



Lepojas ar mammu. Saņemot mammai, Medņevas etnogrāfiskā ansambļa ilggadējai vadītājai un teicējai Natālijai Smuškai, piešķirto balvu nominācijā "Mūža ieguldījums", meita Biruta Nagle atzina, ka mammai tas bijis liels pārsteigums: "Mamma lūdza nodot sveicienus – lai visiem Dieva svētība, lai visiem veicas."

Edgars Gabranovs

Sestdien Nemateriālajā kultūras mantojuma centrā "Upītē" valdīja īpaši svinīgs noskaņojums. To apstiprināja arī Latvijas Folkloras biedrības "Austras koks" valdes priekšsēdētājs Andris Kapusts, pavēstot, ka folkloras balvu "Austras koks" pasniegs trīs nominācijās. "Kur vislabāk pasniegt balvu, ja ne Balvu novadā?" viņš smaidot jautāja.

Kā pirmos uz skatuves aicināja tālākos ciemiņus – balvu nominācijā "Latviskās dzīvesziņas kopšana un daudzināšana" par gadskārtu svētku, ģimeņu godu un folklorā mantoto zināšanu par dabu un Visumu iedzīvināšanu un daudzināšanu pasniedza Saldus folkloras kopai "Medainis" un tās vadītājai Sarmai Ūpei. Lūgta atklāt, vai Upītē viesojas pirmo reizi, Sarma atklāja, ka kādas trīs reizes ir veidojusi maršrutu braucienam uz Latgali, tostarp paredzot Upītes apmeklējumu: "Katru reizi kaut kā nesanāca. Šoreiz bija ne domāts, ne paredzēts pārsteigums, kad visu rītu bez valodas stāvēju, uzzinot par piešķirto balvu. Nejūtos kaut kādus varoņdarbus padarījusi vai sazin' ko sasniegusi. Daru to, ko es saprotu, ko man patīk darīt, turklāt ar prieku. Ja vēl ir cilvēki, kuri nāk ar mani, tā ir laime. Nevar apgalvot, ka materiālās vērtības pārņem garīgās. Ir ļaudis, kuriem svarīgi savu dzīvesziņu veidot tā, lai arī bērni ir klātesoši visās vietās un lietās. Viss atkarīgs no ģimenes. Ja ģimenē tas ir svarīgi, tad arī bērniem nešķītis, ka no kaut kā jāizvairās. Kas mudina iet un darīt? Sākums bija nejaus, jo folkloras skolā, satiekot līdzīgi domājošus cilvēkus, radās pārliecība, ka to, ko es domāju līdz šim, ir pareizi, tā vajag." Viņa apstiprināja, ka Saldū dzīvot ir saldi.

Andris Kapusts, pasniedzot balvas, uzsvēra, ka Upītē notiek valstisks notikums: "Valstisks notikums tādā ziņā, ka balvas saņēmēju areāls ir visa Latvija. Jāteic godīgi, ka patiesi valda uztraukums, kaut arī pasākumus rīkoju pusgadsimta garumā, arī festivālus "Baltica". Šeit ir pati virsotne, kad sakām lielu, sirsniņu 'paldies' cilvēkiem, kopienām vai kopām, kuras ieguldījušas savu enerģiju, savu mīlestību tautas tradīciju stiprināšanā. Tie ir cilvēki, kuri pelnījuši atzinību. Diemžēl par garīgajām vērtībām nereti atceramies tad, kad tauta, nācija vai valsts nonāk pie kaut kādas kritiskās robežas. No vienas puses tas ir pašsaprotami, jo tieši garīgās vērtības ir tās, kas palīdz tautai izdzīvot, dzīvot, uzvarēt cīņā ar ļauno. Ikdienā, protams, bieži vien par to aizmirstam. Kāpēc jādejo, jādzied, jāmuzicē? Cilvēks sastāv no divām rokām, divām kājām, no galvas, muguras, vēdera un tā tālāk. Tas nav vienīgais. Cilvēks sastāv arī no smalkas enerģijas, kas veido viņa spējas un radošumu. Tieši šis nodarbes ir tās, kas cilvēkā iekustina īpaši smalkas stīgas, īpaši smalku enerģiju. Prieks, ka atgriezāties Upītē, jo pirms pāris gadiem arī Upītes folkloras kopa saņēma folkloras balvu "Austras koks" par aktivitātēm konkrētajā kalendārajā gadā. Interesanti, ka tagad Upītē ir jauna ēka."

*Turpinājums 3.lpp.

Balva nogādāta mājās. Natālija Smuška šogad janvārī nosvinēja 87.dzimšanas dienu.

Nākamajā
Padugumā

● **Izsisti stikli un bojāti auto**
Sūdzas par pašvaldības bezdarbību

● **Kolektīvs ir vienots**
Jauna vadītāja probācijas dienestā

Anulē licenci

Latvijas Bankas uzraudzības komiteja 10.aprīlī pieņēma lēmumu anulēt kooperatīvajai krājaizdevu sabiedrībai "Šķilbēni" izsniegto licenci krājaizdevu sabiedrības darbībai. Tā anulēta, pamatojoties uz KKS "Šķilbēni" biedru kopsapulcē pieņemto lēmumu. Latvijā turpina darboties 27 kooperatīvās krājaizdevu sabiedrības. Tās veidojušās pēc diviem principiem – pēc teritoriālās un interešu vai nodarbinātības kopības.

Var pieteikties līdzfinansējuma saņemšanai

Balvu novada pašvaldība izsludinājusi pieteikšanos līdzfinansējuma saņemšanai centralizētā ūdensvada un kanalizācijas sistēmas pieslēgšanai. Balvu novada dzīvojamo māju īpašnieki aicināti iesniegt

pieteikumus pašvaldības līdzfinansējuma saņemšanai līdz 10.maijam. Pašvaldības līdzfinansējumu nekustamā īpašuma pieslēgšanai ir tiesīgas saņemt fiziskas personas, kuru dzīvesvieta deklarēta Balvu novada administratīvajā teritorijā, un dzīvokļu īpašnieku kopības Balvu novada teritorijā esošam īpašumam. Pašvaldības līdzfinansējums tiek piešķirts pieslēguma izbūvei nepieciešamo materiālu apmaksai, bet ne vairāk kā 500 eiro viena nekustamā īpašuma pieslēgšanai centralizētajai ūdensapgādes un/vai kanalizācijas sistēmai. Gadījumos, kad ir nepieciešama kanalizācijas spiedvada sistēmas izbūve – ne vairāk kā 750 eiro.

Īsziņas



Vārds redaktoram

Edgars Gabranovs

Pēdējā laikā mūspusē visaktuālākie un visvairāk apspriestie jautājumi ir Balvu novada domes akceptētie lēmumi. Esot pagastos, jaušams cilvēku sarūgtinājums, pat aizvainojums par gaidāmo pašvaldības darbinieku algu samazināšanu. Jāpiebilst, ka arguments par budžeta līdzekļu ekonomēšanu un taupīšanu nepārliecina sarūgtinātos. Romiešu dzejnieks Decims Jūnijs Junevāls savulaik teicis, ka pirmais sods vainīgajam ir tas, ka viņš nevar attaisnoties pats savas tiesas priekšā. Jāpiekrīt, jo arī es nereti esmu šādas dilemmas priekšā, kad laikraksta lasītāju skaits mums visiem zināmu iemeslu dēļ samazinās, darbinieki slimo un izdeg. Nezinu, kā turpmāk veiksies, tomēr nešaubos, ka par padarītu darbu jāsaņem alga, kas nevar būt zemāka nekā iepriekš. Nesen Balvu Sporta centra vadītājs Arnis Voika intervijā uzsvēra, ka labāk būt pēdējiem labāko nekā pirmajiem sliktāko vidū. Acīmredzot viņam var piekrist, bet kā to panākt? Kādā publikācijā izlasīju, ka visa pamatā ir cilvēcīgums, proti, lai sasniegtu taisnīgumu, uz taisnīgumu jātiecas cilvēciskajās attiecībās: "Taisnīguma idejas pastāvēšanu nodrošinām gan mēs visi kopā kā sabiedrība, gan katrs atsevišķi – ģimenē, uz ielas, savā darbavietā. Mēs esam tie, kas veido taisnīguma ikdienas telpu un valsts kopējo taisnīguma telpu." Cenšoties izdarīt secinājumu, šķiet, jāatceras sen zināmā patiesība, kuru 5. gadsimtā pirms Kristus mācīja ķīniešu filozofs Konfūcijs: "Ko tu nevēlies sev, to nedari citiem."

Latvijā

Ārlietu ministra amatam virza Baibu Braži.

Ministru prezidente Evika Siliņa ("Jaunā Vienotība") paziņojusi, ka ārlietu ministra amatam virza diplomāti Baibu Braži. Paziņojot par B. Bražes kandidatūru ārlietu ministra amatam, E. Siliņa medijiem uzsvēra viņas pieredzi diplomātijā un starptautiskajās attiecībās, kā arī viņas drosmi. Premjere arī minēja B. Bražes spēju sarunāties gan ar Latvijas, gan Eiropas, gan transatlantiskajiem kolēģiem.

Veidojas pretrunas pašā ministrijas iekšienē.

Saistībā ar streika prasību izpildi veidojas pretrunas pašā Izglītības un zinātnes ministrijas (IZM) iekšienē – politiskā valdība paziņo, ka ir izpildīts, bet vienlaikus ministrijas pārstāvji sūta piedāvājumu par pedagogu slodžu balansēšanu, Latvijas Televīzijas raidījuma "Rīta panorāma" intervijā norādīja pedagogu arodbiedrības vadītāja Inga Vanaga. "Veidojas zināmas pretrunas pašā ministrijas ietvarā – vienu nedēļu ministre paziņo, ka viss ir izpildīts, un nesaprot, kas nav izpildīts, bet paralēli ministrijas ierēdņi sūta mums piedāvājumu par slodzes balansēšanu. Mēs aicinātu viņus savā starpā pārrunāt, jo rodas nekonsekvenca – no politiskās vadības viedokļa viss ir izpildīts, bet otrs kolēģis sauc visus sadarbības partnerus un prasa, kā tālāk balansēsīm slodzes," sacīja Latvijas Izglītības un zinātnes darbinieku arodbiedrības (LIZDA) vadītāja I. Vanaga. Pēc viņas teiktā, IZM piedāvājums skar aptuveni 50 tūkstošus pedagogu, un visiem tas ir par sliktu.

Daugavpili top Jauniešu klubs. Ar nolūku veiksmīgāk sasniegt un uzrunāt jauniešu auditoriju, šopavas Rotko muzejs sāka iniciatīvu par Jauniešu kluba izveidi. Klubs ir paredzēts vismaz 15 gadus veciem jauniešiem, kurus interesē māksla, dizains un aktuālās norises starptautiskās nozīmes kultūrvietā.

Astoņās vietvarās nav plāna. Cerēt, ka sliktākā scenārija nebūs, bet jābūt sagatavotiem – ar šādu vadmotīvu pēc Krievijas pilna mēroga iebrukuma Ukrainā Latvijas pašvaldībām bija uzdots papildināt savus civilās aizsardzības plānus ricībai militārā apdraudējuma gadījumos. Tas bija jāizdara līdz šī gada sākumam; plānu nepieciešamību un termiņu vēl 2022. gada rudenī noteica likumā un Ministru kabineta noteikumos. Taču daļu pašvaldību sāka rīkoties pēdējā brīdī un astoņās pašvaldībās plāna papildinājumu nav joprojām, noskaidrojās LTV raidījums "de facto". Plāna vēl nav Cēsu, Gulbenes, Livānu, Ogres, Preiļu, Salaspils, Saulkrastu un Valkas pašvaldībās.

(Ziņas no www.lsm.lv)

Mākslas dienas muzejā

Jubileju svin ar izstādes atklāšanu

Irēna Tušinska

11. aprīlī Balvu Novada muzejā atklāja PĒTERA DŽIGURA 80 gadu jubilejai veltītu izstādi, kurā apskatāmas viņa šogad tapušās grafikas. Mākslinieka dzimšanas dienā muzejā ciemojās Stacijas pamatskolas 2. klases skolēni, kuri ne tikai novērtēja grafiķa darbus, bet noklausījās arī jubilāra videouzrunu, kurā viņš nolasija paša sacerētus dzejoļus. Aplūkojot P. Džiguru un citu mākslinieku gleznas, kā arī atbildot uz jautājumiem savās darba lapās, skolēni mācījās analizēt un izvērtēt mākslas darbus un to atšķirības.

"Pamatskolas mācību programma paredz, ka skolēniem jāapgūst dažādi vizuālās mākslas žanri – klusā daba, portrets, ainava, tāpēc muzeja otrā stāva gaitenī esam izvietojusi vairāku mākslinieku darbus, lai skolēni tos var analizēt," pastāstīja muzeja darbiniece Māra Bērziņa. Viņa atgādināja, ka līdz pat maija beigām muzeja programmu skolēniem "Mākslas darbi kā iedvesmas avots", iepriekš piesakoties, aicināti izmantot visu novada mācību iestāžu audzēkņi.

Iepazīstīnot Stacijas pamatskolas skolēnus ar P. Džiguru daiļradi, muzeja direktore Iveta Supe rosināja izvēlēties katru izpratnē visskaistāko grafiku un pastāstīt, ko tajā saskata. Kāds mākslinieka darbā redzēja sauli un jūru, kāds – cilvēka kontūras vai domas, bet vēl kāds – planētas, zemi un sauli.

Stacijas pamatskolas skolotāja Rudīte Romanovska pastāstīja, ka šī nav pirmā reize, kad viņas audzēkņi viesojas muzejā. Šoreiz bērni te aizvadīja vizuālās mākslas mācību stundu. R. Romanovska apgalvoja, ka Stacijas pamatskolā māksla ir cieņā – katru mēnesi mācību iestādes telpās tiek izstādīti audzēkņu radošie darbi, bet maijā paredzēts sarīkot radošo darbu noslēguma izstādi. Savukārt pati skolotāja visbiežāk mākslas baudīšanai pievēršas ikgadējā Muzeju naktī. "Tāpat dažreiz kopā ar bērniem apskatām arī izstādes Balvu bibliotēkā," piebilda pedagoge.

Izstāžu kuratore Dace Teilāne pārliecināta, ka zināmā mērā arī pati ir māksliniece, jo, izvietojot mākslas darbus izstādē, jāizmanto radoša pieeja. Grafiķa P. Džigura izstādes viņa veido kopš deviņdesmito gadu beigām un nespēj pat saskaitīt, cik to ir bijis: "Viņš ir ļoti ražīgs mākslinieks. Šajā izstādē vien apskatāmi tikai šajā gadā radītie darbi." Gan P. Džigurs, gan vairākums mākslinieku uzticas Daces prasmēm, jo viņa vienmēr piemeklē veidu, kā parādīt darbus vislabākajā gaismā. "Atceros, ka Pēteris Džigurs vienreiz mums iesniedza ar zīmuli uz gaiša fona zīmētus darbus gaišā rāmī. Lai labāk tos izceltu, izvietoju tos uz tumšāka fona. Savā darbā man vienmēr jābūt radošai," apgalvo izstāžu kuratore.

Otrklasniece Diāna Pundure, kura šogad uzsākusi mācīties Balvu Mākslas skolā, ir sajūsmā par šādu iespēju, jo nākotnē gribētu kļūt par gleznotāju. Vislabāk Diānai padodas dabas ainavas, patīk zīmēt arī dzīvniekus. Vizuālā māksla nav vienīgā meitenes aizraušanās, viņa labprāt dzied un savus muzikālos talantus pilnveido, mācoties mūzikas skolā. P. Džigura izstādē Diāna kopā ar klasesbiedriem pirmo reizi iepazīna grafiku kā vizuālās mākslas veidu. Meitene apgalvoja, ka grafikas darbiem nav ne vainas un, iespējams, viņa pati pamēģinās uzzīmēt kaut ko līdzīgu.

Diānas klasesbiedrene Vera Komarova neslēpa, ka zīmēt viņai ļoti patīk, bet vislabāk padodas cilvēki. Meitene labprāt mācītos arī mākslas skolā. Savā vecumā Diāna paguvusi izbaudīt mākslu gan vietējā muzeja izstādēs, gan Rēzeknes Lietišķās mākslas muzejā. Vera piebilst, ka arī turpmāk labprāt papildinās savas zināšanas šajā jomā, apmeklējot gleznu un citu mākslas žanru izstādes. Īpaši tādēļ, ka Veras sapnis ir kļūt par apģērba dizaineri, un šī nodarbošanās ir sava veida māksla.

Pēc P. Džigura izstādes aplūkošanas skolēni izanalizēja arī citu mākslinieku radītās ainavas, klusās dabas un portretus, kā arī aizpildīja darba lapas, atbildot uz dažādiem jautājumiem par redzēto.

Tā ir ainava, klusā darba vai portrets? Apskatot gleznas, skolēni noteica ne tikai to, ar ko atšķiras ainava, klusā darba un portrets, bet arī to, ar kādām krāsām šie darbi uzgleznoti. Skolēni pārliecinājās, ka mākslu var radīt ar zīmuli, eļļas, akrila vai citām krāsām.



Sveic jubilejā. Tā kā P. Džigurs cienījamā vecuma dēļ izstādes atklāšanā nepiedalījās, bērni viņam nosūtīja videosveicienu, kurā vēlēja veselību, prieku, mākslu un iedvesmu.



Noskatās videosveicienu. Tā kā pats izstādes atklāšanā ierasties nevarēja, P. Džigurs savu darbu cienītājiem nosūtīja videosveicienu.



Iespēja kļūt par mākslinieku. P. Džigura izstādes apmeklētāji varēs paši izkrāsot sagatavi, kurā atainotas P. Džigura darba "Arī kvadrāts un zemeslode domā" līnijas.



Foto - I. Tušinska

Foto - I. Tušinska

Foto - I. Tušinska

Foto - I. Tušinska

* Sākums 1.lpp.

“Kur vislabāk pasniegt balvu, ja ne Balvu novadā”



Sandis Zučiks. Balvu nominācijā “Aktivitātes folkloras jomā 2023.gadā” saņēma Sandis Zučiks un biedrība “Danču krātuve”. Kopš 2020.gada biedrība “Danču krātuve” turpina darbu pie latviešu danču e-burtnīcām, kā rezultātā nu jau ir apkopoti vairāk nekā 200 dažādi latviešu danči, veidojot vienu no lielākajām danču kolekcijām. 2023.gadā tika sagatavota 11. e-burtnīca, veltīta Ziemeļvidzemē pierakstītiem dančiem. Viņš atzina, ka Upītē neciemojas pirmo reizi. Spriežot par vērtībām, Sandis uzsvēra, ka jāturpina kopt garīgās vērtības, saglabājot savu identitāti: “Kāpēc bērniem jādejo? Runājot par dzīvi un dzīves ritmu, jāsecina, ka kopā savienojas sports ar muzikālo ritma izjūtu, ar stāju. Arī Upītē, šķiet, pirms diviem gadiem filmējām dančus. Jaunajai paaudzei jāparāda, ka dejojot var dažādi. Iespējams, muļķīgs salīdzinājums, bet tas ir tāpat kā parādīt basketbola vai futbola spēles. Kādam patīks, kādam nepatīks. Danči ir cilvēka kontakts ar cilvēku, dejojot vienam ar otru, dejojot sev, tai pat laikā kopjot deju.”

Andris Kapusts. Latvijas Folkloras biedrības “Austras koks” vadītājs, noklausoties Upītes bērnu dziedājumu, uzsvēra, ka, viņaprāt, bērni nodziedāja Latgales himnu “Rūtoj saule, rūtoj bite”.



“Tu, Natālij, biji un būsi!” Medņevas etnogrāfiskā ansambļa kolektīvs pašsacerētā dziesmā atgādināja, ka Natālija Smuška ir Medņevas lepnums un gods.



Bez dejām neiztikt. Zīmīgi, ka Upītes dejojāji apguva jaunus dejas soļus Sanda Zučika vadībā.



Atklāj pasākumu. Upītes bērnu folkloras kopa, kā ierasts, pārsteidza ar savu atklātību un talantiem.



“Boņuks” *nepīd*. Folkloras kopas “Medainis” un tās vadītāja Sarma Ūpe no Saldus atveda ne tikai saldus un mīļus sveicienus, bet arī smaidus. Pašdarbnieces jokoja, ka kurzemniecēm “Boņuks” *nepīd*, tāpēc atbraukušas pēc balvas “Austras koks”. Tāpat vadītāja, atceroties kovida laiku, smēja, ka tas bija smieklīgs laiks: “Tīri tehniski internets katram ir citā ātrumā, tāpēc tolaik vienīgi varējām izsmieties un izrunāties.”



Nebeidz pārsteigt. Jāsecina, ka folkloras kopa “Upīte” turpina vērienīgo darbu, veicot lauka pētījumus, apzinot, ierakstot un mācoties Upītes kultūrtelpā un tai piegulošajā teritorijā kolhoza laikos dziedātās dziesmas. Daļu no savāktajām dziesmām atjaunojot, dodot tām jaunu, mūsdienīgu skanējumu un katru mēnesi 21.datumā publicējot jaunu dziesmu. Martā tika izdota dziesma “Ak, dzeive”, kas veltīta vienam no sāpīgākajiem Latvijas tautas notikumiem – izsūtīšanai un līdz ar to – cilvēku sadzīšanai kolhozos.



Novada skolu vides forums

Caur vidi uz labāku dzīvi

Irēna Tušinska

Balvu Valsts ģimnāzijas (BVĢ) ekopulciņa dalībnieki novada skolu vides forumu "Caur vidi uz labāku dzīvi" šoreiz veltīja veselīgas pārtikas tēmai. Pēc tam, kad bija noklausījušies BVĢ absolventes Ketijas Rakstiņas lekciju par veselīgu uzturu, kā arī skolas ekopulciņa aktivistes Sanijas Skalovas prezentāciju par pieciem atbildīgiem pārtikas patēriņa principiem, savas zināšanas skolēni pārbaudīja, izspēlējot "Kahoot" spēli. Pēc nelielas našķu pauzes, kurā mīlojās ar produktiem, pagatavotiem no ekoloģiski audzētiem dārzeņiem, foruma dalībnieki ieguva jaunas prasmes piecās ilgtspējīga dzīvesveida meistarklasēs – dārzeņu fermentēšanā, somiņu izgatavošanā no otrreiz pārstrādājamiem materiāliem, pareizā atkritumu šķirošanā, grāmatzīmju un dekoru darināšanā, kā arī ietinamās vaskadrānas izgatavošanā. Savukārt noslēgumā foruma dalībnieki dalījās gūtajās atziņās un zināšanās, kā arī saņēma dāvanīgas, tostarp grāmatu "Zaļais ceļvedis".

Vides forumā piedalījās Bērzpils un Eglaines pamatskolu, Viļakas, Rugāju un Baltinavas vidusskolu, kā arī Balvu Profesionālās un vispārīgā izglītības vidusskolas (BPVV) un Balvu Valsts ģimnāzijas (BVĢ) audzēkņi.

Forumā vadītājas Sindija Raibekaze un Sanija Skalova atgādināja, ka galvenā šī foruma tēma būs pārtika. Pēc BVĢ direktores uzrunas foruma dalībnieki noklausījās bijušās BVĢ audzēknes, uztura entuziastes Ketijas Rakstiņas stāstījumu par pārtikas produktu veidiem un to, kā attiecīgu produktu patēriņš ietekmē mūsu ķermeni. Viņa sniedza ieteikumus, kādu pārtiku vajadzētu izvēlēties biežāk un no kādas labāk izvairīties.

Savukārt ģimnāzijas ekopulciņa dalībniece Sanija Skalova informēja par pieciem atbildīgiem pārtikas patēriņa principiem. Tie ir: lietot sezonālu pārtiku, izvēlēties bioloģiski audzētu pārtiku, vairāk lietot veģetārus produktus un samazināt gaļas patēriņu, izvēlēties vietējos pārtikas produktus un tos, kuriem ir īsāks piegādes ķēdes.

Lai pārbaudītu jauniegūtās zināšanas, vides foruma dalībnieki izspēlēja "Kahoot" spēli, atbildot uz jautājumiem: cik daudz pārtikas pasaulē tiek izšķērdēts? (trešdaļa no saražotās pārtikas); ko es varu darīt, lai ēstu veselīgi? (dot priekšroku bioloģiskai pārtikai un sezonāliem produktiem); vai liellopu gaļas ražošana ir viens no galvenajiem faktoriem, kas vecina CO2 emisijas? (jā), kā arī daudziem citiem ar ekoloģiju saistītiem jautājumiem.

Pienākums izglītēt citus

BVĢ skolotāja, ekopulciņa vadītāja Ieva Useniece pastāstīja, ka šāds forums, lai gan ar pārtraukumiem, notiek jau ceturto reizi: "Tā kā mūsu ģimnāzija ir ekoskola, vēlējamies sarīkot šādu pasākumu visām novada mācību iestādēm, jo šobrīd, salīdzinot ar iepriekšējiem gadiem, kad novadā bija vairākas ekoskolas, esam palikuši vienīgie. Tādēļ uzskatām par savu uzdevumu šajā jomā izglītēt visas pārējās mācību iestādes. Šī pasākumā būtiska ir ne tikai zināšanu gūšana, bet vēl svarīgāk – kopā būšana."

BVĢ direktore Kristīne Lele uzskata, ka zaļais dzīvesveids ir svarīgs, jo pienācis pēdējais laiks par to domāt: "Studiju vajadzībām, veicot padziļinātu izpēti par ilgtspējīgu

dzīvesveidu, atklājās, ka mēs pat neapzināties, cik nopietnu kaitējumu nodarām dabai. Prognozes liecina, ka tuvākajos gados cilvēku skaits uz planētas pārsniegs deviņus miljardus. Ļoti daudz patērējot, cilvēks rada ārkārtīgi daudz atkritumu, tādēļ ir jādodomā, kā uzturēt līdzsvaru starp mūsu dzīvesveidu un to, kā tas ietekmē planētu. Esam tā paudze, kura dzīvo labi, neuztraucoties, cik lielu kaitējumu nodarām dabai. Taču mums par to ir jādomā, lai arī mūsu bērniem un mazbērniem būtu kur dzīvot. Taču pašreiz izskatās, ka, pateicoties mūsu darbībām, viņiem šī iespēja būs liegta. Šādi vides forumi mums kā ekoskolai ļauj izglītēt par vides jautājumiem gan pieaugušos, gan jauniešus." K.Lele lepojas, ka ģimnāzija sniedz skolotājiem, darbiniekiem un skolēniem iespēju piekopt zaļo dzīvesveidu: "Skolā ir depozīta punkts, kur vācam pudeles, lai nodotu otrreizējā pārstrādē. Ir grāmatu maiņas punkts. Rīkojam mantu apmaiņas akcijas. Šobrīd jaunieši izgatavo atkritumu šķirošanai domātus konteinerus. Regulāri rīkojam silto džemperu dienu, taupot energoresursus. Sekojam līdzi elektroenerģijas un ūdens patēriņam skolā."

Ekopulciņš atraisa radošumu

Enija Bordāne ģimnāzijas ekopulciņā iesaistījās ar vēlmi iegūtajās zināšanās dalīties ar saviem tuviniekiem: "Uzzinot vairāk, mēs varam ietekmēt arī citu cilvēku uzskatus par to, kā varam mainīt savu dzīvi. Svarīgākais, ko esmu iemācījusies, ir pareiza atkritumu šķirošana. Piemēram, tagad zinu, ko tieši dīkst, ko nedrīkst izmest kompostā. Darām daudz interesanta, piemēram, skolā audzējam kaktusus, jo, patērējot maz ūdens, tie turpina ražot skābekli."

Savukārt Sindija Raibekaze apgalvo, ka ekopulciņš padarījis viņu radošāku: "Esam izgatavojuši Ziemassvētku rotājumus no sodas un cietes, kas pēc tam noārdās, iemācījāmies izgatavot fermentētus produktus, esam izmēģinājuši arī citas radošas lietas."

Vides foruma dalībnieces, Rugāju vidusskolas audzēknes, uzskata: lai zaļi dzīvotu, nav obligāti jāmainās ekoskolā. Astotklasniece Evelīna Briede forumā ieradās ar vēlmi uzzināt kaut ko jaunu un jautri pavadīt laiku. Jaunieši arī ikdienā cenšas dzīvot zaļi, nepiesārņojot darbu: "Ja redzu uz ielas nometu atkritumu, to noteikti paceļu un iemetu miskastē. Arī mājās šķirojam atkritumus. Tā kā manam tētim pieder ekoloģiskā saimniecība, esam dabai draudzīga ģimene, ievērojam visus noteikumus. Cenšos neizmantot plastikāta pudeles, bet vairākkārtēji izmantojam stikla pudeles. Agrāk skolā bija izvietotas arī kastes, kurās varēja izmest izlietotās baterijas un makulatūru. Mājās vecās baterijas sakrājam un vedam nodot uz veikalu."

Viļakas vidusskolas 9.klases audzēkne Evelīna Grāve savā mācību iestādē apmeklēja jauno ķīmiķu skolu, kur arī apgūst zināšanas par dabas aizsardzību: "Pulciņā uzzinu daudz jauna. Piemēram, nesen redzējām video par to, cik ļoti okeānus un ezerus piesārņo zvejas tīkli. Tas bija interesanti." Evelīna mēģina dzīvot, ievērojot zaļā dzīvesveida principus, piemēram, šķiro atkritumus. Tuvākajā laikā viņa plāno samazināt gaļas patēriņu. "Patika, ka šajā forumā vairāk uzzināju par uzturu – kādus produktus vajadzētu lietot biežāk un kādus – retāk," pārdomās dalījās jaunieši.



Būs foto piemiņai. Bērzpils pamatskolas delegācija iemūžināja atmiņas par forumu skaistā foto.



Nevis izmest, bet iemaiņīt. Mantu maiņas punktā ikviens varēja samainīt nevajadzīgas mantas pret kaut ko sev nepieciešamu. Viktorija (pirmā no kreisās) no Eglaines pamatskolas savas rotaslietas un salvešu turētāju iemaiņija pret Ziemassvētku svečturi.

Foto - I.Tušinska

Darina videi draudzīgus maisiņus. BVĢ ekopulciņa dalībnieces Sanija un Enija (foto) Eglaines pamatskolas skolniecēm ierādīja, cik vienkārši no lietotiem trikotāžas krekliņiem bez šujmašīnas palīdzības var uzmeistarot iepirkumu maisiņus.



Foto - I.Tušinska



Uzkož veselīgi. Fermentēšanas darbnīcā vides foruma dalībnieces no Viļakas levas Usenieces un Sarmītes Raibekazes vadībā mācījās fermentēt dārzeņus. Par to, cik gardas un veselīgas uzskatu mērces var pagatavot no fermentētiem, Sarmītes Raibekazes dārzā ekoloģiski audzētiem vietējiem produktiem, skolēni pārliecinājās uzskatu pauzē.

Foto - I.Tušinska

Forumā otrajā daļā jaunieši piedalījās piecās meistarklasēs – mācījās izgatavot iepirkumu maisiņus no veca apģērba, darināja dabai draudzīgu vaska plēvi produktu

iesaiņošanai, mācījās fermentēt dārzeņus un šķirot atkritumus, kā arī meistaroja grāmatzīmes un dekorus no otrreiz izmantojamiem materiāliem.

Gūst panākumus īsfilmu konkursā

Baltinaviešu darbi – labākie

Aprīļa sākumā Rīgā notika īsfilmu konkursa “Prāts” dalībnieku apbalvošana, kur uzvaras laurus plūca Baltinavas vidusskolas animācijas pulciņa audzēkņi.

Tehniskās jaunrades nama “Annas 2” filmu studija un Rīgas Starptautiskais īsfilmu festivāls “2 ANNAS” aicināja bērnus un jauniešus vecumā no 10 līdz 25 gadiem piedalīties īsfilmu konkursā “Prāts”, iesūtot līdz 5 minūtēm garas īsfilmas, kas atbilst konkursa tēmai. Kā atklāj konkursa organizatori, aktivitātes mērķis saistās ar bērnu un jauniešu spēju realizēt radošus projektus un argumentēt izvēlēto izteiksmes līdzekļu izvēli, attīstot bērnu un jauniešu pašizpaušmi un jaunradi kino jomā.

Piedalījās ar piecām filmām

Baltinavas vidusskolas animācijas pulciņa vadītāja Annele Slišāne atklāj, ka konkursa dalībniekiem bija jāizveido īsfilma jebkāda tehnikā – animācija, dokumentāla vai mākslas video: “Tā kā esam animācijas pulciņš, darbus veidojam animācijas tehnikā. Pie darbiem strādājām diezgan ilgi – gandrīz visu 2.semestri. Skolēni nesa savus lego, būvēja gan telpu, kur uzņemt animācijas filmu, gan veidoja galvenos varoņus, domāja sižetu, filmēja, montēja, apstrādāja samontēto materiālu un veidoja skaņu celiņu – spēlējot uz klavierēm, ierakstīja fona mūziku, gatavoja titrus un, pārveidojot balsis, ierunāja tekstu, kā arī visu citu nepieciešamo darīja paši bērni.”

No Baltinavas vidusskolas konkursā ar piecām filmām piedalījās 9 skolēni (2., 3., 5. un 7.klases audzēkņi) vecumā no 8 līdz 14 gadiem. Savā vecuma grupā viņi ieguva visas trīs pirmās vietas – 2. un 3. vietas ieguvēji Jurgis un Jumis katrs veidoja vienu darbu, bet 1.vietas ieguvēji Miķelis, Kristiāns, Markuss, Edvards un Jēkabs darbu veidoja komandā. “Par rezultātu visi ir ļoti priecīgi – gan par godalgotajām vietām, gan par pašu notikumu. Svētdien braucām uz kinoteātri

“Forum Cinemas”, kur notika īsfilmu demonstrēšana un balvu pasniegšana. Noskatījāmies divas filmas, kas piedalās starptautiskā konkursā, kā arī kinoteātra apmeklētāji skatījās mūsu bērnu filmas. Filmās kā priekšmeti un tēli, kā arī telpas uzbūvē bija izmantoti lego. Žanrs filmām pārsvarā – komēdija. Bērni izveidoja ļoti pozitīvas animācijas filmas,” atzīst skolotāja. Balvā Baltinavas vidusskolas pārstāvji saņēma diplomus, atzinības, vērtīgas galda un prāta spēles un mākslas grāmatas. Protams, arī ļoti daudz gardumu, jo viens no konkursa labvēļiem bija saldumu uzņēmums “Laima”.

Iepazīna Rīgu un muzejus

“Tajā pat dienā apmeklējām Latvijas Kara un dabas muzejus, lai paplašinātu iespaidu par Rīgu. Viens no uzdevumiem muzejos bija skatīt un atrast, vai kādā no ekrāniem vai muzeja stāstiem ir izmantota animācijas tehnika. Video, stāstot par muzeja eksponātiem, izmantots bieži, bet dabas muzejā izdevās atrast arī animāciju. Tā izmantota stāstā par mazajiem roņiem, kuri tiek izskaloti jūras krastā, un vēsta, kā šādos gadījumos pareizi rīkoties. Uzskatu, ka šo muzeju apmeklējums deva bagātīgus iespaidus un jaunas idejas nākamam filmu veidošanā, jo esam nolēmuši piedalīties šajā un citos konkursos arī nākamgad,” atklāj A.Slišāne. Skolotāja pārliecināta, ka animācijas tehnikas apgūšana skolā ir ļoti vērtīgs pulciņš, jo bērni var lietderīgi izmantot savus viedtālruņus, apgūt jaunas zināšanas, izzināt, kā fotografēt, filmēt, montēt, veidot skaņu celiņus un citas prasmes. “Iespējams, kādam no animācijas pulciņa dalībniekiem prasmes varētu noderēt profesijas apgūšanā. Varbūt kāds no skolēniem kļūs par režisoru, kinooperatoru vai animatoru. Bērniem un jauniešiem ļoti vērtīga ir gan dalība pulciņā, gan konkursos, par ko liecina arī augstie rezultāti,” teic skolotāja.



Foto - no personīgā arhīva

Pirms noslēguma pasākuma. Skolēni kinoteātri “Forum Cinemas” piedzīvoja prieku un gandarījumu, saņemot sava darba novērtējumu.



Foto - no personīgā arhīva

Iepazīst Rīgu. Baltinavas vidusskolas skolēni vienu no aprīļa brīvdienām pavada, atpūšoties un izzinot galvaspilsētu.

Īsumā

Aicina radoši izpausties

Tilžas bibliotēka aicina bērnus un jauniešus no 5 līdz 18 gadiem piedalīties akcijā “Mīļstāstiņi 4”, kurā var radoši izpausties – zīmēt, līmēt vai fotografēt. Ikvienam akcijas dalībniekam ir jāizveido darbs, kurā redzama viņa māmiņa, kā arī jāpievieno klāt savs stāsts par mammu. Darbi klātienē vai elektroniski jāiesniedz bibliotēkā līdz 25.maijam. Piecas māmiņas saņems pārsteiguma balvas no akcijas atbalstītāja – z/s “Kotiņi”. Bibliotēkas vadītāja Ilze Pugača atklāj, ka akcija notiek jau ceturto gadu pēc kārtas: “Doma par akciju radās kovidā laikā, kad skolas un iestādes strādāja attālināti. Bija jādomā, kā uzturēt un nepazaudēt iesākto sadarbību ar skolēniem un pedagogiem. Tas nav konkurss, kur tiek vērtēti bērnu darbi. Visi dalībnieki piedalās izložē ar iespēju sagādāt savai mammai pārsteiguma balvu. Paldies visiem atbalstītājiem! Novēlu akcijas dalībniekiem arī ikdienā atcerēties un pateikt mammai paldies par varbūt it kā vienkāršām un pierastām lietām – par tējas krūzi vai uzsmērētu sviestmaizi. Mamma sirdi tas sasildīs!”

Aicina piedalīties konkursā

1. - 4.klašu skolēniem ir iespēja piedalīties konkursā “Mana veselīgā ēdienkarte”, paužot savu radošumu un zināšanas par veselīgu uzturu. Konkurss skolēni aicināti izveidot radošus darbus, kas attēlo to, kā viņi redz savu veselīgu ēdienkarti (zīmējumus, fotokolāžas, komiksus u.tml.). Lai pieteiktu klasi, audzinātājam vai citam izglītības iestādes pārstāvim līdz 22.aprīlim jāaizpilda elektroniskā pieteikuma anketa, bet līdz 30.aprīlim jāiesniedz radošie darbi, nosūtīt uz e-pastu, kas norādīts sociālo mediju platformā “Facebook” – Piens un augļi skolai. Radošākie un zināšākie skolēni iegūs izglītojošu, izklaidējošu ekskursiju uz kādu no dabas atpūtas vietām.

Var pieteikties skolēnu nodarbinātībai

Nodarbinātības valsts aģentūra (NVA) vēl līdz 19.aprīlim pieņem darba devēju pieteikumus skolēnu nodarbinātības pasākuma īstenošanai 2024.gada vasarā. Šogad pieteikumi pasākuma īstenošanai darba devējiem jāiesniedz digitāli.

Skolēna mēneša atalgojumam par pilnu nostrādātu darba laiku jābūt vismaz valstī noteiktās minimālās algas apmērā – 700 eiro pirms nodokļu nomaksas. Skolēnu pasākumā var nodarbināt uz laiku no divām nedēļām līdz diviem mēnešiem. Plānots, ka elektronisko pieteikšanos dalībai vasaras nodarbinātības pasākumā skolēni varēs uzsākt 2.maijā.

Aicina vērot stārķus

Ikviens, kurš aizraujas ar putnu vērošanu, ir aicināts ziņot par baltā stārķa ligzdām un dzīvi tajās, savukārt skolēnus Latvijas Ornitoloģijas biedrība īpaši aicina iesaistīties konkursā “Stārķa dienasgrāmata”. Informāciju par balto stārķu ligzdām un dzīvi tajās “Stārķa dienasgrāmata” ir iespējams reģistrēt līdz šī gada 15.septembrim. Sīkāka informācija Latvijas Ornitoloģijas biedrības mājaslapā (lob.lv).



Foto - no personīgā arhīva

Piešķirts finansējums nometnēm

Valdība 9.aprīlī atbalstījusi Izglītības un zinātnes ministrijas (IZM) piedāvāto risinājumu organizēt bērnu un jauniešu dienas un diennakts nometnes, lai sniegtu psihoemocionālu atbalstu, sekmētu latviešu valodas apguvi un veicinātu integrāciju Ukrainas bēgļu bērniem.

Finansējums 900 tūkstošu eiro apmērā nodrošināts līdz šī gada 1.decembrim un atbalsta programmu īsteno Valsts izglītības satura centrs sadarbībā ar pašvaldībām. Nometnes plānots organizēt 1. – 12.klašu skolēniem, aicinot piedalīties 50% Ukrainas un 50% Latvijas skolēnu.

Latvijā reģistrēti 7886 Ukrainas bēgļu bērni vecumā no 5 līdz 18 gadiem, no tiem Latvijas izglītības sistēmā reģistrēti 3861 izglītojamais.

Lappusi sagatavoja A.Socka

Talkas jau sākušās

Lielās talkas komunikācijas vadītāja Anna Blaua atgādina, ka tradicionāli pavasaris Latvijā iezīmējas ne tikai ar gaismas atgriešanos, siltākiem vakariem un skanīgām putnu dziesmām, neatņemama ir arī vēlme visiem kopā parūpēties par mūsu zemi un sakopt apkārtni: “Ar moto “tīri-zaļi-ilgi” ikviens Latvijas iedzīvotājs 27.aprīlī aicināts piedalīties Lielajā talkā, kas notiks jau 17. reizi.” Jāsecina, ka pagājušās nedēļas nogalē aizvadīta Baltinavas parka pavasara sakopšanas talka.



Bērniem jārada piemērs. Pagasta pārvaldes darbiniece Ilze Štekele (foto – no labās) nešaubās, ka talkas ir nepieciešamas: “Pirmkārt, lai bērniem rādītu piemēru. Otrkārt, atpūsties taču vēlamiem sakoptā vidē. Pērn talkā piedalījās arī mani trīs bērni Sigita, Emīlija un Viesturs. Paši atnāca! Vai cilvēki kļūst kulturālāki? Mēslo uz nebēdu! Pabrauciet uz Tilžas pusi un redzēsiet, kas grāvmalēs notiek...” Savukārt Anita Čigure (foto – vidū) sprieda, ka nez kāpēc cilvēki iemanījušies mēslo konkrētās vietās.



Esam “laimīgi”! Juris Sutugovs, spriežot par četru dienu darba nedēļu, pavēstīja, ka pašvaldības darbinieki ir “priecīgi” un “laimīgi”. Viņš apliecināja, ka talkas ir vajadzīgas, tomēr neslēpa sarūgtinājumu, ka Baltinavā šobrīd strādā tikai viens tautā sauktais *simtlatnieks*, turklāt pagasta rīcībā ir tikai viens traktorīšs. “Zivs pūst no galvas, tīrīt sāk no astes,” viņš dziļdomīgi piebilda.



Top zupa. Pēc padarītā darba biedrības “Vaivariņi” pārstāves Veneranda Kaša un Marija Skaba taciniekus cienāja ar gardu zupu. Lūgtas atklāt, kāda zupa top, Marija atsmēja, ka sāvīra, paskaidrojot: “Tagad vārdu ‘soļanka’ vairs neizmantojam.” Nopietni runājot, M.Skaba uzskata, ka talkas cilvēkus saliedē, radot kopības sajūtu. Spriežot, vai Latvijas iedzīvotāji ir vai nav cūkmeņi, viņa atzina, ka Balvos noskatījusies, kā kāds cilvēks raušas pa atkritumu tvertni.



Vai produktiņu netrūkst? Anita Daukste, atnesot trūkstošos produktus zupai, skumīgi secināja, ka drīz nebūs cilvēku, kas strādā, tostarp grābj lapas.



Optimiste. Baltinavas pagasta pārvaldes lietvede, klientu apkalpošanas speciāliste Silvija Buklovskā, optimistiski prātoja, ka, tikai kopā strādājot, pasauli var padarīt labāku.



Talkām būt! Velta Mītke nešaubās, ka talkas vieno cilvēkus: “Tagad daudzviet katrs domā tikai par sevi. Talkas rada kopības sajūtu! Gribas, lai kļūstam kulturālāki, bet acimredzams, ka tik labi neveicas. Tiesa, arī atkritumu kļūst vairāk. Ieej veikalā, nopērc produktus un, aizejot mājās, secini, ka puse no visa svara ir iepakojuma dēļ. Jā, cilvēki kļūst slinkāki. Kā situāciju mainīt? Tikai ar labu darbu paraugu! Arī mēs, mazi būdami, skatījāmies, kā vecāki strādāja. Tā tas zemapziņā *iesēžas*.”



Vēl jāmacās! Baltinavas Mūzikas un mākslas skolas darbinieces (foto) sprieda, ka cilvēkiem vēl jāmacās būt kulturāliem. Tāpat viņas atklāja, ka paspēj sakopt arī savas mājas.



Nav laika pļāpāt. Vasilijš, taujāts par talku lietderību, sarunās, tā teikt, neielaidās, lakoniski nosakot: “Cilvēki paliek kulturālāki un patiesībā vienlaikus nekas nemainās.”



Punktu gaidās. Baltinavas Mūzikas un mākslas skolas direktore Marija Bukša uzskata, ka katra cilvēka pienākums ir rūpēties par sakoptu vidi. Jautāta par skolas nākotni un plānotajām pārmaiņām, direktore neslēpa, ka viņa tās neizprot: “Es patiesi kaut ko nesaprotu, tāpēc objektīvas atbildes nav. Mūsu skolu plānots pievienot divām skolām. Iespējams, vienā ēkas galā būs Balvu Mūzikas skolas Baltinavas, bet otrā – Balvu Mākslas skolas Baltinavas punkts. Galvenais – saglabāt optimismu. Vai tas ir vajadzīgs? Daudzi cilvēki uzskata, ka ‘nē’. Piemēram, Dagdā ir palikušas tikai divas mācību programmas. Pie mums pašreiz – astoņas.”



Visticamāk, būs arī otrā talka. Baltinavas pagasta pārvaldniece Sarmīte Tabore atklāja, ka pirmā talka Baltinavā veltīta Lielajai talkai: “Laika apstākļi mudina sagrābt lapas tagad, – 27.aprīlī to būtu daudz grūtāk izdarīt, jo zāle paaugsties. Talkas disciplinē arī pašus iedzīvotājus, jo, pieliekot savu roku un spēkus, pret sakoptību parkā izturamies ar daudz lielāku cieņu.” Spriežot par četru dienu darba nedēļu, pārvaldniece atzina, ka šāds lēmums visos raisījis sarūgtinājumu: “Bet situācija ir tāda, kāda tā ir. Paldies darbiniekiem, kas jau līdz šim ir darījuši vairāk nekā prasa amata apraksts. Darbs ir jāpadara! Sirds sāp par Baltinavas novadu, jo mēs centāmies darīt visu ar vislielāko atbildību un pienākuma apziņu. Bijām pirmie, kad mūsu deputāti atteicās no darba algas. Tolaik darījām visu, lai vismazāk ciestu cilvēki. Tolaik izkārpījāmies.”



Visam jābūt skaistam! Baltinavas kultūras nama vadītāja Lidija Ločmele ir pārliecināta, ka pasākumiem jānotiek skaistā vidē.

E.Gabranova teksts un foto

Pavasaris lauku sētā

Strādā un cer uz labvēlīgu laiku

Aija Socka

Laukos pie mājām un uz tīrumiem pamazām jau redzama pavasarīga rosība – cits rušinas puķu dobēs un sakopj apkārtni, cits jau gatavojas jaunajai sezonai un sējas darbiem. Par dzīvi lauku sētās un cerībām, domājot par jauno darba cēlienu, stāsta paši lauku iedzīvotāji.

Dārza darbiem vēl laika pietiek

INĀRA ZELČA Krišjāņu pagastā dzīvo kopā ar dēla ģimeni, apsaimnieko gandrīz 10 ha zemes, tur divas govīs, pašlaik ir arī divas telītes, kurām gribētu atrast jaunas mājas, kā arī vistas un trušus.

“Lopiņus vairāk vai mazāk esmu turējusi arī agrāk, jo tas tomēr ir liels atspaidis ģimenē, ja ir savs krējums, sviests, siers un citi produkti. Lai arī pagājušajā gadā nebija padevies labs siena laiks, tomēr barību govīm sagādājām. Ir savs traktors un nepieciešamā tehnika, izņemot siena presi. Drīz jau dēlam būs jāsāk art un gatavot zemi sējai, pagaidām viņš skalda malku nākamajai ziemai. Ar dārza darbiem nogaidām, jo pavasara siltums mēdz būt mānīgs, gaidāmas vēl salnas. Ir bijusi bēdīga pieredze – steidzām darbus, lai tik ātrāk sasētu, jo it kā ātrāk izaugs, bet rezultātā daļa izsala vai izslika. Citreiz es jau ravēju, kad citi vēl sēj, bet izaug tā pati raža, kas tiem, kuri nesteidzas ar sēšanu un stādīšanu. Tā jau gribētos ātrāk sadarīt pavasara darbus, bet nevajag, jo zeme vēl auksta,” atzīst Ināra. Aizvadītajā nedēļā, kad zāle vēl tikai spraucās no zemes, viņa laida pastaigā govīs. Agrāk, redzot arī govīs, kad vēl nav sākusies ganību sezona, saimniece bijusi neizpratnē par citiem lauksaimniekiem: “Šausminājos, kā tā var – snieg sniegs, bet govīs laukā! Ar gadiem sapratu, ka lopiņam labāk ir laukā, svaigā gaisā. Ja vien nav ekstremāli laika apstākļi, laižu piena devējas pastaigā, līdz ar to ir tīras un smukas.” Govju atrašanās laukā atvieglo arī ikdienas darbu soli – nav jānes ar spaiņiem ūdens, jo gotiņas padzēras pie akas novietotajā silē.

Runājot par jauno darbu sezonu, saimniece noteic, ka gribētu jauku laiku: “Lai visiem veicas ar darbiem, lai saaug zāle sienam! Jāturas pie tām divām gotiņām, jo neviens jau neko nepalīdzēs, ja pats nedarīsi. Gribētos, lai laukos būtu darbavietas un atgrieztos dzimtenē tie bērni, kuri aizbraukuši. Es savu mūžu nodzīvošu, bet kā būs ar jauno paaudzi? Kur Krišjāņos atrast darbu? Ar divām govīm un dārzu laukos jaunie nedzīvos.”

Lai cīnās un nebrauc prom!

IVETA un AIGARS BOMBĀNI Vectilžas pagastā saimnieko bioloģiski, apstrādā 47 ha zemes, rūpējas par deviņām slaucamām govīm un piecām telītēm.

“Turamies pie piena lopkopības, lai arī piena iepirkuma cena nav iepriecinoša. Sējas darbus pagaidām neesam sākuši, jo zeme mūsupusē vēl diezgan mitra. Dzīvojam pagasta centrā, uz kūti (3 km attālumā) braucam trīs reizes dienā. Slaucam govīs divas reizes dienā, bet pusdienās braucam padzirdīt dzīvniekus un iedot spēkbarību. Paši esam izvēlējušies šādu dzīvesveidu. Ja jaunībā ko nepamainijām, tad pirms pensijas vairs nav ko mainīt. Turamies pie govīm un esam pateicīgi, ka katru mēnesi saņemam naudu un varam dzīvot. Strādājam divatā, bērni jau lieli – meita dzīvo Rīgā, dēls – Balvos,” stāsta Iveta. Pavasaris viņai ir ražīgs ar stādiem – audzē puķu un tomātu stādījumus pašu vajadzībām. Pie mājas vairāk aug ziemcietes (tulpes, narcises, peonijas un citas puķes), bet pie saimniecības ēkām, kur uzcelta pirtīņa un ierīkota atpūtas vieta, drīz sāks koši ziedēt vasaras puķes, ražos vīnogas, ogulāji un augļukoki.

Uz jautājumu, vai gaida ko no novada vai valsts vadības, Iveta nosaka: “Lai mazāk tērē naudu!” Savukārt, runājot par laika apstākļiem, saimniece cer uz labāku gadu: “Izskatās, ka drīzumā ziedēs ābeles. Kaut nenosaltu! Un vasarā lai nav ilgstošs sausums! Lai cīnās lauku ļaudis un nebrauc prom! Iespējams, ar laiku lielie lauksaimnieki pārņems saimniecības, jo zeme taču nekur nepazudīs. Jaunie, kā izskatās, nez vai gribēs strādāt laukos.”

Kopā ar palīgu. Mājas sargs Lācītis labprāt brauc kopā ar Aigaru traktorā (saimniecībā ir divi traktori un sagādāta visa nepieciešamā tehnika) un ik dienu kopā ar mājiniekiem mašīnā dodas pie govīm.



Foto - no personīgā arhīva

Pastaigā. Ināra smeļ, ka ik gadu, kad gotiņām dzima telītes, vienmēr lika ierastos vārdus – Venta un Gauja. Šogad dzimušajām telītēm beidzot uzdrošinājusies iedot citus vārdus, kuru izvēlē palīdzējis kalendārs.

Telītes nav pieprasītas. I.Zelča atklāj, ka potenciālie pircēji, interesējoties par teliņiem, uzreiz taujā par to šķirni. Uzzinot, ka tie ir piena, nevis gaļas šķirnes telēni, interese pazūd. Saimniece vēlētos telītes ar skaistajiem vārdiem – Gerda un Ella – pārdot audzēšanai, bet nav gribētāju. Prieks, ka mazbērni (foto – mazmeita Melānija ar telīti) labprāt palīdz kūts darbos – baro vistas un trušus, dzirda teliņus.



Saimnieces vaļasprieks.

Iveta atklāj, ka gandrīz ik ziemu apgūst ko jaunu. Šoziem, piemēram, pašmācības ceļā iemācījusies adīt plecu lakatus ‘enterlac’ tehnikā (adījums no atsevišķiem it kā savstarpēji sapītiem kvadrātiem). Pavasarī un vasarā, kad darbi sākas

agri ritā un beidzas vēlu vakarā, saimniecei tik apiet ap māju un aplūkot, kā augi pārziemojuši, kas sadīdzis vai uzziedējis. Tas ir kā sava veida rituāls. Pie mājas viņa pati pļauj zālāju, jo labāk pārzina, kur un kas iestādīts, bet saimniecības teritorijā zāles pļaušana ir saimnieka pārzinā.



Foto - no personīgā arhīva



Foto - no personīgā arhīva



Foto - no personīgā arhīva

Kūti. Piena lopkopībā Aigars (foto) un Iveta pieraduši, ka gadu gadiem jāstrādā bez brīvdienām. Tomēr nesūdzas. Iveta saka: “Kaut tā būtu arī turpmāk, ka nevajadzētu no citiem ko lūgt un prasīt.”



Foto - no personīgā arhīva

Zilsniedzītes. Mājas apkārtnē Ivetai jau sakopta, uzziedējušas pirmās puķītes.

Volejbols

Izcīna trešo vietu Latvijā

Augsts sasniegums
nacionālā mērogā!



Laikrakstā "Vaduguns" jau rakstijām, ka 13. un 14. martā Rīgas Volejbola skolas un Daugavpils volejbola sporta skolas zālēs notika Latvijas Jaunatnes čempionāta reģionālais finālposms volejbolā "U-12" grupas zēniem. Par iespēju iekļūt finālposmā un mājup pārvest medaļas jau no paša turnīra sākuma cīnījās 40 komandas.

Sacensībās mūspusi pārstāvēja divas komandas – baltinaviēši ieguva 13. vietu, bet Viļakas komanda pēc divu dienu spraigām cīņām izcīnīja godalgoto 3. vietu. Tas viņiem deva iespēju startēt finālposmā Rīgā, kur no 6. līdz 7. aprīlim notika cīņas par 1. – 16. vietu. Un Viļakas komandas zēni trenera Ervīna Veļķera vadībā nelika vilties! Pirmajā dienā puīši spēlēja "B" apakšgrupā kopā ar Talsu

novada Sporta skolu, Dundagas 1. komandu, Kuldīgas novada Sportu skolu, Skrundas un Aizkraukles novada 2. komandu. Pēc pirmās dienas mačiem Viļakas puīši ierindojās 1. vietā, kas nozīmēja, ka zēniem bija jādodas cīņā jau par augsto 1. – 4. vietu. Spēles par to notika starp Rīgas Sporta skolas 5. un 7. komandu, kā arī Aizkraukles novada Sporta skolas 1. komandu. Mači bija aizraujoši, un rezultātā Viļakas komanda visā čempionātā izcīnīja bronzas medaļu vērtu 3. vietu!

Balvu Sporta skolas direktores vietniece mācību darbā INESE PETROVA pēc ļoti veiksmīgi aizvadītā turnīra sarunā ar laikraksta "Vaduguns" žurnālistu uzsvēra, ka Balvu Sporta skolas tieši mazajiem volejbolistiem tas ir lielākais sasniegums, kāds līdz šim bijis. Viņa arī pateicās gan vecākiem par atbalstu

un sapratni, gan, protams, komandas trenerim Ervīnam Veļķerem, kurš lieliski sagatavoja zēnus čempionātam. Turklāt, ņemot vērā, ka tās bija komandu sacensības, tas prasīja divtik lielu ieguldījumu treniņprocesā. Tikmēr pats Viļakas komandas treneris ERVĪNS VEĻĶERS pastāstīja, ka galvenā panākuma atslēga bija regulāri treniņi, disciplīna laukumā un arī zēnu talants un veiksmē, bez kā šāda līmeņa turnīros neiztikt.

Jāpiebilst, ka jau šonedēļ – 19. un 20. aprīlī – reģionālo finālposmu volejbolā Aizputē aizvadīs "U-13" volejbolisti. Lai iekļūtu finālposmā, jāiekļūst labāko sešinieka, un tam ir visas izredzes. Savukārt 27. un 28. aprīlī par 7. – 11. vietu cīnīsies "U-19" grupas volejbolisti, kur ir īpaši liela konkurence. Turam ikškus!



Ar kausu un medaļām!

Viļakas komanda: pirmajā rindā no labās puses – Kristers Locāns, Ričards Kokorevičs un Ričards Krūklis. Otrajā rindā no labās puses – Roberts Bukovskis, Roberts Melāns un Martins Vrubļevskis. Trešajā rindā no labās puses – Latvijas volejbola izlases kandidāts Renārs Jansons un Viļakas komandas treneris Ervīns Veļķers.

Foto - no personīgā arhīva



Foto - Artūrs Stiebrņš

Neatļaidīga cīņa! Kas zin', varbūt kāds no zēniem, kuri startēja Latvijas Jaunatnes čempionātā volejbolā, kādreiz sasniegs arī tādu meistarības līmeni, kas viņiem ļaus pārstāvēt Latviju starptautiskos turnīros arī pieaugušo volejbola izlasē.

Komandu sestais spēlētājs. Jaunajiem volejbolistiem nenovērtējams palīgs bija arī sestais spēlētājs jeb līdzjutēji. Savējos atbalstīja gan lieli, gan, kā redzams attēlā (otrais no kreisās puses), arī paši mazākie volejbola entuziasti!



Foto - Artūrs Stiebrņš

Robežsargi mājup pārved godalgas

Viļakas pārvaldei – sudraba medaļas



Foto - S. Rapša, Valsts robežsardzes koledža

Valsts robežsardzes koledžas Profesionālās un taktiskās apmācības centrā Rēzeknē aizvadītas Valsts robežsardzes čempionāta sacensības basketbolā, kurās startēja septiņas komandas.

Valsts robežsardzes koledžas vadītāja palīdze Diāna Deņisova stāsta, ka komandas tika sadalītas divās apakš-

grupās pēc pagājušā gada rezultātiem, aizvadot apļa spēles. "A" apakšgrupā spēlēja Valsts robežsardzes koledžas, Valsts robežsardzes Ventspils un Viļakas pārvalžu komandas. Savukārt "B" apakšgrupu pārstāvēja Valsts robežsardzes Ludzas, Rīgas, Daugavpils un Aviācijas un speciālo operāciju pārvalžu komandas. Turpinājumā apakšgrupu trešo vietu ieguvējas cīnījās par 5. vietu, bet pirmo divu vietu ieguvējas tikās

pusfinālos, uzvarētājiem cīnoties par zelta medaļām un 1. vietu, bet zaudētājiem – par bronzas medaļām un 3. vietu. Spraigā un aizraujošā cīņā par sacensību uzvarētājiem kļuva basketbolisti no Daugavpils pārvaldes, 2. vietu ieguva Viļakas pārvaldes komanda, bet 3. vietā ierindojās Valsts robežsardzes koledža.

Attēlā (pirmā no labās puses) – Viļakas pārvaldes komanda. Lappusi sagatavoja A. Ločmelis

Infrastruktūra, ko varēs novērtēt un izmantot ikviens iedzīvotājs

Balvos top jauni pontoni



Foto - A. Kirisanovs

Darba procesā. Attēlā pa kreisi redzams pontons ar lielo platformu, kas atrodas pretī Balvu muižai. To pēc izbūvēšanas darbinieki (apakšējā attēlā) nogādāja savā atrašanās vietā. Savukārt attēlā pa labi redzams pontons pie peldvietas Dzirnauvu ielā (starp "Wake up Balvi" un Balvu Sporta skolu). Vēl viens pontons ir pie pludmales volejbola laukuma, bet pontons, kas atradīsies pie pansionāta "Balvi", vēl top.

Biedrības "VadiVidi" pārstāvis Ivars Bleive stāsta, ka ikviens no četriem pontoniem būs publiska infrastruktūra, ko varēs izmantot katrs iedzīvotājs. "Tas viss jūsu ērtībām," uzsver balvenietis. Tāpat jāpiebilst, ka šī nav pirmā biedrības "VadiVidi" un viņu atbalstītāju realizētā iniciatīva, kas sniedz labumu visai sabiedrībai un ir kā turpinājums Balvu pilsētas vides uzlabošanā un labiekārtošanā. Proti, kā zināms, pagājušā gadā Balvos tika atklāts arī suņu pastaigu un treniņu laukums "Vilku ieleja", kur mūsu četrkājaino draugu saimnieki saviem mīļiem var ļaut brīvi izskrieties, socializēties un kvalitatīvi trenēties. Suņu laukums ir iežogots, tajā izvietotas arī vairākas suņu barjeras, nojumīte ar krēsliem un galdiem, kā arī ierīkots apgaismojums.

Balvu pilsētas iedzīvotāji ievērojuši, ka ezera krastos jau laiciņu rosās strādnieki, būvējot koka pontonus. "Kad darbus plānots noslēgt un kā vajadzībām pontoni tiek būvēti?" jautā lasītāji.

Balvu novada pašvaldības vecākais sabiedrisko attiecību speciālists KRISTIĀNS BOKTA informē, ka kopumā, lai nodrošinātu piekļuvi Balvu ezeram, plānots uzstādīt četrus pontonus. Lai realizētu šo iniciatīvu, pagājušā gada 28. decembrī Balvu novada domes deputāti lēma, ka pašvaldība biedrībai "VadiVidi" piešķir līdzfinansējumu 7744,95 eiro apmērā. Savukārt darbu kopējās izmaksas ir 52744,95 eiro, no kurām lielākā daļa ir 45 000 eiro – Eiropas nauda.

Milzīgs kopdarbs

Tikmēr biedrības "VadiVidi" pārstāvis IKARS BLEIVE sarunā ar laikraksta "Vaduguns" žurnālistu pastāstīja, ka pontonu būvniecība – no idejas rašanās brīža līdz tās realizēšanai – ir milzīgs kopdarbs, par ko viņš pateicīgs ikvienam tajā iesaistītajam: "Sākotnēji idejas galvenais kurators un virzītājs bija nu jau bijusī Balvu pilsētas pārvaldes vadītāja Maruta Castrova, kura domu par šādu pontonu nepieciešamību iesakņoja daudzu cilvēku prātos. Savukārt jau tālākais darbs bija biedrības "Ziemeļlatgales partnerība" un tās valdes priekšsēdētājas Ievas Leišavnieces rokās. Nu un rezultātā šobrīd mēs jau straujiem soļiem tuvojamies darbu noslēgumam, jo pilnība pontonu būvniecību un uzstādīšanu paredzēts pabeigt līdz maija sākumam." Bet kur tieši tie

atradīsies?

I. Bleive ir viens no "Balvu Roņu" klubiņa dalībniekiem, kuri gada aukstajos mēnešos draudzīgā kolektīvā lien āliņģos un aizvadītajos mēnešos ļoti veiksmīgi startējuši arī Latvijas un pat pasaules mēroga sacensībās ziemas peldēs. Ņemot to vērā, viens no uzbūvētajiem pontoniem atradīsies pie peldvietas Dzirnauvu ielā, kuru varēs izmantot arī *roņi*, tādējādi padarot ērtāku piekļuvi ūdenim. Turklāt iegādāts arī ledus aerators, ar kā palīdzību ziemas pelžu entuziasti Balvu ezerā varēs nodrošināt no ledus brīvu ūdens laukumu. "Otrs pontons atradīsies pie pludmales volejbola laukuma, lai sportisti – gan bērni un jaunieši, gan arī pieaugušie – pēc spraiģiem volejbola mačiem un treniņiem varētu ērti nokāpt pa pontona trepītēm un ļauties atveldzējošām vasaras peldēm. Jāuzsver, ka cilvēku ērtībām uzbūvētas katram no kopumā četriem pontonom. Tāpat, kā zināms, pludmales volejbola laukums vasaras mēnešos ir ļoti noslogots, tādēļ šis pontons sportistu ikdienu noteikti darīs krietni komfortablāku," stāsta I. Bleive.

Pontonu atrašanās vietas – īpaši izvēlētas

Arī lemjot par pārējo pontonu atrašanās vietām tika īpaši padomāts, lai tos savām vajadzībām varētu izmantot ikviena sabiedrības daļa – ne tikai vietējie iedzīvotāji, bet arī pilsētas ciemiņi. "Trešais pontons atradīsies pretī Balvu muižai, kas vairāk paredzēts kultūras baudītājiem, tūrismam un arī dažādiem ikdienas vaļaspriekiem, piemēram, makšķerēšanai. Savukārt galvenā iecere ir, ka to varēs izmantot Ēriks Kanaviņš un viņa plost "Vilnītis", kas ir viena no Balvu pilsētas vizītkartēm.

Pietauvojoties pie pontona, uz plostu varēs uzņemt tūristus, lai viņiem izrādītu Balvu pilsētas ainu no ezera skatpunkta. Ļoti ceram, ka šis pontons būs ērts izmantošanai arī peldošajai pirtij. Iespējams, šo pontonu varētu izmantot arī dažādos kultūras pasākumos, piemēram, daudzu iedzīvotāju iecienītajā brīvdabas pasākumā "Mūzika saulrietam" vai arī jebkurās citās aktivitātēs. To var izmantot arī mākslinieku studijas, piemēram, gleznojot pilsētas saulrietu. Kāpēc gan nē? Ņemot to visu vērā, šis pontons izbūvēts ar lielāku platformu. Visbeidzot ceturtais pontons tiks izvietots pie pansionāta "Balvi". Kāpēc tieši tur? Tā ir cieņas izrādīšana pansionāta iemītniekiem, lai viņiem nodrošinātu ērtu piekļuvi Balvu ezeram – īpaši vecāka gadagājuma cilvēkiem un tiem, kuri ir ierobežoti savās kustībās," informē biedrības "VadiVidi" pārstāvis.



Padomāts gan par ziemas peldētājiem un volejbolistiem, gan arī par kultūras baudītājiem un pansionāta iemītniekiem.

Re, kā!

Laikraksta "Vaduguns" redakcija saņēma lasītājas aicinājumu

Par nešķirotajiem atkritumiem Miera kapos Viļakā

"Kārtējo reizi pārliecinātos, ka latvieši neprot lasīt latviski! Pie katras kapsētas kaudzes uzstādīti uzraksti latviešu valodā, ka atkritumi ir jāšķiro! Proti, lapas jāmet kopējā kaudzē, bet polietilēna maisiņi, plastmasa, stikls – atsevišķi jeb speciāli šiem atkritumiem novietotos maisos. Dzīvojam Eiropas Savienībā, bet uzvedamies kā cūkas! Visu saliekam vienā maisā un izmetam kopējā kaudzē. Un pēc tam kādam jāiet un šajās kaudzēs izmestos atkritumus jāšķiro!" nopietni padomāt par savu attieksmi aicina Viļakas Miera kapsētas pārzine Biruta Narubina.

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

Der zināt

Monitoringa darba kārtošana nav obligāta

Izglītības un zinātnes ministrija apstiprina, ka 2023./2024.mācību gadā 12.klases skolēniem nav obligāti jākārt monitoringa darbi fizikā, ķīmijā vai bioloģijā optimālajā apguves līmenī, kā arī dabaszinībās vispārīgajā apguves līmenī. Šajā mācību gadā pirmo reizi vidusskolā norisināsies monitoringa darbi STEM mācību priekšmetos – fizikā, ķīmijā, bioloģijā un dabaszinībās, un to mērķis ir izveidot eksāmena saturu, ko jau no 2025./2026. mācību gada vidusskolu beidzēji kārtos kā obligāto centralizēto eksāmenu. Ņemot vērā, ka šis mācību gads ir pārejas posms monitoringa darbu ieviešanā, 12.klases skolēniem dalība monitoringa darbā šogad nav obligāta. Arī 11.klases skolēni, kas jau tagad zina, ka 12.klasē kārtos augstākā līmeņa eksāmenu bioloģijā, ķīmijā vai fizikā, monitoringa darbu var nepildīt. Savukārt uz tiem skolēniem, kas monitoringa darbu kārtos, neattieksies prasība par valsts pārbaudes darba minimālo kopvērtējumu, t.i. 15%, un monitoringa darba rezultāts neietekmēs skolēnu mācību sasnieguma rezultātu. Monitoringa darbi fizikā, ķīmijā un bioloģijā norisināsies 24.aprīlī, dabaszinībās – 30.aprīlī, bet papildtermiņā – 8.maijā.

Labvēlīgāki nosacījumi mazajām lauku saimniecībām

Valdība 2.aprīlī apstiprināja Zemkopības ministrijas sagatavotos grozījumus Ministru kabineta noteikumos par valsts un Eiropas Savienības atbalsta piešķiršanu ieguldījumiem mazajās lauku saimniecībās, nosakot mazajiem uzņēmējiem labvēlīgākus nosacījumus atbalsta saņemšanai no Lauksaimniecības fonda lauku attīstībai (ELFLA). Precizējumi noteikumos paredz palielināt lietotas tehnikas uz iekārtu vecumu no 5 līdz 10 gadiem, tādā veidā ļaujot lauksaimniekiem iegādāties tehniku par pieņemamāku cenu. Precizēta arī atbalsta intensitāte, nosakot, ka 50% atbalsta intensitāte tiek piemērota lauksaimniecībā izmantojamiem traktoriem, savukārt pārējiem ieguldījumiem piemērojama 85% atbalsta intensitāte. Ir svītrotā prasība par pārskata iesniegšanu pēc projekta pabeigšanas. Turpmāk Lauku atbalsta dienests visā uzraudzības periodā pārbaudīs un uzraudzīs saimnieciskās darbības rādītājus ar datu bāzēs esošo informāciju.

Uz atbalstu var pretendēt mazā saimniecība, ja:

- ♦ gada kopējais apgrozījums pēdējā noslēgtajā gadā nepārsniedz 15 tūkstošus eiro,
- ♦ saimniecība ir reģistrēta Uzņēmumu reģistrā vai saimnieciskā darbība ir reģistrēta Valsts ieņēmumu dienestā (pirms projekta iesnieguma iesniegšanas),
- ♦ dzīvesvieta vai juridiskā adrese ir deklarēta lauku teritorijā,
- ♦ kopējā īpašumā esošās un nomātās lauksaimniecībā izmantojamās zemes platība nepārsniedz 100 hektārus.

Atbalsta apmērs saimnieciskās darbības attīstībai ir līdz 30 tūkstošiem eiro no Eiropas Lauksaimniecības fonda lauku attīstībai (ELFLA). Plānošanas periodā mazā saimniecība var iesniegt vairākus projektus. Projektam ir jābūt saistītam ar lauksaimniecības produktu ražošanu, kā arī projekts var būt vērst uz tūristu apmeklējumiem, piedāvājot savu saražoto produkciju (šādi ieguldījumi nedrīkst pārsniegt 40% no projekta attiecināmajiem izdevumiem). Tāpat var tikt veikti ieguldījumi klimata pārmaiņu mazināšanā, lauksaimniecības dzīvnieku labturībā, energoefektivitātes palielināšanā. Lai īstenotu projektu, mazai saimniecībai jāizvirza sasniedzamais projekta īstenošanas mērķis, kas pēc atbalsta saņēmēja izvēles var būt apgrozījuma palielinājums vai ražošanas resursu ražošanas efektivitāte, vai citi izaugsmes rādītāji, kas saistīti ar konkurētspēju vai produktivitāti. Projektu iesniegumu pieņemšanas kārtā pasākuma atbalstam plānota šā gada maija beigās vai jūnija sākumā.

Izdod jaunu pastmarku

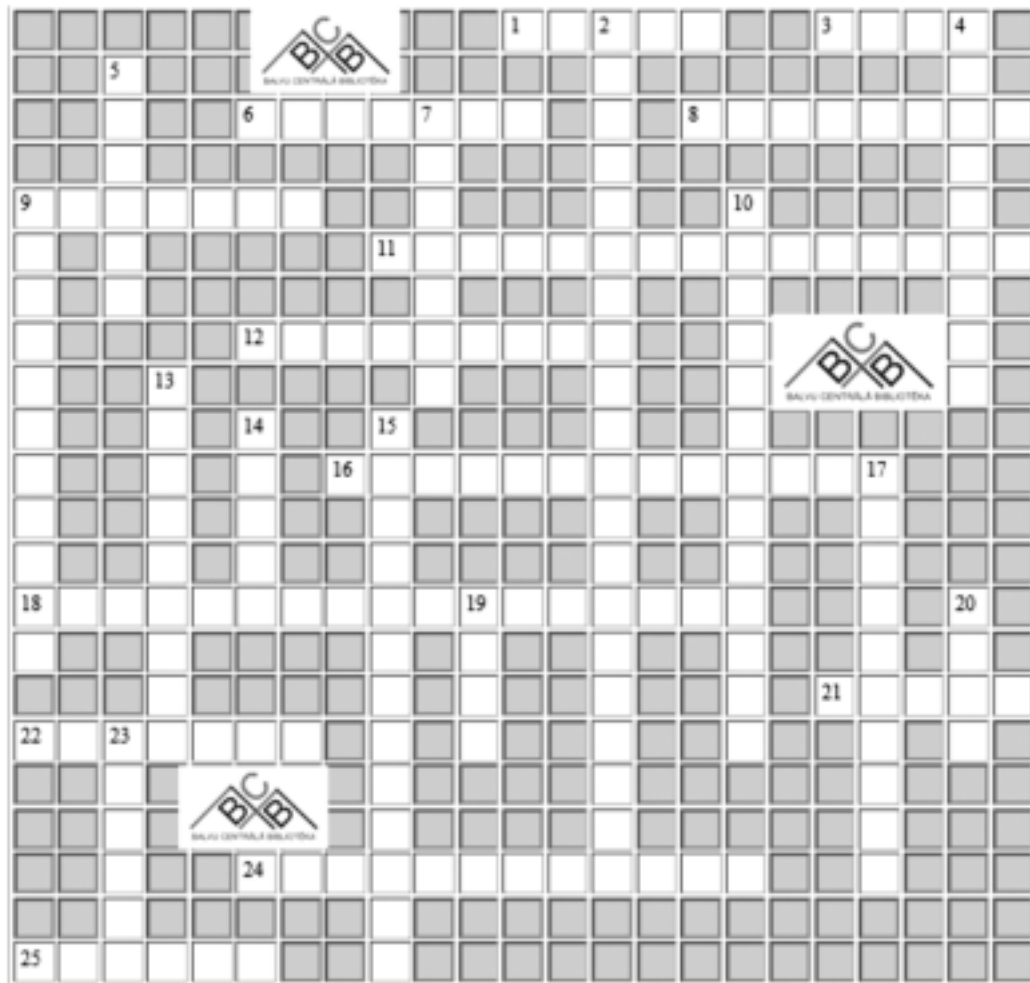
12.aprīlī Latvijas Pasts izdeva jaunu pastmarku un aploksni, kas veltīta Latvijas nemateriālajam kultūras mantojumam – Gaujas plostniekiem. Jaunajā pastmarkā ir attēloti seši koku pludinātāji uz Gaujas senielejas ainavas fona. Veltījumu Gaujas plostnieku amata prasmēm papildina aploksne. Filatēlijas izdevumu dizaina autors ir mākslinieks Ģirts Grīva. Jaunizveidotās pastmarkas nominālvērtība – 1,88 eiro.

Prātnieks 4. kārtā

Atbildes uz konkursa jautājumiem gaidīsim līdz nākamā mēneša pirmajam datumam Balvu Centrālajā bibliotēkā, zvanot uz tālruni 64522111vai elektroniski uz e-pastu: evita@balvurcb.lv

Horizontāli

1. Latīniskais nosaukums ir *Castor*.
3. Somu igauņu tradicionālais ēdiens, kas veidots no kviešu, miežu graudiem un sausa-jiem zirņiem. 6. Navigācijas instruments Zemes debes-
pušu noteikšanai. 8. Ernana Diasa romāns. 9. Koki Āfrikā, kas plašāk zināmi kā dzīvības koki. 11. Dailis teātra aktieris. 12. Pasaulē atpazīstama un atzīta "Junior Achievement" karjeras izglītības programma. 16. Aprīļa mēneša m ā k s l i n i e c e Zvaigznes grāmatnīcās. 18. Novadnieks, pētnieks, grāmatas "Latviešu buramvārdi. Teksti, tradīcijas, konteksti" autors. 21. Nervu sistēmas izraisīts dabīgs stāvoklis, kad organisms atpūšas, atjaunojas. 22. Rubenis jeb... 24. No 1995. līdz 2000.gadam bija Valmieras Drāmas teātra galvenais režisors. 25. Pavasara saulītē tās palēnām izlien no saviem slēpņiem.



Vertikāli

2. Novadniece, dzejniece, folkloras teicēja, dzimusi Domopoles pagasta Slavītu ciemā, šogad apritētu 100 gadi. 4. Kvalificēts strādnieks, kas praktiski un patstāvīgi veic darba uzdevumu izpildi koku kopšanā gan privātajā, gan publiskajā ārtelpā. 5. Bumbas spēle, izmantojot raketi un bumbiņu, spēlējot slēgtā telpā jeb kortā. 7. Aprīļa mēneša vārda dienas gaviļnieks. 9. Pavasarī vairāku nedēļu garumā ir iespēja katru dienu ūdens vietā dzert atsvaidzinošas un veselīgas... 10. Nosaukums latviešu folkloras krātuves digitālajam arhīvam. 13. Valsts Balkānu reģionā, Eiropā. Tās krastus apskalo Adrijas jūra. 14. Kukaiņi, kuri ir radniecīgi lapsenēm un skudrām. 15. Mazputniņš ar baltu pieri, kura knābis maina krāsu. 17. Aklās zarnas piedekļa iekaisums. 19. Vidēji lieli plēsēji. Tiem ir raksturīgas īsas astes, ausu pušķi un garas ūsas. 20. Tie tiek izmantoti gan aizsardzībā, gan uzbrukumā pret citiem dzīvniekiem. 23. Sāk ziedēt aprīlī, bet vēlās šķirnes zied līdz pat jūnija sākumam.

Konkursa "Prātnieks" 3. kārtas atbildes

Vertikāli: 1.Ķīvīte. 2.Mēnesszivs. 3.Pavasaris. 4.Lazda. 6.Tadžmahāls. 7.Triju Zvaigžņu ordenis. 9.Natālija Zondaka. 10.Pūpolsvētdiena. 12.Veselība iekšā. 15.Palmu svētdiena. 16.Māras diena. 17.Plakanā pēda. 19.Lieldienas. 20.Sīpolu mizas.

Horizontāli: 2.Mušas. 5.Zaķiem. 8.Botāniskais dārzs. 11.Ola. 13.Irezumi. 14.Vārnas. 18.Nanija. 21.Sniegpulkstenītes. 22.Vilīs Plūdons. 23.Tērvetē. 24.Ērces. 25.Sauls panelis. 26.Ciglītis.

Pareizas atbildes iesūtījuši:A.Mičule, I.Svilāne, I.Homko, Ļ.Baranova, Ā.Zeltkalne, L.Mežale, E.Barkāne, M.Paidere, Z.Pulča, J.Pošeika, A.Ruduks.

Balvu no apgāda "Zvaigzne ABC" saņem ĻUBA BARANOVA no Balviem. Pēc balvas griezties Balvu Centrālajā bibliotēkā.



Palauzi galva

Piedāvājam pašlaik Eiropā populārāko galvas laužišanas miklu, kuru atrisinot, iespējams jūs saņemsiet pārsteiguma balvu. Tukšajos laukumos ielieciet ciparus tā, lai katrā mazajā kvadrātā un visos kopā horizontālajās un vertikālajās rindās nebūtu divu vienādu ciparu. Atbildes gaidām līdz 20. aprīlim.

3. kārtā

	8			1	4		9	
							1	
		6		2	9		5	8
2		4	9				1	3
	3		8	4	2		6	
6	9				3	7		2
1	4		2	6		5		
		9						
	6		4	9			8	

Pareizas atbildes iesūtīja: V.Mancevičs, Ļ.Baranova, A.Ruduks, Z.Pulča, M.Reibāne, M.Pretice, V.Šadurska, E.Barkāne, L.Krilova, I.Dzergača, V.Baranovs, V.Gavrjušenkova, M.Sleža, M.Bleive, N.Zelča (Balvi), V.Krēmere (Susāju pagasts), A.Mičule (Tilža), I.Husare (Rekova), V.Ločmele (Lazdukalns), N.Mantone (Bērzkalnes pagasts), S.Kobzeva (Naudaskalns), S.Petrova (Viļaka), Z.Šulce (Liepāja).

2.kārtā veiksmē uzmaidīja IRINAI HUSAREI no Rekovas. Pēc balvas griezties redakcijā.

Lappusi sagatavoja E.Gabranovs

Sargāsim sevi

Ērces modušās un ir ļoti aktīvas

Sākoties pavasarim, kad sniegs nokūst un temperatūras stabiņš pārsniedz +3 līdz +5°C, ērces sāk kļūt aktīvākas. Tādēļ, baudot silto sauli pie dabas, jābūt domāt arī par to, kā pasargāt sevi no ērcēm. Kā aizsargāties un kādi līdzekļi palīdzēs atbaidīt ērces, stāsta farmaceits KONSTANTĪNS ČERJOMUHINS.

Kad ir jābūt uzmanīties no ērcēm?

“Lai gan ērcu aktīvais periods pārsvarā saistās ar vasaru, tās sāk kļūt aktīvas jau agrā pavasarī (kad gaisa temperatūra sāk pārsniegt +3°C robežu) un ir sastopamas dažādās vietās,” stāsta farmaceits K.Čerjomuhins. Apskatot ērcu aktivitāti pa mēnešiem, varētu teikt, ka martā un aprīlī ērcu aktivitāte ir zema, maijā un jūnijā tā ir augsta un parazīti rada maksimālu bīstamību, jūlijā un augustā aktivitāte ir vidēja, bet septembrī un oktobrī tā atkal ir zema.

Ērcu pamošanos veicina sniega kušana un stabili silts laiks. To aktivitāte parasti sākas aprīlī un maijā, bet sezonas beigas ir septembrī vai oktobrī, kad temperatūra pazeminās un laikapstākļi kļūst mitri. Tajā pašā laikā pirmie gadījumi, kad ērces ir piesūkušās, sākas jau martā. Ērcu aktivitāte ir atkarīga no gaisa temperatūras, tāpēc ir vērts sekot laikapstākļiem dažādos reģionos.

Kā pasargāt sevi no ērcēm?

Lai pēc iespējas labāk pasargātu sevi un savus mīļos no ērcēm, farmaceits dalās ar padomiem, kuri palīdzēs izvairīties no ērcu piesūkuššanās un pēc iespējas mazināt infekciju iegūšanas risku.

Vakcinējieties pret ērcu encefalītu! Visbiežākā slimība, ar kuru var inficēties, ērci piesūcoties, ir ērcu encefalīts. Lai no tā izvairītos, ir iespēja jau iepriekš vakcinēties. Vakcinācija notiek saskaņā ar noteiktu shēmu. Vispirms tiek veikta pirmā vakcinācija, pēc 1–3 mēnešiem – otrā, bet pēc vēl 12 mēnešiem – trešā. Tāpat ir nepieciešams veikt revakcināciju ik pēc 3 gadiem. Imūnā aizsardzība pret encefalītu sāk darboties pēc otrās devas, bet trešā deva veido ilgtermiņa imunitāti. Ir svarīgi stingri uzraudzīt laiku starp vakcinācijas reizēm, jo noteiktā vakcinācijas grafika neievērošana var traucēt pilnvērtīgas

imūnās atbildes attīstību. Vakcināciju var veikt jebkurā gadalaikā, bet labākais risinājums būtu to ielānot laikus, lai līdz aprīlim jeb līdz ērcu aktīvās sezonas sākumam imunitāte jau būtu sākusi veidoties.

Valkājiet apģērbu, kas pēc iespējas vairāk aptver ķermeni! Tas ir īpaši svarīgi, apmeklējot parkus un meža teritorijas, kur ir visvairāk ērcu. Apģērbam jābūt vieglam, gaišam un vienkāršam, lai vieglāk pamanītu ērces. Ķermeņa augšdaļai ieteicams valkāt drēbes ar garām piedurknēm un apkakli, kas piekļaujas tuvu kaklam. Apakšējai daļai priekšroka jādod biksēm, nevis šortiem. Cilvēki, kuri daudz ceļo, var iegādāties tā saucamos pretencefalīta tērpus, kas palīdzēs aizsargāties no ērcēm.

Izmantojiet aizsarglīdzekļus! Aptiekās ir pieejami dažādi repelenti jeb līdzekļi aizsardzībai pret ērcēm un citiem kukaiņiem. Repelentu veidi ir dažādi, un katrs var atrast piemērotāko, piemēram, ir pieejami šķidrums, aerosoli, krēmi un emulsijas. Tāpat ir pieejami repelenti gan ar dabīgām sastāvdaļām, gan ar sintētiskām. Ir repelenti, kas jāuzklāj uz atklātām ādas vietām, bet ir tādi, kas lietojami tikai uz apģērba. **Vienmēr pievērsiet uzmanību repelentu lietošanas instrukcijai!** Dažus repelentus var lietot ilgstoši, taču citiem ir stingri ierobežojumi attiecībā uz lietošanas ilgumu un personas vecumu. Izvēloties līdzekļus bērniem, pārliecināties, ka tie ir paredzēti lietošanai arī bērniem atbilstošā vecumā. Arī mājdzīvniekiem ir pieejamas speciālas kakla siksnas, kas pasargās no ērcēm. Jums piemērotāko līdzekli izvēlēties palīdzēs farmaceits.

Ko darīt, ja ērce ir piesūkusies?

Ja uz ķermeņa tiek atrasta ērce, tā ir jānoņem pēc iespējas ātrāk, – uzsver farmaceits. Vislabāk ir doties uz medicīnas



iestādi, kur to izdarīs profesionāji, bet, ja tas nav iespējams, to var izdarīt mājās apstākļos. Lai ērci noņemtu, ir jāizmanto diegs, pincete vai vislabāk specializēta pincetes veida ierīce.

Nepieskarieties ērci ar plikām un neaizsargātām rokām! Nemēģiniet izspiest ērci vai apstrādāt skarto zonu ar eļļas šķīdumiem, benzīnu vai citām līdzīgām vielām! Lai noņemtu piesūkušos ērci, satveriet ērces snukīti pēc iespējas tuvāk ādai ar pinceti vai speciālo ierīci un lēni ar apļveida kustību izvelciet to ārā, nesaspiežot ērces vēderu. Ir svarīgi atcerēties, ka ērce pilnībā jānoņem, tādēļ to nedrīkst plēst, jo pastāv risks, ka ērces galva paliks ādas iekšpusē, un tieši caur parazīta siekalām infekcijas izraisītāji nonāk organismā.

Jāmēģina izvilkēt ērci dzīvu. Pēc tam koduma vieta jāapstrādā ar spirtu vai citu dezinfekcijas līdzekli un rūpīgi jānomazgā rokas. Izņemto ērci var nogādāt laboratorijā analīžu veikšanai. Laboratorijas tests parādīs, vai ērce ir inficēta un bīstama veselībai. Kamēr gaidāt analīžu rezultātus, sekojiet līdzi ķermeņa temperatūrai, koduma vietas stāvoklim un pašsajūtai. Veselības izmaiņu gadījumā nekavējoties sazināties ar ārstu. Savukārt, ja analīzes apstiprina, ka ērce ir inficēta, ir steidzami jāsaazinās ar ģimenes ārstu vai infekcijas slimību speciālistu, lai uzsāktu nepieciešamo ārstniecību.

Lai nepārpūlētu muguru un locītavas dārza darbu laikā

Sākoties dārza darbu sezonai, ir īpaši jāpievērš uzmanība muguras un locītavu veselībai. Lai gan dārzkopība sniedz ieguvumus fiziskai un garīgai veselībai, tā prasa pielietot lielu fizisko slodzi, kas atšķiras no ikdienas slodzes, pat ja cilvēks aktīvi nodarbojas ar sportu. Atkārtotās, ikdienā neierastās kustības var ietekmēt muskuļus un locītavas, izraisot diskomfortu, sasprindzinājumu vai pat traumas. Lai šajā sezonā no tām izvairītos, farmaceite ZANE MELBERGA dalās praktiskos padomos, kā jau laikus parūpēties par locītavu un muguras veselību.

Iesildīties un sākt ar vieglākiem dārza darbiem

“Pavasarī ir klāt, un cilvēki sākuši aktīvi strādāt savos piemājas vai lauku dārzos. Dārza darbi ir jāveic apdomīgi, jo muguras un locītavu traumas rada ilgstošu diskomfortu un var ierobežot ikdienas mobilitāti. Visu gadu nedrīkst aizmirst par fiziskajām aktivitātēm. Vienā dienā izdomāt uzsākt dārza darbus pēc ziemas mazkustīgā režīma nav ieteicams. Labāk no sākuma ir sākt ar mazajiem dārza darbiem, piemēram, lapu grābšanu vai puķu stādīšanu, un pēc tam ķerties klāt fiziski grūtākiem darbiem kā celšanai un stumšanai. Dārza darbi ir kā treniņš – pirms tiem ir jāiesildās,” atgādina farmaceite Zane Melberga.

Ja pirms dārza darbu uzsākšanas cilvēkam ir bijušas locītavu vai muguras traumas, nofiksēt un pareizi pozicionēt locītavas palīdzēs elastīgās saites, teipi vai ortozes. Turklāt ieteicams ir konsultēties ar fizioterapeitu, kurš var sniegt pielāgotas modifikācijas ierastajām kustībām, kas ir piemērotas specifiskām locītavu vai muguras problēmām. Pirms dārza darbiem iekļaujot stāipīšanās vingrinājumus un saglabājot pareizu stāju, ir iespējams pareizi atbalstīt locītavas un muguru.

Svarīgi atcerēties par pilnvērtīgu uzturu

Lai stiprinātu locītavas, ir ieteicams uzņemt kolagēnu. Tā ir olbaltumviela un galvenā saistaudu sastāvdaļa, kas nodrošina normālu skrimšļu un kaulu darbību. Kolagēna izstrādi

organismā veicina C vitamīns, ko var uzņemt papildus. Tāpat nozīmīgs kaulu un muskuļu veselībai ir kalcījs. Papildu ir ieteicams uzņemt D vitamīnu, jo tas veicina kalcija un fosfora normālu uzsūkšanos un uztur normālu kalcija līmeni asinīs. Savukārt zivju eļļa, kas satur Omega-3 taukskābes, uzlabo locītavu audu struktūru.

Ikdienā, piemēram, kolagēnu var uzņemt no ilgi vārīta kaulu buljona, galerta un citiem želantīnu saturošiem pārtikas produktiem. Kalcija galvenais avots ir piena produkti. Omega-3 taukskābes var uzņemt no zivīm. Ar C vitamīnu ir bagāti augļi un dārzeņi, kā arī pētersīļi un dīgsti. Populārie zaļie smūtiņi un sulas arī ir lielisks C vitamīna avots.

Ieklausīties savā ķermenī un savlaikus pamanīt pārpūles pazīmes

Veicot dārza darbus, farmaceite Zane Melberga iesaka savlaikus pamanīt pazīmes, kas liecina, ka locītavām vai mugurai varētu būt radusies pārpūle: pastāvīgas vai atkārtotas sāpes, stīvums vai kustību ierobežojumi, pietūkums ap locītavām, ko pavada siltums vai apsārtums, čikstošas, krakšķošanas vai klikšķošanas skaņas locītavās. Ja saskaraties ar šādiem simptomiem, tos nedrīkst ignorēt. Uzreiz ir nepieciešams paņemt pārtraukumu un apdomāt citu dārza uzkopšanas nodarbi. Papildus svarīgi ir regulāri uzņemt ūdeni, jo tad organisms spēj labāk cīnīties ar fizisko slodzi. Farmaceite uzsver, ka sāpes mugurā vai locītavās ir brīdinājums par to, ka organisms ir pārpūlēts. Akūtu sāpju gadījumā ir jāvērsas



pie ģimenes ārsta un nevajadzētu pašārstēties.

Pēc dārza darbiem – ieviest atsildīšanās rutīnu

Tāpat kā pēc katras sportošanas reizes ir jāatsildās, tas ir jāpraktizē arī pēc dārza darbos pavadītas dienas. 5-10 minūtes ir jāveic stāipīšanās vingrinājumi un viegli jāizkustina visas locītavas. Pēc fiziskās slodzes var palīdzēt magnija saturoši uztura bagātinātāji, jo tie atjauno magnija rezerves organismā un samazina krampjus. B grupas vitamīni palīdz, ja pēc dārza darbiem ir parādījušās locītavu sāpes, tos ir ieteicams lietot regulāri un pirms fiziskām aktivitātēm.

Ja tomēr ir radusies trauma, var lietot pretsāpju medikamentus vai sildošas un atvēsinošas ziedes. Zane Melberga atgādina, ka atvēsinošās ziedes lieto akūtos gadījumos jeb pirmajās 24 stundās, ja ir bijusi muguras vai locītavu trauma, sastiepums, mežģijums. Sildošās ziedes savukārt izmanto lielāku un hronisku sāpju gadījumā, bet, ja ir radies iekaisums, tās nevajadzētu izmantot, jo iekaisumus nedrīkst sildīt.

