

Guntars Skutels.

Priesteris uzskata, ka reizēm visi ir traki. Tāds bija arī viņa lēmums nolekt ar gumiju Siguldā. Tur priesteris izdzirdēja arī melno humoru par to, ka nedrīkst lekt ar kājām pa priekšu, jo tad tā arī aiznesīs... "Izlecot es dziedāju: *lidoju pāri mākoņiem, dziedādams ar eņģeļiem,*" viņš atklāja.

Santa Šmite.

Uzņēmēja ir pārliecināta, ka, pieņemot drosmīgu lēmumu uzsākt kaut ko jaunu, nav jāskatās uz visu ziloni: "Mazumiņš vien ir, ja paskaties uz mazo astes vai ausu galiņu. Sperot pirmo mazo soli, automātiski enerģija radīs nākamo enerģiju."

Inta Rozīte. Uzņēmēja jokoja, ka katrs pieņemtais lēmums ir dulls.

Divi Bukši pie viena galda. Rakstnieks Aldis Bukšs (foto – no labās) klātesošajiem pavēstīja, ka uzvārdi Latgalē ir ļoti seni: "Tie ir vismaz 100-150 gadus vecāki nekā visā pārējā valstī, jo Latgalē tos sāka dot 18.gadsimta sākumā, bet Latvijā 19.gadsimta pirmajā pusē un vidū."

Dulliem pieder pasaule!

Edgars Gabranovs

Pagājušās nedēļas nogalē izskanēja devītais brīvdabas koncerts "Mūzika saulrietam", kad plostis "Vilnītis" pārtapa par skatuvi, bet Balvu ezers par akustisko koncertzāli. Tāpat biedrība "Ritineitis" sadarbibā ar biedrību "Mēs pasaulē" pārsteidza ar meistarklasēm, sarunām un stāstiem par dullām lietām un darbiem.

Aktivitātes "Dulliem pieder pasaule!" vadītājs Arnis Bukšs, iztaujājot uzņēmēju Intu Rozīti, noskaidroja, ka "Škladi", kā atzina Inta, ir vēl viens bērns, kuru intensīvi auklē jau trešo gadu. "Tas ir ļoti dārgs hobijs, jo, kā jau katrs bizness, tas nesāk pelnīt pirmajā gadā. Mēs esam vidusposmā. Savulaik vīrs Dzintars izsolē iegādājās teritoriju, kas atrodas Kubulos. Viņam bija plāns tur esošajos pagrabos turēt kartupeļus. Nezinu, kurā mirkli viņš saprata, ka kartupeļi *nerullē*, tāpēc pārgāja uz sulu spiešanu. Kad *pieslēdzos* es, šo teritoriju saskatīju kā lielisku atpūtas vietu. Līdz ar to mēs pamazām šo vietu apaudzējam ar dažnedažādiem pakalpojumiem. Nākotnē ir doma izveidot arī naktsmītnes. Ko teiktu cilvēkiem, kuri baidās īstenot savus sapņus? Ir divi varianti: turpināt baidīties, vai arī apzināt savas spējas, būt gataviem strādāt dzelzainas disciplīnas apstākļos."

Rakstnieks Aldis Bukšs, spriežot par dullumu, atklāja, ka ar rakstīšanu aizraujas no bērna kājas: "Lielās krīzes laikā strādāju bankā, tostarp kā parādu piedzinējs. Radās jautājums, kāpēc cilvēki zog, kāpēc mēģina apkrāpt viens otru? To centos noskaidrot savā pirmajā romānā. Pie vienas atbildes nonācu. Proti, tie, kuri zog, ir lieli neveiksminieki. Dullākā lieta bija tā, ka aizgāju no darba bankā, lai uzrakstītu pirmo romānu. Vai pēc tam ideja rakstīt latgaliski arī bija dulla? Kā kuram. Tas bija sapnis kopš bērnības – rakstīt latgaliski, lai cilvēki nekautrētos no latgaliskās izcelsmes. Kriminālromāna "Brāji" vērtība ir tā, ka tūkstošiem

cilvēku lasījuši par Balviem, par nacionālajiem partizāniem mūspusē." Interesanti, ka A.Bukšs pirms gada Latgales vēstniecībā "Gors", runājot par prokrastināciju jeb darbu atlikšanu uz vēlāku laiku, pārliecināti atzinis, ka viņam šādu problēmu nav. "Pateicu, un kopš tā brīža jauno romānu neesmu pabeidzis," viņš secina.

Arī uzņēmēja Santa Šmite neslēpa, ka dullas idejas un trakas lietas pārņem jau kopš bērnības. Par vislielāko pārbaudījumu viņa minēja lidojumu uz Ameriku, kur tirgoja grāmatas. "Tas bija pirmais lidojums manā dzīvē. Visam bija jānotiek ļoti skaisti, jo zināju, ka draudzene, kurai ir pieredze, lidos ar mani. Pāris stundas pirms izlidošanas saņēmu zvanu, ka viņas vīza *uzkārs*. Paraudāju un devos ceļā. Sākās kārtīgs ārpuskomforta pasākums, kas izvērtās par milzīgu piedzīvojumu turpmākās trīs vasaras. Tas iedvesmoja nebaidīties spert nākamos soļus." Tāpat Santa Šmite mudināja aizbraukt uz Indiju: "Tad jūs apjautīsiet, cik skaista ir Latvija, cik labi dzīvot te. Mums ir svaigs gaiss, mēs varam redzēt debesis, mazgāties dzeramajā ūdenī, mums ir tīra daba. Mēs esam nenormāli laimīgi." Ar ne mazāk interesantiem dulliem stāstiem dalījās arī priesteris Guntars Skutels. Atklājot recepti, kā viņu sasmīdināt, priesteris atcerējās gadījumu iz dzīves: "Iedomājieties skatu, kad pirms laulībām sāk līt lietus un auto stāvlaukumā stāvošie 70 kāzinieki sāk skriet uz baznīcu."

Atklājot koncertu, biedrības "Ritineitis" vadītāja Maruta Castrova uzsvēra, ka devīto gadu atkal uzspīdējusi saulīte: "Katram gribu teikt 'paldies' par jūsu labajām domām, par ziedojumiem, paldies par atbalstu man ne tik vieglajā brīdī. Lai mēs vienmēr esam priecīgi, laimīgi, veselīgi un dzīvesgudri!" Savukārt Balvu novada vadītājs Sergejs Maksimovs uzticīgos klausītājus mudināja skaļus aplausus veltīt Marutai un viņas komandai, lai nākamgad Balvos notiktu desmitais jubilejas pasākums.

*Turpinājums 3.lpp.

* Sākums 1.lpp.

Vasaras plenērs “ATELPA” un brīvdabas koncerts “Mūzika saulrietam” izskanējis

Biedrība “Ritineitis” kopš gada sākuma īsteno Sabiedrības integrācijas fonda projektu “Kopā būt”, kura mērķis ir veicināt dažādu sabiedrības grupu savstarpējo uzticēšanos, līdzdalību un sadarbību, iedzīvotāju iesaisti NVO, kā arī piederību Latvijai un latviešu valodai, popularizēt brīvprātīgo darbu, veicināt uzticēšanos nevalstiskajam sektoram, attīstīt biedrības “Ritineitis” kapacitāti un veikspēju.



Māli ir klāt! Keramiķe Elita Eglīte (foto – priekšplānā no kreisās), apmācot interesentus, smēja, ka māli ir klāt. Nopietni runājot, Elita ne tikai ierādīja, kas un kā jādara, bet arī atklāja specifiskas lietas. Ar lielu interesi pieredzējušās keramiķes stāstījumā ieklausījās balveniete Dita Alsiņa (foto – priekšplānā no labās), kura otro reizi dzīvē piedalījās keramikas meistardarbnīcā. “Centīšos izveidot kažim dzerramo bļodiņu. Prieks, ka Balvos ir šādas aktivitātes, kad var iegūt jaunas iemaņas. Kas zina, varbūt kādam tās pāraugs nopietnā hobijs,” Dita sprieda. Savukārt Elita atminējās, ka kādā no pasākumiem, kad lija spēcīgs lietus, izpalika gumijas paklājiņš: “Kā pie ripas pieskaries, tā sit pa nagiem. Biju elektrizējusies.” Viņa ir pārliecināta, ka ikviens var iemācīties jaunas prasmes, piebilstot: “Protams, ja ir vēlme to darīt.”



Aidā – uz koncertu! Ceļotāju klubiņa pārstāves Gunta Jākobsone no Liepājas, Anita Sāne un Silvija Zariņa no Rīgas neslēpa prieku, ka ir iespēja pabūt Latgalē, kā arī baudīt koncertu laivā.



Bija jauki. Balveniete Santa Micīte (foto – no kreisās) vadīja T kreklu apdrukšanas jeb apgleznošanas darbnīcu *stencil* tehnikā. Lūgta atklāt, ko tas nozīmē, Santa smaidot paskaidroja, ka uz krekla, izmantojot trafaretu, zīmējumu uzpūš ar krāsu: “Šādi var veidot arī grafiķu zīmējumus uz sienām. Nē, māju sienu apzīmēšana nav mans nopelns.” Iespēju kļūt par sava īpašā krekla īpašnieci pirmo reizi izmēģināja Nanija Jermacāne (foto – no labās). “Bija jauki,” lakoniski secināja viņa.



Katastrofa! Biedrības “Mēs pasaulē” vadītāja Mārīte Orniņa, kurai izdevās sagāzt koka klucīšu torni, pavēstīja, ka lielformāta spēli “Jenga” izveidojusi uzņēmēja Zanda Arnicāne: “Jāsaprot, kurā brīdī klucīši kustas vai nē. Ļoti jauki, ka sadarbībā ar biedrību “Ritineitis” un citām NVO, varam ļoti jauki piepildīt visu dienu. Tas cilvēkus izklaidē un bagātina viņu brīvdienas.” Lūgta atklāt, ko balveniešiem vēlētos pavēstīt NVO telts diskusiju dalībniece, Mārīte domīgi atzina, ka būtu forši, ja Balvi kļūtu par kūrortpilsētu ezeru krastos, piebilstot: “Ir, uz ko tiekties!”



Sākums un epilogs. Floristikas meistardarbnīcas vadītāja Skaidrīte Veina (foto – no kreisās) skaistuma radīšanas prasmes ierādīja Kristiānai Loginai no Briežuciema. “Mācāmies veidot objektus floristikas tehnikā, jo floristika nav tikai skaisti pušķi. Tā vienlaikus ir arī celtniecība un būvniecība,” zināja teikt Skaidrīte. Savukārt Kristiāna atzina, ka speciāli braukusi uz biedrības “Ritineitis” rīkotajām aktivitātēm: “Kāpēc neizmanto šādu lielisku iespēju, ja man tas interesē? Vēlos uzzināt jaunus knifiņus, rast idejas, kā veiksmīgāk veidot kompozīcijas. Šādas meistardarbnīcas cilvēkus rosina sevi pilnveidot.”



Domnīcā. NVO un iedzīvotāju domnīcā ikviens interesents varēja ģenerēt jaunas idejas biedrību attīstībai un iedzīvotāju līdzdalībai lēmumu pieņemšanā. Viņa Aleksejeva (foto) sprieda, ka ūdens atrakciju parkam jāstrādā konkrētā dienā un konkrētā laikā: “Jā, ir norādīts konkrēts telefons, tomēr, ciemiņi atbraucot, nevēlas gaidīt. Vēl ļoti vēlos, lai izbūvē velosliedzi no Naudaskalna līdz Kubuliem. Paķeriet klāt Naudaskalnu! Naudaskalnā ir lidlauks, kur var trenēties braukt gan ar velosipēdu, gan automašīnu.” Savukārt rakstnieks Aldis Bukšs, atbildot uz jautājumu, kādi uzlabojumi būtu nepieciešami, lai pilnveidotu bērnu un atpūtas iespējas Balvu pilsētā, rosināja visu Balvu pilsētas skvēru pārveidot par centru jeb atpūtas vietu bērniem, jauniešiem un ģimenēm: “Šobrīd tas ir salīdzinoši neliels. Vajadzētu apgūt visu teritoriju. Pirmkārt, skvērs ir centrā. Otrkārt, to visi redz. Treškārt, ērta iespēja piebraukt un apstāties. Ceru, ka mans sapnis kādreiz piepildīsies.”



Vakara nagla. Brīvdabas koncertā “Mūzika saulrietam” Balvu ezeru pieskandināja Andris Baltācis, Aldis Kise un Dainis Skutelis.

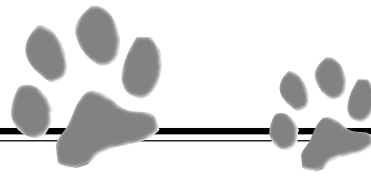


Izmanto iespēju. Anabellas Grundules un Annikas Jakovļevas māmiņa Diāna Pelaka no Apes atklāja, ka viņas atbraukušas uz ūdens piepūšamo atrakciju parku Balvos: “Uzzinot, ka turpat ir tik daudz aktivitāšu, sagaidijām arī koncertu.”



Sabiedrības integrācijas fonds

Publikācija ir sagatavota ar Sabiedrības integrācijas fonda finansējumu atbalstu no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem. Par publikācijas saturu atbild biedrība “Ritineitis”.

**Mājdzīvnieku frizētava****Higiēnas procedūras vajag katram sunim**

Irēna Tušinska

Aptuveni pirms diviem gadiem gulbeniete DINA SVECE nolēma kļūt par suņu frizieri. Domāts – darīts. Izmācījās, nopirka aprīkojumu un sāka pieņemt klientus – sākumā mājās, bet, pakalpojumiem kļūstot pieprasītākiem, aptuveni mēnesi speciāli iekārtotās telpās Gulbenes centrā. Sakopt četrkājainos mīluļus pie viņas ved suņu un kaķu īpašnieki no tuvākas un tālākas apkārtnes, tostarp arī no Balviem.

Dina atklāj, ka ideja uzsākt šādu pakalpojuma sniegšanu radās, lasot rakstu par vīru un sievu, kuri frizē suņus: “Aizdomājos, ka arī es to gribētu. Taču kursus tobrīd nevarēju apvienot ar darbu, un, tikai sākoties pandēmijai, izdevās izbrīvēt laiku apmācībām. Četrus mēnešu kursus man iemācīja, kā dzīvniekus frizēt, lai būtu pareizi un droši gan sunim, gan man. Taču lielāko zināšanu daļu, protams, ieguvu, praktiski strādājot.”

Sākumā Dina iegādājās speciālo galdu, un drīz vien uzradās arī pirmais klients. Sākumā viņa darbojās mājās. Savu pirmo čihua hua šķirnes suņuku Dina safrizēja tieši savā dzimšanas dienā. “Kādu brīdi to darīju par velti, lai cilvēki saprot, ko tas nozīmē. Atsaucība izrādījās diezgan liela, arī es pamazām uztrenēju roku,” profesionālās darbības pirmsākumus atceras dzīvnieku friziere. Diezgan ilgi Dina pakalpojumus sniedza mājās, bet aptuveni pirms mēneša iekārtoja savu frizētavu Gulbenes centrā.

Dod priekšroku dabiskumam

Līdzīgi kā cilvēkiem domātā salonā, Dina dzīvnieku sākumā mazgā, pēc tam žāvē, ķemmē, tikai tad ķeras pie apspalvojuma sakārtošanas. “Neaizraujos ar izstāžu suņu frizēšanu, jo šajā jomā man vēl vajadzētu papildināt zināšanas. Biežāk pievērsos parastiem lauku sunīšiem, kuru sakopšana mazliet atšķiras, jo saimnieki viņiem izvēlas praktiskus griezumus.” Dzīvnieku friziere uzsver, ka viņa dod priekšroku dabiskumam, tādēļ labprātāk spalvu tikai pielīdzina. Arī pats dzīvnieks tā jūtas labāk. “Saimnieki kļūdās pieprasot, lai spalvu nogriežu pavisam īsu, jo sunim tā būšot ērtāk. Tas nemaz nav tik labi, jo dzīvniekiem, kuriem ir pavilna, tā jāķemmē ārā. Nogriežot spalvu īsu, pavilna pie ādas tāpat paliks. Īsus var cirpt Jorkšīras terjerus, jo viņiem nav pavilnas, bet daudziem citiem tas nebūs risinājums. Vienkārši suns ir jāķemmē, tad spalva kļūs zidaina un plīvos vējā,” skaidro speciāliste. Dina uzsver, ka arī lauku suņus obligāti ir jākopj: “Varu ar saimniekiem padalīties, kā sunīti kopt mājās, kādas ķemmes labāk izmantot un pastāstīt par citām lietām. Nav obligāti braukt pie manis, to visu suņu īpašnieki var darīt paši. Diemžēl nereti cilvēki nepievērs uzmanību sava mīluļa apspalvojumam. Gadās, ka atved dzīvnieku, kuram dibens pilnībā aizlipis. Tad nav variantu, jāved pie friziera. Nesen sakopu vilku sugas suni, kuram tur viss bija ļoti, ļoti aizlaists. Kas tik tur apakšā nebija – netīrumi, smiltis, gruži, asinis, jo suns to visu vēl arī kasa.”

Nevajag mazgāt pārāk bieži

Taujāta, cik bieži suns jāmazgā, speciāliste teic, ka tas ir ļoti individuāli, tāpat kā cilvēkiem – kādam pie friziera jāiet katru mēnesi, citam pietiek ar reizi gadā: “Taču suņus nevajadzētu mērcēt pārāk bieži. Kaķus vēl retāk. Taču jāpievērš uzmanība ķepiņām, kur bieži vien veidojas kunkuliši, kas jāizdzen ārā.”

Dina uzsver, ka, izvēloties četrkājaino draugu, jāpadomā arī par to, kā viņu kops: “Ja gribat, lai sunim spalva ir īsa, izvēlieties taksīti, nevis grieziēt nost spalvu garspalvainam sunim. Tādam sunim būs pietiekami izveidot kažoka formu un sakopt ķepiņas. Arī špicus kādreiz bija modē frizēt kā lāciņus, atstājot apmatojumu tikai uz galvas. Taču pēc tam ataugot spalva atgādina vati, ko nevar pat īsti izķemmēt, tai nav dzīvīguma. Protams, tas izskatās smuki, bet jāpadomā arī par sekām.”

Suns nav cilvēks, tāpēc, pirmo reizi ierodoties pie grūmera (suņu friziera), nesaprot, ko ar viņu darīs. Tādēļ šīs profesijas pārstāvjiem ir tiešām jāmīl dzīvnieki. Lai pirmreizējo klientu nomierinātu un sagatavotu procedūrai, nākas viņu samīļot, aprunāties, pieradināt pie sevis. “Patiesībā suņi ir ļoti mīļi un labsirdīgi. Protams, ir arī tādi, kuri baidās, nevēlas stāvēt. Ar katru jāstrādā individuāli. Pie manis veda arī aklus un kurlus špicus šķirnes sunīti. Viņu vienmēr ļoti samīļoju, lai saprot, ka te viņam pāri nedarīs. Suns ļoti jūt cilvēka enerģiju. Pati pēc



Jaunā frizētava. 12 kvadrātmetru telpa aprīkota ar diviem speciāliem galdiem. Viens no tiem domāts četrkājainajam klientam, kurš gaida rindā. Pēc mazgāšanas vannā, uz paceļama galda suni piesien pie statīva, kas notur viņu stāvus, tad ķeras pie pārējām procedūrām. Speciālais galds, dzīvnieku cērpjamā mašīnīte, tai domātie uzgališi, profesionālā dzīvnieku kosmētika – šampūns, kondicionieris, maskas, līdzeklis pinku atšķetināšanai, aerosols spīdumam un dezinfekcijai, kas, uzpūšot pēc frizēšanas, padara spalvu mīkstu un spīdīgu – tas viss nav lēts prieks.

Foto - no personīgā arhīva



Foto - no personīgā arhīva

Četrkājainie ir jāmīl. Dina (foto) pārliecināta, ka šī profesija jāizvēlas tikai tiem, kuri no sirds mīl suņus un kaķus, jo dzīvnieki jūt cilvēka enerģiju.



Klientu vidū arī kaķi. Dina apgalvo, ka kaķiem spalvu labāk nevis cirpt, bet regulāri ķemmēt: “Tomēr ir arī klienti, kurus cērpju, bet tie ir tikai mājās kaķi. Minčiem, kuri iet ārā, to nevajadzētu darīt. Pie manis vienreiz gadā ved kādu “britu” kaķeni no Balviem, jo saimnieki paši netiek galā. Nu viņa gan tā riktīgi skaļi blāuj.”

dabas esmu mierīga, ceru, ka nododu šo enerģiju klientiem,” stāsta suņu friziere.

Vajag stingru dzīvnieku policiju

Dina atklāj, ka visgrūtāk ir strādāt ar kaķiem, jo arī viņus īpašnieki ved sakopties: “Minci nevar tik viegli nomierināt. Ja viņš ir sabijies, tad satrakojas un viss iet pa gaisu. Turklāt kaķis uz galda nekad nestāvēs. Viņš parasti saritinās kamoliņā, tādēļ frizēt viņus ir ļoti grūti. Bet lēnām mācos strādāt arī ar kaķiem.”

Gulbeniete priecājas, ka cilvēki aizvien biežāk aizdomājas par savu četrkājaino mīluļu labsajūtu. Attieksme pret mūsu mazākajiem brāļiem pēdējo gadu laikā pamazām mainās: “Ja agrāk suņa funkcija bija sargāt, tad tagad tā vairs nav aktuāla, jo visās malās pieejamas novērošanas kameras. Tagad viņus biežāk uzskata par ģimenes locekļiem.” Dzīvnieku grūmere pārliecināta, ka Latvijā būtu jāizveido stingra dzīvnieku policija, kas rūpētos par tiem astaiņiem, kuriem tiek darīts pāri. Dina pārliecināta, ka suni turēt ķēdē ir nežēlīgi. Savā darbā viņa ievērojusi, kā uzvedas tādi dzīvnieki: “To var labi pamanīt. Suņi, kas nav turēti pie ķēdes, ir dzīvespriecīgi, bet ķēdes suņi ir vienaldzīgi un depresīvi. Par viņiem man ļoti sāp sirds. Nu ir taču gan radio sētas, gan citas metodes! Kas tik nav izdomāts! Kāpēc suns joprojām jātur pie ķēdes? Kādēļ vispār jāņem suns, ja nevari to pienācīgi mīlēt?”



Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

Mazā modes dāma. Dina apgalvo, ka neaizraujas ar suņu modi: “Ar to vairāk nodarbojas suņu frizieri Rīgā. Man galvenais, lai sunim ir ērti, lai viņš ir sakopts.”

Lai apmeklējums nepārvēršas par traģēdiju

Dina atklāj, ka dzīvnieku frizētavā ne tikai mazgā un sakopj apspalvojumu, bet arī tira austiņas, griež nagus utt. “Daži sunīši, skrienot pa asfaltu, paši diezgan veiksmīgi noslīpē nagiņus, bet ir arī tādi, kuriem tie regulāri jāgriež. Pie manis ir bijuši suņi, kuriem nagiņš ir tik garš, ka sagriezies kā kliņģeris un gandrīz ieaudzis spilventiņā,” cik svarīgi sakopt dzīvnieka nagus, stāsta suņu friziere. Viņa uzsver, ka jābūt uzmanīgai arī par īsspalvaino suņu kažoku, jo arī viņiem mēdz veidoties pinkas: “Ir nopērkama īsspalvainiem suņiem domāta ķemme, ar ko, izķemmējot kažociņu, spalva kļūs spīdīga un veselīga.”

Dina iesaka savus dzīvniekus sakopt regulāri, jo citādi mīlulim friziera apmeklējums pārvērtīsies par īstām mokām: “Reiz atveda galīgi noaugušo sunīti, kam nagiņi bija sagriezušies kliņģerīšos. Kamēr dabūjam viņu tīru, abi bijām galīgi nomocījušies. Ja viņu koptu regulāri, sunītis pie šīm procedūrām jau būtu pieradis.”

Dzīvnieku frizētavas īpašniece vēlas atspēkot arī pieņēmumu, ka frizēties jāved tikai šķirnes suņi: “Tas nav tā. Vēl vairāk gaidu parastus lauku suņus. Manu darbu var dalīt divās kategorijās. Ir frizēšana un ir higiēna. Un higiēnas procedūras vajag katram sunim. Vienaļga, vai viņus vedat pie friziera, vai arī tiek galā paši, bet tas ir jādara.”

LTV 1

5.00 "Jelas garumā". Atk.
5.30 "Meža stāsti". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.02 "Ceturā studija". Atk.
6.30 "Rīta *Panorāma*".
8.35 "Liktņa lūdmnieki. Enijas bīze". Serāls.
9.30 "Solijums". Serāls.
10.30 "Alpu dakteris 16". Serāls.
11.15 "Miranda 3".
11.45 "Animācijas seriāli". Komēdijseriāls.
12.50 "Bardaks bēniņos 5". Raidījums bērniem. Atk.
13.20 "Kas notiek Latvijā?". Atk.
14.50 "Sodienas jautājums". Atk.
15.10 "Krustpunkts".
16.05 "Solijums". Serāls.
17.05 "Liktņa lūdmnieki. Enijas bīze". Serāls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.50 "Adreses". Atk.
19.15 "Stenlijs Tuč. Itālijas garšas 2". Dok. filmu cikls.
20.00 "Panorāma".
20.50 "Jauna sezona. Kultūršoks".
21.05 "Aleksis Igo. Neatrisinātā lieta". Krimināldrāma.
22.35 "Tarakāni tavā galvā". Serāls.
23.10 "Nakts ziņas".
23.25 "Midsomeras slepkavības 23". Detektivseriāls.
0.55 "Dzīvoklis". Serāls.
2.25 "LTV - 60. Zelta arhivs".
Menūts.
3.30 "Province".
4.30 "Jelas garumā". Jomas iela. Atk.

LTV 7

5.30 "Ceturā studija". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "700 pasaules brīnumi". Malatija. Atk.
6.30 "Labākais no *Euron maxx*. *Deutsche Welle* žurnāls".
7.00 "Eņģeļu iela 9. Pelnušķītes mantojums". Serāls.
7.50 "Te! Latvijas raidījums".
8.50 "Ceturā studija". Atk.
9.20 "Sajūti Latgālī". Atk.
9.45 "Satikie. Laikmeta varoņi toreiz un tagad". Viktors Kalnbērzs, Līga Pūrmale. Atk.
10.45 "Zaigalvis". Atk.
11.00 "Tiesraide. Parizes parolimpiskās spēles 2024". Vieglatlētika.
12.30 "Tiesraide. Parizes parolimpiskās spēles 2024". Degpunktā 14".

21.15 "Pirmizrāde. Kruella". Piedzīvojumu komēdija.
24.00 "Mīlestība trijēn".
Drāma.
2.05 "Favorīte". Vēsturiska drāma.
4.20 "UgunsGrēks 3". Serāls.

TV3 Life

5.00 "Viņas melo labāk 8". Serāls.
5.30 "Tīģo uzvaras balss". Kristīgā programma.
6.00 "Mīlestība bez receptes". Iepazīšanās šovs.
6.55 "Zem klāja 4".
7.55 "Ievainotie putni 2". Serāls.
8.50 "Mani remonta noteikumi 6". Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks". Serāls.
12.20 "Bagātie arī raud". Serāls.
13.10 "Šefu gaidījāt?" Kulīnārijas raidījums.
14.10 "Grejas anatomija 17". Serāls.
16.00 "Tikai tu". Serāls.
17.00 "Ģimene 2". Serāls.
19.00 "Doktors Haus 2". Serāls.
21.00 "Mazās sievietes". Romantiska drāma.
23.30 "Spīdekļi". Serāls.
0.25 "Vestnieka meita". Serāls.
1.15 "Ģimene 2". Serāls.
3.00 "Viņas melo labāk". Serāls.

TV24

6.00 "Preses klubs". Atk.
7.30 "Dabas tops". Atk.
8.00 "Ziņu Top". Rīga runā. Atk.
8.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
9.30 "Dienas personība".
10.00 "Preses klubs".
11.30 "Globuss". Atk.
12.30 "Uz līnijas". Atk.
13.00 "Preses klubs". Atk.
14.30 "Dabas tops". Atk.
15.00 "Saimnieks. Zeme. Valsts". Atk.
16.00 "Dienas personība". Atk.
16.30 "Ziņu Top". Atk.
17.00 "Preses klubs".
18.30 "Uz līnijas".
19.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
20.00 "Dienas personība". Atk.
20.30 "Ziņu Top". P.S.
21.00 "Nedēļa. P.S".
22.00 "Uz līnijas". Atk.
22.30 "Ziņu Top". Atk.
23.00 "Preses klubs". Atk.
0.30 "Saimnieks. Zeme. Valsts". Atk.
1.30 "Globuss". Atk.

LTV 1

5.20 "Pārtikas revīdents". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Skapusaite". Atk.
6.30 "Rīta *Panorāma*".
8.35 "Mīlas viesulis 19". Serāls.
9.30 "Solijums". Serāls.
10.35 "Hudsons un Reksis 6". Detektivseriāls.
11.20 "Zilā lampa". Pasaku filma.
12.20 "Animācijas seriāli".
13.25 "Kas te? Es te!" Raid. bērniem. Atk.
13.55 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.
14.35 "Aculecinieks". Atk.
14.50 "Sodienas jautājums". Atk.
15.10 "Krustpunkts".
16.05 "Solijums". Serāls.
17.10 "Mīlas viesulis 19". Serāls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.56 "Jauna sezona. Ceturtā studija".
19.30 "Miranda". Komēdijseriāls.
20.00 "Panorāma".
20.37 "Sodienas jautājums".
21.30 "1:1. Aktuālā intervija".
22.00 "Apokalipse. Otrais pasaules karš". Dok. filma.
22.55 "Nakts ziņas".
23.10 "Ceļš". Drāma.
0.55 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.
1.35 "LaLiGaBa". Latvijas literatūras gada balvas pasniegšanas ceremonija. Atk.
2.35 "Ceturā studija". Atk.
3.05 "Aculecinieks". Atk.
3.20 "Personība. 100 g kultūras". Karliņa, Elza Leimane. Atk.

LTV 7

5.15 "Personība. 100 g kultūras". Mārtiņš Brauns. Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "700 pasaules brīnumi. Malatija". Atk.
6.30 "Eiropa fokusā. *Deutsche Welle* žurnāls".
7.00 "Eņģeļu iela 9. Pelnušķītes mantojums". Latvijas TV seriāls.
7.50 "LV jaunatklāšanas raidījums *Te!*". Atk.
8.35 "Aculecinieks". Atk.
8.50 "Aizliegtais papēriens". Atk.
9.50 "Karakterīte". Atk.
10.45 "Personība. 100 g kultūras". Ieva Puķe, Anatolijs Danilāns. Atk.
12.30 "Hudsons un Reksis 3".

13.15 "Parizes olimpiskās spēles 2024". Regbija. Pusfināli un fināli viršiešiem. Atk.
15.15 "Vienmēr formā. *Deutsche Welle* žurnāls".
15.45 "Aizraujošie vilcieni maršrūtī". Dok. filmu cikls.
16.45 "Lēciens". Dokumentāla filma.
18.10 "Komisārs Reksis 4". Detektivseriāls.
19.00 "Šovakar. RUS.LSM.LV ziņas".
19.30 "Aizraujošie vilcieni maršrūtī". Dok. filmu cikls.
20.30 "Policijas iecirknis 31". Detektivseriāls.
21.15 "Nāve paradīzē 11". Detektivseriāls.
22.15 "Melns saraksts". Serāls.
23.00 "Zaiglis, viņa sieva un kanoe". Serāls.
23.50 "Parizes olimpiskās spēles 2024". BMX fristails viršiešiem. Atk.
1.05 "Parizes olimpiskās spēles 2024". Skeitboards. Fināls viršiešiem. Atk.
1.55 "Vienmēr formā. *Deutsche Welle* žurnāls".
2.25 "LV jaunatklāšanas raidījums *Te!*". Atk.
3.10 "Tuesi.lv". Atk.
3.15 "Sporta studija. Aizkulisēs". Atk.
4.15 "Personība. 100 g kultūras". Ieva Puķe. Atk.

TV 3

5.00 "Animācijas seriāli".
5.30 "Divarpus viru 4". Komēdijseriāls.
6.25 "900 sekundes".
8.45 "Kandisa Renuāra 3". Serāls.
9.55 "Rītdiena pieder mums". Serāls.
11.05 "Mani virtuves noslēpumi 5". Realitātes seriāls.
12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.
13.45 "Pamestie superprojekti 7". Dok. seriāls.
14.45 "Izmeklē Klāra 3". Serāls.
15.50 "Iesācēj". Serāls.
16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Serāls.
18.00 "TV3 ziņas īsumā".
18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.
19.10 "Bez tabu".

20.00 "TV3 ziņas".
20.45 "Degpunktā".
21.10 "Karsti. Krēta". Iepazīšanās šovs.
22.10 "Lēdija Lapsa 2". Serāls.
0.10 "Atrs un bez žēlastības: Hobss un Šovs".
Sprāga sižeta trilleris.
2.50 "Izmeklētājs Magnums 3". Serāls.

TV3 Life

5.00 "Viņas melo labāk". Serāls.
5.30 "Tīģo uzvaras balss".
6.00 "Mīlestība bez receptes". Iepazīšanās šovs.
6.55 "Zem klāja". Realitātes šovs.
7.55 "Ievainotie putni 2". Serāls.
8.50 "Mani remonta noteikumi 6". Realitātes šovs.
10.00 "UgunsGrēks". Serāls.
12.20 "Bagātie arī raud". Serāls.
13.10 "Šefu gaidījāt?" Kulīnārijas raidījums.
14.10 "Grejas anatomija 16". Serāls.
16.00 "Tikai tu". Serāls.
17.00 "Ģimene 2". Serāls.
19.00 "Doktors Haus 2". Serāls.
21.00 "Mūsu ātras kāzas". Romantiska komēdija.
22.50 "Spīdekļi". Serāls.
23.50 "Vestnieka meita". Serāls.
0.40 "Ģimene 2". Serāls.
2.25 "Viņas melo labāk". Serāls.

TV24

6.00 "Preses klubs". Atk.
7.30 "Dabas tops". Atk.
8.00 "Uz līnijas". Atk.
8.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
9.30 "Dienas personība".
10.00 "Preses klubs". Atk.
11.30 "Dr. Apinis". Atk.
12.30 "Uz līnijas". Atk.
13.00 "Kārības rullis". Atk.
14.30 "Dabas tops". Atk.
15.00 "Dr. Apinis". Atk.
16.00 "Dienas personība". Atk.
16.30 "Ziņu Top".
17.00 "Preses klubs".
18.30 "Uz līnijas".
19.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
20.00 "Dienas personība". Atk.
20.30 "Ziņu Top".
21.00 "Kur tas suns aprakts?".
22.00 "Uz līnijas". Atk.
22.30 "Ziņu Top". Atk.
23.00 "Preses klubs". Atk.
0.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
1.30 "Kur tas suns aprakts?". Atk.

2.30 "Preses klubs". Atk.
4.00 "Uz līnijas". Atk.
4.30 "Ziņu Top". Atk.
5.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.

ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.
5.30 "Izšķirtspēja 2".
6.25 "Āzija 360".
6.50 "Brīvdienas sākas tagad!".
7.45 "Latvijas stāsti".
8.15 "Spried ar *Delfi*". Atk.
9.00 "Skats no Ventspils".
9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
10.15 "Dabas spēks".
10.50 "Skats no Ventspils".
11.25 "Āzija 360".
12.00 "Izšķirtspēja 2".
13.00 "Latvijas stāsti".
14.00 "Brīvdienas sākas tagad!".
15.00 "ReTV ziņas trijos".
15.30 "Svētku kūka".
16.00 "Edienkarte".
16.30 "Skats no Ventspils".
17.00 "Skats no Ventspils".
17.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
18.15 "Spried ar *Delfi*".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".
19.15 "Vērtīgi zināt".
19.50 "Limbažu novads rada un dara".
20.25 "Edienkarte 2".
21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "Mājā un sētā".
22.05 "Izlausnās ar Gundegu Rozi".
23.15 "Brīvdienas sākas tagad".
0.15 "Spried ar *Delfi*". Atk.
1.00 "Vērtīgi zināt".
1.30 "Edienkarte 2".
2.00 "Skats no Ventspils".
2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
3.15 "Spried ar *Delfi*". Atk.
3.55 "Edienkarte".
4.15 "Izlausnās ar Gundegu Rozi".



Vēlēšanas ir kā seriāls – ar katru jauno sezonu galvenie varoņi nedaudz noveco, bet joprojām turpina spēlēt savas lomas...

Viris un sieva runā mājās. Sieva jautā:
– Mīļais, vai atceries, kurā viesnīcā mēs apmetāmies pagājušajā gadā?
– Neatceros, bet es apskatīšu divieļus...

4.

Trešdiena, 28. augusts

Vārdadienu svin: Auguste, Guste

5.10 "1:1. Aktuālā intervija". Atk.	12.20 "Hadsons un Reksis 3". Detektivseriāls.
6.00 "Latvijas valsts himna".	13.05 "Parīzes olimpiskās spēles 2024". Teniss.
6.02 "Ceturā studijā". Atk.	N.Džokovičs - R.Nadāls. Atk.
6.30 "Rīta <i>Panorāma</i> ".	15.10 "Eiropa fokusa. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".
8.35 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.	15.40 "Aizraujošie vilcēnu mašīnūt". Dok. filmu cikls.
9.30 "Solījums". Seriāls.	16.40 "Mariss Jansons. Četru orķestru stāsts". Dok. filma.
10.30 "Alpu dakters 16". Seriāls.	18.10 "Komisārs Reksis 5". Detektivseriāls.
11.15 "Miranda 3". Komēdijseriāls.	19.00 "Šovakar. RUS.LSM ziņas".
11.45 "Ēna Lorenca. Mātes mīlestība". Romantiska drāma.	19.30 "Inese pirmā!". Dok. filma par Inesi Jaunzemi.
13.20 "Vēstures skolojājs". Atk.	20.00 "Parīzes olimpiskās spēles 2024". Atklāšanas ceremonija.
14.15 "De facto". Atk.	20.55 "Tešēra. Parīzes parahlimpiskās spēles 2024". Atklāšanas ceremonija.
14.50 "Šodienas jautājums". Atk.	22.50 "Sporta studija. Aizkulises".
15.10 "Krustpunktā".	1.20 "Inspektors Luiss". Detektivseriāls.
16.05 "Solījums". Seriāls.	2.55 "Eiropa fokusa. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".
17.10 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.	3.25 "LV jaunatklāšanas raidījums <i>Te!</i> ". Atk.
18.00 "Dienas ziņas".	4.15 "LTV - 60. Zelta arhivs".
18.56 "Ceturā studijā".	4.40 "Personība. 100 g kultūras. Dairnis Dukurs". Atk.
19.30 "Miranda 3". Komēdijseriāls.	5.00 "Animācijas seriāli".
20.00 "Panorāma".	5.35 "Divarpus vīru 5". Komēdijseriāls.
20.37 "Šodienas jautājums".	6.25 "900 sekundes".
21.05 " <i>Latvijas Loto</i> izlozes".	8.45 "Kandida Renuāra 5". Seriāls.
21.20 "Kas notiek Latvijā?".	9.55 "Rīdiena pieder mums?". Seriāls.
22.50 "Nakts ziņas".	11.05 "Mani virtuves noslēpumi <i>Welle</i> žurnāls".
23.05 "Lielās patēsbas".	12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.
23.35 "De facto". Atk.	13.45 "Pamēste superprojekt 7". Dok. seriāls.
0.10 "Kuldīgas iedzemes celotājiem". Atk.	14.45 "Izmeklē Klāra 3". Seriāls.
0.40 "Pa straupei 3". Atk.	15.50 "Iesacīj". Seriāls.
1.40 "Koncerts Zakuselas studijā". <i>Dzelzs</i> vilks.	16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Seriāls.
2.25 "Pārītkas revidents". Atk.	18.00 "TV3 ziņas īsumā".
3.50 "Personība. 100 g kultūras". Rubenis, Kalis Eilands.	18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.

LTV 7

5.10 "Personība. 100 g kultūras". Atk.	5.00 "Animācijas seriāli".
6.00 "Latvijas valsts himna".	5.35 "Divarpus vīru 5". Komēdijseriāls.
6.03 "700 pasaules brīnumi. Malaizija". Atk.	6.25 "900 sekundes".
6.30 "Projekts <i>Nākothe. Deutsche Welle</i> žurnāls".	8.45 "Kandida Renuāra 5". Seriāls.
7.00 "Erģeļu iela 9. Pelnušķītes mantojums". Seriāls.	9.55 "Rīdiena pieder mums?". Seriāls.
7.50 "LV jaunatklāšanas raidījums <i>Te!</i> ". Atk.	11.05 "Mani virtuves noslēpumi <i>Welle</i> žurnāls".
8.40 "Ceturā studijā". Atk.	12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.
9.10 "Globalizācija un mēs. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".	13.45 "Pamēste superprojekt 7". Dok. seriāls.
9.40 "Rādīts Vacija. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".	14.45 "Izmeklē Klāra 3". Seriāls.
10.10 "Sajūti Latgali!". Atk.	15.50 "Iesacīj". Seriāls.
10.35 "Tues.lv". Atk.	16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Seriāls.
10.40 "Personība. 100 g kultūras. Dairnis Dukurs, Kārlis Vērdiņš. Atk.	18.00 "TV3 ziņas īsumā".
	18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.
	19.10 "Bez tabu".

TV 3

5.00 "Animācijas seriāli".	20.00 "TV3 ziņas".
5.35 "Divarpus vīru 5". Komēdijseriāls.	20.45 "Degpunktā 14".
6.25 "900 sekundes".	21.10 "Karsti. Krēta". Lepzīšanas šovs.
8.45 "Kandida Renuāra 5". Seriāls.	22.10 "Bezgalīgās debesis". Seriāls.
9.55 "Rīdiena pieder mums?". Seriāls.	23.10 "CSI Lasvegasa 2". Serials.
11.05 "Mani virtuves noslēpumi <i>Welle</i> žurnāls".	0.05 "Balts ziloms". Sprāgta sīzeta trilleris.
12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.	1.55 "Izmeklētājs Magnums". Seriāls
13.45 "Pamēste superprojekt 7". Dok. seriāls.	3.45 "UgunsGrēks 3". Seriāls.
14.45 "Izmeklē Klāra 3". Seriāls.	
15.50 "Iesacīj". Seriāls.	
16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Seriāls.	
18.00 "TV3 ziņas īsumā".	
18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.	
19.10 "Bez tabu".	

TV 3

5.00 "Animācijas seriāli".	20.00 "TV3 ziņas".
5.35 "Divarpus vīru 5". Komēdijseriāls.	20.45 "Degpunktā 14".
6.25 "900 sekundes".	21.10 "Karsti. Krēta". Lepzīšanas šovs.
8.45 "Kandida Renuāra 5". Seriāls.	22.10 "Bezgalīgās debesis". Seriāls.
9.55 "Rīdiena pieder mums?". Seriāls.	23.10 "CSI Lasvegasa 2". Serials.
11.05 "Mani virtuves noslēpumi <i>Welle</i> žurnāls".	0.05 "Balts ziloms". Sprāgta sīzeta trilleris.
12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.	1.55 "Izmeklētājs Magnums". Seriāls
13.45 "Pamēste superprojekt 7". Dok. seriāls.	3.45 "UgunsGrēks 3". Seriāls.
14.45 "Izmeklē Klāra 3". Seriāls.	
15.50 "Iesacīj". Seriāls.	
16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Seriāls.	
18.00 "TV3 ziņas īsumā".	
18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.	
19.10 "Bez tabu".	

TV24

6.00 "Preses klubs". Atk.	7.30 "Dabas topi". Atk.
8.00 "Ziņu <i>Top!</i> ". Atk.	8.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
9.30 "Dienas personība".	10.00 "Preses klubs". Atk.
10.00 "Preses klubs". Atk.	11.30 "Kur tas suns aprakts?". Atk.
12.30 "Uz līnijas". Atk.	13.00 "Preses klubs". Atk.
13.00 "Preses klubs". Atk.	14.30 "Dabas topi". Atk.
15.00 "Kur tas suns aprakts?". Atk.	16.00 "Dienas personība". Atk.
16.30 "Ziņu <i>Top!</i> ". Atk.	17.00 "Ziņu <i>Top!</i> ". Atk.
17.30 "Preses klubs".	18.30 "Uz līnijas".
18.30 "Uz līnijas".	19.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā".
20.00 "Dienas personība". Atk.	20.30 "Ziņu <i>Top!</i> ". Atk.
21.00 "Naudas cena". Atk.	22.00 "Uz līnijas". Atk.

TV24

6.00 "Preses klubs". Atk.	7.30 "Dabas topi". Atk.
8.00 "Ziņu <i>Top!</i> ". Atk.	8.30 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
9.30 "Dienas personība".	10.00 "Preses klubs". Atk.
10.00 "Preses klubs". Atk.	11.30 "Kur tas suns aprakts?". Atk.
12.30 "Uz līnijas". Atk.	13.00 "Preses klubs". Atk.
13.00 "Preses klubs". Atk.	14.30 "Dabas topi". Atk.
15.00 "Kur tas suns aprakts?". Atk.	16.00 "Dienas personība". Atk.
16.30 "Ziņu <i>Top!</i> ". Atk.	17.00 "Ziņu <i>Top!</i> ". Atk.
17.30 "Preses klubs".	18.30 "Uz līnijas".
18.30 "Uz līnijas".	19.00 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā".
20.00 "Dienas personība". Atk.	20.30 "Ziņu <i>Top!</i> ". Atk.
21.00 "Naudas cena". Atk.	22.00 "Uz līnijas". Atk.

ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.	5.30 "Izskirtspēja 2".
6.25 "Ēdienkarte 2".	6.50 "Mājā un sētā".
7.15 "No Piena ceļa nakuši. Sēja - identitāte".	7.45 "Vertīgi zināt".
8.15 "Sprind ar <i>Delfi</i> ". Atk.	9.00 "Skats no Ventspils".
9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".	10.15 "Latvijas stāsti".
10.50 "Ceļojums uz svētvieta Medžgoriļ".	11.25 "Ēdienkarte 2".
12.00 "Izskirtspēja 2".	13.00 "No Piena ceļa nakuši. Sēja - identitāte".
13.30 "Vertīgi zināt".	14.00 "Mājā un sētā".
14.00 "Mājā un sētā".	14.30 "Tā dzīvojam ReTV".
15.00 "ReTV ziņas trijos".	15.30 "Puru piezīmes: Kusko".
16.00 "Ēdienkarte".	16.30 "Ceļojums uz svētvieta Medžgoriļ".
17.00 "Es daru tā".	17.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
18.15 "Sprind ar <i>Delfi</i> ".	19.15 "Autodroms".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".	19.50 "Svētku kūka".
20.25 "Ceļojums uz svētvieta Medžgoriļ".	21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "Tīksmītes stacijā!"	22.40 "Latviešu arhivi pasaulē: materiālu vākšana un sistematizēšana".
23.15 "Copes frekvence".	0.15 "Sprind ar <i>Delfi</i> ". Atk.
0.55 "Zaļā gaisma".	1.20 "Ceļojums uz svētvieta Medžgoriļ".
1.45 "Svētku kūka".	2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".	3.15 "Sprind ar <i>Delfi</i> ". Atk.
3.55 "Ēdienkarte".	4.15 "Limbžu novads rada un dara".
4.35 "No Piena ceļa nakuši. Sēja - identitāte".	

Ceturtdiena, 29. augusts

Vārdadienu svin: Aiga, Armīns, Vismants

5.30 "Uz Tobāgo. Kurzemniekiem pa pēdām". Atk.	12.45 "Alpu dakters 16". Seriāls.
6.00 "Latvijas valsts himna".	13.35 "Parīzes olimpiskās spēles 2024". Teniss. Finaļs virsliem. Atk.
6.02 "Ceturā studijā". Atk.	16.40 "Projekts <i>Nākothe. Deutsche Welle</i> žurnāls".
6.30 "Rīta <i>Panorāma</i> ".	17.10 "Kopa ar savvaļu. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".
8.35 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.	18.10 "Komisārs Reksis 5". Detektivseriāls.
9.30 "Solījums". Seriāls.	19.00 "Šovakar. RUS.LSM ziņas".
10.30 "Alpu dakters 16". Seriāls.	19.30 "Aizraujošie vilcēnu mašīnūt". Dok. filmu cikls.
11.15 "Miranda 3". Komēdijseriāls.	20.30 "Polīcijas iecirknis 31". Detektivseriāls.
11.45 "Animācijas seriāli".	21.15 "Nave parādīze 11". Detektivseriāls.
12.50 "Dardariņa".	22.15 "Tešēra. Parīzes parahlimpiskās spēles 2024". Dienas apskats.
13.20 "Bardaks bērniem. Atk. Raiņiņš un sētā".	23.20 "Apostālpse. Otrās pasaules karš". Dok. filma.
13.50 "Rīgus cerni". Animācijas filma.	22.15 "Projekts <i>Nākothe. Deutsche Welle</i> žurnāls".
14.05 "1:1. Aktuālā intervija". Atk.	0.45 "LV jaunatklāšanas raidījums <i>Te!</i> ". Atk.
14.50 "Šodienas jautājums". Atk.	1.35 "Sauls izaicinātē. Latvietis Amerikā". Atk.
15.15 "Krustpunktā".	2.05 "Mikrofona" dziesmas". Atk.
16.05 "Solījums". Seriāls.	3.35 "Zaļgalvis". Atk.
17.10 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.	3.50 "Personība. 100 g kultūras".
18.00 "Dienas ziņas".	6.25 "900 sekundes".
18.56 "Ceturā studijā".	8.45 "Kandida Renuāra 5". Seriāls.
19.30 "Baltijs jūra - trauslais zemumam pārverums". Dok. filma.	9.55 "Rīdiena pieder mums?". Seriāls.
20.00 "Panorāma".	11.05 "Mani virtuves noslēpumi <i>Welle</i> žurnāls".
20.37 "Šodienas jautājums".	12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.
21.10 "Mēs gribējam izmainīt pasauli". Dok. filma.	13.45 "Pamēste superprojekt 7". Dok. seriāls.
22.20 "Sīsī 3". Vesturisks seriāls.	14.45 "Izmeklē Klāra 3". Seriāls.
23.10 "Nakts ziņas".	15.50 "Iesacēji". Seriāls.
23.25 "Vikingi 4". Seriāls.	16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Seriāls.
0.55 "Latvijas sirdsdziesma". Atk.	18.00 "TV3 ziņas īsumā".
1.55 "Latgalesi Sibīrijā". Dok. filma.	18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.

LTV 1

5.30 "Uz Tobāgo. Kurzemniekiem pa pēdām". Atk.	12.45 "Alpu dakters 16". Seriāls.
6.00 "Latvijas valsts himna".	13.35 "Parīzes olimpiskās spēles 2024". Teniss. Finaļs virsliem. Atk.
6.02 "Ceturā studijā". Atk.	16.40 "Projekts <i>Nākothe. Deutsche Welle</i> žurnāls".
6.30 "Rīta <i>Panorāma</i> ".	17.10 "Kopa ar savvaļu. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".
8.35 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.	18.10 "Komisārs Reksis 5". Detektivseriāls.
9.30 "Solījums". Seriāls.	19.00 "Šovakar. RUS.LSM ziņas".
10.30 "Alpu dakters 16". Seriāls.	19.30 "Aizraujošie vilcēnu mašīnūt". Dok. filmu cikls.
11.15 "Miranda 3". Komēdijseriāls.	20.30 "Polīcijas iecirknis 31". Detektivseriāls.
11.45 "Animācijas seriāli".	21.15 "Nave parādīze 11". Detektivseriāls.
12.50 "Dardariņa".	22.15 "Tešēra. Parīzes parahlimpiskās spēles 2024". Dienas apskats.
13.20 "Bardaks bērniem. Atk. Raiņiņš un sētā".	23.20 "Apostālpse. Otrās pasaules karš". Dok. filma.
13.50 "Rīgus cerni". Animācijas filma.	22.15 "Projekts <i>Nākothe. Deutsche Welle</i> žurnāls".
14.05 "1:1. Aktuālā intervija". Atk.	0.45 "LV jaunatklāšanas raidījums <i>Te!</i> ". Atk.
14.50 "Šodienas jautājums". Atk.	1.35 "Sauls izaicinātē. Latvietis Amerikā". Atk.
15.15 "Krustpunktā".	2.05 "Mikrofona" dziesmas". Atk.
16.05 "Solījums". Seriāls.	3.35 "Zaļgalvis". Atk.
17.10 "Mīlas viesulis 19". Seriāls.	3.50 "Personība. 100 g kultūras".
18.00 "Dienas ziņas".	6.25 "900 sekundes".
18.56 "Ceturā studijā".	8.45 "Kandida Renuāra 5". Seriāls.
19.30 "Baltijs jūra - trauslais zemumam pārverums". Dok. filma.	9.55 "Rīdiena pieder mums?". Seriāls.
20.00 "Panorāma".	11.05 "Mani virtuves noslēpumi <i>Welle</i> žurnāls".
20.37 "Šodienas jautājums".	12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.
21.10 "Mēs gribējam izmainīt pasauli". Dok. filma.	13.45 "Pamēste superprojekt 7". Dok. seriāls.
22.20 "Sīsī 3". Vesturisks seriāls.	14.45 "Izmeklē Klāra 3". Seriāls.
23.10 "Nakts ziņas".	15.50 "Iesacēji". Seriāls.
23.25 "Vikingi 4". Seriāls.	16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Seriāls.
0.55 "Latvijas sirdsdziesma". Atk.	18.00 "TV3 ziņas īsumā".
1.55 "Latgalesi Sibīrijā". Dok. filma.	18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.

LTV 7

5.30 "Ceturā studijā".	11.05 "Mani virtuves noslēpumi <i>Welle</i> žurnāls".
6.00 "Latvijas valsts himna".	12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.
6.03 "700 pasaules brīnumi. Malaizija". Atk.	13.45 "Pamēste superprojekt 7". Dok. seriāls.
6.30 "Pie stāres. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".	14.45 "Izmeklē Klāra 3". Seriāls.
7.00 "Erģeļu iela 9. Pelnušķītes mantojums". Seriāls.	15.50 "Iesacēji". Seriāls.
7.50 "LV jaunatklāšanas raidījums <i>Te!</i> ". Atk.	16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Seriāls.
8.40 "Ceturā studijā". Atk.	18.00 "TV3 ziņas īsumā".
9.10 "Dziedātspekš". LTV videofilma.	18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.
10.05 "Saticīte. Latkmeita varoņi torē un tagad". Aurelija Anuzīte-Lauciņa, Boriss Reznīks. Atk.	20.00 "TV3 ziņas".
11.05 "Personība. 100 g kultūras". Priesteris Andris Vasilevskis, Viktors Lapčenko. Atk.	20.45 "Degpunktā 14".
	21.10 "Karsti. Krēta". Lepzīšanas šovs.
	22.15 "Zebra 8". LV raidījums.

LTV 7

5.30 "Ceturā studijā".	11.05 "Mani virtuves noslēpumi <i>Welle</i> žurnāls".
6.00 "Latvijas valsts himna".	12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.
6.03 "700 pasaules brīnumi. Malaizija". Atk.	13.45 "Pamēste superprojekt 7". Dok. seriāls.
6.30 "Pie stāres. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls".	14.45 "Izmeklē Klāra 3". Seriāls.
7.00 "Erģeļu iela 9. Pelnušķītes mantojums". Seriāls.	15.50 "Iesacēji". Seriāls.
7.50 "LV jaunatklāšanas raidījums <i>Te!</i> ". Atk.	16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Seriāls.
8.40 "Ceturā studijā". Atk.	18.00 "TV3 ziņas īsumā".
9.10 "Dziedātspekš". LTV videofilma.	18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.
10.05 "Saticīte. Latkmeita varoņi torē un tagad". Aurelija Anuzīte-Lauciņa, Boriss Reznīks. Atk.	20.00 "TV3 ziņas".
11.05 "Personība. 100 g kultūras". Priesteris Andris Vasilevskis, Viktors Lapčenko. Atk.	20.45 "Degpunktā 14".
	21.10 "Karsti. Krēta". Lepzīšanas šovs.
	22.15 "Zebra 8". LV raidījums.

TV 3

5.00 "Animācijas seriāli".	22.30 "Tējas laiks". Seriāls.
5.35 "Divarpus vīru 5". Komēdijseriāls.	23.05 "Inspektors Koskīnens".
6.25 "900 sekundes".	1.00 "Čia Zeme". Fantastiskas drāma.
8.45 "Kandida Renuāra 5". Seriāls.	2.50 "UgunsGrēks 3". Latvijas seriāls.
9.55 "Rīdiena pieder mums?". Seriāls.	
11.05 "Mani virtuves noslēpumi <i>Welle</i> žurnāls".	
12.40 "Palikt vai pārvākties. Austrālija 4". Realitātes seriāls.	
13.45 "Pamēste superprojekt 7". Dok. seriāls.	
14.45 "Izmeklē Klāra 3". Seriāls.	
15.50 "Iesacēji". Seriāls.	
16.50 "Hamburģas iecirknis 30". Seriāls.	
18.00 "TV3 ziņas īsumā".	
18.10 "Gordona Remzija jaunās zvaigznes". TV šovs.	
19.10 "Bez tabu".	
20.00 "TV3 ziņas".	
20.45 "Degpunktā 14".	
21.10 "Karsti. Krēta". Lepzīšanas šovs.	
2	

LES STIPRIE ĻAUDIS

Daugavpils ir... dažāda

To apliecina arī aptauja, kurā izvērtējām vietējā sabiedrībā labi zināmus, tai skaitā gan pašvaldības darbā, gan nevalstiskajā sektorā iesaistītus ļaudis. Jautājām, kāda, viņuprāt, ir šodienas Daugavpils.

JORENS DOBKEVIČS, biedrības "New East" dibinātājs un vadītājs:

– Daugavpils ir dažāda, neviens tālrunis tālrunī, īpaši ar viņu saistītiem un vienatnīgiem. Mūsu pierobežas pilsētā dīvalni sauc par padomju audzināšanu, radikāla dumpīguma un gļēvas klusēšanas naratīvi. Bet tas nav attiecīnams uz visiem Daugavpils un Latgales iedzīvotājiem, – manuprāt, nedrīkst būt vienlīdzības zīmi starp tautību un lojalitāti. Daudzi daugavpilieši izjūt patiesu empātiju, cilvēiskas sāpes par karu Ukrainā, taču mūsu sabiedrībā gribētos redzēt lielāku proaktivitāti.

IGORS ALEKSEJEVS, Daugavpils valsts pilsētas domes deputāts:

– Esmu dzimis Daugavpilī krievvalodīgā ģimenē, mācījies latviešu skolā un diezgan ātri apguvu valsts valodu. Daugavpilī dzīvo daudz krievvalodīgi, un es esmu lepris, ka mēs šeit sadzīvojam mierā, nešķirot cilvēkus pēc tautības, reliģijas vai citiem kritērijiem. Vēlos, lai valdība vairāk atbalstītu Latgali, Daugavpili un pierobežas reģionus, nevis atstātu tos novārtā ar domu, ka "visi iedzīvotāji šeit atbalsta Kremļa politiku". Daugavpils ir un vienmēr būs neatņemama Latvijas daļa.

SANTA PUPINA, Daugavpils domes Pilsēt-plānošanas un būvniecības departamenta vadītāja:

– Kad mācījies Rīgā, man bieži jautāja: kā ir latvieši dzīvo Daugavpilī? Arī tagad draugi un paziņas no Latvijas citām malīm ar līdzjūtību uzsit man pa plecu un saka: "Nu, tu tur turies!". Nevienam nenācās noskaidrot, kas šeit notiek pašiesībā, tik vien kā pa "ausu galam" ir kaut ko dzirdējuši, ir zināms, ka tie, kuri viskājāk kļūdz, arī tiek sadzirdēti. Kā sakām vārds "tukša muca tālu skan". Tie, kuri kļūdz, nebūt nav Latvijas patrioti. Tādēļ arī rodas maldīgs priekšstats par visiem kopumā. Daugavpils sabiedrības daļai, kura jūt savu piederību Latvijai, nav nepieciešami skaļi lozungi, tāpat kā citi Latvijas iedzīvotāji, mēs kļuvis un mierīgi ejam savas ikdienas gaitās, pavadām laiku ar tuviņiem un sirid jūtam savu piederību Latvijas valstij un to, ka esam tās daļa.

Oskars ŽUČICKIS, "Europe Direct Dienvidlatgale" vadītājs:

– Daugavpilī ierados no Rēzeknes novada, lai studētu vietējā Universitātē. Jau tobrīd aktīvi iesaistījies studentu dzīves pilnveidošanā. Teju 30 gadu laikā, kopš darbojos NVO sektora stiprināšanā, esmu "izkāpis" ārpus Daugavpils un pēdējos gados – arī ārpus Latgales, taču vienmēr esmu šeit... Manuprāt, mūsdienās mēs aizvien vairāk kļūstam kosmopolītiski, un nav tik lielas piesaistes kādai vietai, kā tas savulaik bija mūsu senčiem. Būtiski ir audzināt bērnus, balstoties uz Eiropas vērtībām, un darīt jebkuru darbu tā, lai tas spētu iedvesmot apkārtnē. Cenšos darīt visu, lai Latgales cilvēkiem, kuri ir tik dažādi, būtu iespēja pilnveidoties laimīgam līdz, stiprināt savas kopienas, kas ir pilsoniskas sabiedrības pamats un ekonomiskās izaugsmes priekšnoteikums. Dzīvojot visas Latgales aktīvo iedzīvotāju burbulī, mani nekad nepamet stipras Latvijas sajūta.

Te satiku citus un sevi cenošus ļaudis



ŽANIS OVČINKO pieder Latgales aktīvo jauniešu saimei. Viņš piedalās Ukrainas atbalsta akcijās, organizē LGBT atbalsta pasākumus, piedalās diskusijās, sniedz intervijas, jo uzskata, ka katrs cilvēks ir cieņas vērts un ka brīvība darīt ir arī brīvība būt atbildīgam ne tikai par savu dzīvi, bet arī par notiekošo Latvijā un pasaulē. Žaņa stāsts ir par cilvēcību – par vērtību, kas pierobežā ir tikpat svarīga kā Rīgā vai Daugavpilī.

LATVIEŠU SKOLĀ, BET... KRIEVISKI

Ž. Ovčinko:

– Robežniekos pagāja saulainie bērnības gadi, man bija draugi, ģimene. Es zināju, ka Robežnieki atrodas pierobežā, ka tur ir Baltkrievija, bet šeit – Latvija, jo mūsu ciemā atradās Valsts robezsardzes punkts, kurp bieži devāmies ekskursijā skolas laikā. Vīrs ciema lidoja robezsargu helikopterī.

Ģāju Robežnieku pamatskolā. Tur pārsvarā visi runāja krievu valodā, lai gan toreizējā Robežnieku pagasta pārvaldes vadītāja Ērika Gabrusāne centās, lai Robežniekos būtu latviešu skola. Bet skolēni starpbrīžos vai stundās runāja krievu valodā. Bija sajūta, ka bērni pašī negrib runāt latviski... Viss labais vai sliktais nāk no ģimenes. Arī Robežnieku pamatskolas skolēni uzticējās saviem vecākiem, kas skatījās Putina un Lukašenko televīzijā.

TUR – CITUR LATVIJĀ, CITĀDS LATVIŠKAIS...

– Kad biju pusaudzis, bieži sev jautāju, kāpēc manā skolā ir šī divējādā attieksme – vieni iestājas par Latviju, bet citi – par Putinu; vai domājot, vai runājot par Latviju, es pats domāju vai runāju pareizi? Man nebija sajūtas, ka mēs skolā visi būtu vienoti. Atminos, ka man toreiz bija bail braukt uz noņemtnēm, velosacensībām tur, kur ir latviska vide, baidījies, ka es pietiekami labi nezinu latviešu valodu, ka nevarēšu viņus – citus latviešu bērnus – saprast. Man bija sajūta, ka tur – citur Latvijā – dzīvo pavisam citi cilvēki... Bet tā sajūta bija patīkama, jo... viņi, tie citi stāsta par latviešu kultūru, viņi lasa latviešu grāmatas, viņi skatās latviešu filmas...

Arī es jutos latvietis un piederīgs Latvijai. Iestājos Krāslavas Valsts ģimnāzijā tāpēc, ka tā bija latviešu

skola, turklāt gribēju pilnveidot savu latviešu valodu. Taču arī šeit piedzīvoju, ka pēc stundas, kurā skolotāja stāstīja, kā Krievijā speciāli apmācīti cilvēki popularizē Putina varas ideoloģiju, klases biedri teica, ka skolotāja nezina neko, ka Krievijai ir superīgi tanki, ka pie visa ir vainīga Amerika. Nacionāli noskaņota skolotāja iegāja klasē un nosodoši aicināja: "Paceliet roku tie, kuri runā krieviski!" Visiem bija bailes, neviens nepacēla roku, arī es nē. Tas bija pirms astoņiem gadiem. Šodien rīkotos pretēji – es paceltu roku un ļoti augstu, un paskaidrotu, ka krievu valoda ir mana dzimtā valoda.

Mana mamma ir no Baltkrievijas, un tur – 15 km no Baltkrievijas-Latvijas robežas – dzīvoja viņas brālis. Mums bija pierobežas vīza un mēs bieži braucām pie viņa ciemos. Kad sākās karš Ukrainā, kad Baltkrievija kļuva antidemokrātiska un kad kļuva publiski (man tagad ir foto ar Baltkrievijas brīvības cīnītāju Svetlanu Cihanovsku), tur vairs nav droši. Tāpēc mēs vairs nebraucam uz Baltkrieviju.

AGRESĪVI CILVĒKI GRIB, LAI VIŅIEM LATVIJĀ BŪTU ĒRTI

– Bet tad Krievija iebruka Ukrainā, daudziem mainījās attieksme

Visas robežas top drošākas, ja to sargāšanā iesaistās vietējā kopiena

INGA BELOUSA ir viena no biedrības "Cita Daugavpils" dibinātājām. Viņa ir vides aktiviste un ilgtspējas koordinatore, kas arī ikdienā dara visu, lai veicinātu pozitīvas pārmaiņas ar pārliecībā balstītu viedokli.

IR JĀZINA, KAS NOTIEK!

I. Belousa:

– Krievijas militārā karadarbība Ukrainā un Baltkrievijas autoritārā režīma iesaiste šajā karā ir padarījis nedrošus ne tikai Latgales cilvēkus. Tikpat lielā mērā šī agresija ietekmē arī visas valsts un Baltijas, arī plašāka reģiona iedzīvotājus. Nedrošība, kādā dzīvojam, jo bieži dzirdam, domājam, arī pašī runājam par dažādiem iespējamiem apdraudējumiem, pārkārto prioritātes un sabiedrības viedokļus – tie kļūst gan kategoriskāki, gan vairāk polarizējas. Jo lielāka nedrošība, jo vairāk sabiedrībā rodas demagoģijas, radikālu, pat kategoriski melnbaltu viedokļu un negāciju. Šādi viedokļi un komunikācijas veids nedrošību, diemžēl, vēl vairāk pastiprina.

Taču, par laimi, pazīstu daudzus cilvēkus, kas par spīti šīm negācijām spēj aizraut ar savu piemēru un saorganizēt līdzīgi domājošos uz iesaistīšanos pārmaiņu veikšanā. Šie cilvēki nevēlas iegrimt bezspēcībā un ļaut, lai naida pārņem to veselo saprātu. Skaidri apzināties savu pozīciju par agresorvalsts Krievijas un tās sabiedrotās Baltkrievijas darbību būtu mūsu katra uzdevums. Taču bieži vien dzirdu viedokļus, kuros ļaudis ar lepnumu atzīst, ka neseko



Inga Soikāna, publicitātes un personīgo arhīvu foto



Latgaliešu mūziķis ar nacionālu stāju

Nosvērtā runa, staļa stāja, aizrautīga muzicēšana un plašs skaļjums uz Daugavpili un valsti – tādu iespaidu pēc tikšanās rada Staņislava Broka



Daugavpils mūzikas vidusskolas direktors AIVARS BROKS. Izcilas latgaliešu mūziķu dinastijas pārstāvis – Staņislava un Terēzes Broku dēls un darba turpinātājs – ar dziļu, analītiski ironisku vērtējumu par norisēm sabiedrībā. Ar nacionāli stingru nostāju, bet vienlaikus cieņu pret viedokļu dažādību – tā Aivaru raksturo paša teiktais, profesionālā un sabiedriskā darbība.

– Kā sadalāt laiku daudzajiem darba virzieniem?

– Vairāk esmu Daugavpilī, bet sabiedriskā darbība rit valsts mērogā. Daugavpils Mūzikas vidusskolā viss ir kārtībā, labi strādājam, vien varētu būt vairāk bērnu, jo pilsēta liela. Starp reģionu mūzikas vidusskolām esam labā pozīcijā gan kvantitatīvi, gan kvalitatīvi. Ir labi audzēkņi un vecāki. Ikdienā mācāmies, daudz koncertējam. Pērn skolai bija 100 gadu, sniežām tik daudz koncertu, ka jau jutāmies galīgi beigtī, tāpēc izdomājām, ka 101 arī labs skaits un turpinājam koncertēt šogad.

– Ar ko Daugavpils Latvijai ir tik īpaša?

– Gribu pateikt svarīgu lietu par Daugavpili. Rīga un jūsu gals ir pamanlīgs, ka ir Daugavpils, ir Latgale: tur ir švaki, negribas mums ar to nēties! (smejas) Krievi un Putina "vate" tur uzdarbojas, vajag aizbraukt paskatīties! Taču cilvēki, kas atbrauc, viņi neiet dzījumā. Lauzīsim stereotipus, ka tie ir krievi! Te ir skaista daba. Viens ukraiņu karogs taču plīvo Daugavpilī! Veikalā atbild latviski... Dažreiz. Te viss ir labi. Bet īstenībā labi nav, un tas nav stereotips – Daugavpils ir tāda, kāda ir. Te ir problēma, jo Daugavpils ir īpaši sašķelta – vieni ir par, citi – pret. Ja mēs paciešam, ka tie, kuri ir pret, ir agresīvais vairākums, tad pietā kolonna mums labu nenesīs, ja, pasarg, Dievs, te kaut kas notiks.

Iegūst nominācijas brīvdabas pasākumā

Piedalās zupas vārīšanas čempionātā

Aizvadītās nedēļas nogalē pulkveža Oskara Kalpaka dzimtajās mājās "Liepsalas", kas atrodas Madonas novada Ošupes pagastā, otro gadu notika zupas vārīšanas čempionāts. Pasākumu organizēja sieviešu apvienība "Lavanda", no mūsu novada tajā piedalījās komandas no Lazdukalna un Briežuciema pagastiem.

Gatavoja frikadeļu zupu

"Čempionātu organizē ar domu, ka saimnieces dalās ar kādu no savām zupas receptēm. Uz ugunsкура boršču, siera vai citu zupu vārīja septiņas komandas no tuvējās apkaimes. Degustētāji bija visi pasākuma apmeklētāji, kuri vēlāk varēja balsot par zupu, kas viņiem labāk garšoja," pastāstīja Lazdukalna saietā nama vadītāja Antra Leone, piebilstot, ka nākamgad uz zupas vārīšanas čempionātu varētu noorganizēt braucienu ar autobusu arī citiem vietējiem iedzīvotājiem, bet šoreiz viņa izmantoja personīgo transportlīdzekli. Lazdukalna saimnieces Biruta un Zigrida ar vārīto frikadeļu zupu ieguva nomināciju "Izteismīgākā frikadele".

Izklaides programmā folkloras ansambļa "Bolta višņa" izpildījumā skanēja sulīgas apdziedāšanas dziesmas un tautasdziesmas, ar muzikāliem priekšnesumiem priecēja arī Vinsents Kūkojs ar dēlu. Brīvdabas pasākuma apmeklētāji varēja piedalīties radošās aktivitātēs – liet sveces, apgūt dekupāžu, pilnveidot batikšanas prasmes, gatavot skrubišus un klausīties pirtnieces Māras Timanes padomos.

Vārīja goda zupu

Briežuciema viedā ciema kopienai, kā stāsta kopienas pārstāve Zita Mežale, sadarbība ar biedrību "Lavanda" ir pāris gadus sena. Atraktīvās dāmas ciemojušās pagastā, arī dejujušās koncertā. "Aizbraucām ar rokdarbu darbnīcas "Atspole" dalībniecēm pirmo reizi, esam priecīgas un gandarītas. Briežuciema goda zupu vārīja Helēna Ločmele, viņa ir prasmīga pavāre un rokdarbniece. Šādu zupu kopā ar citām dāmām parasti vāra Baltinavas baznīcas dārzā svētku reizēs. Dažādas citas zupas Helēna ar komandu vāra arī pagasta svētkos un sagaidot ekskursantus, kuri apmeklē Briežuciema Tematisko ciemu," atklāja Z.Mežale. Pasākums patika arī Briežuciema pārstāvēm, jo aizritēja vienkāršā un sirsniņā gaisotnē. Varēja apgūt jaunas prasmes un iepazīties ar radošiem cilvēkiem.



Foto - no personīgā arhīva

Prezentē Briežuciema pagastu. "Satiekoties ar citiem aktīviem cilvēkiem no vairākām kopienām, stāstījām par savu pagastu ar vietējās dzejnieces Laimas Ločmeles, kura ir arī rokdarbu darbnīcas vadītāja, dzejas rindām, dāvinājām rokdarbu darbnīcas dalībnieču rokdarbus. Pasākumā dabūjām arī apdziedāšanas devu, tā ka būsim tagad kā svētību saņēmušas, jo apdziedāšana nes veiksmi," pārlicināta Z.Mežale.



Foto - no personīgā arhīva

Lazdukalna saimnieces. Cienastam uz pasākumu lazdukalnietes bija paņēmušas līdzīgu pascepto rudzu maizi, mājās kūpinātu speķi, sieru, sviestu ar kaltētiem sīpoliem, mazzāļus gurķus un ķiploku grauzdiņus.

Sumina jauniešus

Svin pilngadības svētkus

17.augustā Viksnas tautas namā notika jaunības svētku "No bērnības līdz sapņu piepildījumam!" pasākums.

Jaunība saistās ar sapņiem, tādēļ izsapņot tos kopā aicināja pasākuma un Kubulu Kultūras nama vadītāja Laura Zujāne. Uzzinājot jauniešus, viņa uzsvēra, ka jaunība ir jābauda lēni: "Kā dzirkstoša ābolu limonāde. Tā jāielej jaunības kausā un jāmalķo pa maziem malciņiem, caur caurspīdīgu glāzi un virmojošiem burbuļiem, vērojot apkārtējo pasauli, ļaujot saulesstariem sajaukties ar jaunības smiekliem, vieglumu, draugu sarunām un naktīm, kurās nenāk miegs, jo prātā ir miljons domu. Miljoniem domu par to, kas es būšu nākotnē, par to, ko es sasniegšu, par to, kā veidosies mana dzīve. Jaunība ir kā grāmatzīme, tā ir atskaites punkts un jauna ceļa sākums dzīves lappušu grāmatā."

Katram pilngadniekam bija sagatavoti uzdevumi un novēlējums. Par muzikālo sveicienu parūpējās Krista Mača un Sandis Abokoks no Gulbenes, kurš gaviļniekiem veltīja arī savas sacerētās dziesmas.

Balvu apvienības pārvaldes vadītājs Artūrs Luksts uzrunā jauniešiem vēlēja sapņot, darīt, koncentrēties uz kaut ko vienu, kas sirdij tuvāks, ko vairāk pieprot, un mēģināt šo lietu izkopt, lai tālāk dzīvē, šo darbiņu darot, justos patiesi laimīgi, bagāti un veiksmīgi. Viņš arī aicināja ieklausīties vecākos, viņu padomā, mācīties no draugu kļūdām un nepieļaut savējās: "Esiet laimīgi dzīvē, jo šis ir jūsu laiks, kad esat jauni, vareni, skaisti un laimīgi. Lai dzīve ir piepildīta un lai sapņi piepildās!"

Viksnas un Kupravas klientu apkalpošanas centra vadītāja Dzintra Pipcāne pilngadniekiem uzrunā novēlēja izvēlēties pareizo profesiju un atzina, ka gaidīs atgriešoties dzimtajā



Foto - no personīgā arhīva

Jaunieši. Svinēt pilngadību bija aicināti septiņi jaunieši, ieradās pieci: Sindija Raibekaze, Nikita Kramorenko, Aigars Lielbārdis, Artūrs Plešanovs un Rainers Ušāns-Čīps. Vakara noslēgumā bija diskoballīte ar DJ Ingaru, kur, kā atklāj organizatori, vecāki ar saviem jau pieaugušajiem bērniem dejoja līdz rīta pat gaismai.

pagastā. Savukārt vecākiem novēlēja, lai pēc iespējas ilgāk viņi būtu kopā ar saviem bērniem un atbalstītu tos.

Jauniešu uzrunā vecākiem sirsniņus vārdus veltīja Sindija Raibekaze, atzīstot, ka ir patiesi jauki atskatīties uz bērnības atmiņām, kopā svinētiem svētkiem, piedzīvojumiem, arī

kādiem nedarbiem un smieklīgiem atgadījumiem un, protams, gūtajām atziņām, mācībām un paveiktiem darbiem: "Paldies par pacietību, iedrošinājumiem, mīlestību un rūpēm, ko esat snieguši un turpināt dāvēt ikdienā! Mēs jūs no sirds mīlam, cienam un novērtējam!"

Lappusi sagatavoja A.Socka

Avārija Balvos

Izraisa sadursmi un ietriecas mājā

Notikuma vieta. Šo pirmdien Valsts policija saņēma informāciju, ka Balvu pilsētā notika sadursme starp divām automašīnām - "Opel Zafira", kuru vadīja 1974.gadā dzimusi sieviete, un "Audi 80 Avant", kuru vadīja 1987.gadā dzimusi sieviete. Ceļu satiksmes negadījumā bojātas ceļa zīmes un, kā redzams attēlā, privātmājas fasāde. "Sākotnējā informācija liecina, ka sadursmē cieta divas personas. Uzsākts administratīvā pārkāpuma process," laikrakstu "Vaduguns" informē policija.

Uz notikuma vietu izbrauca arī Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta mediķi un ugunsdzēsēji glābēji. Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests ziņo, ka glābēji atvienoja automašīnas klemmes un sakārtoja ceļa braucamo daļu, bet cilvēki no transportlīdzekļiem izkļuva pirms viņu ierašanās. Savukārt aculiecinieki pastāstīja, ka pa Partizānu ielu (no skvēra puses) braucošā "Audi" vadītāja krustojumā, visticamāk, neievēroja ceļa zīmes 'STOP!' prasības, kā rezultātā izraisīja sadursmi ar otru auto, kas brauca pa Raiņa ielu (virzienā no Bērzpils ielas).



Foto - A.Ločmelis

Turpinās pagrabu un pagrabstāvu apsekošana

Cik šobrīd patvertņu mūspusē?

Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta (VUGD) amatpersonas turpina valsts un pašvaldību ēku pagrabu un pagrabstāvu apsekošanu, lai novērtētu to atbilstību patvertņu vajadzībām.

Nedaudz vairāk par pusi

Līdz augusta vidum, Latvijā pārbaudot 1911 objektus, secināts, ka pilnībā patvertnes vajadzībām atbilst 259 jeb 13,5% objekti, bet daļēji – 818 jeb 42,8%. Tātad pilnīga vai daļēja atbilstība ir nedaudz vairāk nekā pusei patvertņu, kurās kopumā var ietilpt 373 tūkstoši cilvēku. Ņemot vērā, ka VUGD amatpersonas apsekošanu veic papildus saviem tiešajiem dienesta pienākumiem, plānots, ka apmēram vēl 4500 apzināto objektu apsekošana noslēgsies novembra sākumā.

Šobrīd uzsākts arī darbs pie pirmo patvertņu zīmju izvietojuma uz ēkām, kuras daļēji vai pilnībā atbilst patvertnēm izvirzītajam prasībām. Šīs vietas nebūs publiski pieejamas ikdienā, ja vien to neparedz ēkas un konkrēto telpu uzdevumi. Piemēram, izglītības iestādes pagrabstāvs ikdienā būs pieejams tikai izglītības iestādes darbiniekiem un skolēniem, nevis apmeklētājiem no malas. "Šobrīd esam gatavi uzsākt arī nākamā posmu – iezīmēt patvēruma vietas pilsētvidē, lai ikviens būtu informēts, kur viņam tuvākajā apkārtnē pieejama vieta patvērumam katastrofu un militāra apdraudējuma gadījumā. Vienlaikus vēlos uzsvērt, ka ikdienā patvertnes visbiežāk nebūs pieejamas apskatei, jo patvertņu īpašnieku uzdevums ir tās padarīt publiskas tikai apdraudējuma laikā. Ja šobrīd durvis ēkā, uz kuras uzstādīta patvertnes zīme, ir ciet, nevajag satraukties, jo tās tiks atvērtas brīdī, kad būs paziņots par nepieciešamību ikvienam meklēt tuvāko patvēruma vietu. Tāpat aicinu iedzīvotājus nesatraukties, ja tuvākajā apkārtnē pie ēkām neredz izvietotas patvertņu zīmes. Šis darbs ir tikai sācies. Plānojam, ka vizuāli dabā vairāk patvēruma vietas būs

iezīmētas nākamā gada sākumā," uzsver VUGD priekšnieka vietnieks IVARS NAKURTS.

Notiek iepirkuma procedūra

Lai patvertnei derīgās ēkas nodrošinātu ar atbilstošu zīmi, notiek iepirkuma procedūra. Plānots, ka tā noslēgsies šī gada beigās. Savukārt neliels skaits zīmju, kuras tika iegādātas vienkāršotās procedūras rezultātā vasaras sākumā, jau nodotas pašvaldībām ar aicinājumu tās tuvākajā laikā izvietot

uz ēkām, kuras pilnībā vai daļēji atbilst patvertņu prasībām. VUGD mājaslapā www.vugd.gov.lv, sadaļā "Civīlā aizsardzība", ikviens interesents var arī iepazīties ar potenciālo patvertņu minimālajām tehniskajām prasībām. Tāpat VUGD kopā ar Iekšlietu ministrijas Informācijas centru šobrīd strādā pie tā, lai lietotnes "112 Latvija" sniegtās iespējas papildinātu ar informāciju par tuvāko patvertņu atrašanās vietām un dažādiem ieteikumiem.

Balvu novada pašvaldības izpilddirektora vietnieks JĀNIS BUBNOVS informē, ka Balvu novada teritorijā ir vairāk nekā 70 potenciālo patvertņu vietu, kuras tiks apsektas līdz šī gada beigām. Savukārt šobrīd VUGD apsekojis vairāk nekā 40 šādu valsts un pašvaldības īpašumā esošos objektus mūspusē, no kuriem pašlaik par atbilstošām atzītas trīs objektu pagrabtelpas (visas Balvu pilsētā):

♦ **Daudzfunkcionālajā sociālo pakalpojumu centrā Vidzemes ielā 2B (Steķintavā, pie slimnīcas, kur iepriekš atradās Ziemeļlatgales biznesa un tūrisma centrs);**

♦ **Balvu Profesionālajā un vispārizglītojošajā vidusskolā Vidzemes ielā 26 (Steķintavā);**

♦ **Balvu Kultūras un atpūtas centrā Brīvības ielā 61 (pilsētas centrā).**

"Šobrīd patvertnes zīmes uzstādītas divos no uzskaitītajiem objektiem – uz skolas un Daudzfunkcionālo sociālo pakalpojumu centra ēkām. Uz kultūras nama fasādes tā tiks uzstādīta vēlāk,

**Patvertnes zīme.**

Tā norāda, ka apdraudējuma gadījumā konkrētajā ēkā pieejama patvēruma vieta! Ikdienā, ja nepastāv apdraudējums, patvērumam paredzētās telpas iedzīvotājiem var nebūt pieejamas!

jo šobrīd pašvaldībai zīmes gluži vienkārši vēl nav pieejamas pietiekamā daudzumā. Ceram, ka, noslēdzoties apsekošanas darbam, patvertnēm atbilstošu objektu skaits novada teritorijā palielināsies. Vienlaikus uzsvēram, ka iedzīvotājiem nav nekāda pamata uztraukumam!" piebilda J.Bubnovs.

Izglīto bērnus un jauniešus

Kampaņa "Uzdod jautājumu policijai!"

Arī Tilžā!

Izvērtējot iepriekšējo gadu pieredzi un attīstot preventīvas labo praksi, Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes Kārtības policijas biroja Preventīvas grupa šovasar trešo gadu pēc kārtas rīkoja preventīvi izglītojošo kampaņu nepilngadīgām personām "Uzdod jautājumu policijai!". Tās organizēšanā tika uzrunātas Latgales reģiona bibliotēkas, kurās vasaras brīvlaikā var sapulcināt tuvākās apkārtnes bērnus. Rezultātā kampaņā iesaistījās septiņas Daugavpils apkaimju bibliotēkas, kā arī Ludzas, Zilupes, Kārsavas un Tilžas bibliotēkas.

Tilženieši – visziņkārīgākie!

Valsts policijas pārstāve Jūlija Jurāne stāsta, ka vasaras laikā 242 bērni un jaunieši vecumā no 5 līdz 17 gadiem speciālās pastkastītēs ievietoja kopumā 298 zīmes ar jautājumiem, uz kuriem pēc tam klātienē pasākumos policijas darbinieki ne

tikai sniedza atbildes, bet arī kopīgi apsprieda citas bērniem interesējošas tēmas. "Visvairāk zīmju ar jautājumiem tika iemests Tilžas bibliotēkas pastkastītē. Liels jautājumu skaits bija arī Daugavpils bērnu bibliotēkas "Zilīte" un Daugavpils Jaunbūves bibliotēkas pastkastītēs. Klātienē uz tikšanās ar policijas darbiniekiem viskuņplākājā skaitā ieradās Ludzas, Zilupes un Daugavpils bibliotēku jaunie lasītāji. Tikmēr Daugavpils Pārdaugavas bibliotēkā policiju sagaidīja visatsaucīgākā un komunikācijai atvērtākā publika," priecīgi ir policijas darbinieki.

Līdztekus standartjautājumiem par policijas darbu, izglītības iegūšanu, atalgojumu un tehnisko nodrošinājumu, bērni interesējās arī par ceļu satiksmes drošību un noteikumiem, kuri jāievēro velosipēdistiem un skrejriteņu vadītājiem, vadīšanas tiesību iegūšanas kārtību, rīcību emocionālās un fiziskās vardarbības, aizskarošas runas un draudu izteikšanas sociālās saziņas platformās gadījumos. Tiekoties ar jaunāko paaudzi,

policijas amatpersonas pievērsās arī atkarību izraisošo vielu lietošanas kaitīgumam un nepilngadīgo atbildībai par likumpārkāpumiem, veicamajiem pasākumiem sava īpašuma/manu drošības uzlabošanai un citiem jautājumiem, kuri ir īpaši aktuāli konkrētajā apkaimē.

Iesaistās arī kriminālisti un kinologi

Lai pasākumu padarītu bērniem interesantāku, kampaņā iesaistījās arī Latgales reģiona eksperti-kriminālisti un kinologi, kuri sniedza ieskatu sava dienesta darba specifiskā un izrādīja savas īpaši aprīkotās automašīnas. Bērniem bija iespēja iepazīties ar policijas eksperta ādā, meklējot un fiksējot pēdas, kā arī aizpildot personas daktiloskopisko karti jeb veicot pirkstu un delnu nospiedumu procesu. Tikmēr komunikācijā ar kinologu bija iespēja piedalīties paraugdemonstrējumos, paklausības uzdevumu izpildē vai arī vienkārši noglaudīt dienesta suni.

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

Iedvesmas stāsti

Līdzsvars starp studijām un sabiedrisko dzīvi

Amanda Buklovskā

4. kursa studente ŽAKLĪNA ORLOVSKA no Viļakas studē pedagoģiju Latvijas Universitātes Izglītības zinātņu un psiholoģijas fakultātē. Viņas ikdienas pienākumi ietver gan studijas, gan praktisko darbu. Kā Viļakas Jauniešu mājas jaunatnes lietu speciāliste viņa organizē un vada dažādas aktivitātes un projektus, kas veicina jauniešu personīgo izaugsmi un attīstību. Strādā arī Viļakas un Rekas vidusskolās, palīdzot skolēniem sasniegt savus mērķus un attīstīt viņu potenciālu, cenšoties sniegt vēl nebijušas iespējas.

Kas Jūs visvairāk iedvesmo un motivē ikdienā?

– Ikdienas iedvesma nāk no jauniešu entuziasma un viņu sasniegumiem. Redzot, kā jaunieši attīstās, atklāj un izpauž savus talantus, es jūtos motivēta turpināt darbu ar vēl lielāku aizrautību. Kā teicis Alberts Šveicers: “Mēs neesam pietiekami, lai iedvesmotu citus, mēs esam tikai pietiekami, lai iedvesmotu sevi un caur sevi citus.”

Kas motivēja izvēlēties studēt pedagoģiju?

– Mana izvēle balstās uz vēlmi radīt pozitīvas pārmaiņas izglītības jomā. Skolotāja darbs man šķiet kā ceļojums, kur katrs solis var ietekmēt nākotnes gaitu.

Kādi priekšmeti vai kursi bijuši visinteresantākie studijās?

– Visinteresantākie kursi man bija un ir izglītības vadība un tie, kas ietver psiholoģiju. Patiesību sakot, psiholoģijas izpēti mani aizrauj arī ikdienā, tāpēc manu māju grāmatplauktā redzamas pārsvarā šī žanra grāmatas gan latviešu, gan angļu valodā. Šie kursi palīdz man labāk izprast cilvēku uzvedību un sarunvalodu ar jauniešiem, lai viņiem palīdzētu atrast savu vietu pasaulē.

Kādas īpašības svarīgas labam skolotājam?

– Jābūt empātiskam, pacietīgam un radošam. Empātija palīdz izprast un atbalstīt skolēnus viņu izaicinājumos, pacietība ļauj strādāt ar dažādiem raksturiem un vajadzībām, bet radošums sniedz iespēju atrast jaunas un efektīvas pieejas mācību procesā. No kāda kursa pasniedzējas atmiņā palikusi atziņa, ka skolotāja īstais uzdevums ir nevis tikai sniegt zināšanas, bet iedvest izpratni.

Kā plānojat integrēt mācību stundās zināšanas, kuras esat ieguvusi studijās?

– Plānoju veidot daudzveidīgas un interaktīvas mācību stundas, kas iesaista skolēnus un veicina viņu aktīvu līdzdalību. Integrēšu teorētiskos principus praktiskos piemēros un aktivitātēs, lai radītu saistošu un efektīvu mācību vidi. Praktiska pieredze ir labākā mācīšanās metode.

Kādi ir galvenie pienākumi kā jauniešu centra vadītājai?

– Jāveido vide, kurā jaunieši jūtas novērtēti, uz klausīti un iedvesmoti. Tas nozīmē ne tikai organizēt un vadīt dažādas aktivitātes un projektus, bet arī būt atbalstošai mentorei, kura palīdz jauniešiem attīstīt viņu potenciālu un prasmes. Rūpējos par to, lai katrs saņem individuālu uzmanību un iespējas izpausties savā unikālajā veidā. Ne mazāk svarīgi ir veidot sadarbību ar vietējām organizācijām, lai paplašinātu piedāvāto resursu un iespēju klāstu, kā arī radīt izglītojošas aktivitātes, kas veicina sociālo attīstību. Katrs uzdevums, ko daru, ir orientēts uz to, lai palīdzētu jauniešiem kļūt par aktīviem un pārliecinātiem sabiedrības pārstāvjiem. Manā darbā svarīgi arī motivēt komandu, lai kopīgiem spēkiem mēs varētu īstenot nebijušas idejas un izmaiņas, kas pozitīvi ietekmē mūsu vietējās sabiedrības dzīvi. Lai sasniegtu lielus mērķus, mēs sākam ar maziem soliņiem, iedvesmojot vēl citus pa ceļam.

Kā piesaistāt jauniešus un kādas aktivitātes piedāvājat?

– Piedāvājam dalību Erasmus+ projektos, diskusijas, sporta spēles, aktivitāšu nedēļas un daudz ko citu. Centra darbībā iesaistām ikvienu darboties gribošo jauniešu, ļaujot piedalīties aktivitāšu plānošanā un vadīšanā, lai veicinātu viņu atbildību un līderības prasmes.

Kādi ir lielākie izaicinājumi?

– Resursu ierobežojumi, taču ar radošu pieeju un sadarbību ar citiem profesionāļiem mēs spējam pārvarēt šos šķēršļus un nodrošināt kvalitatīvu atbalstu jauniešiem. Uzskatu, ka izaicinājumi ir iespējas, kas izkristalizē cilvēka spējas.

Kā vērtējat jauniešu centra lomu jauniešu dzīvē un attīstībā?

– Jauniešu centrs spēlē svarīgu lomu, sniedzot atbalstu, iespē-



Viļakas jauniešu mājas aktivisti. Kopā gan rītos, gan vakaros kā viena kupla ģimene. Aktivisti, kuri ir parādījuši savu potenciālu, organizējot dažādus pasākumus un trenējot savas līderības prasmes vietējā kopienā.

jas un resursus, kas veicina jauniešu attīstību. Jaunieši taču ir mūsu nākotne, vai ne? Jauniešu centrs ir vieta, kur jaunieši var izpaust savu radošumu, attīstīt prasmes un veidot jaunus sociālos tīklus.

Vai ir kādi padomi laika plānošanā un organizēšanā?

– Svarīgi ir izveidot skaidru dienas kārtību un prioritāšu sarakstu, lai efektīvi sadalītu laiku starp dažādām aktivitātēm. Plānojot jāatceras atstāt vietu arī neparedzētām situācijām. Pati joprojām to ļoti praktizēju.

Kā atjaunojat enerģiju un rūpēties par savu labklājību?

– Regulāri nodarbojos ar fiziskām aktivitātēm, meditēju un veltu laiku hobijiem, kas man sagādā prieku, piemēram, dejuju tautas dejas. Rūpes par sevi ir būtiskas, lai saglabātu augstu enerģijas līmeni un pozitīvu attieksmi ikdienā. Lai palīdzētu citiem, vispirms jāparūpējas par sevi.

Kas palīdz uzturēt motivāciju un saglabāt entuziasmu?

– Motivāciju uztur saskatāmie panākumi, pašizaugsme, protams, jauniešu pozitīvās atsauksmes un jauniešu mājas apmeklējums katru dienu. Kad redzi rezultātus, redzi arī sava darbu jēgu, – nodomāju ik reizi, kad ir kāds motivācijas zudums.

Kādas ir nākotnes ambīcijas un mērķi?

– Turpināt attīstīties pašai, attīstīt darba sfēru, kurā darbojos, un piedāvāt jauniešiem vēl plašākas, nebijušas iespējas.

Kādi ir lielākie izaicinājumi, ar kuriem esat saskārusies savā ceļā? Kā tos pārvarējat?

– Viens no lielākajiem izaicinājumiem bija laika menedžments studijām ar pamatdarbu, taču ar organizētību un atbalstu no ģimenes un kolēģiem spēju pārvarēt, šķiet, jebkurus šķēršļus. Es teiktu, ka izaicinājumi ir dzīves piedāvājums kļūt labākam.

Varat padalīties ar kādu neaizmirstamu mirkli no savas studiju vai darba pieredzes?

– Tas bija, kad jaunieši kopīgi izstrādātā projektā prezentēja savu sociālo iniciatīvu. Esmu gandarīta, redzot viņu aizrautību un lepnumu par paveikto, saņemot projekta rezultātus, kas nereti novērtēti ar maksimālo punktu skaitu.

Kā līdzsvarojat savas daudzās lomas un pienākumus ikdienā?

– Cenšos plānot savu dienu tā, lai katrai lomai būtu atvēlēts konkrēts laiks, kā arī regulāri izvērtēju savus mērķus un prioritātes. Tas palīdz saglabāt līdzsvaru un efektivitāti.

Kāda ir ikdienas rutīna? Kas palīdz saglabāt produktivitāti?

– Ikdienas rutīna ietver dienas izplānošanu, darba un studiju uzdevumu veikšanu, kā arī laika veltīšanu ģimenei un hobijs aktivitātēm. Lai saglabātu produktivitāti un prieku, ir svarīgi ne tikai strādāt, bet arī dzīvot dzīvi pilnvērtīgi. Šis princips ir manas ikdienas rutīnas pamatā, palīdzot ne tikai sasniegt izvirzītos mērķus, bet arī baudīt katru dienu kā vērtīgu un nozīmīgu dzīves posmu.



Jauniešu gada balva 2024. Nominācijā “Gada jauniešu balsts” galveno balvu Žaklīna (foto – no kreisās) ieguva par savu degsmi, profesionālo darbību un iedvesmas spējam. Jaunieši mīl pavadīt laiku ar viņu, jo tas nebūs cilvēks, kurš tikai iemācis kaut ko dzīves gudru, bet arī sniegs atbalsta roku un mīlu apskāvienu.

Veiksmīga dzīve ir līdzsvarota dzīve. Foto –

“Delfi” intervijā Rīgā par darbu un Erasmus+ pieredzi, akcentējot darbu ar jaunatni. Žaklīnas iespaidīgās spējas menedžēt savu laiku un apvienot neskaitāmas lietas raisa vien izbrīnu, kā viņa to visu paspēj? Viņa teic, ka veiksmīga dzīve ir līdzsvarota dzīve.

**Kādas prasmes un zināšanas ir visvērtīgākās mūsdienu pasaulē?**

– Komunikācija, kritiskā domāšana un pielāgošanās spēja. Spēja efektīvi sazināties, analizēt situācijas un pielāgoties pārmaiņām ir būtiska gan profesionālajā, gan personiskajā dzīvē.

Kāda ir lielākā mācība, ko esat guvusi no savām neveiksmēm vai kļūdām?

– Neveiksmes ir neizbēgamas, bet tās ir iespējas mācīties un augt. Katrs kļūdainis solis palīdz man kļūt stiprākam un gudrākam.

Vai ir kādi padomi jauniešiem, kuri vēl tikai meklē savu ceļu dzīvē?

– Izpētīt savas intereses un aizraušanos, būt atvērtiem jaunām pieredzēm un nebaidīties mesties izaicinājumos. Patiesā ceļa atrašana bieži vien ir interesants ceļojums, kas sākas ar maziem soliņiem.

Zini un izmanto

Dzejnieku sacensība, pirmatskaņojumi un grupa “Laimas Muzykanti” aicina “Rogovkys dzejis voga 2024”

Sestdien, 7.septembrī, Rēzeknes novada Rogovkā jau trešo reizi notiks latgaliski rakstošo dzejnieku sacensība “Rogovkys dzejis voga”. Dzejas autoru uzstāšanos papildinās apvienības “Bruoli i muosys”, grupas “Laimas Muzykanti”, reperes Ūgas un citu mūziķu priekšnesumi, tāpat gaidāmi pirmatskaņojumi ar pērnā gada slama uzvarētāju – Vinsenta Kūkoja un Anneles Slišānes – darbiem.

Dzejas slams, latgaliski “Rogovkys dzejis voga”, notiks 7.septembrī plkst. 19.00 Nautrēnu sporta hallē. Šī gada dzejas slamā piedalīsies vismaz astoņi latgaliski rakstoši autori, bet sacensību, kas notiks trīs kārtās, uzvarētāju noteiks žūrijas un skatītāju balsojums. Latgaliski rakstoši dzejas autori, kuri grib piedalīties dzejas slamā, pasākumam var pieteikties līdz 28. augustam, aizpildot anketu <https://ej.uz/dzejysvoga2024>.

Dzejas slams Rogovkā 2022. gadā tika iesākts ar gribēšanu šādu dzejas lasījumu formu pamēģināt arī latgaliski, bet nu

tas kļuvis arī par iespēju dzirdēt jaunus latgaliski rakstītus darbus, kā arī iepazīt vairāk pašus autorus. Pasākuma nosaukumā “Rogovkys dzejis voga” simboliski savijas septembra pirmā daļa, kas laukos ierasti ir ražas novākšanas, jo īpaši kartupeļu lasīšanas laiks, un dzejas sacensība. Līdzīgi kā kartupeļu vagā, kur zināmu apbrīnu izpelnās ātrākais un centīgākais lasītājs, arī slamā par uzvarētāju kļūst tas, kurš ar savu radošo darbu spēj visspilgtāk pārliecināt žūriju un skatītājus, ir izveicinātais vārdu meistars. Dzejas slama uzvarētājs saņems naudas balvu, bet uzvarējušie dzejoļi tiks publicēti latgaliešu kultūras ziņu portālā lakuga.lv. Kustība “Volūda” 2024.gadā uzsākusi literārās jaunrades latgaliski veicināšanas pasākumu programmu, kurā “Rogovkys dzejis vogys 2024” uzvarētāju gaida jaunums – iespēja 2025.gadā izmantot nedēļu garu rakstīšanas rezidenci Latgalē (ar apmaksātu uzturēšanos rezidencē un stipendiju radošajam darbam).

“Rogovkys dzejis vogys 2024” vadišana šogad uzticēta

Edgaram Provejam, bet pasākumu papildinās reperes Ūgas, apvienības “Bruoli i muosys”, dziesminieka Vinsenta Kūkoja, mūziķu Ingara un Mareka Gusānu, Jāņa Matvejenko, kā arī grupas “Laimas Muzykanti” uzstāšanās. Par dzejas slama tradīciju kļuvusi muzikālu jaundarbu radīšana ar iepriekšēja gada pasākuma uzvarētāja darbiem – šoreiz jauni skaņdarbi top ar Vinsenta Kūkoja un Anneles Slišānes dzejoļiem. Pēc jaunā dzejas slama uzvarētāja noskaidrošanas skatītājus ar koncertprogrammu priecēs etnomūzikas grupa “Laimas Muzykanti”.

Rogovkā ieecerētais dzejas slams ir viens no septembrī tradicionālajiem “Dzejas dienu” laika pasākumiem. Dzejas slams ir dzejas kustība, kas Latvijā un pasaulē (starptautiski zināms kā “Poetry slam”) atdzīvinājusi interesi par mūsdienīgu dzeju. Tās pamatā ir nosacīta dzejnieku sacensība, kuras laikā autori lasa savus darbus skatītāju priekšā, bet žūrijas un skatītāju balsojumā tiek noskaidrots šīs sacensības uzvarētājs.

Der zināt

Farmaceita atbildes uz četriem šovasar biežāk uzdotajiem jautājumiem par ādas kopšanu

Ir reizes kad iegādātais ādas kopšanas līdzeklis neuzvedas, kā nākas – mēdz pievēlēt pat šķietami “vislabākais” vai tas, kas “bija ideāls draudzenei”. Šādos gadījumos risinājumu var meklēt aptiekā, kur pieejamie līdzekļi ir dermatoloģiski pārbaudīti, un saruna ar farmaceitu var būt patiesi noderīga.

“Aptieku bieži apmeklē cilvēki, kuri vēlas vairāk zināt par lietoto kosmētikas līdzekļu sastāvu, dažkārt grib tos nomainīt, jo ir pamanījuši nesaderību ar ādu, arvien biežāk interesējas arī par konkrētu vielu iedarbību uz vidi, un nereti izsaka vēlmi ierastos līdzekļus aizstāt ar tādiem, kas būtu ekoloģiskāki,” stāsta farmaceite ĒRIKA PĒTERSONE, kura apkopoja šovasar uzklašitos tipiskākos aptiekas apmeklētāju jautājumus par ādas veselību.

Vai alergiski simptomi var būt reakcija uz saules aizsarglīdzekli?

“Jā, sauļošanās līdzeklis patiešām var izraisīt alergiskus simptomus. Vispirms jāzina, ka sauļošanās aizsarglīdzekļi ir divu veidu – ķīmiskie un mehāniskie. Ja āda ir reaģējusi uz pirmajiem, tad jāizvēlas citas grupas kosmētikas līdzekļi. Tāds, kas satur cinka oksīdu vai titāna oksīdu. Ja arī cilvēkam iepriekš alergiska reakcija uz ķīmiskajiem sauļošanās līdzekļiem (tie satur satur oksibenzonu, avobenzonu, oktisalātu, oktokrilēnu, homosalātu vai oktinoksātus) nav bijusi, mēdz būt tā, ka kādā dzīves posmā tā rodas pret kādu no sastāvdaļām,” skaidro farmaceite un min piemēru no aptiekas prakses.

Jauna sieviete stāsta, ka pēc kvalitatīva sauļošanās līdzekļa lietošanas seja ir apsārtusi un niez. Krēms uzklāts, dodoties uz darbu, sieviete nav ilgi uzturējusies tiešos saules staros. Viņa vēlētos izmēģināt citu krēmu vai losjonu, interesējas arī par to, vai šis līdzeklis ir videi draudzīgs.

Pareizā izvēle būtu izmēģināt plaša spektra sauļošanās līdzekli ar saules aizsardzības faktoru SPF 15 vai augstāku, ko jāuzziež aptuveni 15 minūtes pirms došanās ārā, turklāt uz visām saulei atklātajām ādas zonām, tostarp uz lūpām un ausīm, par ko parasti tiek piemirsts. Tāpat līdzeklis atkārtoti jāuzklāj ik pēc pāris stundām, pastiprināti svīdot, vai uzreiz pēc peldēšanās. Farmaceite uzsver, ka aptiekā pieejami saules aizsarglīdzekļi arī īpaši alergiskai ādai, pievērsot uzmanību, lai sastāvā ir cinka oksīds vai titāna dioksīds, kas pasargās ādu no saules stariem. Tāpat alergiskai ādai labvēlīga var būt alveja, kam piemīt mitrinoša un nomierinoša iedarbība. Alveja palīdz mazināt saules radīto apsārtumu un kairinājumu. Arī dabīgās augu eļļas (jojoba, mandeļu, kokosriekstu u.c.) uzlabo ādas aizsargbarjeru.

“Pēdējos gados tiek pievērsta lielāka uzmanība saules aizsarglīdzekļu ietekmei uz vidi un pieaug pieprasījums pēc videi nekaitīgiem līdzekļiem. Eiropas Savienībā UV filtri, kas tiek uzskatīti par drošiem lietošanai kosmētiskajos līdzekļos, ir iekļauti UV filtru pozitīvajā sarakstā – Kosmētikas regulas (EK) Nr. 1223/2009 (IV pielikums). Jau ir ieviests tāds termins kā “rifam draudzīgs” vai “rifam drošs”, kas nozīmē, ka saules aizsarglīdzeklis ir nekaitīgs korālju rifu videi. Šādu produktu sastāvā nedrīkst būt parabēni, oksibenzons, oktokrilēns, homosalāts, PABA u.tml.

Ko īsti nozīmē SPF, kā zināt, kādu konkrētai situācijai izvēlēties?

“SPF apzīmē saules aizsardzības faktoru, kas nosaka, cik daudz UV starojuma ir vajadzīgs, lai radītu saules apdegumus uz aizsargātas ādas (salīdzinājumā ar neaizsargātu ādu). Tāpat augstāka SPF vērtība (līdz SPF 50) nodrošina lielāku aizsardzību,” skaidro Ērika Pētersone. Lūk, piemērs!

Jauns vīrietis nedēļas nogalē kopā ar draugiem plāno doties aktīvā atpūta pie ūdens, kur ieceerēta laivošana un supošana. Draugi ieteikuši iegādāties ūdensizturīgu saules aizsarglīdzekli, jo līdzīgās situācijās ir piedzīvojuši saules apdegumus. Saskaņoties ar milzīgo izvēli, vīrietis apjucis, viņu mulsina arī dažādie SPF skaitļi un nav skaidrs, kas konkrētajam gadījumam būtu nepieciešams.

“Draugiem ir taisnība – plānojot atrasties ūdenī, jāiegādājas ūdensizturīgs produkts, kas ik pēc 40 līdz 80 minūtēm jāuzklāj atkārtoti. Mehāniskie saules aizsarglīdzekļi rada ar aci redzamu baltu vai zilganu kārtiņu uz ādas – arī tas ir labs veids, lai pamanītu, ka līdzeklis ir noskalojies vai noberzies. Būtiski ir līdzekli uzklāt 30 minūtes pirms ieiešanas ūdenī. Tāpat jāatceras, ka saules stari “viskodīgākie” ir laikā no pulksten 10.00 līdz 16.00,” atgādina farmaceite un uzsver, cik svarīgi ir saņemt konsultāciju par situācijai piemērotāko saules aizsarglīdzekli, jo tie ir ļoti dažādi. “Piemēram, tieši šai aktivitātei piemērots būs līdzeklis spreja formā. To var ērti un ātri uzklāt, turklāt pēc uzklāšanas āda nav lipīga, un tieši lipīga sajūta, kā novērots, bieži vien vīriešus attur no saules aizsarglīdzekļu lietošanas. Spreju ir viegli uzsmidzināt arī uz ādas, kur apmatojums ir biežāks,” skaidro farmaceite, piebilstot, ka tad, ja šāds aktīvā atpūtas veids kļūst regulārs, ir vērts paaugstināt sevi par specializētu, UV starus aizturošu apģērbu – tas parasti ir plāns, ātri žūstošs un komfortabls.

Kādām sastāvdaļām pret novecošanas līdzekļos patiešām piemīt pret novecošanas efekts?

“Zinātniski pierādītas pret novecošanas sastāvdaļas noteikti ir C vitamīns un retinols. Saskāros ar šādu gadījumu: aptuveni 40 gadus vecu sievieti uztrauca sejas ādas krāsas vienmērīguma zudums – parādījušies daži tumši plankumi uz vaigiem, palielinājusies krunciņu daudzums, grumbu dziļums. Esošie neitrālie kosmētikas līdzekļi līdz šim ir apmierinājuši, tomēr viņa vēlētos izmēģināt produktus, lai palēninātu ādas novecošanas, ja vien būtu droša, ka tie patiešām darbojas.

Jālūko pēc tiem līdzekļiem, kas satur C vitamīnu – tas ādu var mikstināt un padarīt gaišāku, samazināt grumbuņņas un smalkās krunciņas, stimulējot kolagēna ražošanu un antioksidantu iedarbību. Arī retinolam ir līdzīgs efekts. Abas sastāvdaļas ir pieejamas, tostarp arī seruma veidā – tā būtu laba izvēle, lai tiktu galā ar pēkšņi pamanītām krunciņām. Jāņem gan vērā, ka, lietojot aktīvu serumu, ādas aizsardzībai ar pretsaulē līdzekļiem ir divtik liela nozīme. Noteikti noderēs ādas mitrināšana, kopjoši produkti, kas satur, piemēram, hialuronskābi, glicerīnu, urīnvielas, alfa-hidroksiskābes. Visas šīs vielas palīdz saglabāt ādu mitrinātu un gludu, piesaistot



ūdeni no vidējā ādas slāņa uz virsējo. Vazelīns, lanolīns un minerāleļļas palēnina ūdens iztvaikošanu no ādas, tajā ilgāk saglabājas mitrums, taču šis sastāvdaļas mēdz padarīt krēma konsistenci biežāku.

Kāpēc ar gadiem āda nereti sāk niezēt? Kā ar to tikt galā?

“Ādas nieze gados vecākiem cilvēkiem ir izplatīta, jo līdz ar vecumu ādai ir tendence kļūt sausāka. To apstiprina arī, piemēram, šāda aptiekā piedzīvota situācija,” stāsta farmaceite.

Aptiekas pastāvīgais klients – kungs gados – regulāri nāk pēc hipertensijas zālēm un vienmēr labprāt aprunājas ar farmaceitu par savas veselības aktualitātēm. Kārtējā apmeklējuma reizē viņš pastāstīja par mazliet niezošu ādu uz rokām un kājām, saplaisājušiem papēžiem. Ņemot vērā redzamos ādas laukumus un viņa sacīto, bija iespējams secināt, ka iemesls niezei varētu būt ir ādas sausums.

Vecāka gadagājuma cilvēki bieži vien ādas sausumu mēģina risināt ar “kaut ko treknu” – eļļu vai citām taukvielām, tomēr tas nav pareizi. Dārzu, kad tas izkalst, taču laistām ar ūdeni! Lai ar sausumu tiktu galā, vismaz divas reizes dienā bagātīgi jāuzklāj mitrinoša ziede vai krēms bez smaržas. Lai losjoni paliek jaunākiem cilvēkiem! Tie ātri iesūcas, taču šajā gadījumā nebūs piemērotākie. Ziedes un krēmi ir efektīvāki un mazāk kairinoši. Lai “notvertu” un paturētu ādā iespējami vairāk mitruma, krēms jāuzklāj uzreiz pēc mazgāšanās vai noskalāšanās, kamēr āda vēl ir mitra. Mitrinošo līdzekļu sastāvā var būt jojobas eļļa, dimetikons, glicerīns, hialuronskābe, pienskābe, lanolīns, minerāleļļa, petrolatums vai šī sviests.

Uz saplaisājušiem papēžiem var lietot eļļas bāzes krēmu vai vazelinu, noder arī krēmi, kas satur urīnskābi. Lai līdzeklis iedarbotos labāk, vēlams pēc ādas ieziešanas uzvilkt speciāli šim nolūkam paredzētas zeķes vai arī plānas kokvilnas zeķes. Daži kāju ādas kopšanas līdzekļi jau ir iegādājami kā pēdu maskas un iestrādāti īpašās zeķītēs – to uzvilšana pirms naktsmieņa var sniegt sevišķi labus rezultātus,” skaidro farmaceite Ērika Pētersone un uzsver, ka svarīgi pievērst uzmanību ne tikai ādas kopšanas līdzekļiem, bet arī pilnvērtīgam uzturam, kas nodrošina organismu ar A, C un E vitamīnu, cinku, Omeg-3 taukskābēm.

Apsveikums

Atļauj šodien saviem gadiem ziedēt,
Kā ziedlapiņām, kuras saulē plaukst.
Atļauj šodien saviem gadiem skanēt,
Kā melodijai, kura sirdī šalc.

Mīļā kaimiņiene **Anastasija**,
sveicam dzīves skaistajā jubilejā!
Novēlam veselību, dzīvesprieku un Dieva svētību.
Zinaida, Jānis, Celerīna un bijusī darbabiedrene Jevgenija



Reklāma

24. AUGUSTS, ALŪKSNE
PILSSALAS ESTRĀDE
SĀKUMS PLKST. 18.00

EXKLUZĪVI

JUBILEJAS KONCERTS
CREDO
50

BIĒSU PARADĪZE

Dažādi

Meklējat izturīgus logus un durvis?
LOGI DURVIS PILNS SERVISS
26343039
www.balvulogi.lv

Dūmvadu, dabisko ventilāciju, apkures ierīču, dūmeju apsekošana, tīrīšana, remonts, izgatavošana, mūrēšana, oderēšana, uzstādīšana.
Dūmu detektori.
Tālr. 22363236, 20404400.

Pieved smilti, granti, šķembas.
Tālr. 25685918.

Iznomā telpas Balvos, Bērzpils 7 (1. un 2. stāvā). Tālr. 29209812.

No akas līdz mājai iemontē ūdensvadu, izvada kanalizāciju.
Tālr. 25685918.

Smalcina ganības, pļavas. Trimmerē piemājas dārziņus.
Tālr. 29165808.

KAPU VIETAS LABIEKĀRTOŠANA
*PIEMINEKĻI *APMALES *APŽOGOJUMI
KVALITATĪVI, AR GARANTĪJU.
TĀLR. 22045514.

No 25.augusta līdz 31.augustam, sakarā ar remontdarbiem centralizētajā siltumtrasē, iespējami siltumenerģijas padeves pārtraukumi šādām ēkām Balvos:
Dzīvojamās mājas:
Baznīcas ielā 7, 14;
Brīvības ielā 73, 89;
Dārza ielā 8, 10;
Ezera ielā 24, 26, 28, 40, 42;
Miera ielā 15.

Iestādes:
Brīvības ielā 81;
Dārza ielā 2.
Atvainojamies patērētājiem par sagādātajām neērtībām.
AS "Balvu Enerģija"

SIA "Mi Ko Wood" piedāvā: kokmateriālus celtniecībai un remontam.
Dēļi, brusas, jumta latas, līstes.

Tagad arī ar piegādi!
Žiguri, Parka iela 1.
mob. **28607733** – Artis
info@mikowood.com

Pērk

Iepērkam LIELLOPUS!
Info@senlejas.lv
62003939

Z.s "Strautiņi" iepērk mājlopus.
Samaksa tūlītēja. Labas cenas.
Tālr. **29411033**.

PĒRKAM
Augošu koku cirsma un sortimentus pie ceļa

Meža īpašniekiem:

- Veicam bezmaksas konsultācijas;
- Palīdzam meža taksācijas sagatavošanā, cirsma iestīgošanā;
- Palīdzam iesniegt ciršanas pieteikumu VMD.

Metsā
Telefoni informācijai: 26115369; 67804343
www.metsaforest.com/lv

Pārdod

Pārdod grieztu, skaldītu malku.
Ar piegādi. Pieejama arī sausa malka. Tālr. 29196108.

Pārdod skaldītu malku.
Tālr. 26550272.

Skaldīta malka. Cena 40 EUR/berkubā. Piegādes apjoms līdz 7 berkubiem. Ir sausā.
Tālr. 25543700.

Pārdod skaldītu malku ar piegādi.
Tālr. 26425960.

Dēļjvistas, jaunputni.
Tālr. 29424509.

Pārdod gotiņas (bioloģiskā).
Tālr. 26176221.

Pārdod metāla jumtus un notek sistēmas no ražotāja.
Cena no 5,90 EUR/m².
Tālr. 28382940.

Metāla jumta segumi par labām cenām. Piegāde, uzstādīšana.
Tālr. 26360938.

Pārdod 4-istabu dzīvokli Balvos.
Tālr. 26436097.

Pārdod māju ar saimniecības ēku un zemi Balvos, Lauku ielā 23-2.
Tālr. 26577113.

Pērk ābolus sulai Kubulos.
Tālr. 27004732.

Pērk mopēdu Rīga 7 vai motoru D6, D8.
Tālr. 26102231.

Mežus un cirsma līdz 18 000 EUR/ha.
Tālr. 27603515.

IEPĒRK MAJLOPUS
-AUGSTAS CENAS
-SAMAKSA TŪLĪTĒJA
-ELEKTRONISKIE SVARI
tel. **27777733**
www.galvasparistade.lv

PĒRKAM:
CIRSMAS, MEŽA ĪPAŠUMUS
LAUKSAIMNIECĪBAS ZEMES

MEŽIZSTRĀDE:
ZĀĢĒŠANA
PIEVEŠANA
TREILERA PAKALPOJUMI

SIA ANITA AB
Kontakti: +371 28 600 344
info@anitaab.lv

Līdzjūtības



Pierimst soli, klusē domas,
Neskan mājā mātes balsis,
Tikai klusa sāpe sirdi
Ilgi vēl pēc tevis sauks.

Reiz pienāk diena, nelūgta un skarba,
kad sirdi dziļi smeldz un sāj...
Izsakām patiesu līdzjūtību
Inārai Upītei ar ģimeni, MĀTI
mūžības ceļā pavadot.
Bijušās kolēģes: Daina, Regina,
Lūcija, Valija, Skaidrīte,
Vera, Geņa, Maruta

Pa mirdzošu staru sargeņģelis
aiznesa
Dvēseli debesu kalnā...
Izsakām visdziļāko līdzjūtību
Inārai Upītei ar ģimeni, MĀTI
mūžībā.
Anita un Līga Šustovas

Tavs vārds ir dzīvs,
Un saviem bērniem
Atmiņā tu dzīvi. (A.Balodis)
Izsakām visdziļāko līdzjūtību
Inārai Upītei, MĀTI mūžībā pavadot.
Inga, Līga

Vismelnākā šķiršanās stundā
Par ēnu, kad pārtop glāsts,
Tēt, tie esam mēs, kuros tālāk,
Nu skanēs tavs dzīvības stāsts.

(K.Apškrūma)

Izsakām visdziļāko līdzjūtību
Ivetai Bušai, TĒTI pavadot kapu kalniņā.
BPVV kolektīvs

Pāri sirmām kapu priedēm
Pāršalc tavas dzīves stāsts.
Pāri darbam, sāpēm, ilgām
Baltu, vieglu smilšu klāsts.

(M.Svire)

Izsakām visdziļāko līdzjūtību
Mārim Bonkam, pavadot **TĒTI** mūžības ceļā.
ZS "Amatnieki", ZS "Riekstiņi",
SIA "Grano E"

Cilvēks kā mirdzoša zvaigzne,
Kas debesu plašumos mit –
Ne zināt mums stundu un brīdi,
Kad dzīstoša lejup tā slīdi.

Izsakām patiesu līdzjūtību
Inesei Zutei ar ģimeni, pavadot **TĒVU**
mūžības ceļā.
Veikala "Beta" kolektīvs



Pārdod

Pārdod 2-istabu dzīvokli ar malkas apkuri Balvos, pilsētas centrā.
Tālr. 29411262.

Pārdod MAZUMTIRDZNIECĪBAS VEIKALU ar telpām, inventāru un precēm – velosipēdi, to detaļas, autopiederumi, telefoni, to aksesuāri. Atrodas Balvos. Bez parādiem. Sikāka informācija pa tālr. 29105310.

Piedāvājam tīrus, mazgātus, kā jaunus, 600 l un 1000 l, un arī nemazgātus 1000 l konteinerus (baltie, melnie). Mucas plastmasas, metāla no 60 l līdz 220 l. Iespējama piegāde. Tālr. 29492141.

Pārliecinies, vai abonēji septembrim!?



e-pasts: vaduguns@apollo.lv
mājaslapa: vaduguns.lv

Vaduguns
INDEKSS 3004
IZNĀK OTRDIENĀS, PIEKTDIENĀS
IZDEVĒJS
SIA "BALVU VADUGUNS"
Nodokļu maksātāju apliecības Nr.
LV43203002982

REDAKCIJAS ADRESE
TEĀTRA IELĀ 8
BALVOS, LV-4501
NORĒĶINU KONTS
A.S. SEB BANKA
Nr. LV21UNLA0024000467345,
kods UNLALV2X
Publicitāte materiāli ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli.
Par faktu, skaitļu pareizību, kā arī par sludinājumu tekstiem
atbild to autors.

REKLĀMA, SLUDINĀJUMI
D.Dimitrijeva
T. **64507018**
26161959

REDAKTORS E.GABRANOVŠ - T. 29360850
ŽURNĀLISTI: S.KARAVOIČIKA - T. 26707934;
A.SOCKA - T. 29378903; M.SPRUDŽĀNE - T. 27832538;
I.TUŠINSKA - T. 27145837; A.LOČMELIS - T. 26665086.
KOREKTORS – S.GUGĀNE
GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA - T. 25908200
ŠOFERIS A.KIRŠANOVŠ - T. 27870730
Tālrunis-autoatbildētājs - 64520961

Datorsalikums-
SIA "Balvu Vaduguns",
R.KACĒNS
Iespiests SIA
"Poligrāfijas grupa
Mūkusalā", Rīgā,
Mūkusalas 15A
Tirāža – 2120