



Foto - A.Kirsanovs

Jāizmēra asinsspiediens. Antra Nikolajeva (foto – no kreisās) veselības pārbaudi izturēja godam – visi rādītāji normas robežās. “Tas tādēļ, ka visu laiku esmu kustībā. Manā uzraudzībā ir mazbērni, kamēr mamma darbā. Ir divi dārzi. Vēl suniņi, kaķiņi, kāmiņi...,” secināja briežuciemiete. Pie dakteriem Antra vērsās tikai ārkārtas gadījumā, pārsvarā ar muguras problēmām – sevišķi, kad pavasaros un rudenos cītīgāk pastrādāts dārzā. Iespējams, viņas veselības stūrakmens ir optimisms, jo mazdēls Toms vecmāmiņu raksturo kā jautru un tikai reizēm stingru. Savukārt vecmāmiņa priecājas, ka Toms aug strādīgs un izpalīdzīgs: “Visu laika prasa, – dod darbu, dod darbu! Tagad, iemācīties plaut ar trimmeri, iet palīgā arī kaimiņiem. Visu laiku skatās, kam ko vajag palīdzēt.” Antra priecājas, ka mazbērni aug kustīgi un augām dienām nesēž telefonos, bet tā vietā labāk izvēlas braukāt ar divriteņiem.

Laukos dzīvo veselīgi

Irēna Tušinska

22.jūlijā Balvu novada Sociālās pārvaldes sabiedrības veselības speciālistes Ritas Dreimanes rīkotajā Veselības dienā Briežuciema iedzīvotājiem piedāvāja veikt bezmaksas asinsspiediena, glikozes, skābekļa un holesterīna līmeņa pārbaudes, noteikt ķermeņa masas indeksu, kā arī saņemt dažāda veida informāciju par valsts apmaksātiem vēža skrīningiem un citām veselības pārbaudes un uzlabošanas iespējām. Veiktās pārbaudes liecināja, ka šajā pagastā savas dienas vada veselīgi un zinoši cilvēki.

Sabiedrības veselības speciāliste Rita Dreimane uzsver, ka pašvaldības pienākums ir rūpēties par novada iedzīvotāju veselību: “Tā kā Balvu novada pašvaldība iekļauta nacionālajā veselīgo pašvaldību tīklā, tā aicina iedzīvotājus uz dažādām veselībai veltītām tematiskām aktivitātēm. Pirmajā pusgadā tās bija veltītas valsts apmaksātiem vēža skrīningiem. Bet šajā pusgadā – no jūlija līdz decembrim – uzvaru liksim uz fiziskajām aktivitātēm, lai iedzīvotāji dzīvotu veselīgāk un ilgāk. Nolēmu, ka šādas aktivitātes jāisteno arī pagastos, jo pārsvarā tās notiek pilsētās. Zinot, ka briežuciemieši ir atsaucīgi un sabiedriski aktīvi, sapratu, ka būtu motivējoši sākt tieši ar šo pagastu.”

Veselības dienas laikā varēja ne tikai pārbaudīt asinsspiedienu un pulsus, glikozes un holesterīna līmeni asinīs, kā arī ķermeņa masas indeksu, bet arī iepazīties ar Slimību profilakses un kontroles centra bukletiem par dažādām veselības profilakses tēmām un valsts apmaksātiem izmeklējumiem. Savukārt bērni apguva veselīga uztura pamatprincipus, izgriežot no papīra produktu attēlus un sakombinējot no tiem veselīgu pusdienu šķīvi. Mazajiem briežuciemiešiem

bija iespēja asināt arī prātus, liekot puzzles un risinot krustvārdu mīklas. “Garīgā veselība ir ne mazāk svarīga kā fiziskā,” pārliecināta R.Dreimane. Tāpat sabiedrības veselības speciāliste bērniem piedāvāja pamēģināt nostāvēt uz līdzsvara bumbas, vingrināt pareizu stāju, ar grāmatu uz galvas ejot pa taisnu līniju, kā arī trenēt koordināciju un līdzsvaru, padodot viens otram bumbas. Vienā no aktivitātēm klātesošie iepazīna dažādas garšvielas, lai, sekojot speciālistes aicinājumam, uzturā mazāk lietotu sāli un cukuru.

Pazīstot visus pagasta iedzīvotājus, feldšere Biruta Pundure apgalvo, ka Briežuciemā dzīvo veselīgi: “Laukos vispār cilvēki ir veselīgi.” Visbiežākās vainas, ar kurām iedzīvotāji vērsas pie mediķes, ir saistītas ar pārstrādāšanas. Tās ir roku, ceļgalu un muguras sāpes. “Bet tas ir tikai pārslodzes dēļ, jo viņi ir ļoti čakli,” piebilst feldšere. Gadoties arī saaukstēšanās vai asinsspiediena problēmas. “Taču tagad cilvēki dzer asinsspiediena zāles, tādēļ tas tiek kontrolēts. Tāpat arī holesterīna līmenis,” apgalvo feldšere. Tautjāta, vai jūlija sutīgie laikapstākļi ietekmējuši briežuciemiešu pašsajūtu, B.Pundure teic, ka nav tik traki: “Ir bijušas arī grūtākas un karstākas vasaras. Tad parasti sākas galvas reiboņi, asinsspiediena svārstības.”

Pēteris Supe stāsta, ka Veselības dienas pasākumā nokļuva nejauši: “Tikko atbraucu no Balviem, kur Gulbja laboratorijā nodevu asins analīzes.” Izmērijis asinsspiedienu, cukuru un holesterīna līmeni, vīrietis konstatēja, ka visi rādītāji ir nomas robežās. Pēteris apgalvo, ka, atšķirībā no daudziem citiem stiprā dzimuma pārstāvjiem, viņš uz feldšerpunktu aiz rokas nav jāved. Briežuciemiētis regulāri seko veselības stāvoklim un cenšas piekopt veselīgu dzīvesveidu – pareizi ēst un daudz kustēties – braukt ar divriteni, strādāt dārzā. “Arī malka ziemei jāgādā. Laukos darba nekad netrūkst,” viņš piebilst.

Nedēļas jautājums

Ko Jums nozīmē Tilža un ko novēlat pagastam, kas svin 100 gadus kopš Tilžas vārda iegūšanas?

Aija Socka



ILZE PUGAČA, dzīvo Vectilžas pagastā: – Tilža man nozīmē dzimtās mājas, bērnību, skolas laiku un pašlaik arī darbavietu. Lai arī jau 23 gadus dzīvoju Vectilžā, sevi joprojām uzskatu par tilžēni. Svētkos novēlu Tilžai saglabāt savu mieru un skaistumu, attīstīties un nezaudēt identitāti. Lai cilvēki tur vienmēr jūtas pasargāti, droši un laimīgi!



INDRA STUDENTE, dzīvo Tilžā: – Kopš 1984. gada 2. augusta Tilža ir manas mājas. Tas, šķiet, arī visu izsaka. Dzīves laikā šeit piedzīvoti gan jautri, gan skumīgi brīži. Tilžai svētkos novēlu nepazust no Latvijas kartes! Lai visas ieceres un plāni piepildās!



ILZE CIPRUSE, dzīvo Tilžas pagastā: – Tilžas pagasts ir manas dzimtās mājas. Šeit jūtos piederīga un laimīga. Te ir mana miera osta. Novēlu, lai Tilžas pagasts būtu vēl ilgi, ilgi. Tilžas pagasta ļaudim vēl labklājību, veselību, neizsīkstošu enerģiju un dzīvesprieku. Un tādām būt arī mūsu Tilžas ciemam.



LOLITA KINDZULE, dzīvo Tilžā: – Tilža ir manas mājas. Šeit esmu izaugusi es, mani bērni, šeit dzīvoja mani vecāki, vecvecāki. Esmu lepna, ka dzīvoju pagastā, kurā ir četri dievnami, sava himna, augstu attīstīta kultūras dzīve. Tilžā dzied, dejo, spēlē teātri. Tilžas vārds šajā vasarā vairākkārt izskanēja Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētkos Rīgā. Tilžas

pamatskolas koris kļuva konkursa finālā Rīgā ieguva Zelta diplomu, 3. vietu valstī. Vokālais ansamblis "Varbūt", kurš ir ceturtais labākais valstī, koncertēja VEF Kultūras pilī, Vērmanes dārzā. Bērnu un jauniešu dramatiskais kolektīvs "Spogulēni" izjusti izspēlēja izrādi Vērmanes dārzā. Šajos visos kolektīvos darbojas mana jaunākā meita Karīna. Izcilais sniegums un augstie rezultāti gūti, pateicoties Tilžas pamatskolas mūzikas skolotājai Lindai Vītolai un dramatiskā kolektīva vadītājai Inesei Daukstei. Vēlu ikvienam justies piederīgam savam pagastam! Darboties, atbalstīt citam citu, priecāties par sasniegto!



IRISA EIDAĶA, dzīvo Jelgavā: – Bērnības Tilža ir Roditeļi – dzimtās mājas, kas man asociējas ar meža zemeņu, lāceņu, liepzieņu un sēņu smaržu. Lazdām, kas pilnas ar riekstiem un dzeltenajām olu plūmēm vecmamma dārzā, siena vākšanu, kā arī ārkārtīgu dziļu sniegu ziemā. Jaunības Tilža – ar daudzām stundām

pie Tilžas upītes, ļoti interesantiem pasākumiem Tilžas vidusskolā un KN, kā arī ar lieliskām draudzenēm. Tagad Tilža man ir jauka ciemošanās vieta pie radiņiem, kur prieks par viņu čaklumu, uzņēmību, nodarbojoties ar lauksaimniecību, saglabājot lauku tradīcijas un veicinot vietējo ražošanu. Prieks arī par sakoptajām mājām, pagasta centru un aktīvo kultūras dzīvi ciemā. Lai Tilžā vienmēr skan bērnu smiekli, dziesmas un nerimst čaklu ļaužu solis!

MANA NEDĒĻA

Šobrīd esmu atvaļinājumā un varu sevi palutināt – ik rītu varu ilgāk pagulēt. Man īpašu rituālu nav, taču katru rītu iesāku ar kafijas krūzi un domām par ikdienas darbiņiem. Laikapstākļi īpaši nelutina – lietusskaņi ar sauli, tāpēc saulainā laikā jāsteidz plānot zāli un darīt citus lauku darbiņus. Atvaļinājuma laikā vajadzētu daudz ceļot, tāpēc esmu ieplānojusi ceļot pa kartupeļu vagām un puķu dobēm. Atpūtas brīžos paskatos aizraujošu detektīvu, kā arī lasu Bērnu, jauniešu un vecāku žūrijas grāmatas. Šonedēļ izlasīju Līses Villadsenas "Kvantu lēcieni" – laba grāmata, kas domāta jauniešiem. Nedēļas nogalē kopā ar novada bibliotekāriem došos kultūrvēstures studiju braucienā uz Rēzeknes novadu un pilsētu. Jāapskatās taču, kā citur ļaudis strādā bibliotekāru nozarē! Kopā ar Bērpils folkloras kopu "Saivenis" Annas dienā brauksim padziedāt Saimniecību lustēs Skujietnieku ciemā, bet vēlāk arī ar savām dziesmām kuplināsim pasākumu pie Božavas ezera. Tā savu vārda dienu aizvadišu dziesmās. Parasti Annas diena man saistās ar Bērzu Svētās Annas Romas katoļu baznīcu, jo tai laikā draudze svin savus svētkus. Tie ir skaisti svētki ar piepildījuma sajūtu!



ANNA KRIVIŠA, bērzpiliete

No vēstulēm

Vasara atklāj to, ko ziemā nepamani!

Vasara, kad dzīve daudziem rit brīvākā režīmā, ir īstais laiks, lai pārbaudītu galvenos veselības rādītājus. Tā kā siltajā periodā retāk ir sastopamas elpceļu infekcijas, kas var ietekmēt iekaisuma rādītājus analizēs, vispārējo veselības stāvokli iespējams pārbaudīt bez akūtas slimības ietekmes. Vai un kādas analīzes veikt, lai pārliecinātos, cik stipri ir tavas veselības pamati, skaidro laboratorijas ārste un ģimenes ārste-rezidente Vlada Terepa, "Centrālās laboratorijas" Imunoloģijas un imūnhematoloģijas nodaļas vadītāja.

Vasarā kļūstam fiziski aktīvāki, un tas var likt izpausties problēmām, kas ir attīstījušās nemanot un iepriekš nav likušas par sevi manīt, piemēram, aizdusa, sirds pārsitiens, locītavu sāpes un citas. Tādēļ būtu svarīgi pārbaudīt organisma vispārējo stāvokli. "Ļoti vērtīgs un informatīvs izmeklējums vispārējā veselības stāvokļa un imūnsistēmas darbības novērtējumam ir pilna asins aina. Turklāt šī analīze ļauj laikus pamanīt mazasinību, asins recēšanas traucējumus, alerģiju, slēptas infekcijas vai iekaisumu. Pilna asins aina sniedz norādes arī ar hronisku nogurumu vai uzturvielu trūkumu, piemēram, dzelzs vai B12 vitamīna deficītu, kas bieži izpaužas ar nespecifiskiem simptomiem, piemēram, vājumu, reibošiem vai koncentrēšanās grūtībām," skaidro ārste V. Terepa.

Lai gan ierasti veselībai vairāk uzmanības veltām gada aukstajos mēnešos, kad plosās saaukstēšanās infekcijas, jāņem vērā, ka arī vasarai raksturīgi dažādi apstākļi, kas paaugstina veselības riskus. "Karstums var negatīvi ietek-

mēt sirds un asinsvadu sistēmu. Svīstot zaudējam vairāk šķidruma un elektrolītu, tādēļ, lai izvairītos no atūdeņošanās, nespēka, muskuļu krampjiem un sirds ritma traucējumiem, ieteicams pārbaudīt nātriju, kāliju, magniju un hloru līmeni asinīs," skaidro ārste Vlada Terepa. Svarīgi novērtēt arī nieru funkciju, jo tad, ja dzeram par maz ūdens, var būt arī apgrūtināta nieru darbība, radot akūtu nieru bojājumu risku. Atūdeņošanās vasarā nereti izraisa arī caureja un vemšana, kas var būt sekas uztura paraduma maiņai. "No vienas puses, augļu, ogu un dārzeņu pārbagātība mudina ķerties pie veselīgākas ēšanas principiem, no otras – pirms dārza labumu likšanas mutē, nenoskalojot tos tekošā ūdenī, biežāk izplatās ar zarnu infekcijas," novērojusi daktere. Arī ceļojumi ar gastronomiskiem jaunatklājumiem mēdz izvērsties neplānotā vizītē pie ārsta. Silto laikapstākļu dēļ vasarā svarīgi pievērst īpašu uzmanību produktu uzglabāšanas nosacījumiem un derīguma termiņam, lai izvairītos no saindēšanās ar pārtiku.

Lai pārliecinātos par uztura un dzīvesveida izmaiņu ietekmi uz aknu un nieru spēju tikt galā ar savām funkcijām, ieteicams pārbaudīt arī ALAT, ASAT, kreatinīna un urīnvielas līmeni asinīs. Pamata analizēs būtu vērts noteikt arī cukura līmeni asinīs un sirds un asinsvadu veselībai būtisko holesterīna rādītāju. "Laboratoriskie izmeklējumi ir pieejamāks un vienkāršāks veids, kā pārbaudīt veselību, jo tie ļauj atklāt izmaiņas organismā agrīni, pirms parādās simptomi. Savukārt tas nozīmē gan mazāk invazīvas un lētākas ārstēšanas metodes, gan labāku terapijas iznākumu," atgādina daktere V. Terepa. Tādēļ klientu ērtībām "Cen-

trālā laboratorija" piedāvā dažādus analīžu komplektus, kas ļauj pārliecināties gan par vitamīnu un minerālvielu, tostarp elektrolītu, līmeni organismā, gan pārbaudīt pamata veselības rādītājus. Šīs analīzes ir pieejamas gan ar ārsta nosūtījumu, gan bez. "Izmanto vasaru rūpēm par veselību, jo tas ir ilgtermiņa ieguldījums dzīves kvalitātē un labsajūtā! Atvaļinājuma laikā rūpes par sevi ir vienlīdz svarīgas kā ceļojums vai atpūta. Veselības pārbaude šodien – mierīgāka sirds un prāts rīt," apliecina ārste.

ARTA LĀCE

Atkal par zvaigznēm

*Zvaigzne, mirdzoša, skaidra
Kā zelta asara krīt...
Vai viņu lejā kāds gaida?
Vai pacels, vai atradīs?*

*Varbūt mūsu dvēseles ir zvaigznes,
Kas nokritušas no debesīm?
Tādēļ no Zemes šis tiko aizbēgt,
Un atpakaļ uz debesīm sauc sirds...*

*Ko mums vajag debesu klajos?
Ne tur zaļa zāle, ne putni dzied...
Ko meklēt zvaigžņu ceļos tālajos?
Vai uz citām planētām puķes zied?*

*Tur augšā bezgalība auksta,
Klusējot, mūsos norauģās...
Vai tiešām likteņa dziļās austas
Zvaigžņu cakās brīnīšķās?*

*Ilgoties, domāt, sapņot,
Vēlēties, kad zvaigzne krīt!
Arī tad, ja prāts to saprot,
Ka ne jau visu var piepildīt...*

NAURIS GEKIŠS

Sūtiet mums vēstules arī elektroniski: vaduguns@apollo.lv

**Automātiskais atbildētājs
64520961**



Hallo!

"Aizvadītās nedēļas nogalē Balvu novads svinēja svētkus. Cik dzirdēju, viss bija skaisti un patīkami, arī laikapstākļi bija izdevušies. Vienīgais, ko gribētu lūgt, domājot par nākamajiem svētkiem, ir neaizmirst lauku pagastu cilvēkus. Arī mēs gribam kādu aktivitāti. Ne jau gājienus, bet kādu koncertu vai teātra izrādi. Protams, par pieņemamu cenu, jo laukos nedzīvo bagātākie novada ļaudis. Dziesmu svētkiem, redz, bija tāda priekšrocība, ka tos piedāvāja skatīties televīzija, bet novada svētkus var piedzīvot tikai klātienē. Braukt uz novada centru ar satiksmes autobusu nav labākais variants, īpaši, ja brīvdienās vairākos maršrutos nekursē autobusi. Ja jāsaka atklāti, tad šādi svētki drīzāk saucami par pilsētas, nevis

novada svētkiem, lai gan pieļauju, ka katram ir savas domas un pārliecība. Baidos, ka laukos cilvēki ar laiku jutīsies arvien vairāk pamesti un aizmirsti, jo dzīve kūsā ap novadu un valsts centriem," atzina lasītāja no lauku pagasta.

"Mans stāsts ir par to, ka pareizais cilvēks atrodas pareizā vietā, kā arī par laipnību. Šodien biju aizbraukusi uz Balvu Centrālo bibliotēku. Tā kā man ir daudz vecu grāmatu, kas pašai vairs nav vajadzīgas, vēlējos tās kādam atdot. Līdz šim nevienai bibliotēkai, cik iepriekšējos gados centos piedāvāt, nav interesējušas manas grāmatas, neviens pat neizrādīja interesi tās apskatīt. Bet šodien ļoti laipna darbiniece vārda

Svetlana painteresējās, kādas grāmatas es piedāvāju. Viņa teica, – droši nesiet iekšā, mēs gribam apskatīties jūsu grāmatas, jo bibliotēkā ir daudz tādu, kuras ir nolietotas un vajadzētu aizvietot. Šī sieviete bija ļoti laipna, pavadīja un sagaidīja mani pie durvīm, parādīja, kur grāmatas varu nolikt. Sarunājām, ka rītdien es atkal atbraukšu un atvedīšu, kas man ir palicis. Milzīgs prieks par cilvēku, kurš dara savu darbu ar palīcību. Mīļzīgs prieks par cilvēku, kurš dara savu darbu ar lielu mīlestību, ir pozitīvs un atsaucīgs! Vēlos, lai "Vaduguns" nopublicē šos labos vārdus, jo uzskatu, ka mums ir jāprot pateikties arī tiem cilvēkiem, kuri ir vienkārši sava darba darītāji, ne tikai, piemēram, deputātiem vai ārstiem," pastāstīja Balvu pilsētas iedzīvotāja Aļona.

Saruna ar svētku koordinatori

Darbs vēl nav galā

Irēna Tušinska

Izskanējuši XIII Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētki. Dalībnieki, pārguruši un gūto iespaidu iedvesmoti, atgriezušies mājās, lai atpūstos un uzkrātu spēkus jaunajam mācību gadam. Taču svētku organizatoru pienākumi vēl nav galā. Cilvēku vidū, kuri kā čakli rūķīši gādāja, lai dziesmu un deju svētku dalībniekiem nekā netrūktu, bija arī mūsu novada dziesmu un deju svētku koordinatore, interešu izglītības metodiķe **ILONA SALMANE**.

Divas dienas pēc tam, kad izskanējis svētku noslēguma koncerts, Ilonu sastopu savā darba kabinetā Balvu Bērnu un jauniešu centrā, kur viņa ķērusies pie atskaišu un citu dokumentu kārtošanas.

Kā jūtaties, kad saspringtais darba cēliens gandrīz noslēdzies?

– Nogurums ir, bet esmu saņēmusi tik milzīgu pozitīvo emociju lādiņu, ka tas palīdz darboties tālāk ar jaunu enerģiju.

Kad sākas un kā notiek gatavošanās dziesmu un deju svētkiem?

– Gatavošanās nākamajiem dziesmu un deju svētkiem sākas, tiklīdz beidzas iepriekšējie. Kolektīvi, laikus uzzinājuši jauno repertuāru, sāk to apgūt. Tie pieci gadi līdz nākamajiem svētkiem ir stāsts par uzņēmību, nepadošanos, izturību un neizmērojamu darbu. Savukārt koordinatoriem vissaspringtais darbs norisinājās, sākoties šim mācību gadam.

Kādi ir koordinatora pienākumi?

– Manos kā interešu izglītības metodiķes pienākumos ietilpst bērnu un jauniešu kultūrizglītības kolektīvu apzināšana, pārzināšana un koordinēšana. Ik gadu organizēju konkursus un skates novada limenī. Svētku gadā tās ir dalībnieku atlases skates, ko vērtē speciāli veidota žūrija no Rīgas. Satraukuma pilns ir rezultātu gaidīšanas laiks, jo tos uzzinām tikai tad, kad noslēdzas skates visā valstī. Prieks, ka šogad rezultāti mūsu novada kolektīviem izrādījās patiesi izcili. Pēc rezultātu apkopošanas sākas kolektīvu un dalībnieku reģistrācija īpašā sistēmā, saziņa ar svētku organizatoriem visdažādākajās jomās, jo mūsu novads svētkos tika pārstāvēts ļoti daudzpusīgi – tautas dejas, mūsdienu dejas, kori, vokālie ansambļi, folkloras kopas, pūtēju orķestris, akordeonistu orķestris, dramatisks kolektīvs, vizuālā māksla, kā arī profesionālās skolas programmas. Mans pienākums bija sazināties ar katru no šo jomu koordinatoriem un informāciju tālāk nodot mūsu kolektīvu vadītājiem, kā arī risināt dažādus organizatoriskos jautājumus. Tālāk sekoja dalībnieku izmitināšanas, ēdināšanas un transporta jautājumi. Paldies pašvaldībai, ka savlaikus izveidoja darba grupu un sadalīja pienākumus. Kad kļuva zināmi mēģinājumu grafiki, sākām plānot, kurš kolektīvs kurā laikā iebrauks Rīgā, cik dienas tur pavadīs utt. Tas ir ļoti apjomīgs un skurpulozs plānošanas darbs.

Agrāk šajos svētkos nebija tik liela pārstāvēto mākslas jomu dažādība...

– Jā. Ar katru gadu svētki kļūst daudzveidīgāki un dalībnieku ziņā daudzskaitlīgāki. Šogad jauninājums bija akordeonistu orķestris. Pakāpeniski ienācis arī teātris, vizuālā māksla.

Cik dalībnieku svētkos pārstāvēja Balvu novadu?

– Oficiāli bija reģistrēti 628 dalībnieki, bet daudzi no viņiem dublējās un piedalījās vairākos kolektīvos. Bija pat tādi, kuri paguva uzstāties kopā ar četriem kolektīviem, dziedot, dejojot, muzicējot orķestrī un spēlējot teātri. Kopumā mūsu novadu svētkos pārstāvēja gandrīz 500 skolēni.

Kur dzīvoja mūsu novada dalībnieki, kā notika viņu ēdināšana?

– Dzīvojām Pļavnieku pamatskolā. Tur esam mitinājušies jau vairāku dziesmu un deju svētku laikā. Mūs tur jau pazīst, un tas ir patīkami. Skolas vadība bija ļoti atsaucīga un pretnākoša, cenšoties izpildīt visas mūsu vēlmes. Atsevišķu ligumu noslēdzām ar šīs skolas ēdinātājiem, tāpēc dalībnieki pusdienoja skolas ēdnīcā, bet dažreiz arī savās mēģinājumu vietās. Visiem bija izstrādāta vienota ēdienkarte. Kolektīvi nāca ēst dažādos laikos, atkarībā no mēģinājumu un uzstāšanās grafika. Ēdiena kvalitāte bija laba. Katrs porciju lika pats, izvēloties to, kas labāk garšo un cik daudz var apēst. Par ēdināšanu neviens nesūdzējās, jo iepriekšējos gados jaunieši, īpaši puiši, teica, ka nav paēduši, jo ēdiena bijis par maz. Dažkārt grūtības sagādāja kolektīvu ēdināšanas laiku sakombinēšana, pieskaņojoties mēģinājumu un koncertu grafikam. Taču kopumā viss noritēja labi.

Svētku dalībniekiem nācās mēģināt un uzstāties arī nelabvēlīgos laikapstākļos. Vai viņiem bija iespēja izžāvēt drēbes, sasildīties?

– Laikapstākļus mēs neviens nevaram koriģēt, bet kopumā tie šajos svētkos bija salīdzinoši labi. Tajās pāris reizēs, kad dalībnieki izmirka, skolā pieslēdza apkuri. Protams, ir lietas, ko nevar ietekmēt neviens. Žēl, ka negaisa un zibens spēriena dēļ nācās pārtraukt koncertu Daugavas stadionā. Arī pati apmeklēju tieši šo koncertu.

Bērni droši vien bija vilušies...

– Kāpjot nost no tribīnēm, redzēju vairākas meitenes raudam. Bērni ieguldīja tik milzīgu darbu, bet nevarēja to visu parādīt līdz galam. Arī man acīs saskrēja aizkustinājuma asaras, redzot, kā, mūzikai pazūdot, dalībnieki turpināja deļot. Tas bija tik aizkustinoši un apbrīnojami! Reizēm varbūt savus bērnus īsti nenovērtējam, bet, kad vajag, viņi tik ļoti saņem. Šādos ekstremālos brīžos rodas pārliecība, ka viss ar mums būs labi. Ar pateicību gribu pieminēt, cik lielu atbalstu mazajiem deju kolektīvu dalībniekiem sniedza vecāki un pavadošās personas. Pirms koncertiem gan skolotājas, gan mammas kā skudriņas rosījās visos skolas gaitēšos, visās malās gludināja blūzes, bantes un vestes, pina bizes, pina vainadziņus, sēja pastalas, palīdzot bērniem sagērbties. Paldies par to!

Vai gadījās arī kādi starpgadījumi, varbūt kuriozi?

– Jāteic, ka lielākā daļa bērnu tik grandiozos svētkos piedalījās pirmo reizi un nevarēja iedomāties, ka tur būs tik lieli cilvēku pūļi, burzma, tik intensīva transporta kustība, tik daudz vienādu autobusu. Tāpēc jau pirms došanās uz svētkiem kolektīvu vadītāji daudz stāstīja par to, kā rīkoties, ja kāds nomaldās un pazūd. Visi zināja, ka tādā gadījumā jāuzmeklē policisti. Svētku organizatori bija padomājuši par dalībnieku aprocēm ar kolektīva vadītāju tālruņu numuriem. Šādas aprocēs tika izsniegtas mazākajiem dalībniekiem. Pateicoties kolektīvu vadītājiem un pavadošajām personām nekādi nopietni starpgadījumi nenotika.

Varbūt kādam no mūsu novada dalībniekiem gadījās lūgt mediķu palīdzību?

– Pēc mediķu palīdzības bērni vērsās diezgan bieži. Visās norises vietās bija izvietotas mediķu brigādes, kur varēja saņemt pirmo palīdzību. Mums skolā bija līdzī pašiem sava medmāsa. Šoreiz viņas palīdzību lūdza daudzi bērni. Galvenokārt deļotāji, kuriem gadījās kāju sastiepumi, tulznas, noberzumi un tamlīdzīgi. Koristi sūdzējās par kakla sāpēm. Daudzi bērni nebija raduši pie tik milzīgas slodzes, arī pie noteikta dienas režīma. Ne vienam vien nācās izkāpt no savas ikdienas komforta zonas jau tāpēc vien, ka nedēļu jādzīvo prom no mājām, bez mammas un tēta, jāguļ uz grīdas novietotiem matračiem vienā telpā ar daudziem citiem un nevar doties gulēt, kad gribas. Rītos bija agri jāceļas, arī ēdināšana atšķīrās no ikdienā ierastās. Katru dienu bija nopietni jāstrādā mēģinājumos un stingri jāievēro grafiks. Tā, protams, bija milzīga slodze ikvienam. Taču nevar teikt, ka bērni īpaši čīkstēja. Nogurums, protams, bija, bet beigās tāpat visi priecājās. Droši vien palīdzēja emocijas, ko viņi guva koncertos.

Kurus svētku pasākumus un koncertus pašai izdevās apmeklēt?

– Šoreiz paveicās iegādāties biļetes uz vairākiem koncertiem. Jau minēju pārtraukto deju koncertu. Noskatījos skatuviskās dejas uzvedumu “Viedvasara”, kurā uzstājās labākie tautas deju kolektīvi, arī mūsu “Balvu vilciņš”. Jauka un sirsnīga šķīta arī Viesturdārzā organizētā novadu sasaukšanās un virsdiriģentu godināšana. Apmeklēju pūtēju orķestra koncertu “Tā radās skaņa”. Vienā no dienām Vērmanes dārzā klausījos, kā dzied mūsu novada labākie vokālie ansambļi – Tilžas pamatskolas vokālais ansamblis “Varbūt” un Balvu Mūzikas skolas vokālais ansamblis. Redzēju arī Tilžas dramatiskā kolektīva “Spogulēni” uzstāšanos. Visur valdīja priecīga un radoša atmosfēra. Protams, lielais noslēguma koncerts “Te - Aust” bija grandiozs. Daudz skaistu emociju guvu svētku gājiena laikā, kad tik daudzi cilvēku mums māja un uzgavilēja, viņu vidū bija daudzi balveniešu, arī mūsu bijušie audzēkņi



I.Salmane (foto – otrā no labās) pēc svētku koordinatoru godināšanas. Šoreiz dziesmu un deju svētku organizatori augstu novērtēja arī novada koordinatoru ieguldījumu, Saeimā pasniedzot viņiem Pateicības rakstus.

Foto - no personīgā arhīva

un vecāki.

Kādas emocijas pārņēma, redzot, kā mūsu Linda Vītola uz skatuves saņem koru skates galveno balvu?

– Šīs emocijas, protams, pārsniedza visas. Lai gan, godīgi sakot, jau ģenerālmēģinājumā uzzinot pirmo trīs vietu ieguvējus, ļoti cerējām, ka Balvu Mūzikas skolas koris varētu saņemt galveno balvu. Tas tiešām ir neticams žūrijas komisijas novērtējums gan kolektīvam, gan skolotājai Lindai Vitolai. Ļoti, ļoti priecājos arī par Tilžas pamatskolas kori. Tik mazai skolai iegūt 3.vietu valstī – tas ir prātam neaptverams rezultāts.

Kā notika svētku koordinatoru godināšana Saeimas namā?

– Šāda godināšana Saeimā ar nelielu ekskursiju un svinīgu apbalvošanu notika pirmo reizi, kopš strādāju kā dziesmu un deju svētku koordinatore. Savukārt Latviešu biedrības namā godināja visus kolektīvu vadītājus. Svētku rīkotāji bija parūpējušies par kvalitatīvu koncertu un omulīgu saviesīgo daļu.

Gatavojoties svētkiem un to laikā, Jums droši vien palīdzēja komanda, jo vienam cilvēkam tas nav paveicams...

– Esmu ļoti pateicīga atbildīgajiem cilvēkiem, kuri piekrita strādāt darba grupā gan svētku sagatavošanās procesā, gan svētku norises laikā Rīgā. Par ēdināšanu rūpējās Irēna Začeva, par izmitināšanu un telpu uzturēšanu kārtībā atbildēja Lija Bukovska. Andris Zelčs uzņēmās atbildību par transporta sadali un organizēšanu. Par bērnu drošību un kārtību nepārtraukti rūpējās Balvu novada pašvaldības policisti Raitis Kozlovskis un Andis Grāvītis, bet par dalībnieku veselību gādāja medmāsiņa Inga Jaunākā.

Nesen atgriezāties mājās. Kādas atsauksmes saņemat par aizvadītajiem svētkiem?

– Ir saņemts tik daudz pozitīvu atsauksmju un lepnuma par savu novadu no tik daudziem cilvēkiem – gan tiem, kuru bērni ir iesaistīti svētku procesā, gan no tādiem, kas paši nekad nav bijuši dziesmu svētku dalībnieki. Vislielākais gandarījums ir pašiem bērniem un jauniešiem, kā arī viņu kolektīvu vadītājiem, ka garie, grūtie mēģinājumi ir devuši tik brīnišķīgu galarezultātu. Domāju, ka ikviens no viņiem izjūt gandarījumu par paveikto. Priecājos par katru kolektīvu, katru dalībnieku, kas izcīnīja tiesības piedalīties svētkos, bet īpašs lepnums par konkurētspējīgo interešu izglītību valsts mērogā un augsto kvalitātes līmeni – lielā balva, ko saņēma Balvu Mūzikas skolas koris, 2.vieta Balvu Mūzikas skolas pūtēju orķestrim, 2.vieta Balvu Mūzikas skolas vokālajam ansamblim, otrais rezultāts valstī Balvu Mūzikas skolas Viļakā folkloras kopai “Paeglīte”, otrais rezultāts valstī Balvu Kultūras un atpūtas centra tautas deju kolektīva “Balvu vilciņš” 3.-4.klašu grupai, 3.vieta Tilžas pamatskolas 2.-9.klašu korim, ceturtais rezultāts valstī Tilžas pamatskolas vokālajam ansamblim “Varbūt”, ceturtais rezultāts valstī mūsdienu deju grupai “Terpsihora” 5.-7.klašu grupā.

Dalībnieki jau atpūšas, bet koordinatori turpina darbu...

– Pēc katriem svētkiem notiek finanšu saistību kārtošana. Šobrīd gatavoju atskaites gan par dalībnieku ēdināšanu, gan izmitināšanu un transportu. Regulāri sazinos un apmainos ar informāciju ar svētku organizatoriem Rīgā.

26.jūlijs – Annas diena

Prot atrast laimi vienkāršās lietās

Aija Socka

“Kopš bērnības atceros, kā manā vārdadienā māja smaržoja pēc jauniem kartupeļiem un dillēm. Vecmamma uzklāja galdautu, dzērām tēju un smējamies, bija jautri,” runājot par bērnības dienu atmiņām, atklāj baltinaviete, Tilžas pamatskolas sporta skolotāja ANNA CIRCENE.

Kā jūtaties vasarā un kā pavadāt atvaļinājumu?

– Vasarā jutos īpaši labi, viegli, mani uzlādē daba, gribas vairāk kustēties. Atvaļinājumā izbaudu klusumu, mieru un iespēju dzīvot bez steigas, bez pienākumu saraksta. Daudz laika pavadu dārzā, ne tikai darot un strādājot, bet arī baudot. Dārzs ir vieta, kur varu sakārtot savas domas, kur darbojoties atpūšos. Pārsvārā esmu savās mājās, apmeklēju vietējos pasākumus, interesants bija tradicionālais pasākums Baltinavas parkā – Balvu novada netradicionālās sporta spēles zemniekiem. Lielu prieku sagādā peldēšana, man ir divi diķi, tāpēc varu izvēlēties – peldēt seklākā vai dziļākā. Peldot atslābst gan miesa, gan prāts. Pēc Zodiaka esmu Vēzis, šī zīme ir saistīta ar ūdens stihiju, varbūt tāpēc jutos labi pie ūdens. Īpaši jauki ir brīži, kad satiekos ar meitu, kura tagad dzīvo un strādā Rēzeknē. Vienkārša kopā būšana kaut vai pie kafijas tases mani dara laimīgu. Tāpēc vasarā un arī citos gadalaikos bieži ciemojos Rēzeknē, šī pilsēta man ir ļoti mīļa.

Vai nepietrūkst darbīgās ikdienas, kas ierasta mācību gada laikā?

– Vasarā ļoti cenšos atpūsties, bet pilnīgi nedomāt par darbu nevaru. Pat, ja nav stundu un zvanu, domas par nākamo mācību gadu, skolēniem, savu audzināmo nu jau 9.klasi atnāk pašas. Tas, protams, netraucē atpūsties. Izbaudu vasaru, uzkrāju spēkus un, protams, mieru, jo zinu, kad atnāks rudens, skolā būs jābūt ar visu sirdi un enerģiju. Vasarā man izdodas *pārslēgties*, bet ne pilnībā aizmirst, laikam jau tā ir daļa no skolotāja sirds. Pat ravējot dobi vai sējot pie diķa, atlido kāda ideja nākamajam mācību gadam. Vasara ir jauks laiks, lai atgūtu spēkus, un tieši šajos klusajos brīžos rodas vislabākās idejas.

Kā svinēsiet vārdadienu?

– Annas dienu svinu vienkārši – ar ziediem vāzē, ko dāvina mīļi tuvinieki, kādu gardumu uz galda un cilvēkiem, kuri mani pazīst. Katru gadu nav vieni un tie paši ciemiņi, viņi – radi, kaimiņi, draugi – mainās. Vārdadienu svinu pašā vasaras vidū, kad zied daba, ir pats skaistākais laiks. Jūlijā man ir arī dzimšanas diena, kura jau pagājusi. Svētkos pats svarīgākais manos gados ir ne jau dāvanas, bet tas, ja kāds atceras, pasaka siltu vārdu vai uzraksta īsu ziņu. Apziņa, – jā, mani atceras –, dara dienu īpašu.

Kā vecāki izlēma meitai dot Annas vārdu? Vai ir kāda Anna, kurai gribat pateikt paldies?

– Bērnībā man savs vārds – Anna – nešķita īpašs, drīzāk nepatika, šķita tāds veco laiku vārds. Citiem bērniem bija garāki, krāšņāki vārdi, mans – tāds nekāds. Ar gadiem attieksme ir mainījusies, man tas sāka šķist tāds klasisks, sievišķīgs, viegli izrunājams arī ārzemniekiem un tāds, kuru visi atceras, neaizmirst. Tagad man savs vārds patīk, jo skan arī vienkārši un dziļi. Zinu, cik daudz stipru sieviešu nes šo vārdu. Ja kāds pasaka, – Anniņ –, jutos atpazīta. Vārdu man deva vecmamma, mana tēva māte, tēvam ļoti patika šis vārds, savukārt māte gribēja likt citu, bet, tā kā vairākums bija par Annu, tiku pie šī vārda. Jā, ir Annas, kurām gribu teikt paldies un sūtīt laba vēlējumus. Viena no viņām ir mana novadniece, baltinaviete, kura tagad dzīvo Tilžā, Anna Šapale – jauka, sirsnīga, dzīvesgudra sieviete, kura ir laba saimniece un cep burvīgas tortes. Paldies, Anniņ, Tev par brīnišķīgo torti, kuru sagādāji uz manas meitas augstskolas izlaidumu, ciemiņi bija sajūsmā un jautāja, kur cepj tādus gardumus. Otrā ir Anna Priedīte, bijusī Baltinavas vidusskolas bioloģijas skolotāja. Paldies par superīgajām stundām, mīļumu un sirsnību, pozitīvismu un smaidīgumu pat tad, kad varbūt gribējās raudāt!

Annas, kā zināms, lielākoties ir labas saimnieces. Kādas ēdienus labprāt gatavojat?

– Nezinu gan, vai visas Annas ir saimnieces. Nevar, šķiet, vispārināt, jo katra sieviete ar kaut ko ir unikāla. Tautasdziesmās gan Anna bieži vien ir saistīta ar saimniekošanu. Ne visas Annas prot cept maizi vai vadīt saimniecību. Es ļoti gribētu iemācīties cept maizi, un droši vien tas, ko ļoti vēlos, izdosies. Domāju, ka manī mājo saimnieces gars. Man patīk

gatavot vienkāršus ēdienus, kas nāk no bērnības, no laukiem, no sezonas veltēm. Vasarā dārzs ir pilns ar labumiem, labprāt gatavoju salātus no tomātiem, gurķiem, sīpoliem, dillēm. Viss, kas no dobes, garšo labi. Domāju arī par ziemu, gatavoju biešu salātus, lečo, gurķus, par kuriem visi ir sajūsmā. Kādreiz vīrs teica, ka tik garšīgu gurķu nav nekur. Man patīk, ka ziemā var atvērt burciņu un sajust vasaras smaržu.

Sporta skolotāji, šķiet, seko līdzī svaram un veselīgam dzīvesveidam vairāk nekā citi pedagogi. Kā izdodas atteikties no kūkas vai cita kārdinoša našķa?

– Tas laikam vairāk tāpēc, ka saistīts ar viņu profesionālajām prasībām un arī ar savu personīgo motivāciju būt par piemēru skolēniem. Regulāras fiziskas aktivitātes un veselīgi paradumi ir neatņemama mana ikdienas sastāvdaļa. Bet tas nenozīmē, ka vienmēr viss iet gludi, dažādas slimības un arī traumas dažkārt ņem virsroku, jo visi esam tikai cilvēki. Tomēr mūsdienās arvien vairāk cilvēku, neatkarīgi no viņu specialitātes, apzinās veselīga dzīvesveida nozīmi un ievieš dažādas pozitīvas pārmaiņas dzīvē, kā soļu skaitīšana, nūjošana, kas tagad ļoti populāra, riteņbraukšana utt. No kūkas nav jāatsakās. Man ļoti garšo saldumi, nav vainas sajūtas par katru apēsto našķi. Ja ļoti kārojas, izvēlos apēst, bet cenšos mazās porcijās, bez vainas apziņas. Kūciņas pašas par sevi nav problēma, jo man ir kustīgs dzīvesveids, arī fiziski daudz strādāju un organisms līdz ar to tērē daudz vairāk enerģijas. Fiziski aktīva dzīve ir daudz veselīgāka nekā pārspīlēta diēta.

Kāpēc izvēlējāties kļūt par sporta skolotāju? Vai, mācoties skolā, patika sporta stundas?

– Pēc profesijas esmu sākumskolas skolotāja, mācījos un pabeidzu Daugavpils Universitāti. Studējot bija iespēja izvēlēties papildus mācību priekšmetu, ko mācīties padziļināti, – sportu, vizuālo mākslu vai mūziku. Protams, mana izvēle bija sports. Skolā sports, ko toreiz sauca par fizisko audzināšanu, bija mīļākais priekšmets. Mācījos Baltinavas vidusskolā, un fizisko audzināšanu mācīja Henrihs Logins-Slišāns. Stundas vienmēr bija interesantas, pārdomātas, skolotājs bija prasīgs, arī disciplīna bija augstā līmenī. Stundās mācīja arī cieņu, godīgumu, neatlaidību. Ļoti patika spēlēt basketbolu, slēpot. Bieži piedalījos dažādās sacensībās.

Tilža nav Jūsu dzimtā puse. Kāpēc par darbavietu izvēlējāties Tilžas pamatskolu?

– Mana dzimtā puse ir Baltinava, kur dzīvoju joprojām. Vairāk nekā 25 gadus strādāju Baltinavas Kristīgajā speciālajā skolā par internāta audzinātāju un mācīju dažādus priekšmetus, tostarp arī sportu un ārstniecisko vingrošanu. 2018.gadā skolu slēdza, līdz ar to gan daudzi skolotāji, gan tehniskie darbinieki palika bez darba. Kā saka, ja vienas durvis aizveras, citas atveras. Bija darba piedāvājums Tilžas internātpamatskolā, kur strādāju gan kā internāta audzinātāja, gan sporta skolotāja. Kad arī Tilžas internātskolu likvidēja, saņēmu piedāvājumu no Tilžas vidusskolas direktores Guntas Rižās strādāt par sporta skolotāju. Lūk, tā skolu likvidēšanas dēļ nācās mazliet paceļot no vienas skolas uz otru. Ienākot skolā, jutu labu auru – te valda draudzīgums, kustība un dzīvīgums, šīs sajūtas paudu arī direktorei. Piebildišu, ka šajā skolā jaunībā nostrādāju divus gadus kā sākumskolas skolotāja. Tilžas skola bija mana pirmā darbavieta. Tāda sagādīšanās, ka Tilžas pamatskola bija mana pirmā un, domāju, kā skolotājai būs arī pēdējā darbavieta. Skolā ir ļoti jauki, atbalstoši, izpalīdzīgi, atsaucīgi, sirsnīgi kolēģi, labi audzēkņi. Man ir prieks šeit būt un strādāt. Pagasta dzīvē maz piedalos, bet sadarbojos. Pēc darba ceļš mani ved uz savām mājām Baltinavā.

Kādas ir sirsnīgākās atmiņas no dzimtās puses un vecāku mājām? Ar ko nodarbojās vecāki un ko labu iemācīja Jums bērnībā?

– Baltinavā esmu uzaugusi un joprojām dzīvoju. Te viss ir pazīstams un savs, mana sirds te jūtas droši. Esmu pārveidojusi un iekopusi apkārtni, šo to labiekārtojusi. Mani vecāki bija vienkārši lauku cilvēki, tēvs pēc profesijas bija traktorists un pēc gūtās redzes traumas pārkvalificējās par mehāniķi, māte bija ienācēja, pēc tautības poliete, strādāja fermā. Viņi mums, bērniem, iemācīja, ka maize uz galda nenāk pati, ka jātur cieņā lauku darbi, iesāktais darbs ir jāpabeidz, no rītiem gultai ir jābūt saklātai. No vecākiem iemācījos, ka dzīvē neko nedod par velti, viss ir jānopelna.



Foto - no personīgā arhīva

Skolotāja Anna. Viena no šīs vasaras iecerēm pedagoģei ir aizvest savus labākos sportistus ekskursijā, jo šo balvu viņi ieguva maijā par labiem sportiskiem panākumiem.

Man ir jaunāka māsa, kura tagad dzīvo Rīgā un vienmēr ir mans lielākais balsts gan priekos, gan bēdās, un bija vecākais brālis, kurš jau divus gadus guļ kapu kalniņā.

Pastāstiet, lūdzu, par savu ģimeni!

– Mana ģimene oficiāli izveidojās 2000.gada 2.decembrī, vīrs Dainis bija mans skolasbiedrs. 2001.gadā piedzima mūsu vienīgā meita Krista. Vīrs diemžēl devās mūžībā, nu jau pagājuši trīs gadi. Tas bija smags dzīves posms, kas iemācīja man izturību un prasmi novērtēt dzīves sīkumus. Mūsu meita tagad dzīvo patstāvīgu dzīvi, lepojos ar viņu, ar viņas izvēlēm. Rēzeknes Augstskolā Krista ieguva tulko-tājas profesiju. Vienu gadu nostrādāja Holandē darba iekārtošanas birojā par koordinatori, pašlaik strādā Rēzeknē, ir viesnīcas administratore, bet neizslēdz iespēju atkal doties uz ārzemēm. Ģimene man vienmēr ir bijusi vērtība, tā iemācījusi būt atbildīgai, pacietīgai un iecietīgai. Ģimene man ir joprojām. Varbūt klusāka, bet dārga atmiņās, telefona sarunās, sirdī.

Kāda ir labākā atpūta, ko izvēlaties brīvajos brīžos?

– Viena no labākajām atpūtām ir mežs, patīk sēpot un ogot. Šogad īpaši bagāts mežs ir ar gailenēm, var arī salasīt avenes un mellenes ievāriņjumam. Mīlu garas pastaigas ar savu suni, ļoti patīk dzīvnieki, īpaši kaķi un suņi, izaudzēt kaut ko netradicionālu, iepriekšējos gados audzēju arbūzus un melones. Šogad laikapstākļi nav labvēlīgi šim kultūrām. Bērnībā un jaunībā lasīju grāmatas, ļoti patika. Tagad nelasu.

Vai jūtaties laimīga? Kur gūstat laimes mirkļus?

– Drīzāk jutos mierīga, nevis nepārtraukti laimīga. Varbūt ne katra diena ir spoža, bet jūtu pateicību par to, kas man ir. Mācos novērtēt, kas man dots. Laime nav vairs liels notikums, tā ir klusums, miers un cilvēki, kas man apkārt. Esmu iemācījusies laimi atrast arī vienkāršās lietās. Jā, man kopumā ir daudz, par ko justies laimīgai – par visu, kas ir un kas bijis. Laimes mirkli nav tālu jāmeklē, tie ir tepat – ikdienā, cilvēkos. Tos gūstu svaigā gaisā, ikdienas pastaigās ar suni, baudot rīta kafiju klusumā, saņemot sirsnīgas ziņas no meitas, radiem, draugiem, kolēģiem. Tagad ļoti patīk sarunas ar saviem mīļajiem, kopā būšana bez steigas, baudot atvaļinājumu. Ļoti patīk savs iekoptais dārzs, kur ielikta arī dvēsele. Laime nāk tad, kad darām ar prieku.

Sapņi kļūst par realitāti

Mūzika ievilka savos valgos

Megija Kriviša

Viļānos dzimusī LINDA VĪTOLA par spīti visam izvēlējās sekot sirdsbalsij un devās mūzikas ceļā. Viņas vadītie kolektīvi guvuši augstu novērtējumu visā Latvijā. XIII Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku koru konkursā Balvu Mūzikas skolas kori atzina par skanīgāko kori Latvijā. “Ir neizsakāms prieks, krietni padarīts darbs, gandarījums un laimes sajūta,” par paveikto un atzinumu valsts mērogā stāstīja Linda Vītola.

Kā sākās mūzikas mīlestība – tā bija ģimene, skolotāji vai varbūt liktenis ievada šajā ceļā?

– Cik sevi atceros, vienmēr esmu dziedājusi. Mana vecmamma bija liela dziedātāja, darot dažādus darbus, arī adot daudz dziedāja. Mamma visu savu mūžu dziedāja koros, folkloras ansambļos, viņa bija pirmo Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku dalībniece. Skatoties folkloras krātuvē tautas melodiju pierakstus, atradu, ka arī mana vecvecmamma bijusi dziesmu zinātāja. Tur bija viņas teiktās melodijas, ko no viņas folkloras vācēji pierakstījuši. Varbūt tad kaut kāds mūzikas gēns arī man ir ticis, kas zina...

Dzimusi esat Viļānos, pēc tam mācījāties Jāņa Ivanova Rēzeknes Mūzikas vidusskolā kordinēģšanas nodaļā. Kā izlēmāt iet mūzikas ceļu?

– Grūti izskaidrot un vai to vajag. Laikam jau likteņa pirksts, ka viss tā sakārtojās un izdomāju startēt kordinēģšanas nodaļā. Vecāki par to nebija sajūsmā. Tajos laikos audzēkņi, kuriem bija ļoti labas sekmes, parasti palika vidusskolā, jo valdīja uzskats, ka uz tehnikumiem un tamlīdzīgām skolām iet tie, kuriem neveicas mācībās, bet tas nebija mans variants. Mācījos ļoti labi, biju tiesību zinātņu olimpiādē Latvijā ieguvusi godalgotu vietu, un doma jau bija studēt pēc vidusskolas tiesību zinātnes, bet mūzika izrādījās pārāka. Paslepus aizbraucu, nokārtoju iestājekāmes un un tad paziņoju vecākiem, ka būšu kordinēģente. Mūzika ievilka savos valgos.

Kā sapratāt, ka profesija ‘skolotāja’ ir dzīves aicinājums? Tā bija pēkšņa pārliecība vai sajūta, kas saauga gadu laikā?

– Vai tas ir mans dzīves aicinājums? Joprojām to nezinu. Sāku strādāt skolā un tad sapratu, ka tas, ko mācīja man, ir viens, bet reālajā darba dzīvē daudz kas pašam jārisina, jāmeklē, jāeksperimentē. Tā pamazām, darot, mācoties no savām kļūdām, arī darbojos. Es jau nedomāju, ka visu savu mūžu strādāšu skolā, bet tā ir sanācis. Paralēli esmu ieguvusi arī svētku režisora diplomu. Esmu svētku režisore ar augstāko izglītību.

Vai atminaties pirmās sajūtas, kādas pārņēma, kad Tilžā pirmo reizi nostājāties kora un ansambļa priekšā?

– Ja godīgi jāsaka, neatceros. Sākot strādāt Tilžā, man, jaunam skuķim, radās vēlme nodibināt etnogrāfisko ansambli. Tā nu sākām darboties, bet ko dziedāt? Tad nu sāku aptaujāt vietējās dziesmu zinātājas. Braucu pie sievām un pierakstīju viņu dziesmu pūru. Tas tad arī bija tas, ko savā etnogrāfiskajā ansambli dziedājām.

Kā notiek tautasdziesmas apdares radīšana? Melodija atnāk pati vai tomēr tas ir ilgs process?

– Latviešu tautasdziesmu melodijas ir tik skaistas, teksti uzrunājoši un interesanti. Tad, kad rodas ideja vai uzrunā kāda tautasdziesmas melodija, sēžos pie klavierēm, un tad sākas process, lai taptu apdare. Materiāls jau pats pasaka priekšā, kā viss savirknējams un kā skanēs. Dažreiz viss uzrakstās, sabalsojums top ātri, bet ir reizes, kad vienu vakaru, nakti raksti, un tā kādu mēnesi, kamēr viss nošu rakstā noslīpējas un apdare ir

gatava. Cita laika jau nav, tāpēc dziesmu radīšanai atliek vien klusās nakts stundas. Man svarīgi, lai katra mana apdare ir muzikāls stāsts, un tad nu šo muzikālo vēstījumu mani dziedātāji mēģina izstāstīt, izdziedāt. Mani audzēkņi daudzos konkursos izpilda tieši manas tautasdziesmu apdares. Ar lepnumu ceļam saulītē latgaliskās dziesmas, un konkursos žūrija parasti ar sajūsmu tver šos jaundarbus. Priece, ka šīs apdares atzinīgi tiek novērtētas no žūrijas un citu skaņražu puses.

Agrāk vadījāt vīru ansambli. Kāds bija darbs ar vīru balsīm – tas bija sarežģīti vai tomēr vieglāk nekā ar jaukto ansambli? Vai šobrīd arī ir uzjundījusi vēlme, ka varētu atkal nodibināt vīru ansambli?

– Kolektīvi ir dažādi vadīti. Arī vīru ansamblis bija pāris gadus. Vadīju arī skolotāju ansambli, kurš bija titulēto ansambļu vidū Latvijā.

Balvu Mūzikas skolā strādājat jau vairāk nekā 20 gadus. Kas pamudināja tur sākt savu darbu?

– Mūzikas skolā strādāju diezgan sen. Sākumā mācīju solfedžo un vadīju kolektīvo muzicēšanu, un tad direktors piedāvāja izveidot kora klasi. Tā nu 2014. gadā sāku to darīt. Tika uzņemti pirmie astoņi kora klases audzēkņi. Ir gandarījums, ka nu jau trīs kora klases audzēkņi mūziku izvēlējušies par savu profesiju. Ir izveidota stabila vienība, kurā audzēkņi apgūst vokālās prasmes individuāli, dzied ansambļos, kori. Prieks, ka kora klases kolektīvi – gan solisti, gan vokālais ansamblis un koris – katru gadu ir augstu novērtēti valstī.

Vai ir kāda īpaša atziņa, ko vienmēr cenšaties nodot audzēkņiem, un kāda, Jūsaprāt, ir darba veiksmes atslēga?

– Priece, kas strādāju ar bērniem un jauniešiem. Ar viņiem ir interesanti, nekad nav garlaicīgi. Saviem audzēkņiem cenšos iemācīt, ka darbs ir jāpadara godprātīgi, atbildīgi un ar mīlestību un ka sapnis neklūst par realitāti ar burvju palīdzību. Tas prasa sviedrus, apņēmību un smagu darbu. Man kā skolotājam jāpieņem milzum daudz lēmumu un gudri jārikojas. Es redzu bērnu, kuram *acis zib*, un, kad radusies skaidrība par bērna daudznozīmīgo stiprājam un vājājam pusēm, jāpieņem lēmums, kā palīdzēt attīstīt viņa muzikālo varēšanu. Man ļoti patīk Mātes Terēzes teiciens, – šajā dzīvē mēs nespējam paveikt lielus darbus, taču mēs spējam paveikt mazus darbus ar mīlestību. Un vēl uzskatu, ka veiksmē nav atslēga laimei. Laime ir atslēga veiksmē. Ja patīk tas, ko dari, tad būs arī veiksmē.

Kā, Jūsaprāt, bērni šodien atšķiras no tiem, kas dziedāja pirms 10 vai 20 gadiem?

– Jaunieši ir daudz drošāki nekā agrāk – gudri, zina, ko grib, atvērti visam jaunajam, bet šobrīd mēs visi šūpojamies tādā viegluma, izklaides koncepcijā. Lai notiktu talanta attīstība, katru dienu būtu jāpārvar kaut nelielas grūtības. Tātad zināmā mērā jāmaina mācīšanās kultūra – pamazām liekot klāt grūtuma pakāpi. Tikai tā var virzīties uz priekšu. Sapņi var kļūt par realitāti, ja ir vīzija, plāns un drosmē nerimstoši tiekties pēc tā, ko vēlies.

Mežaparka Lielās estrādes “Sidraba birzē” noslēguma koncertā “Te-aust” tika izziņots īpašs, vēsturisks notikums – Balvu Mūzikas skolas koris kā skanīgākais koris Latvijā. Kādas bija sajūtas, kad to paziņoja, un kādas emocijas pārņēma?

– Šie svētki maniem vadītājiem kolektīviem ir bijuši ļoti dāsnī. Visi mani četri kolektīvi ir valstī titulēto vidū. Balvu Mūzikas skolas vokālais ansamblis pēc fināla rezultātiem ieguva 2.vietu (49,50 punkti) A grupā. Tilžas pamatskolas vokālais ansamblis finālā izdziedāja 4. rezultātu valstī B grupā. Mežaparka Lielajā estrādē tika paziņoti Koru konkursa fināla 1.-3.vietu ieguvēji. Tilžas pamatskolas 2.-9.klašu koris izcīnīja 3.vietu valstī (93,28



Balvu novada svētkos. Pateicība Lindai Vītolai par ieguldīto darbu un sasniegumiem valsts mērogā.

punkti) B grupā. Noslēguma koncertā “Te aust” tika nosaukts koris, kas ieguva augstāko žūrijas novērtējumu koru finālā – koru konkursa LIELO BALVU. Par labāko kori visā Latvijā atzīts Balvu Mūzikas skolas 2.-9.klašu koris (97,50 punkti). Tas ir daudz vairāk nekā uzvara. Tas ir vēstījums, ka arī mazajos, attāļajos novados viss notiek, ka ir talantīgi jaunieši, kuri dzied. Pirmo reizi Lielā balva tagad ir aizceļojusi ārpus Rīgas un Pierīgas. Lepojamies. Paldies visiem maniem dziedātājiem par ļaušanos dziesmai, ļaušanos darbam, manu dziedātāju vecākiem – par atbalstu, līdzī jušanu.

Cik šī sezona bija piesātināta un grūta, lai sasniegtu zīmīgus rezultātus?

– Dziesmu svētku sezona nebija viegla. Kad Mežaparkā skan koncerts, varbūt tikai retais aizdomājas, cik milzīgs darbs ieguldīts, lai katru dziesmu noslīpētu līdz vienotam skanējumam. Tie maniem četriem kolektīviem bija regulāri, gari mēģinājumi – dažreiz arī brīvdienās un brīvlaikos. Kopmēģinājumi ar virsdiriģentiem, gatavošanās skatēm vairākās kārtās un tad fināli, kas prasīja ļoti daudz enerģijas gan no maniem dziedātājiem, gan no manis. Vokālajā mākslā, kora, ansambļa mūzikā ļoti būtiski ne tikai, lai katrs dziedātājs ir apguvis savas balss muzikālo materiālu, bet lai muzikālais kolektīvs priekšnesumā izdzīvo vienotu muzicēšanu sajūtu līmenī. Vienoti elpo, ir savstarpējā saite emocionālā līmenī priekšnesuma laikā, lai saprot, ko dzied, par ko dzied, un to izdzīvo caur izdziedātajām skaņām. Nu un, protams, tehniskā varēšana, vienādi veidots vokāls.

Kas ikdienā Jūs iedvesmo un palīdz iedvesmoties mūzikai?

– Ikdienā mani iedvesmo gan audzēkņi, kuri nāk pie manis ar dzirkstošām acīm un atvērtām sirdīm tvert jaunas prasmes un ļaujas, lai varu virzīt viņus pa dziesmu ceļiem, gan manas mīļās meitiņas – Laine un Lāsma, kuras mani uzmundrina, stiprina un seko manām radošajām gaitām. Tas ir tik īpaši, ka ir pleca sajūta blakus. Iedvesmu smeļos klusumā un, protams, ceļojumos – jauni iespaidi, kalni. Katru gadu cenšos doties kalnos ar mugursomu, lai sajūstu to brīvības sajūtu. Būt ārpus visa – vien pati ar savām domām un sajūtām. Esmu saules bērns un siltummīle. Kā smeļos pati, – vasarā jāsasmeļas tik daudz siltuma, lai pietiek visam drēgnajam, tumšajam laikam un varu sagaidīt pavasari. Iedvesmu jau smeļos arī pavisam vienkāršās, ikdienišķās lietās – ūdens čalošanā, lietus skaņās, vēja žūžošanā un manā simtgadīgajā liepā pie mājas, kad salido tūkstošiem bišu. Tad ir sajūta, ka pagalmā sākušies bišu dziedāšanas svētki. Tādi mirkli dod spārnus dzīvei un darbam.



Lielās balvas ieguvēji. Balvu Mūzikas skolas koris atzīts par skanīgāko kori Latvijā.

Saņem zelta diplomu. Tilžas pamatskolas koris izcīnīja ne tikai zelta diplomu, bet arī 3.vietu valstī.



Ja salīdzina laiku pirms 20-30 gadiem, kad vārdiem ‘daudzbērnu ģimene’ nereti līdzī nāca negatīva pieskaņa, tagad jāsecina, ka situācija krietni mainījusies. Dažādu priekšrocību, atļaužu un bonusu daudzbērnu ģimenēm kļūst arvien vairāk. Dažkārt pat dzirdēts – būt daudzbērnu ģimenei ir izdevīgi! Taču vai šis statuss, goda karte un priekšrocības ir pietiekami daudz, lai pieņemtu lēmumu par labu kuplākai ģimenei?

“Mediju atbalsta
fonda ieguldījums no
Latvijas valsts
budžeta līdzekļiem”

MAF
Mediju atbalsta fonds

Pērn statistiķi Latviju sveica dzimšanas dienā ar nepatīkamu ziņu – 2024.gada 9 mēnešos piedzimis rekordmazs bērnu skaits – pirmo reizi zem 10 000. Tendences ir diezgan skaidras – kopš 1991.gada dabiskais pieaugums Latvijā ir negatīvs, proti, mirst vairāk cilvēku nekā dzimst. Savukārt tas rada satraukumu par valsts attīstību un nākotni. Pareizo lēmumu trūkums, un sekas var būt neatgriezeniskas, jo zaudējam savus iedzīvotājus, iztukšojas Latvijas reģioni, it īpaši pierobeža. Īstenojot projektu “Piedzimt Latvijai!”, 21 publikācijā sarunās ar jomas speciālistiem un vietējo kopienu iedzīvotājiem meklēsim atbildes uz jautājumiem, ar ko Latvijai draud šādas demogrāfiskās situācijas turpināšanās. Kas tam pie vainas – mainīgā pasaules lietu kārtība, nestabilā ekonomiskā situācija, kara draudi, nevēlēšanās uzņemties atbildību, bailes netikt galā vai kas cits? Ko darīt, lai situācija uzlabotos, un vai tas vispār ir iespējams?

Intervija

Latvijā katrs bērns kļuvis pārāk vērtīgs

Skaitļi, kas raksturo demogrāfisko stāvokli, ir traģiski – dzimstība sasniegusi vēsturiski zemāko pakāpi. Tai pat laikā ļoti daudzas jaunās ģimenes uzskata, ka pietiek ar vienu atvasi. Tieši tādēļ, ja gadās dzirdēt par kādu ģimeni, kurā aug seši bērni vai vairāk, vieni to apbrīno, bet citi neizpratnē rauc pieri, – kur tik daudz? Kas būtu vajadzīgs no valsts un sabiedrības, lai starp mums būtu vairāk daudzbērnu ģimeņu? Latvijas daudzbērnu ģimeņu apvienības vadītāja ELĪNA TREIJA ir pārliecināta, ka vispirms nepieciešama politiskā griba, tikai tad būs iespēja sakārtot virkni jautājumu, kas dotu cerību uzlabot demogrāfisko situāciju.

Beidzot arī augstākās valsts amatpersonas sākušas sist trauksmi, sakot, – draugi, nav labi, mēs izmirstam! Jūsprāt, pateicoties kam esam nonākuši tur, kur esam?

– 90.gadu sākumā, kad Latvijai bija lieli ekonomiskie izaicinājumi, ļoti strauji krita dzimstība, un demogrāfiskā bedre, kas izveidojās toreiz, šobrīd atspēlējās otrreiz. Lielu ietekmi, protams, vēl atstāja 2008.gada emigrācijas vilnis, kas aizveda projām ļoti daudzas ģimenes ar bērniem, kas šobrīd Latvijā jau būtu izauguši kā potenciālie vecāki. Tomēr pēdējo septiņu gadu paātrinātais dzimstības kritums skaidrojams tieši ar to, ka šeit dzīvojošās sievietes atļaujas laist pasaulē arvien mazāk bērnu. Tieši tādēļ valdības arguments, apgalvojot, ka demogrāfijas jautājumā neko nav iespējams darīt, jo nevaram iespaidot pagātnes sekas, neiztur kritiku.

Kādēļ neiztur kritiku?

– Ļoti objektīvs rādītājs ir summārais dzimstības koeficients – cik bērnu prognozēti dzims šodien un vēl tālākā nākotnē sievietēm, kuras ir šeit uz vietas reproduktīvajā vecumā. Pēdējos 20 gados novēroti divi posmi, kad ģimenēm bijusi izteikti labvēlīga politika, kas vienmēr rezultējies ar dzimstības pieaugumu, jo palielinājies vidējais piedzimušo bērnu skaits ģimenēs. Attiecīgi redzam arī pretēju efektu. Kad valsts un pašvaldību atbalsts ģimenēm neaug līdzī inflācijai un nemāksina finansiālo spriedzi, uzreiz krīt dzimstība, līdz ar to arī dzimstības summārais koeficients. 7 gadu laikā Latvijas sieviešu vēlme laist pasaulē mazuli samazinājusies par 25%.

Šķiet, mūsdienās lielākā daļa sieviešu mātes misiju vairs nevērtē tik augstu, jo viņas nav gatavas atteikties no realizēšanās darbā un citās jomās. Ar ko tas izskaidrojams?

– Te nozīmīgi vairāki faktori. Viens no tiem ir karš, kas ietekmē dzimstību, bet bijuši arī ļoti izaicinoši ekonomiskie apstākļi, kas pasliktinājuši mājāsaimniecību rociņu. Liela nozīme ir apzinātai bērnu plānošanai. Vairs nevaram runāt par laikiem pirms 30 gadiem, kad 40–50% jaundzimušo nāca pasaulē tieši kā neplānoti bērni. Tolaik nebija tik attīstīta kontracepcija un cilvēki tik ļoti nekontrolēja šos procesus. Šobrīd, gluži otrādi, varam runāt par to, ka ļoti maz bērnu nāk pasaulē neplānoti. Mūsdienu sabiedrība visu grib kontrolēt un ļoti apzināti pieņem lēmumus par bērnu radīšanu. Un tādu lēmumu ir daudz grūtāk pieņemt, nekā saglabāt grūtniecību, kad sieviete neplānoti palikusi stāvoklī. Savukārt tad, kad jāpieņem lēmums palikt vai nepalikt stāvoklī, izvēļu priekšā ir visas citas alternatīvas – drošības aspekts, karjera, ekonomiskā un attiecību stabilitāte un personiskās brīvības jautājumi. Šodienas krīze ir tānī, ka valsts atbalsta politika ģimenēm nav reaģējusi uz ekonomiskajiem un arī vērtību izaicinājumiem, kas bijuši īpaši strauji pēdējā desmitgadē.

Par kādiem izaicinājumiem Jūs runājat?

– Piemēram, ģimenē, kurā ir 3 un vairāk bērni, gandrīz 50%

no mājāsaimniecības izdevumiem aiziet pārtikai. Savukārt pārtikas cenas kopš 2020.gada pieaugušas par 50%. Tātad, ja puse no izdevumu budžeta ir sadārdzinājums par 50%, tad patiesībā mājāsaimniecības izdevumi vidēji pieauguši par 25%. Tai pat laikā auguši arī pārējie izdevumi. Un tad ir jautājums, vai arī ienākumi šīm ģimenēm pēdējo 4-5 gadu laikā vidēji pieauguši vismaz par 25%? Rīgā atsevišķās nozarēs vai valsts amatos – jā, redzam ļoti strauju pieaugumu, bet pat vidējā alga valstī neatpoguļo krītošo rociņu, ar ko saskaras vairāk nekā puse sabiedrības. Īpaši tie, kuriem vēl ir apgādājamie – slimi vecāki ar niecīgām pensijām vai bērni. Un tas nav stāsts tikai par reģioniem. Rīgā ir kritiska situācija ar dzimstību, te ir nākamie zemākie dzimstības rādītāji uzreiz aiz Krāslavas novada. Valdošo politiku kļūda, ka viņi visu laiku gan sevi, gan sabiedrību mājīgi, manipulējot ar pagātnes postulātiem – uzlabosim vispārējos labklājības rādītājus, un tad tie bērni paši dzims. Tagad redzam, ka bērni tomēr nedzimst. Tad seko nākamais arguments no varnešiem – finansiālajai rociņai un atbalstam ģimenēm nav nozīmes, jo, redz, arī bagātājās Rietumeiropas valstīs, kur labklājības līmenis daudz augstāks, bērni nedzimst. Šie ir maldus argumenti, jo politiķi negrib ieraudzīt patiesību, ka arī Rietumeiropas vai attīstītajās Āzijas valstīs jauniem cilvēkiem, kuriem būtu jādibina ģimenes, ir arvien grūtāk atļauties vajadzībām atbilstošu mājokli un ir arvien pieaugošāka ekonomiskā nestabilitāte un finansiālā spriedze, kas dubultojas, ja uzrodas bērns.

Runājot par demogrāfiju, daudzi uzsver arī vērtību jautājumu.

– Uzskatu, ka vērtības veidojas arī no ekonomiskajām iespējām. Ja cilvēks pēc Maslova piramīdas nevar nodrošināt savas pamatvajadzības, par kādām vērtībām varam vēl runāt? Cita lieta, ja viņš dzīvo jau augstākā labklājības līmenī. Tad varam spriest, vērtība ir bērns, brīvība, karjera vai kas cits. Bet lielai daļai iedzīvotāju diemžēl ir svarīgs tieši šis izdzīvošanas līmenis. Jaunie cilvēki apliecina, – bērns kā vērtība kļūst arvien nesasniedzamāks, jo tas finansiāli ir “ļoti vērtīgs”, ko mūsdienās atļauties kļūst arvien grūtāk. Ja arī atļaujas, tad vienu. Manuprāt, lielam vairumam jauno ģimeņu tas nav stāsts par to, ka bērns kļuvis nevērtīgs. Gluži otrādi – pārāk vērtīgs. Šeit iezīmējas problēmu kopums, ko var risināt valstiski, ja vien ir politiskā griba, ja vien visi atrodas uz vienas nošu līnijas, pat ja valsts finansiālās iespējas ir ierobežotas. Latvijas Daudzbērnu ģimeņu apvienība regulāri piedalās premjeres Evikas Siliņas vadītajās Demogrāfijas lietu padomes sanāksmēs, taču tur diemžēl uz balsojumu nekādi lēmumi netiek likti – tik vien kā parunāšanās un atskaitīšanās. Lielākā problēma šodien nav naudas trūkums. Diemžēl tie, kuri mēģina veidot demogrāfijas politiku un ir atbildīgi par līdzekļu sadali, ideoloģiski uzskata, ka lietas labā neko nevar darīt. Nav vērts.

Par daudzbērnu ģimeņu interesēm un problēmām Latvijā iestājas daudzbērnu ģimeņu apvienība, kurā esat valdes priekšsēdētāja.

– Pirmkārt, tas nav mans nopelns, ka šāda apvienība izveidota. Kustības aizsācējs ir Leonīds Mucenieks, četru meitu tēvs, kurš 90-to gadu sākumā, kad bērni nedzima un ģimeņu, kurās bija 3 un vairāk bērnu, bija pavisam maz, jutās kā vienradzis ar tik daudz bērniem. Viņš saprata, ka kuplo ģimeņu aizstāvībā steidzami kaut kas jā dara. Tā pirms 33 gadiem Latvijā tika izveidota daudzbērnu ģimeņu apvienība ar četrām reģionālajām biedrībām, kas veicināja lielo ģimeņu tiklošanos un pārliecību savu interešu aizstāvēšanai. Tad nāca vilnis, kad daudzbērnu ģimeņu kustība uzplauka ļoti strauji, Latvijā ienāca humanitārā palīdzība, kuru dalīja tieši šīs organizācijas. Skaidrs, ka interese par humanitāro palīdzību bija liela, biedrību



Foto - no personīgā arhīva

Iestājas par daudzbērnu ģimeņu tiesībām. Daudzbērnu ģimeņu apvienības vadītāja Elina Treija ir tas cilvēks, kurš kopā ar kolēģiem *tur roku uz pulsa* par jautājumiem, kas skar mūsu valsts kuplās ģimenes un to intereses. Demogrāfijas jautājums Latvijā joprojām ir aktuāls, taču, lai lietas vērstu par labu, šķiet, pietrūkst politiskās gribas.

skaits strauji auga un vienā brīdī sasniedza pat 24. Tad palīdzība apsīka, labklājība auga un ģimenēm vairs nebija intereses iesaistīties tādās sabiedriskās aktivitātēs. Nāca krīzes gadi pēc 2008.gada, kas daudzas ģimenes aizveda trimdā. Kad 2019.gadā iesaistījies Latvijas Daudzbērnu ģimeņu apvienībā, bija pavisam slikti – mūsu kustībā darbojās vien četras aktīvas biedrības.

Kā izdevās iekustināt šos procesus?

– Mēģinājām aktivizēt reģionālo kustību, kas visai labi izdevās, jo šobrīd mums jau ir 12 reģionālās biedrības. Biedrības stratēģiskie mērķi ir interešu aizstāvība reģionos un nacionālā līmenī. Pašvaldībām dodam ziņu, ka mēs tās vērojam, konsultējam, pieprasām, iestājamies, lai tajās ir ģimeņu atbalsta politika. Daudz instrumentu, lai ietekmētu šos procesus, mums nav, bet piemēri ir. Piemēram, Jelgavā pašvaldība daudzbērnu ģimenēm gribēja samazināt atbalstu, ģimenes nāca pie mums un jautāja, ko darīt. Ieteicām organizēties, solot palīdzēt arī no savas puses. Viņi nodibināja biedrību un panāca, ka atbalstu nesamazina. Šobrīd Jelgavas daudzbērnu ģimeņu biedrība ar nosaukumu “Goda ģimenes” ir ļoti stipra un, kas nav mazsvarīgi, ar viņiem rēķinās. Mūsu apvienībā *pa tiešo* šobrīd iestājušās 176 ģimenes, jo tām nav savas biedrības, kurai pievienoties reģionos. Un vēl mums ir 12 biedrības reģionos, kuras sevī apvieno 400-500 daudzbērnu ģimenes. Īsumā sakot, daudzbērnu ģimeņu apvienība ir interešu aizstāvība, vieta, kur tikties, apmainīties problēmām, un vide, kur kopīgi atpūties.

Ja pirms gadiem 10-15 sabiedrībā, runājot par daudzbērnu ģimenēm, nereti jutām nievājošu pieskaņu, tad, šķiet, šobrīd situācija krasi mainījusies.

LTV 1

- 5.20 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.
- 6.00 "Lielas un mazas radības 5". Seriāls.
- 12.10 "Nepriāta cena". Seriāls.
- 13.05 "Grāntčestera 3". Detektīvseriāls.
- 14.40 "Grāntčestera 4". Detektīvseriāls.
- 16.15 "Mērdoka noslēpumi 16". Detektīvseriāls.
- 20.10 "Aizliegtais paņēmiens". Atk.
- 21.10 "Martēns Maržela: viņš pats". Dok. filma.
- 22.45 "Globalizācija un mēs. Deutsche Welle žurnāls".
- 23.15 "Ražots Vācijā. Deutsche Welle žurnāls".
- 23.45 "Latgaļes gredzens. Latgale. Koncertizrāde Rakstiem un skaņai". Atk.
- 1.05 "Citādi latviskais". Atk.
- 2.00 "Province". Atk.
- 3.00 "Vides fakti". Atk.
- 4.00 "Lielās patiesības". Atk.
- 16.15 "Atspulgs ūdenī". Drāma.
- 17.30 "Teātra garša". Atk.
- 18.00 "Drenas ziņas".
- 18.25 "Viltus bērns". Romantiska drāma.
- 20.00 "Panorāma".
- 20.35 "Agata Kristi. Mīs Mārp-la". Detektīvseriāls.
- 22.10 "Asistente". Daudzseriņu filma.
- 23.00 "Sirdspukīte". Romantiska komēdija.
- 0.55 "Viktora Lapčenoka jubilejas koncerts". Atk.
- 2.45 "Ķepa uz sirds". Atk.
- 3.20 "1:1. Aktuālā intervija". Atk.
- 4.10 "Ķepa uz sirds". Atk.
- 4.40 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.

LTV 7

- 5.00 "Dzintara puse". Atk.
- 6.00 "Latvijas valsts himna".
- 6.03 "1000 jūdzes Kambodžā". Atk.
- 7.00 "Globalizācija un mēs. Deutsche Welle žurnāls".
- 7.30 "Ražots Vācijā. Deutsche Welle žurnāls".
- 8.00 "Vienā ritmā 2". Atk.
- Muzikāls vingrošanas raidījums.
- 8.20 "Divi āķi lomā". Atk.
- 9.35 "Misters Bīns". Komēdijseriāls.

TV3 Life

- 5.00 "Svešā seja 2". Seriāls.
- 5.30 "Kā notievēt efektīvi 4". Realitātes šovs.
- 6.30 "Kontakts kopā ar doktoru Čārlzu Stenliju 2".
- 7.05 "Lēna Lorenca. Klints vētrā". Romantiska drāma.
- 8.55 "Ēdiens visai ģimenei". Realitātes šovs.
- 10.00 "Biznesa attīstība 5. Televeikala skatlogs".
- 10.35 "Pirkti vai uztaisīti?". Realitātes seriāls.
- 11.10 "Mentalists 3". Seriāls.
- 15.15 "Mēs nopirkām zvēru dārzu". Ģimenes drāma.
- 18.00 "Zemnieks meklē milestību". Romantiska komēdija.
- 20.00 "Cita veida kāzas". Romantiska komēdija.
- 21.50 "Itālijas atmiņas". Komēdija.
- 23.40 "Garšas detektīvs. Noslēpumainā pavārgrāmata". Detektīvfilma.
- 1.25 "Miljonārs. Gan bagātībā, gan nabadzībā". Realitātes šovs.
- 2.20 "Svešā seja 2". Seriāls.

TV24

- 6.00 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.
- 6.03 "Preses klubs". Atk.
- 7.30 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.
- 8.30 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.
- 8.33 "Globuss". Atk.
- 9.30 "Pieci novadi Latvijā".
- 10.00 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.
- 10.03 "Nedēļa. P.S.". Atk.
- 11.00 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.
- 11.03 "Globuss". Atk.
- 12.00 "Uzmanības centrā – ekonomika". Atk.
- 13.00 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.
- 13.03 "Preses klubs". Atk.
- 14.30 "Uz līnijas". Atk.
- 15.00 "Eko-loģika". Atk.
- 16.00 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.
- 16.03 "Nedēļa. P.S.". Atk.
- 17.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
- 17.03 "Globuss". Atk.
- 18.00 "Dr. Apinis". Atk.
- 19.00 "Radio Svoboda: par

- svarīgo Krievijā un pasaulē".
- 20.00 "Ārsts atbild". Atk.
- 20.30 "Uz līnijas". Atk.
- 21.00 "Dr. Apinis". Atk.
- 22.00 "Nacionālo interešu klubs". Atk.
- 23.00 "Radio Svoboda: par svarīgo Krievijā un pasaulē". Atk.
- 0.30 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.
- 1.30 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.
- 1.33 "Globuss". Atk.
- 2.30 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.
- 2.33 "Preses klubs". Atk.
- 4.00 "Uz līnijas". Atk.
- 4.30 "Ziņu Top". Atk.
- 5.00 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.

ReTV

- 5.00 "Ģimenes skola".
- 5.25 "Mēs ar brāli – kolosāli!"
- 6.15 "Gaidām ciemos!"
- 8.30 "Mēs varam – mēs darām!"
- 9.00 "Bolvijas piezīmes".
- 9.30 "Mājā un sētā 5".
- 10.00 "Zaļā gaisma".
- 10.30 "Ceļot bez robežām 5".
- 11.00 "Tiksimies stacijā! 3".
- 11.30 "Augusta debesis".
- 13.00 "DoMīmajas stāsti".
- 14.00 "Dzīve pēc bērnunama".
- 14.30 "Vērtīgi zināt".
- 15.00 "Autodroms".
- 15.30 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".
- 16.00 "Cilvēki, darbi, tradīcijas Lejaskurzemē".
- 16.30 "Ceturť vara 2".
- 17.00 "Skrandas TV piedāvā".
- 17.30 "Nedēļa Jēkabpilī".
- 18.00 "Runā Latgale".
- 18.30 "Limbažu novads rada un dara".
- 19.00 "Nedēļa Latvijā". Atk.
- 20.00 "Māksla dzīvoť".
- 21.00 "Ceļot bez robežām 5".
- 21.30 "Copes lietas 2".
- 22.00 "100 gadi esības vējos". Dok. filma.
- 24.00 "Gaidām ciemos!"
- 1.00 "Zaļā gaisma".
- 1.25 "Mēs ar brāli – kolosāli!"
- 1.50 "Ritms, kas vieno".
- 2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
- 3.00 "Trīs kvadrātā 4". Atk.
- 3.55 "Māksla dzīvoť".
- 4.35 "Cilvēki, darbi, tradīcijas Lejaskurzemē".

Balvu Novada muzejā

Izstāde – Pēteris Postažs, Ingūna Postaža “Gleznas un grafika”.

Brīvības stāsti – Siguldas kājnieku pulks. Latvieša stāja svešumā – Kārlis Serdāns 120. Nacionālais partizāns – Kārlis Dankers 120.

Balvos

Jūlijā Balvu Centrālajā bibliotēkā **darbdienās (10.00 –18.00)** Aijas Dzierkales rokdarbu un porcelāna leļļu kolekcijas izstāde (bezmaksas apmeklējums).

25.jūlijā plkst. 19.00 Balvu Kultūras un atpūtas centra laukumā pašdarbības kolektīvu labdarības koncerts “Panāc preťi”. Piedalās: deju kopas “Nebēda”, “Kubuliņš”, bērnu deju kolektīvi “Balvu vilciņš”, folkloras kopa “Rekovas dzintars” un citi individuālie izpildītāji un kolektīvi. Ziedojumi tiks vākti Inesei Karpai – medikamenta iegādei, vēža ārstēšanai.

27.jūlijā plkst. 15.00 Balvu pilsētas estrādē notiks visnēaizmirstamākā bērnu ballīte “Putu paradīze”. *Bērnu pasākums ar dejām putās, piepūšamajām atrakcijām, cukurvati, popkornu, konkursiem un, protams, ar pasākumu vadītāju Minniņu. Ieejas maksa pasākuma dienā – 5 eiro, iepriekšpārdošanā – 4 eiro (tirdzniecības tīklā “Bīlešu Serviss”). Bērniem līdz 4 gadiem ieeja bez maksas, bet jānāk kopā ar pieaugušo.*

Lai labāk iepazītu PEP mammas profesiju un izprastu, kādu palīdzību PEP mammas var sniegt, **Laugustā plkst. 11.00** ikvienu esošo vai topošo māmiņa tiek aicināta uz tikšanās/apmācību ar PEP mammu Ingu Bukšu, kas notiks Balvu novada Sociālās pārvaldes 3.stāva zālē. Tikšanās laikā būs iespēja klausīties pieredzi, uzdot jautājumus, saņemt atbildes un klūt par vēl lieliskāku un laimīgāku mammu. *Vēlams iepriekš pieteikties pie sabiedrības veselības speciālistes Rītas pa tālruni 25406740.*

2.augustā plkst. 11.00 Balvu pilsētas estrādē svētki pašiem jaunākajiem mūsu novada iedzīvotājiem – Balto zeķišu svētki, kur ar simboliskām piemiņas veltēm godināsim 2024.gadā dzimušos novada mazulišus. **Plkst. 16.00** Bērnbības svētku svinības – uz šiem svētkiem mīļi aicināti mazie piegadnieki (2020.gadā dzimušie bērniņi) ar radiem un draugiem. Pieteikšanās personīgi Balvu Kultūras un atpūtas centrā vai pa tālr. 64521976.

2.augustā plkst. 22.00 Balvu pilsētas estrādē zaļumballe kopā ar grupu “Brāļi Puncuļi”. Ieejas maksa – 5 eiro, pēc plkst. 24.00 – 7 eiro (biļetes “Bīlešu paradīzes” kasēs).

Baltinavā

Baltinavas muzejā: **līdz 31.jūlijam** Balvu Mākslas un mūzikas skolēnu darbu izstāde.

Līdz 31.jūlijam Austrā Keiša maizes etiķešu kolekcija. Baltinavas Kultūras nama mazajā zālē **līdz 30.augustam** Balvu Mākslas skolas audzēkņu noslēguma darbu izstāde “Lidojums”. Apmeklētājiem pieejama **darba dienas no plkst. 10.00 līdz 16.00.**

Balvu pagastā

Naudaskalna tautas namā **līdz 31.jūlijam darba dienas (9.00 - 12.00)** Zinta Purena gleznu izstāde “Dzīve

Afiša

melnbaltā”.

25.jūlijā plkst. 18.00 Naudaskalna tautas namā Bērnbības, Jaunības, Balto zeķišu svētki.

26.jūlijā plkst. 10.00 Naudaskalna ezermalā Balvu pagasta aktīvās atpūtas diena. Skrējienš ap Naudaskalna ezeru, dažādas sportiskās aktivitātes, piepūšamās atrakcijas bērniem. Svētku noslēgumā – tradicionālie spēka virumi.

Bērzkalnē

26.jūlijā plkst. 18.00 Bērzkalnes estrādē Balto zeķišu, Bērnbības un Pīngadības svētki. Pēc pasākuma – diskoballe ar DJ MAIRIX. Ieejas maksa – 5 eiro.

Bērzpili

25.jūlijā plkst. 20.00 Bēržu Sv.Annas Romas katoļu baznīcas dārzā Bēržu draudzes svētku koncerts kopā ar “Dricānu dominanti”. Ieejas maksa – ziedojums baznīcai.

2.augustā plkst. 11.00 “Jaunbērziņos”, Tabakovā, Bērzpils pagastā Latvijas Jātnieku federācijas ieskaītes sacensības paļģību braukšanā “Jaunbērzu kausš 2025” – manēžas braukšana, konusu braukšana. Iespēja uzzināt vairāk pa tālr. 26556076.

Kubulos

1.augustā plkst. 18.00 kultūras namā Bērnbības un Balto zeķišu svētki. Iespēja satikt meža feju, vienradzi, maģisko kaķi un burbuldāmu, piedalīties radošajās meistardarbnīcās un rotajās.

Lazdukalnā

26.jūlijā no plkst. 14.00 Skujenieku ciemā norisināsies Saimniecīdienas lustes – jauntas aktivitātes ģimenēm ar bērniem kopā ar Luciju Bukšu un BDK “Ķipariņiem”. Annas dienas tirdziņš ar iespēju iegādāties vietējo saimniecību un meistaru labumus, kā arī iespēja nogrāšot saimnieču gatavoto zupu. **Plkst. 14.30** pašdarbnieku koncerts kopā ar kolektīviem no Krišiāņu, Rugāņu, Bērzpils un Lazdukalna pagastiem, Annu un Jēkabu sumināšana un dižošanās ar priekšautiem. **No plkst. 15.00 līdz 18.00** būs pieejamas piepūšamās atrakcijas (bez maksas).

Medņevā

26.jūlijā plkst. 19.00 laukumā pie pagasta, pulcējot kopā tautas muzikantus un ermoņiku spēlētājus, norisināsies tautas muzikantu festivāls “Ermoņiku skapas”. Īpašie viesi – TDK “Ogliťe” no Rīgas, vadītājs Jānis Marcinkevičs.

Rugājos

25.jūlijā no plkst. 22.00 Rugāju parkā zaļumballe kopā ar grupu “Zelta Kniede”. Ieejas maksa līdz plkst. 23.00 – 10 eiro, pēc plkst. 23.00 – 12 eiro.

Tilžā

Līdz 1.augustam Tilžas pagasta pakalpojumu centra 2.stāvā darbīdienas aplūkojama ekspozīcija “Tilža skan”. Veltījums kora dziedāšanas tradīciju 135.gadadienai un diriģentes Amālijas Mencas 115.dzimšanas dienai.

** Turpinājums 15.lpp.*

Pārpubicēšanas gadījumā “Vaduguns” atsauce obligāta

TV PROGRAMMAS

no 28.jūlija līdz 3.augustam

Pirmdiena, 28.jūlijs

Vārdadienu svin: Cilda, Cecīlija

LTV1

5.20 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.02 "Vides fakti". Atk.
6.30 "Rīta *Panorāmu*".
8.35 "Mīlas viesulis 20". Seriāls.
9.30 "Soliņums 3". Seriāls.
10.35 "Jaunās medmāšas 3".

Seriāls.

11.20 "Aļise Brīnumzemē".
12.55 "Animācijas filma".
13.35 "Meža stāsti". Atk.
14.40 "Mākslas dialogi". Atk.
15.10 "Kruspunktiā".
16.05 "Soliņums 3". Seriāls.
17.10 "Mīlas viesulis 20". Seriāls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.45 "Ielas garumā". Atk.
19.15 "Grāntestera 3".

Detektīvseriāls.
20.00 "Panorāmā".
20.40 "Lidiņa". Dok. filma.
21.20 "Purpura pārdevēja". Koncertizrāde. Atk.
22.40 "Nakts ziņas".
23.00 "Iemilījes šķeksplis". Romantiska drama.
1.05"LTV – 60. Zelta ahivs". Atk.
2.05 "Personība. 100 g kultūras". Atk.
3.00 "Midsomeras slepkavības 17". Detektīvseriāls.

LTV7

5.00 "Literatūre". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Viermer formā! *Deutsche Welle* žurnāls".
6.30 "Rīta *Panorāmu*".
8.35 "Pa starumei. Rūja". Atk.
9.35 "LV jaunatklāšanas raidījums *Te!*". Atk.
11.25 "Personība. 100 g kultūras". Atk.
13.15 "Jaunās medmāšas 3".

14.00 "Eiropas meistarsacīkstes futbolā sievietēm". Atk.
16.05 "Labākais no *Euromaxx*". *Deutsche Welle* žurnāls".
16.35 "Ielas garumā". Atk.
17.35 "Deivids Atenboro un plizaus". Dok. filma.
18.30 "Halo, halo! 5". Situāciju komēdija.
19.25 "Pa straunei. Bārta". Atk.
20.25 "Mērdoka noslēpumi 16".

Detektīvseriāls.
22.00 "Midsomeras slepkavības 4". Detektīvseriāls.
23.45 "Pārdziedi mani!". Muzikāls šovs. Atk.
1.25 "Labākais no *Euromaxx*". *Deutsche Welle* žurnāls".

1.55 "Karalistē". Atk.
2.25 "Izziņas impulsi". Atk.
3.20 "Piedzīvojums dabā". Atk.
3.50 "Saitīkie. Laikmeta varoņi torēti un tagad". Atk.
4.15 "Personība. 100 g kultūras". Atk.

TV3

5.00 "Izmeklē Klāra". Seriāls.
6.00 "Animācijas seriāls".
6.25 "900 sekundes". Informatīvi izklaidēošs raid.
8.45 "Doktors Mārtins 10". Seriāls.
9.50 "Brīvības sapņi". Seriāls.
11.00 "Soli pa solim 5". Komēdijseriāls.
12.00 "Mani virtuves noslēpumi 6". Realitātes seriāls.

13.35 "Animācijas seriāls".
13.45 "Istā vieta, īstais mājoklis 26". Realitātes seriāls.
14.50 "Doktors Haus 5". Seriāls.
15.50 "Eiropa no purna lidojuma 4". Dok. seriāls.

16.55 "Četri guļā 13". Realitātes šovs.
18.00 "TV3 ziņas īsumā".
18.10 "Labākais no labākajiem 11". Gordona Renzija šovs.
19.10 "Bez tabu".
20.00 "TV3 ziņas".
20.45 "Degpunktā".
21.10 "Karsti. Krēta 2". Iepazīšanas šovs.

22.15 "Veļni 2". Seriāls.
23.25 "Bezgluņģis debesis". Seriāls.
0.15 "Aģents Hamiltons 2". Seriāls.
1.05 "Kobra 11-14". Seriāls.
2.05 "Neticama planēta Zeme". Dok. seriāls.

3.05 "Istā vieta, īstais mājoklis 26". Realitātes seriāls.
4.00 "Četri guļā 13". Realitātes šovs.

TV3 Life

5.00 "Svešā seja". Seriāls.
5.30 "Tīcgo uzvaras bals". Kristīgā programma.
6.00 "Izgaīšo Latviju! 6". Izklaidēošs raidījums.
6.30 "Vēstnieka meita". Seriāls.
8.30 "Mani remonta noteikumi". Realitātes šovs.
10.10 "Jungšņreks 13". Seriāls.
11.50 "Zem Klāja 10". Realitātes šovs.
12.50 "Sievietes spēks". Seriāls.
13.50 "Gieļas anatomija 19". Seriāls.

16.00 "Dzīvot nozīmē mīlēt". Seriāls.
17.00 "Tu mani nesalauzi". Seriāls.

19.00 "Nevaidmāšs līgavas 10". Realitātes šovs.
20.00 "Ļēna Lorenca. Klienti vērtā". Romantiska drāma.
22.00 "Mana dzīve ir slepkavība 4". Seriāls.

23.05 "Mlļjonārs. Gan bagātībā, gan nabadzībā". Realitātes šovs.
24.00 "Liktēja skartie". Seriāls.
0.55 "Tu mani nesalauzi". Seriāls.
2.50 "Karsti. Krēta 2". Iepazīšanās šovs.
3.55 "Svešā seja 2". Seriāls.

TV24

6.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk.
6.03 "Preses klubs". Atk.
7.30 "Streips pārtuko pasauli trīs minūtes". Atk.
7.33 "Nedēļa. P.S." Atk.
8.30 "Radio *Svoboda*: par svarīgo Krievijā un pasaulē". Atk.

9.30 "Dienas personība".
10.00 "Uzmanības centā – 11".
11.00 "Nacionālo interešu klubs". Atk.
12.00 "Eko-loģika". Atk.
13.00 "Dr. Apinis".

14.00 "Radio *Svoboda*: par svarīgo Krievijā un pasaulē". Atk.
15.00 "Arsts atbild". Atk.
15.30 "Uz līnijas". Atk.

16.00 "Dienas personība". Atk.
16.30 "Ziņu *Top*".
17.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
17.30 "Preses klubs".
18.30 "Uz līnijas".

19.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
19.03 "Aktuālais par kara-darbību Ukrainā".
20.00 "Dienas personība". Atk.
20.30 "Ziņu *Top*". Atk.
21.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk.
21.03 "Nacionālo interešu klubs". Atk.

22.00 "Uz līnijas". Atk.
22.30 "Ziņu *Top*". Atk.
23.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk.
23.03 "Preses klubs". Atk.
0.30 "Svarīgais trīs minūtes". Atk.
11.50 "Zem Klāja 10". Realitātes šovs.
0.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
1.30 "Radio *Svoboda*: par

svaīrīgo Krievijā un pasaulē". Atk.
2.30 "Streips pārtuko pasauli trīs minūtes". Atk.

2.33 "Preses klubs". Atk.
4.00 "Uz līnijas". Atk.
4.30 "Ziņu *Top*". Atk.
5.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk.
5.03 "Aktuālais par kara-darbību Ukrainā".

ReTV

5.00 "Nedēļa Latvijā". Atk.
6.00 "Svētku kūka 3".
7.00 "Meža stāsti 5".
7.30 "Citautiešu dziesmas Latvijā".

8.00 "Trīs kvadrātā 4".
9.00 "Mēs darām tā".
9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".

10.00 "Bolīvijas piezīmes".
10.30 "Clīvekī, dabū, tradīcijas Lejaskurzemē".
11.00 "Ceļot bez robežām 5".
11.30 "No Piena ceļa nākušī. Sēļja – identitāte".
12.00 "Izšķirtspēja 3".
13.00 "Māksla dzīvot".
14.00 "Vertīgji zināt".
14.30 "Mēs varam – mēs darāmi!"

15.00 "ReTV ziņas trijos".
15.30 "Āzija 360°".
16.00 "Gaidām ciemos!".
16.30 "Limbazu novads rada un dara".

17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
18.00 "Trīs kvadrātā 4".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".
19.15 "Mājā un sētā 5".
19.50 "Skats no Ventspils".
20.25 "Cēsu novads – izcila vieta dzīvei! 2".

21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "Copes frekvence 2".
22.05 "Mēžaveča emuār".
23.15 "Trīs kvadrātā 4".
0.15 "Es daru tā".
0.30 "Mājā un sētā 5".
1.00 "Cēsu novads – izcila vieta dzīvei! 2".
1.25 "Izšķirtspēja 3".
2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".

3.00 "Trīs kvadrātā 4".
3.55 "Copes frekvence 2".
4.15 "Mēžaveča emuār".
4.35 "Tīkšanās vieta. Valmieras novads".

LTV 1

5.15 "Pārtikas revidents". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Kas te? Es te!". Raid. bērniem. Atk.
6.30 "Animācijas seriāli".
9.00 "Bardaks bērņos 7". Raid. bērniem. Atk.
9.15 "Ukulele 3". Raid. bērniem.
9.30 "Aļise Brīnumzemē".

Ģimenes filma.
11.05 "Animācijas filmas".
11.35 "Saulsvece". Ģimenes filma.
12.45 "Emīls Dārzīņš". LTV iestudējums.
13.35 "Mākslas dialogi". Atk.
14.05 "Skārteta". Daudzseriņu vēsturiska drāma.
15.35 "Sīrmais. Kulta ēdieni 2. Latvijā. Rudzu maize". Atk.

16.35 "Literatūre". Atk.
17.05 "Skandināvijas neskartā daba". Dok. filmu cikls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.15 "Alana Tīčmaiša dārznieku klubīņš". Dok. filmu cikls.

19.05 "Mīsters Bīns". Komēdijseriāls.
20.00 "Panorāmā".
20.45 "Kultūrdobe 5".
21.05 "*Latvijas Loto* izlozes".
21.15 "Spožajā saulē". Krimināldrāma.
23.10 "Pārdziedi mani!". Muzikāls šovs. Atk.

0.55 "Nopietni pa jociņam". Koncerts. Atk.
2.45 "Lielās patiesības". Atk.
3.15 "Zinātnes noslēpumi". Dok. filmu cikls.

3.40 "Province". Atk.
4.40 "Nacionālie dārgumi. 100g kultūras". Atk.

LTV 7

5.10 "Personība. 100 g kultūras". Atk.

6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Izziņas impulsi". Atk.
7.00 "Meža stāsti". Atk.
8.00 "Saiūtī Latgali!". Atk.
8.55 "Labākie gadi". Komēdijseriāls.
9.25 "Tava darīšana 2". Atk.
9.55 "Garaņiš". Atk.
10.40 "Halo, halo! 5". Situāciju komēdija.

15.15 "Mērdoka noslēpumi 16". Detektīvseriāls.
19.00 "Nepatēsi apsūdzētie". Dok. filmu cikls.
19.45 "Eiropas meistarsacīšu atlases spēle volejbolā

Sestdiena, 2.augusts

Vārdadienu svin: Normunds, Stefans

gan nabadzībā". Realitātes šovs.
3.50 "Svešā seja 2". Seriāls.

TV24

6.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk.
6.03 "Preses klubs". Atk.
7.30 "Viedokļi trīs minūtes". Atk.
7.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
8.30 "Viedokļi trīs minūtes". Atk.

TV3

5.00 "Pasauls smieklīgāko videokurtozu *Top 10*".
6.00 "Istā vieta, īstais mājoklis 26". Realitātes seriāls.
7.00 "Animācijas seriāli".
7.50 "Eiropa no purna lidojuma 4". Dok. seriāls.
10.00 "Soi pa solim 5". Komēdijseriāls.
11.30 "Mans spiegs". Spraiģa sižeta komēdija.
13.35 "Zīmekļcilvēks". Piedz. filma.

16.15 "Lego meistari 3". Realitātes šovs.
18.20 "Šerlocks Rūtķis". Anim. filma.
20.00 "TV3 ziņas sestdienā".
20.40 "Neiespējamā misija". Spraiģa sižeta filma.
22.55 "Halo 2". Seriāls.
24.00 "Trīšanās komanda". Trilleris.

1.50 "*Tenēt*". Spraiģa sižeta filma.

TV3 Life

5.00 "Sapņu ceļojums. Vankūvera". Melodrāma.
6.45 "Ēd labāk. maksā mazāk". Izklaidēošs raid.
8.00 "Mana sapņu māja". Realitātes šovs.

11.20 "Ēnu spēles 2". Detektīvseriāls.
13.20 "Istajā laikā". Romantiska drāma.
15.20 "Valentīna diena". Romantiska komēdija.
18.00 "Sapņu ceļojums. Valvīsa līcis". Melodrāma.
20.00 "Viesmīle". Romantiska komēdija.

ReTV

5.10 "Vīri kā ozi!".
6.00 "Ceļā uz mājām".
8.00 "Čučumuīžas pasakas".
8.30 "Māksla LV".
9.00 "Tīkšanās vieta. Valmieras novads".

9.30 "Ar kājām pa mājām 2".
11.00 "Rīkšus". 2024.g.
12.30 "Dieva putniņi". Dok. filma.

14.30 "Mēžaveča emuāri 2".
15.00 "Gaidām ciemos!".
15.30 "Skats no Ventspils".
16.00 "Ģimenes skola".
16.30 "Aspērtiens izaugsme!".
17.00 "Cēsu novads – izcila vieta dzīvei! 2".

17.30 "Kā pieci pirksti".
18.00 "Dzīve pēc bērnuma".
18.30 "Vertīgji zināt".
19.00 "Svētku kūka 3".
20.00 "Meža stāsti 6".
20.30 "Ceļot bez robežām 5".
21.00 "Nedēļa Latvijā".
22.00 "Augusta debesis".
23.30 "Tā dzīvojam ReTV".
24.00 "Āzija 360°".
2.05 "Izšķirtspēja 3".
2.55 "Copes frekvence 2".
3.20 "Mēžaveča emuār 2".
3.45 "DoMMāšas stāsti".
4.35 "Ceļot bez robežām 5".

~~~Skaidrojošā vārdnīca~~~



*Telepatija – patoloģiska atkarība no televīzora.*

*Eksports – tāds, kura zinašanām paplašinottes, aizvien vairāk sašaurinātas redzes leņķis. Iespēja – labvēlīga apstākļu sakritība jaunus vilšanās iegūšanai.*

*Labā reputācija – krāpnīka imitāža neatrēģuma sastāvdaļa.*

*Mīts – baumu otrā jaunība.*

*Kompliments – diplomātiska parākuma apzīņas izpausme.*

*Finanšu krīze – viena no mūžīgajām vērtībām, sākas līdz ar pirmo algu un pāriet tikai pēc nāves.*

*Vecums – brālis, kad par svečiem izdotā naudas summa pārsniedz dzimšņus dienas tortes iegādes izdevumus.*

\* \* \*

*– Irnīņ, tu ar manu vīru gulēji?*

*– Nu un, gulēju.*

*– Kā bija?*

*– Izgulējosi!*





# jo labāk

Par to gribu izteikt lielu pateicību Imantam Parādniekam, jo, būdams Saeimas deputāts, sākot no 2010.gada viņš *pacēla* daudzbērnu ģimeņu kustību. Tieši viņš izcīnīja to, lai ieviestu “Goda ģimenes” apliecības “3+ģimenes karte”, kā arī deva iespēju sākt runāt par to, ka daudzbērnu ģimene ir goda statuss. Tika izveidots mehānisms, lai vērtētu ģimenēm draudzīgas pašvaldības, no valsts puses tika veicināta pozitīvā propaganda, notika ģimeņu svētki, daudzbērnu ģimeņu godināšana. Tas bija nopietns darbs, kas reizē ar ekonomisko uzplaukumu rezultējās faktā, ka radīt jau trešo bērnu ģimenei bija gandrīz vai prestiža lieta. Tai sekoja materiāli labumi, ko sniedz “Goda ģimenes” apliecība. Trīs un četru ģimeņu bērnu kontekstā skatoties, reputācija no smikrņājošas mainījusies par 180 grādiem, jo tās noteikti vairs neuztver kā sociāli nelabvēlīgas.

## Tā var teikt par visām daudzbērnu ģimenēm?

– Diemžēl nē. Joprojām nedaudz stigmatizējam ģimenes, kurās ir pieci un vairāk bērni, pie viņu tēla vēl būtu jāpiestrādā. Taču no apvienības puses cenšamies, cik varam. Ikgadējos Latvijas Goda ģimeņu konkursos ar pašvaldību palīdzību, lūdzot šīs ģimenes nominēt, esam atraduši tik daudz tīrradņu ar 8 un 9 bērniem! Un tas ir tik fantastiski! Protams, ir arī nelabvēlīgie piemēri, bet tas nav tieši tādēļ, ka tās ir daudzbērnu ģimenes. Tā ir noteikta sociālā grupa, kas nav varējusi vai mācējusi pareizi adaptēties mūsu vidē. Varbūt vajadzīgajā brīdī neesam varējuši viņiem sniegt palīdzīgu roku. Tie ir bērni, kas uzauguši un šobrīd kļuvuši par vecākiem, bet iepriekš paši auguši briesmīgā vidē. Tās ir ilgtermiņa sekas. Pagājušajā gadā, piemēram, no ģimenēm izņemti vairāk nekā 1400 bērnu.

## Uz mūsu mazo bērnu skaitu tas ir diezgan daudz...

– Te būtu jāsaprot, kā līdz tam esam nonākuši, kas 10-20 gadu periodā noticis, ka šie cilvēki kļuvuši vai izauguši par tādēim, kuri netiek galā ar saviem bērniem? Un pie vainas vienmēr nav alkohols. Tā ir arī vardarbība, ar kuru cilvēki paši netiek galā un izpaužas uz vājākajiem – bērniem. Tās ir dažāda veida atkarības, telefonus ieskaitot. Mums patiešām pietrūkst detalizētas analīzes, kā esam līdz tam nonākuši, ka esam spiesti viņiem bērnus atņemt. Bet, atgriežoties pie daudzbērnu ģimenēm, mūsdienās patiešām 3 un 4 bērnu ģimenēm reputācija ir fantastiska. Daudzās ļoti kuplajās ģimenēs vērojams arī ticības elements – viņi bieži vien ir reliģiju praktizējoši. Patiesībā ticība Dievam dod ja ne visas atbildes, tad iekšējo mieru. Un nereti tieši tas ir vajadzīgs, lai tiktu galā ar ekonomisko nestabilitāti un citām nedienām. Viņi tās lietas redz un uztver savādāk. Savukārt no valsts puses man šķiet nepareizi, ka valsts caur sabiedrisko mediju, izglītības saturu mudina distancēties no baznīcas un kristīgās ticības.

## Kas jādara, lai uzlabotu situāciju?

– Savulaik apkopojām priekšlikumus, kurus gribējām ielikt topošajā demogrāfijas plānā. Šim plānam bija jātop jau pagājušā gada jūnijā, taču Ministru kabinets pērnā gada vasaras nogalē informatīvā ziņojuma apstiprināšanu nepalaida uz Saeimu, lai pasākumu ieviešana nebūtu jāuzsāk jau ar 2025.gadu. Kas notiek tagad? Manuprāt, tas pats scenārijs. Sanāksmes notiek, ministri kaut ko norunā, bet beigās no informatīvā ziņojuma mistiskā veidā pazūd konkrētie cipari, aizvietojojot tos ar frāzēm – finansiālo iespēju robežās – sākotnējos pielikumos sāk pazust termiņi. Diemžēl arī Labklājības ministrijas sākotnējais plāns par papildus 150 miljoniem eiro uzlabotai ģimeņu atbalsta sistēmai jau ar nākamam gadu, visticamāk, tādā apmērā nerealizēsies. Labākajā gadījumā ir cerības uz pusi no solītā, kas nozīmē tikai vienu – efekta uz dzimstības veicināšanu un bērnu labklājības celšanu nebūs.

## Kāds atbalsts visvairāk būtu nepieciešams ģimenēm?

– Kā jau teicu, primārais būtu ienākumu atvietošana 100% apmērā, bērnam piedzimstot. Šobrīd izlemt, vai ģimene kļūs par vecākiem, ir ļoti kontrolējams process. Cilvēki rēķina. Bērna piedzimšanas pabalsts ir vienreizējs atbalsts un, teikšu godīgi, tam lielas nozīmes nav. Tas noteikti nav instruments, kura dēļ sieviete izlems par labu bērnam. Un arī sacensība starp pašvaldībām, kura uzliks lielāku piedzimšanas pabalstu, Latvijai

kopumā neko neietekmē. Tā ir tikai iekšējās migrācijas lieta. Latvijā ir divas pašvaldības, kuras bērna piedzimšanas pabalstu izmaksā trīs gadu laikā. Un, ja tas ir pietiekami liels, cilvēki uz to jau sāk skatīties kā uz vidēja termiņa atbalstu. Tas jau ir citādāk. Tātad svarīgi, lai zidaiņa kopšanas periodā bērnu kopšanas un vecāku pabalsts kopā nodrošinātu vismaz tos pašus ienākumus ģimenei, kādi tie bija pirms bērna dzimšanas.

## Nevarētu teikt, ka valsts neko nav darījusi, lai sniegtu atbalstu daudzbērnu ģimenēm – kopš 2013.gada Latvijā pastāv “Goda ģimenes” apliecība, kas sniedz virkni priekšrocību, tādējādi atvieglojot ikdienas dzīvi. Bet vai šis atbalsts ir pietiekams?

– Jau minēju, ka savulaik Imants Parādnieks bija tas, kurš šo ideju aizsāka. 11.Saeimas laikā, kad biju deputāte, arī es strādāju

Demogrāfijas lietu apakškomisijā, kurā sākam virzīt šo programmu. Toreiz man jau bija 3 bērni, un es kļuvu par vienu no pirmajām šīs apliecības turētājām. Sākotnēji atbalstu solīja tikai privāti uzņēmumi, bet ļoti labi, ka ar laiku “Goda ģimeņu” programmā pienāca klāt atlaides valsts pakalpojumiem. Piemēram, sabiedriskais transports, kas ir viens no nozīmīgākajiem atbalstiem, dod iespēju bērniem maksāt tikai 10% no biļetes cenas. Daudzbērnu ģimenē 50% atlaide transportlīdzekļa ekspluatācijas

nodoklim ir pat diviem auto, tāpat ir nekustamā īpašuma nodokļa 50% atlaide, ALTUM atbalsts, iegādājoties mājokli, un vēl daudzi citi bonusi. Taču atbalsts nerasniedz visas ģimenes. Mūsu apvienības rīkotajās aptaujās, kurās piedalījušās ap 1000 daudzbērnu ģimenes, esam konstatējuši, ka mājoklis savā īpašumā ir tikai vienai trešdaļai ģimeņu. Viena trešdaļa dzīvo salētinātos pašvaldību vai bez atlīdzības radnieku dzīvokļos, bet viena trešdaļa mājokli irē, maksājot reālo īres tirgus cenu. Tātad 2/3 ģimeņu nekustamā īpašuma atlaidi nesaņem, jo viņiem mājoklis nav īpašumā. Savā ziņā tā ir nevienlīdzība, jo labumu gūst tā mazliet turīgākā ģimene, kurai bijusi iespēja mājokli iegādāties. Savukārt mazāk turīgie spiesti mājokli irēt un patiesībā par līdzvērtīgu mājokli maksāt dārgāk, nekā turīgākas ģimenes.

## Goda karšu saņēmēji norāda, ka vairums atlaižu tomēr ir simboliskas, un uzņēmēju dāsnums mēdz beigties brīdī, kad preces vai pakalpojumus tikpat labi pērk arī bez atlaidēm...

– Tam var piekrist, jo par stabilu lielo atbalstu varam runāt tikai pozīcijās, kur ir valsts atbalsts “Goda ģimenes” apliecības turētājiem. Viss pārējais ir privātuzņēmēju iniciatīva – cik viņi grib, tik dod, un par to pārņem nevaram. Piemēram, Igaunijā “Goda ģimeņu” karšu sistēma ir privāta, to īsteno nevalstiska organizācija. Ja daudzbērnu ģimene grib saņemt šo apliecību, viņa maksā gada vai trīs gadu maksu. Ja uzņēmējs grib piedalīties programmā, viņš to uztver kā mārketinga pasākumu, ar ko celt reputāciju, un viņš maksā. Nesaku, ka tas ir labi, jo Latvijā tas īsti nestrādātu. Esmu priecīga, ka Latvijā valsts uzņēmusies rūpes par “Goda ģimenes” apliecību programmu un gan ģimeņu, gan uzņēmēju dalība šajā programmā ir par brīvu. Bet ne visi uzņēmēji godprātīgi rīkojas. Savulaik uztaisijām eksperimentu degvielas tirgotājiem un secinājām, ka gandrīz visiem tirgotājiem bija citas akcijas, kas bija izdevīgākas nekā bonusi, ko varēja saņemt ar “Goda ģimenes” apliecību. Tas savā ziņā ir pat apkaunojoši. Nu tad nepiedalies programmā, ja nevari piedāvāt neko labāku! Gribētos zināt, vai lieliem uzņēmējiem tas godam kanti nerīvē? **Mēģinot noturēt iedzīvotājus pašvaldībās, vietējā vara gan kāpina pabalstus, gan sniedz citas iespējas.**

“Mediju atbalsta fonda ieguldījums no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem”

MAF  
Mediju atbalsta fonds

## Situācija reģionos atšķiras?

– Atšķiras. Kad pētījām jautājumu par bezmaksas ēdināšanu daudzbērnu ģimenēm skolā un pirmsskolā, apkopojām informāciju par visām pašvaldībām un nonācām pie interesanta secinājuma. Proti, lēmums par to, vai daudzbērnu ģimeņu bērniem būs bezmaksas pusdienas, ir tikai ar vienīgi politisks lēmums. Tam nav nekāda sakara ne ar pašvaldības, ne ģimeņu rocību. Mums ir bagātas pašvaldības, kas nodrošina brīvpusdienas, un tikpat bagātas, kuras to dara daļēji vai nenodrošina vispār. Un tai pat laikā ir nabadzīgas pašvaldības, kas nodrošina 100% un nenodrošina nemaz. Tas ir politisko prioritāšu jautājums esošo pašvaldību vadītājiem.

## Atbalsts daudzbērnu ģimenēm atšķiras arī reģionu griezumā?

– Noteikti – jā. Es teiktu, ka Austrumlatvijas reģionā lielākā daļa pašvaldību ir vienas no dāsnākajiem, bet, protams, piemēri, ir dažādi. Rēzeknes pašvaldība finansiālu apsvērumu dēļ bija spiesta visu nogriezt, jo atbalsts daudzbērnu ģimenēm skaitās pašvaldību brīvprātīgā iniciatīva. Tai pat laikā viena no ilgstoši bagātākajām pašvaldībām – Ventspils – ir ar viszemāko atbalstu daudzbērnu ģimenēm, nevērtējot ienākumus.

## Statistika liecina, ka daudzbērnu ģimenēs ar katru nākamam bērnu ģimene arvien vairāk tiek pietuvināta nabadzības riskam...

– Tā ir. Statistika par vidējiem ienākumiem uz vienu mājsaimniecības locekli ir diezgan nepielūdzama – daudzbērnu ģimenes ir noslidējušas otrā sliktākajā vietā uzreiz aiz mājsaimniecībām, kur apgādnieks ir tikai viens vecāks. Vientuļo vecāku, starp kuriem ir liels sieviešu īpatsvars, kuras vienas audzina bērnus un saņem tikai uzturlīdzekļu garantijas fonda uzturlīdzekļus, ir vissliktākajā situācijā ar viszemāko ienākumu uz vienu mājsaimniecības locekli. Pēc tam nāk daudzbērnu ģimenes. Statistiski pat pensionārs uz vienu mājsaimniecības locekli ir turīgāks nekā šīs divas kategorijas. Un tas ir ļoti skumji. Ja, piemēram, Vidzemē vai Latgalē ģimenes divi vecāki strādā un abi pelna reģiona vidējo algu (nevis minimālo), tad, ienākot ģimenē ceturtajam bērnam, viņi jau kvalificējas mazturīgo statusam. Tik skarba mums ir tā matemātika. Situāciju glābj tas, ka Latvijā, salīdzinot ar citām Eiropas valstīm, ļoti daudziem iedzīvotājiem mājoklis ir īpašumā. Mājokļu kvalitāte gan ir sliktā, tie bieži ir ļoti energoneefektīvi, ģimenēm nepiemēroti mazās platības dēļ, tomēr par to nav jāmaksā augstā tirgus cena, kas esošo mājsaimniecību budžetiem būt nepaceļama.

## Kāda ir un kur dzīvo pati kuplākā Latvijas ģimene?

– Varu pateikt par ģimenēm, kuras ir mūsu apvienībā. 2024.gada Eiropas goda ģimene bija Ozolu ģimene no Jelgavas, kuru pieteicām konkursam, un viņa arī ieguva šo smalko statusu. Viņiem ir 11 bērni, no kuriem jau četri pieauguši. Vēl ir ļoti jauka Lubānu ģimene, kura dzīvo Ludzā. Viņiem ir 10 bērni, kuri vēl apgādājamo statusā, vai arī “Goda ģimene 2024” – Otomeri no Bauskas novada ar 9 muzikāliem bērniem. Patiesībā fantastisku, kuplu ģimeņu Latvijā ir pietiekami daudz.

## Droši vien jūs nevarētu izprast kuplo saimju problēmas, ja pati nezinātu, ko nozīmē būt daudzbērnu mammai?

– Jā, man pašai ir četri bērni. Esam pieraduši, ka mūsmājās durvis ir atvērtas – vienalga, tie ir savi vai kaimiņu bērni, kuri atnākuši ciemos. Par to tikai prieks. Tādēļ vienmēr ģimenes aicinu bērnus dzemdēt vismaz pa pāritim – lai bērniem interesanti savā starpā, un tas ir arī vieglāk. Domāju, ir vērts paskatīties globāli, kas notiks, ja ģimenēs dzims tikai viens bērns. Iedomājieties, kāda tipa sabiedrība veidojas, kad izaug cilvēki, kuri nav radināti no mazām dienām sadarboties, dalīties, rast kompromisus? Cik egoistiska sabiedrība mums aug? Bērns dzims, kad vecākam – 40, bet vecvecākiem – jau 80. Ciešs kontakts būs tikai starp divām paaudzēm. Domāju, ka Rietumeiropas sabiedrību sagaida lieli izaicinājumi cilvēcīguma kontekstā. Ja ģimenē ir brālis vai māsa, tas ir nenovērtējami. Kad cilvēks pieaudzis, nāk apziņa, ka tava ģimene, radinieki, tava dzimta dod daudz spēcīgāku dzīves pamatu, tā ir neaizvietoājama vērtība. Tā ir mūsu kā vecāku atbildība sniegt saviem bērniem pozitīvo ģimenes pieredzi, lai viņi nebaidītos un neizvairītos veidot savas ģimenes. Bērni ir bezizmēra laime un, es teiktu, nepieciešamība katram, protams, arī mūsu Latvijai!

\* Par publikāciju “Piedzimt Latvijai” saturu atbild SIA “Balvu Vaduguns”.

\* Turpinājums 12.lpp.

\* Sākums 11.lpp.

Saruna

# Seškāršas rūpes, laime un prieks



Foto - no personīgā arhīvā

Latvija jau ilgstoši saskaras ar nopietnām demogrāfijas problēmām – daudzviet lauku reģionos bērnu smieklī kļūst par retu parādību, bet vēl lielāks izņēmums ir daudz bērnu ģimenes. Taču, par spīti tendencēm, ir cilvēki, kuri izvēlas citu ceļu. Šoreiz uz sarunu aicinājām rugājieti SARMĪTI PĒRKONI, kura ir mamma sešiem bērniem. Lielākā daļa viņas atvašu jau ir pieauguši un uzsākuši patstāvīgu dzīvi, taču ģimenes gars un ciešās attiecības starp bērniem un vecākiem nav zudušas. Viņas pieredze ir kā atgādinājums, ka arī mūsdienu pasaulē liela ģimene var būt svētība, nevis slogs.

**Kā sākās Jūsu ceļš uz lielu ģimeni – seši bērni bija plānots mērķis vai dzīves gaitā veidojies lēmums?**

– Jaunībā plānots mērķis tas noteikti nebija, varētu teikt, ka viss notika dabiski. Pēc otrā dēla piedzīvoju nopietnu saslimšanu un tobrīd bija doma, ka vairāk bērnu nebūs, taču Dievs bija lēmis savādāk.

**Nereti sabiedrībā izskan stereotips, ka, gribam to vai nē, bet katrs kopējam savu ģimeni. Jūs ar vīru esat nākuši no lielām ģimenēm?**

– Nē, mūsu gadījumā tā noteikti nav, jo man ir divi jaunāki brāļi, savukārt vīram – viena jaunāka māsa.

**Kāda bija sajūta, kad piedzima pirmais, trešais un sestais bērns? Attieksme mainījās?**

– Pirmā meita piedzima smagās dzemdībās, un tas mums kā jaunajiem vecākiem bija liels pārbaudījums, bet, paldies Dievam, ar viņu viss bija kārtībā. Drīz vien pasaulē nāca dēls. Tobrīd mēs tā pa istam izbaudījām, ko nozīmē negulētas nakts un mazs bērns. Viņai ar brāli ir gada un 5 mēnešu starpība, tādēļ pirmie trīs gadi nebija viegli. Kad piedzima trešā meita, medicīna bija attīstījusies un kā glābējs jau nāca pamperi. Šis jaunievedums būtiski atviegloja dzīvi un ikdienu, un arī vecākie bērni jau labprāt steigda palīgā auklēt mazo māsu. Savukārt, kad dzima jaunākie bērni Jānis un Elza, ar kuriem vecākajai meitai Santai ir 18 un 21 gada starpība, tieši no vecākajiem bērniem bija liels atbalsts. Var teikt, arī mana attieksme pret bērniem un to audzināšanu mainījās, jo paralēli bērnu audzināšanai studēju augstskolā un ieguvu bakalaura grādu pedagoģijā.

**Laiks, kad mājās bija vairāki mazi bērni, noteikti nebija viegls. Kas šķita visizaicinošākais šajā posmā?**

– Šis laiks patiešām nebija viegls, īpaši ar pirmajiem diviem bērniem, jo tiem bija maza vecuma starpība, vēlāk jau viss bija vienkāršāk. Izaicinošākais, šķiet, bija 90.gadu krīze, kā arī mazie sociālie pabalsti – bērnu naudas. Neskatoties uz to, ģimenē ir viens vai trīs bērni, katram tāpat savas vajadzības un nepieciešamības.

**Kā mainījās Jūsu loma, kad bērni kļuva pilngadīgi un sāka pamest mājas?**

– Jāsaka godīgi – mana loma īpaši nemainījās, vienīgi piektdien un sestdien bija vairāk veļas, ko mazgāt, un svētdien lielajiem bērniem vajadzēja palīdzēt sagatavot somas ar pārtikas krājumiem nedēļai. Neskatoties uz to, ka mājās vēl palika 3-4 mazie bērni, svētdienu vakaros pārņēma liela tukšuma

sajūta, bieži pat nobira asaras....

**Audzināt bērnus 90.gados vai 2000.gadu sākumā noteikti bija citādāk, nekā tas būtu šodien...**

– Nenoliedzami, 90.gados audzināt bērnus bija grūtāk, jo nebija pamperu, veļas automātu un veļas žāvētāju, laukos bērniem vannai ūdens bija jāuzsilda katlā, jānomazgā bērns un ūdens jānes izliet laukā. Atceros, ka istabā uz veļas auklas katru dienu žāvējās 16 biksītes un tikpat marlišu, kuras balinājām ar hloru. 2000.gadu sākumā jau bija daudz vieglāk. Jau bija pieejams veļas automāts, dzīvojam dzīvoklī ar labierīcībām – mums bija vanna un siltais ūdens. Protams, parādījās pamperi, kuri maksāja diezgan daudz, bet, neskatoties uz finansiālo pusi, tie bija liels atspajds.

**Kā atzīst paši daudz bērnu ģimeņu vecāki, viena no viņu lielākajām problēmām ir mājoklis un transports. Kā bija jums?**

– Mūsu ģimenē šī problēma nav bijusi izteikta. 2000.gadā, kad piedzima trešā meita, dzīvojām dzīvoklī un nopirkām māju. Protams, tā nebija jauna, prasīja remontu un pārbūvi. Turpinājām dzīvot dzīvoklī un remontēt māju, jo diemžēl naudiņas bija tik, cik bija – tā sanāca, ka Jurgus savā mājā svinējām tikai pēc 14 gadiem. Savukārt, runājot par transportu, kad mums bija 4 un 5 bērni, braucām ar septiņvietīgo “TOYOTA Previa”, savukārt, kad vecākie bērni aizgāja savā dzīvē, šo auto pārdevām. Pašlaik mums ar vīru ir katram sava automašīna.

**Tik kuplā saimē svarīga ir arī tēva loma. Kā sadaļāt rūpes un pienākumus bērnu audzināšanā?**

– Ko tur dalīt?! Audzinājām bērnus abi, tētis mums bija skolotājs. Tur, protams, bez komentāriem! Materiālā puse vairāk Žaņa ziņā, bet bērnu audzināšana un rūpes – manā, jo bija periods, kad dzīvoju mājās ar bērniem. Bija arī laiki, kad strādāju nakts darbu, bet vīrs gatavoja ēst, lika bērņus gulēt, modināja uz skolu un dārziņu.

**Joprojām uzturat ciešu kontaktu ar savām atvašēm? Kā izveidojusies viņu dzīve?**

– Kontakts ar bērniem patiešām ir ciešs. Esam vieni no tiem laimīgajiem vecākiem, kuriem bērni ir mājās katru mīļu brīdi, kad nav jābūt darbā. Santa kopā ar draugu pārsvarā dzīvo un strādā Rīgā, viņa ir Rīgas Ziepniekkalna vidusskolas skolotāja un sociālā pedagoģe. Oskars ar draudzeni un dēliņu dzīvo Gulbenē, viņš ir militārā amatpersona Alūksnē, Rūta Krista ir medicīnas māsa, strādā RAKUS un Balvu un Gulbenes slimnīcu apvienībā Gulbenē, Meldra studē Rēzeknes Tehnoloģiju augstskolā sociālo darbu, savukārt Jānis un Elza mācās Rugāju vidusskolā.

**Cik bieži šobrīd izdodas 100% visiem sanākt kopā – kā kādreiz, kad bērni vēl bija mazi?**

– Patiesībā tas izdodas ļoti bieži, dažkārt arī parastās nedēļas nogalēs. Bet īpaši tie ir Ziemassvētki, Lieldienas, Jāņi, kapu-svētki, mammas un tēta dzimšanas dienas un, protams, visu ģimenes locekļu dzimšanas dienas. Tad esam kopā pilnā skaitā, izņemot brīžus, kad kādam darbā iekrīt maiņa. Vasarā šos mirkļus piedzīvojam bieži, jo mums ir māja un pagalmi, ābeļ-dārzs un pirts. Ir, kur būt kopā.

**Vēl pirms gadiem 15 Latvijā attieksme pret kup-**

## VIZĪTKARTE

**MAMMA:** Sarmīte Pērkone (55 gadi), 13 gadus ir Rugāju Sociālā aprūpes centra “Rugāji” vadītāja  
**TĒTIS:** Žanis Pērkons (62 gadi), pensijā, visu darba mūžu (40 gadus) bijis skolotājs  
**BĒRNI:** Santa (32 gadi), Oskars (31 gads), Rūta Krista (24 gadi), Meldra (21 gads), Jānis (14 gadi), Elza (11 gadi)

***lajām ģimenēm bija vairāk negatīva nekā pozitīva, jo daudzi uzskatīja, ka lielākoties tās ir nelabvēlīgas. Šajā ziņā mūsdienās kaut kas mainījies?***

– Diemžēl statistika ir tāda, kā ir. Tagad daudz bērnu ģimenes atbalsta ar dažādiem pabalstiem. Laikā, kad mūsu bērni bija mazi, nekā tāda praktiski nebija. Tāpat šīs 3+kartes un dažādi bonusi un atvieglojumi – autobusus, ceļa nodoklim pie tehniskās apskates automašīnām, “Latvenergo” atlaides. Diemžēl vecākie bērni šīs atlaides neizbaudīja, bet kaut kas taču ir jādodomā, lai uzlabotu demogrāfisko stāvokli valstī.

***Kādas ir lielākās priekšrocības, audzinot sešus bērnus?***

– Tas ir atbalsts, ko sniedzam viens otram, ģimeniskums un sajūta, ka vienmēr esam kopā un nekad nebūsim vieni. Lielākie bērni mazākajiem ir paraugs un vilcējspēks situācijās, kad dažkārt vecāki netiek iesaistīti. Ir daudz vieglāk, kad vecākie bērni, kuriem iemācīts darba tikums, to nodod arī jaunākajiem. Tad visi kopā dodas darbā, lai arī vecākiem atvieglotu ikdienu. Kā jau varat iedomāties, priekšrocība noteikti ir arī mīlestība, kas nāk no veselīem, zinātkāriem un aktīviem bērniem, ne tikai pret vecākiem, bet arī vienam pret otru. Taču ir arī tumšās puses, kas nāk no mūsu valsts un valdības pusēs. Mēs ar vīru abi bijām strādājoši vecāki, kuriem visu laiku bijis dārzs un saimniecība – govys, cūkas un vistas. Nekādu pabalstus neesam saņēmuši, visu, kas mums pieder, sagādājam paši. Tas pats atbalsts, kas pienākas ģimenēm ar trīs bērniem, pienākas arī ar sešiem. Bet mēs nesūdzamies, jo mūsu bērni ir mūsu bagātība! Savukārt grūtības bija finansiāli mazie pabalsti, kas tiek maksāti, bērniem sasniedzot 1,5-2 gadu vecumu. Diemžēl par 25 eiro nevar bērnam bērnudārzā samaksāt ēdināšanu, nerunājot par ko citu. Labi, ka ik 3+karte ar visiem bonusiem, kurus cenšamies izmantot – CSDD, atlaides autobusus, jo bērni brauc uz mūzikas skolu Balvos, tāpat uz Rīgu un Rēzekni, kultūras pasākumiem, grāmatveikalos, zoodārzā, arī atlaides “Latvenergo”.

***Ko Jūs vēlētos, lai sabiedrība labāk saprastu par daudz bērnu ģimenēm?***

– Mums gribētos, lai visi saprot, ka daudz bērnu ģimenes nav tikai nelabvēlīgas ģimenes, kas iztiek no pabalstiem. Tās ir ģimenes, kas mīl savus bērnus, rūpējas, izglīto tos, katrs bērns ir vērtība un atbildība. Ja mums ir seši bērni, tad tāda ir Dieva griba un sūtība.

***Pēdējos gados Latvijā vērojams traģisks dzimstības kritums. Ja jaunā ģimenē izšķiras par bērnu, tad bieži vien viņš ir vienīgais ģimenē...***

– Krasi mainījušies jaunieši, viņu domāšana un dzīvesstils. Jaunā paaudze kļuvusi izglītotāka, un pieļauju, ka daudzi ir ar negatīvu bērnības pieredzi. 90.gadu bērni atceras to, ka nebija viegli laiki, viņi negrib saviem bērniem nodarīt pāri. Vēl tagad populāri kļuvusi vispirms veidot karjeru, tikai pēc tam domāt par ģimeni un bērniem. Jaunatne grib ceļot un baudīt dzīvi, jo tagad ir daudz plašākas iespējas. Beigās sanāk tā, ka bērnus nolemj radīt tikai tad, kad viss pārējais sakārtots un piedzīvots.

***Ko novēlētu jaunajām ģimenēm Latvijā, kuras vēl tikai domā par bērniem?***

– Mīļie jaunieši, es kā sešu bērnu māmiņa novēlu jums drosmi un uzņēmību izlemt par labu vismaz diviem bērniem. Viens bērns ir viens, bet divi jau iemācās komunicēt un dalīties. Tas ir svarīgi.

***Un visbeidzot – kā ir būt mammai un tētim sešiem bērniem?***

– Būt sešu bērnu vecākiem ir laime, gandarijums, mīlestība un apziņa, ka mēs nekad nebūsim vieni, mūsu bērniem vienmēr būs brāļi un māsas, kā arī mīļi krustbērni! Tā ir vērtība, kuras daudziem citiem nav!

Aktuāli

Sākušies remontdarbi Baznīcas ielā



Foto - A.Ločmelis



Foto - A.Ločmelis

**Darbi rit pilnā sparā.** Noslēgušies apjomīgi remontdarbi Brīvības un Partizānu ielu posmos, bet, turpinot Balvu pilsētas ielu atjaunošanu, tie uzsākušies Baznīcas ielā – posmā no Balvu Vissvētās Trīsvienības Romas katoļu baznīcas līdz krustojumam ar Brīvības ielu. Šobrīd tur ieviesti satiksmes ierobežojumi, un darbu laikā ielas posms sadalīts divās daļās, lai iedzīvotājiem būtu nodrošināta piekļuve gan pie Balvu Kultūras un atpūtas centra, gan pie veikala “Labais” un privātmājām. Remontdarbus īsteno SIA “VMR Ceļi”, bet būvuzraugs ir “R4F”. Līguma termiņš ar būvnieku ir uz astoņiem mēnešiem. Ja neradīsies neparedzēti darbi un būs piemēroti laika apstākļi, plānots, ka darbi tiks pabeigti līdz šī gada beigām. Balvu novada pašvaldība aicina autovadītājus būt saprotošiem un, ja iespējams, izvēlēties alternatīvus maršrutus, lai nodrošinātu nepārtrauktu satiksmi.

Vizītē – arī Balvu novada pašvaldības pārstāvji

Pārrunā austrumu robežas stiprināšanu

**Aizsardzības ministrijas un Nacionālo bruņoto spēku pārstāvji Opoļu robežapsardzības punktā Ludzas novadā tikās ar pierobežas pašvaldību pārstāvjiem (attēlā), tajā skaitā no Balvu novada pašvaldības, lai pārrunātu Baltijas aizsardzības līnijas un austrumu robežas stiprināšanas pasākumus, kā arī pretmobilitātes infrastruktūras izveides likumprojektu.**

Pašvaldības pārstāvjiem – individuālie aizsardzības līdzekļi?

Vizītes laikā pašvaldības pārstāvji tika informēti par aizsardzības jomas aktualitātēm un prioritātēm – Krievijas militārajām aktivitātēm (tajā skaitā mācībām “Zapad 2025”), Baltijas aizsardzības līnijas projekta realizāciju un austrumu robežas militārās attīstības plāniem, atbalsta turpināšanu Ukrainai, sabiedroto klātbūtni, izstāšanos no Otavas konvencijas un aizsardzības nozares plāniem attiecībā uz industrijas attīstību, informācijas telpas stiprināšanu un citām jomām. Savukārt pašvaldību pārstāvji pie valsts sekretāra vērsās ar dažādiem civilās aizsardzības jautājumiem, kurus pārrauga Iekšlietu ministrija – patvertņu izbūvi un evakuāciju, kā arī individuālo aizsardzības līdzekļu nodrošināšanu pašvaldību civilajiem darbiniekiem. Aizsardzības ministrijas valsts sekretārs informēja, – ja pašvaldības identificējušas vajadzību pēc militāra līmeņa individuālajiem aizsardzības līdzekļiem, nepieciešams veikt normatīvo aktu grozījumus, jo pašreiz pašvaldībām nav iespēju iegādāties šāda veida individuālo ekipējumu. Tāpat tikšanās laikā pašvaldības pārstāvji norādīja uz nesamērīgajām zaļā kursa prasībām pašvaldību transporta nodrošinājuma iepirkumos, liekot tām ieviest elektriskos autobusus, kuriem pašvaldībā nav nepieciešamās infrastruktūras, bet šoferiem jāmēro garas distances, lai nodrošinātu bērnu nokļūšanu mācību iestādēs. Tika norādīts arī uz iespējamajiem izaicinājumiem šo transportlīdzekļu izmantošanai krīzes apstākļos.

Likums nodrošinās vieglāku ceļu zemju atsavināšanai

Laikrakstā “Vaduguns” jau publicējām arī vietējo Balvu novada zemes īpašnieku viedokļus par to, ka valsts aizsardzības interesēs privātpersonām plānots atsavināt zemi. Tagad tiek ziņots, ka Aizsardzības ministrija un Nacionālie bruņotie spēki, īstenojot Latvijas austrumu robežas militārās stiprināšanas un pretmobilitātes plānu, identificējuši, ka pretmobilitātes infrastruktūras izbūvei būs nepieciešami dažāda izmēra zemesgabali Vidzemes, Latgales reģionā un sešas austrumu pierobežas pašvaldībās, kuru kopējā platība pārsniegs 1000 hektāru. Daļa identificēto teritoriju nav valsts vai pašvaldības, bet gan fizisku vai juridisku personu īpašumā. Tas nozīmē, ka ar katru zemes īpašnieku atsevišķi jāvienojas par nepieciešamo teritoriju iegādi (atsavināšanu), kas ir laikietilpīgi, tādēļ Pretmobilitātes infrastruktūras izveides likums nodrošinās servitūta tiesības, lai ātrāk varētu uzsākt nepieciešamos robežas stiprināšanas pasākumus.



Foto - Armins Janiņš

Jāpiebilst, ka Pretmobilitātes infrastruktūras izveides likums apstiprināts Ministru kabinetā un iesniegts Saeimā. Ja privātpersonas (fiziskas vai juridiskas) īpašumā esošais nekustamais īpašums būs nepieciešams pretmobilitātes pasākumu īstenošanai un būs saņemta Ministru kabineta atļauja, Aizsardzības ministrija veiks zemju atsavināšanu. Īpašniekus, uz kuru īpašumiem attieksies pretmobilitātes pasākumi, Aizsardzības ministrija uzrunās individuāli. Kas attiecas uz valsts un pašvaldību īpašumiem, to atsavināšana nav nepieciešama, tādēļ pretmobilitātes infrastruktūras izveide prioritāri notiks uz privātpersonām piederošajiem zemesgabaliem. Atlīdzības noteikšanu veiks sertificēts nekustamā īpašuma vērtētājs. Infrastruktūras izveide pierobežā notiks pa posmiem. Likums atvieglos Nacionālo bruņoto spēku pretmobilitātes un mobilitātes pasākumu ieviešanu, jo uz to neattieksies būvniecības un mežu apsaimniekošanas normatīvi. Tas nozīmē, ka infrastruktūras izbūvi varēs veikt arī paši Nacionālie bruņotie spēki – bez komersantu piesaistes. Tāpat plānots projekta ieviešanā iesaistīt VAS “Valsts nekustamie īpašumi”, kas organizēs un nodrošinās visus pretmobilitātes un mobilitātes pasākumiem nepieciešamo materiāltehnisko līdzekļu izvietojas un infrastruktūras izbūves darbus.

Informē ugunsdzēsēji

Deg griesti

23.jūlijā pulksten 16.45 saņemts izsaukums uz Baltinavas pagastu, kur vienstāva saimniecības ēkā dega griesti 4 m² platībā. Ugunsgrēkā cieta cilvēks, kurš tika nodots Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta mediķiem. Pulksten 18.41 degšana likvidēta.

Jāpiebilst, ka no 23.jūlija pulksten 6.30 līdz 24.jūlija pulksten 6.30 Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta Latgales reģiona pārvalde saņēma trīs izsaukumus – vienu uz ugunsgrēka dzēšanu un divus uz glābšanas darbiem. Savukārt šajā pašā laikā Latvijā kopumā ugunsdzēsēji glābēji saņēma 39 izsaukumus: 11 – uz ugunsgrēku dzēšanu, tajā skaitā vienu uz meža ugunsgrēka dzēšanu, 21 – uz glābšanas darbiem, bet septiņi izsaukumi bija maldinoši.

Informē policija

Avārija ar cietušo, agresīva braukšana, ātruma pārsniegšana

Aktuālākā (līdz avīzes nodošanai drukā) Valsts policijas informācija liecina, ka 23.aprīlī Ziemeļlatgales iecirknī (Balvu, Rēzeknes, Ludzas un Preiļu novados) reģistrēti 78 notikumi, no kuriem 49 izsaukumi ar likumsargu izbraukšanu uz notikuma vietu. Reģistrēti astoņi ceļu satiksmes negadījumi, tajā skaitā ar vienu cietušo, un 57 ceļu satiksmes noteikumu administratīvie pārkāpumi, no kuriem divi – par agresīvu braukšanu, bet 11 – par ātruma pārsniegšanu.

Savukārt minētajā laikā Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldē kopumā saņemta informācija par 157 gadījumiem, kuros iedzīvotāji vērsušies pēc palīdzības vai konstatēti iespējamie noziedzīgi nodarījumi. Reģistrēti 16 ceļu satiksmes negadījumi, no kuriem vienā cieta cilvēks. Ceļu satiksmes uzraudzības jomā pieņemti 120 administratīvā pārkāpuma lēmumi. No tiem 34 – par atļautā braukšanas ātruma pārsniegšanu, bet vienā gadījumā transportlīdzekļa vadītājs pie stūres bija sēdies alkohola reibumā.

## Balvu modes skate

## Jauniešu apģērbs: komforts un personīgais stils

Lai noskaidrotu, kā jaunieši Balvos izvēlas apģērbu ikdienai un kādas ir viņu attiecības ar modi, veicu aptauju par viņu stilu un iepirkšanās paradumiem. Rezultāti liecina, ka daži jaunieši seko modei, bet citi vairāk novērtē ērtumu un savu personīgo stilu.



KETINA

Savā ikdienā visbiežāk izvēlos džinsus un kādu ērtu hūdiņu vai džemperī. Šis apģērba salikums ir ne tikai stilīgs, bet arī ļoti ērts, tāpēc to izvēlos gandrīz katru dienu. Kad ir siltāks laiks, *pārslēdzos* uz vieglākām drēbēm – T krekliem un šortiem vai svārkiem, taču jāsaka, ka svārki manā garderobē ir diezgan reta izvēle. Vairāk novērtēju ērtību un praktiskumu biksēs vai šortos, lai gan svārki noteikti ir eleganti un bieži ģērbju tos svinīgākos gadījumos. Parasti apģērbs, ko izvēlos ikdienai, ir pilnīgi piemērots – viss atkarīgs no tā, uz kurieni dodos un kāda ir pasākuma atmosfēra. Protams, ja man jāiet uz skolu, neizvēlos pārāk uzkrītošus vai atklātus apģērbus, piemēram,



BEĀTE KUDRJAVCEVA

Patīk dažādi stili un bieži tos mīkšķu. Visbiežāk nēsāju blūzes vai kādu interesantu T kreklu, īpaši mīlu “kovboju” zābakus. Tas ir viens no apģērba elementiem, kas vienmēr piešķir manam izskatam īpašu raksturu. Protams, katram ir savs stils, un tas ir ļoti individuāls, taču dažreiz tas var neiederēties konkrētās vietās vai situācijās. Piemēram, uz skolu vai oficiālu pasākumu nebūtu piemēroti ģērbt īsu topiņu, kas atklāj

## Elegance bez piepūles

Ikdienā cenšos nēsāt apģērbu, kas ir ne tikai ērts, bet arī piemērots manai personībai un dzīvesveidam. Manuprāt, svarīgāk par to, apģērbs ir modīgs vai aktuāls, ir tas, vai tas ļauj man justies pašpārliecinātai. Bieži izvēlos apģērbu, kas ir vienkāršs, bet stilīgs un atbilstošs ikdienas plāniem. Uzskatu, ka ikdienas apģērbs nav tikai lieta, ko uzvelk, lai paslēptu ķermeni vai noslēptu sevi no citiem, bet gan veids, kā izpaust savu personību. Tāpēc man ir svarīgi izvēlēties apģērbu, kas rezonē ar mani un ir piemērots gan manai garastāvokļa izpausmei, gan aktivitātēm. Neesmu cilvēks, kas seko modes tendencēm par katru cenu, jo, manuprāt, mode bieži vien ir ļoti mainīga un var būt pat ļoti ierobežojoša. Neviena modes tendence nevar aizstāt to, kas liek tev justies patīkami un komfortabli savā ķermenī. Man šķiet, ka ikviens cilvēks ir unikāls, un arī viņa izskatā būtu jāatspoguļo šī unikālā būtība. Tāpēc bieži izvēlos apģērbus, kas nav tieši saskaņoti ar aktuālajām modes tendencēm, bet drīzāk balstās uz personīgajiem priekšstatiem par to, kas ir stilīgi. Kad runa ir par svinīgākiem pasākumiem, noteikti izvēlos kaut ko piemērotāku nekā džinsus vai ikdienišķus T kreklus. Ja dodos uz svinīgu pasākumu, kas prasa noteiktu apģērba kodu, izvēlos elegantas blūzes, kvalitatīvus kreklus un bikses, jo tie ir piemēroti dažādiem formāliem pasākumiem. Džinsi un T krekli, kas ir lieliski piemēroti ikdienai, tomēr nav piemēroti šādiem pasākumiem, un es to ļoti labi apzinos. Tomēr uzskatu,

īsas kleitas. Saprotu, ka tam jābūt atbilstošam situācijai. Uz svinīgiem pasākumiem cenšos izvēlēties kleitas vai svārkus, jo tas šķiet vispiemērotāk, taču, ja pasākums nav tik formāls, man patīk apvienot bikses ar žaketi vai vesti – tas ir gan stilīgi, gan piemēroti neformāliem pasākumiem. Būtiskākais ir, lai drēbes atbilstu konkrētā pasākuma atmosfērai un atstātu pieklājīgu iespaidu. Esmu novērojusi, ka daudzi jaunieši šobrīd izvēlas vienkāršus, bet stilīgus apģērbus, kas ir gan ērti, gan moderni. Arī man pašai patīk izvēlēties apģērbus, kas ir viegli kombinējami un var ilgi kalpot. Drēbes man nav īpaši būtiskas, bet galvenais, lai tās ir kvalitatīvas. Parasti, ja man ir kāds zīmola apģērbs, piemēram, kāda smalka blūze vai svārki, tas paredzēts svinīgiem pasākumiem vai ballēm. Tomēr ikdienā vairāk izvēlos parastās veikalus drēbes, kas man šķiet gan stilīgas, gan pieejamas. *Humpalās* iepērkos salīdzinoši reti – parasti, kad man ir brīvs laiks un Balvos vairs nav citas iespējas, kur aiziet. Tās ir vietas, kur mēdzu iegādāties vienreizējas vai mājas drēbes, piemēram, T kreklus vai šortus, kurus var ērti valkāt mājās. Tomēr jāatzīst, ka tas ir vairāk izklaides veids – pārlūkot veikalus piedāvājumu un atrast kaut ko neparastu. Kad dodos iepirkties, man bieži nākas ilgi meklēt piemērotu apģērbu. Esmu diezgan izvēlīga. Līdz ar to mēs ar ģimeni bieži plānojam braucienus uz lielākiem tirdzniecības centriem, piemēram, uz Igauniju (Tartu) vai Rīgu, kur var atrast daudzveidīgus un interesantus apģērbu veikalus. Parasti pirms tam

## No blūzes līdz zābakiem

vēderu, ļoti īsus svārkus vai šortus. Šādām drēbēm ir savs laiks un vieta, un tās jāvalkā atbilstošos apstākļos. Uz svinīgākiem pasākumiem piemērotāk būtu izvēlēties garas bikses ar skaistu blūzi vai kleitu. Protams, ja pasākums ir mazāk formāls, arī svārki vai šorti var būt pieņemami, taču tie varētu tikt apvienoti ar piemērotām zeķubiksēm vai elegantiem apaviem, lai kopējais izskats būtu sabalansēts un stilīgs. Tas ļauj izskatīties eleganti, bet vienlaikus saglabājot komfortu. Protams, arī man, tāpat kā citiem, reizēm ir vēlme iegādāties zīmolu preces, taču jāatzīst, ka ir arī daudz labu, bet lētāku alternatīvu, kuras izvēlos. Ne vienmēr ir nepieciešams iegādāties dārgas preces, lai tās izskatītos stilīgi. Daudzreiz esmu atradusi lieliskus apģērbus, kas ir gan pieejami, gan kvalitatīvi. Man patīk atrast veikalos zīmola alternatīvas, nevis tikai sekot visiem populāriem zīmoliem. Šajos pāris gados man ir iepaticies iepirkties *humpalās*, jo esmu atradusi daudz noderīgu un vajadzīgu drēbju gabalu par ļoti pieņemamām cenām. Protams, tas nav bijis viegls process un ir prasījis laiku un pacietību, taču, kad izdodas atrast īsto apģērbu, ir liels gandarījums. *Humpalas* sniedz iespēju atrast unikālas un inte-

apskatu dažādus stilu piemērus internetā un tad meklēju kaut ko līdzīgu vai piemērotu konkrētajam gadījumam. Dažreiz man ļoti gribas uzvilkt kaut ko košāku, piemēram, džemperī ar spilgtu apdruku uz muguras, kas piešķir drēbēm dzīvesprieku un dzīvotspēju. Tas var būt tieši tas, kas nepieciešams, lai pabeigtu ikdienas izskatu ar nedaudz izteiksmīgāku elementu. Arī šādas izvēles bieži kļūst par lielisku sarunas uzsākšanas tematu, jo spilgtas drēbes vienmēr piesaista uzmanību un padara manu pašsajūtu labāku. Reizēm iepērkos arī internetā, bet tas nav mans visbiežāk izvēlētais veids, kā iegādāties drēbes. Internetā pasūtu tikai tad, ja tuvākajā laikā nevaru doties uz kādu lielveikalu vai nevaru atrast to, ko meklēju klātienē. Gandrīz vienmēr, kad pasūtu apģērbu internetā, saņemtu tieši to, ko esmu gaidījusi, taču ir bijuši gadījumi, kad prece neatbilst manām cerībām. Tad vienkārši pasūtu ko citu un atgriežu iepriekšējo precī, lai atgūtu naudu. Tas ir ērts veids, kā ātri iegūt to, ko vēlos, tomēr jāpatur prātā, ka ne vienmēr būs garantēts, ka saņemšu tieši to, ko vēlējos. Man šķiet, ka apģērbu izvēle ir ļoti personiska lieta – katram ir savs stils, un tas mainās atkarībā no noskaņojuma, pasākuma vai sezonas. Tādēļ galvenais ir justies komfortabli un pārliecināti savā izvēlē, nebaudoties eksperimentēt un atrast to, kas vislabāk izceļ katru no mums.

resantas drēbes, ko nevar atrast lielveikalos. Arī iepirkšanās internetā man šķiet ļoti pievilcīga, jo tur bieži ir plašāka izvēle nekā klātienē veikalos. Interneta veikali piedāvā dažādus dizainus un stilus, kas reizēm nav pieejami tuvākajos veikalos. Tomēr tas ir arī izaicinājums, jo nav iespējams fiziski novērtēt, kā apģērbs izskatīsies uz mana auguma vai kāda būs auduma kvalitāte. Lai gan ir dažādi riski, man patīk iepirkties internetā, jo bieži var atrast tieši to, ko meklēju. Vēl viena lieta, kas man ļoti patīk, ir iepirkties ārzemēs. Dažreiz tas ir tieši tas, ko esmu meklējusi – plašāka izvēle un preces, kuras, iespējams, nebūs pieejamas Latvijā. Tā ir arī iespēja iegūt unikālus apģērba gabalus, kas palīdz izveidot īpašu stilu, kas atšķiras no citiem. Kopumā uzskatu, ka apģērbs ir lieliska pašizpausmes forma un katram ir iespēja atrast savu individuālo stilu. Tas var būt brīvs un neierobežots, bet arī atbilstošs situācijai un pasākumam. Manuprāt, vislabāk ir būt pašam un izvēlēties to, kas šķiet piemērots konkrētajam brīdim, tomēr vienmēr saglabājot personisko pieeju. Stils ir kā ceļojums, kas palīdz veidot mūsu identitāti, un katrs tērps ir kā atsevišķa stāsta daļa.



SONORA PUĶĪTE

kvalitatīvus apģērbus, kas ir pieejami dažādās cenu kategorijās. Turklāt, iegādājoties apģērbus interneta veikalos, vienmēr cenšos izvēlēties tos, kas ir no pārbaudītiem zīmoliem vai tiem, kas piedāvā detalizētas atsauksmes par produktu kvalitāti, lai iegūtu tieši to, ko sagaidu pēc iegādes. Domāju, stils un apģērbs ir ļoti personiska lieta, kas var atspoguļot gan cilvēka garastāvokli, gan dzīvesveidu. Neviena modes tendence nevar aizvietot to, kas ir patiešām svarīgs – lai apģērbs ļauj justies komfortabli un atklāj īsto sevi.

Lappusi sagatavoja Rēzija Ozola

Zini un izmanto

# Kā rīkoties gadījumos, kad gaisa pārvadātājs izvairās no kompensācijas izmaksas?

Vasara ir atvaļinājumu laiks, un daudzi no mums izvēlas doties atpūsties ārpus Latvijas, ļoti bieži izmantojot tieši aviopārvadājumus. Pēc Starptautiskās Gaisa transporta asociācijas datiem, globālais gaisa transporta pasažieru pieprasījums 2024.gadā sasniedza rekordaugstu līmeni.<sup>1</sup> Pagājušajā gadā vidēji bija aizpildītas 83,5% no visām lidmašīnās pieejamajām sēdvietām, un tika sasniegts jauns sēdvietu aizpildījuma rekords.<sup>2</sup>

2025.gada prognozes liecina, ka arī šis gads potenciāli varētu sasniegt jaunus rekordus. Diemžēl lielais pasažieru skaits, kā arī citi faktori, reizēm nelabvēlīgi ietekmē gaisa pārvadātāju iespējas nodrošināt augstas kvalitātes klientu servisu. Tas rada pasažieriem dažādas neērtības, kā arī nesamērīgu finansiālu slogu, piemēram, ja lidojumi tiek atcelti pēdējā brīdī un pasažieriem netiek piedāvāts alternatīvs lidojums uz galamērķi. Kādos gadījumos var pieteikt kompensāciju?

## Kavēts lidojums

Gaisa pārvadātāji bieži izvairās no Eiropas Savienības Regulas Nr. /261/2004 noteiktajiem kavējumu sliekšņiem, lai neizmaksātu kompensācijas, kā arī nereti norāda, ka aizkavēšanās bijusi īsāka par divām/stundām. Tāpēc īpaša uzmanība jāpievērš tā dēvētajam “faktiskajam ielidošanas laikam” jeb brīdim, kad galamērķī tiek atvērtas vienas no lidaparāta durvīm un pasažieriem ir atļauts izkāpt. Šis mirklis kalpo kā atskaites punkts, lai noteiktu kavēšanās ilgumu, ko cietuši pasažieri.

Lai izvairītos no kompensācijas pieteikuma noraidīšanas, pasažierim ir īpaši svarīgi šādās situācijās saglabāt precizitāti un dokumentēt jebkādas pierādījumus, kas varētu apliecināt reālo ielidošanas brīdi. Ja pasažieris pats ir novērojis, ka durvis tika atvērtas, piemēram, trīs stundas un desmit minūtes pēc plānotā ielidošanas laika, būtu vēlams pierakstīt precīzu laiku un, ja iespējams, saņemt apstiprinājumu no lidostas personāla vai saglabāt cita veida pierādījumus, piemēram, laika zīmogu fotogrāfijām, kurās redzama durvju atvēršana vai atrašanās pie izkāpšanas vārtiem. Tāpat ir ieteicams vienmēr pārbaudīt ielidošanas laiku neatkarīgos avotos, piemēram, izmantojot publiski pieejamas lidojumu izsekošanas vietnes, kurās bieži tiek fiksēts gan nosēšanās laiks, gan lidmašīnas piekļūšana vārtiem. Šādi iegūtie pierādījumi var būt noderīgi, ja rodas strīds par kavēšanās ilgumu.

Situācijās, kad aviokompānija atsakās izmaksāt kompensāciju, atsaucoties uz nepietiekamu kavējumu, ir ieteicams pieprasīt no pārvadātāja pierādījumus, kuri pierāda apgalvojuma patiesumu. Ja sniegtā informācija ir nepilnīga vai acimredzami neprecīza, pasažierim ir tiesības vērsties Patērētāju tiesību aizsardzības centrā, kā arī nepieciešamības gadījumā iesniegt prasību tiesā. Tādējādi, lai efektīvi aizstāvētu savas tiesības, būtiski ir ne tikai zināt regulu, bet arī proaktīvi rīkoties: dokumentēt faktus, vākt pierādījumus un pieprasīt no pārvadātāja pamatojumu par kompensācijas izmaksas atteikumu. Tikai šādā veidā veidā iespējams panākt taisnīgu kompensāciju par būtisku kavēšanos.

## Atcelts lidojums

Ja lidojums ir atcelts un pasažieri par to ir informēti mazāk nekā divas nedēļas pirms lidojuma, pasažieriem ir tiesības saņemt kompensāciju no aviokompānijas. Tomēr jāatzīmē –

ja aviokompānija var pierādīt, ka lidojuma atcelšanu izraisīja ārkārtēji apstākļi, tai nav pienākuma maksāt kompensāciju. Eiropas Savienības Tiesa ir sniegusi papildu skaidrojumu par to, ko nozīmē lidojuma atcelšana, un pat paplašinājusi Regulas 261/2004 definīciju. Tiesa atzinusi, ka lidojums uzskatāms par atceltu arī tad, ja lidmašīna ir pacēlusies, bet tehnisku vai citu iemeslu dēļ atgriezusies sākotnējā lidostā, nesasniedzot galamērķi, kāds bija paredzēts maršrutā. Tādā gadījumā lidojums nav noticis atbilstoši sākotnējam plānam un tiek uzskatīts par atceltu.

## Iekāpšanas liegums

Jēdziens “iekāpšanas atteikums” attiecas ne tikai uz situācijām, kad pārdots vairāk biļešu nekā ir vietu lidmašīnā (virspārdošana jeb *overbooking*), bet arī uz gadījumiem, kad iekāpšana tiek atteikta citu iemeslu dēļ. Piemēram, lidmašīnas maiņa uz mazāku gaisa kuģi, tehniskas problēmas, apkalpes darba laika ierobežojumi, svara sadales nosacījumi vai citi organizatoriski šķēršļi. Iekāpšanas atteikumā netiek ieskaitītas situācijas, kad ir pamatots iemesls, piemēram, pasažiera veselības problēmas, drošības apsvērumi vai neatbilstoši ceļošanas dokumenti. Tādēļ pasažieriem ir tiesības uz kompensāciju tikai tad, ja iekāpšana tiek atteikta pret viņu gribu un tas nav saistīts ar viņu pašu atbildību vai drošības apsvērumiem.

BDO Latvia praksē ir nācies novērot situācijas, kurās gaisa pārvadātājs pasažierim atsaka iekāpšanu, kļūdaini apgalvojot, ka pasažierim nav atbilstošu ceļošanas dokumentu (piemēram, Covid-19 sertifikāta). Šādās situācijās strīds visbiežāk tiek risināts tiesvedības ceļā, ceļot prasību gan par kompensācijas izmaksu, gan par iekāpšanas atteikuma rezultātā radušos zaudējumu atlīdzību.

## Kādu kompensāciju es varu prasīt?

Ja esi konstatējis, ka ierašanās galamērķī kavēta par:

- ☐ divām stundām vai ilgāk lidojumā, kas veic līdz 1500 km attālumu, vari pieprasīt kompensāciju 250 EUR apmērā;
- ☐ trīs stundām vai ilgāk lidojumā, kas paredzēts Eiropas Savienības iekšienē vairāk nekā 1500 kilometru attālumā un par visiem citiem lidojumiem 1500 līdz 3500 kilometru attālumā – EUR 400;
- ☐ četrām stundām vai ilgāk attiecībā uz visiem lidojumiem, uz ko neattiecas 1. vai 2. punkts – EUR 600.

Atcelta lidojuma un iekāpšanas atteikuma gadījumā pasažiera kompensācijas apmērs ir atkarīgs gluži tāpat kā par kavētu lidojumu – no paredzētā lidojuma attāluma.

## Kur vērsties, lai saņemtu kompensāciju?

Situācijās, kad pasažieriem pienākas kompensācija par aizkavētu, atceltu lidojumu vai liegtu iekāpšanu, viņiem jāizvēlas – vai mēģināt pašiem sazināties ar aviokompāniju un pieprasīt kompensāciju, vai arī izmantot uzņēmumu, kas palīdz kārtot šādus jautājumus.

Pasažieriem, kuri nolēmuši paši vērsties pie lidsabiedrības, ir ieteicams ievērot pāris lietas. Pirmkārt, nepieciešams atsaukties uz atbilstošo Regulas 261/2004 pantu atbilstoši gaisa pārvadātāja radītajām neērtībām. Otrkārt, sūdzībā ir jānorāda informācija par lidojumu – izlidošanas datums, laiks, izlidošanas un galamērķa lidosta, lidojuma numurs, pasažieri, kuri pieprasa kompensāciju, bankas konta numurs, uz kuru



veicama kompensācijas izmaksa. Šāds informācijas pieprasījums ir pietiekams, lai gaisa pārvadātājs spētu izvērtēt radušos situāciju un pieņemt lēmumu attiecībā uz kompensācijas izmaksu.

Diemžēl praksē novērojams, ka lielākajā daļā situāciju gaisa pārvadātājs pēc sūdzības izskatīšanas atsakās izmaksāt kompensāciju, neskatoties uz acimredzamo pasažieru tiesību pārkāpumu. Pasažierim tas nozīmē strīdu ar lielu, starptautisku uzņēmumu, tādēļ nereti pasažieri izvēlas strīdu neturpināt. Šādās situācijās pasažieriem ir jābūt neatlaidīgiem, lai tiktu sasniegts vēlamais rezultāts.

Patērētāju tiesību aizsardzības centrs (PTAC) ir atbildīgā iestāde par Regulas 261/2004 uzraudzību Latvijā, kā arī sniedz palīdzību pasažieriem strīdos ar pārvadātājiem. PTAC kompetencē ir sūdzību izskatīšana par lidojumiem, kas izlido no Latvijas, kā arī par lidojumiem, kas izlido no trešajām valstīm (attiecībā uz ES) uz Latviju. Lai saņemtu PTAC palīdzību, būtu ieteicams iesniegt pierādījumus par strīdu ar gaisa pārvadātāju – saraksti ar gaisa pārvadātāju, dokumentus, kas apliecina radītās neērtības, kā arī iekāpšanas kartes vai rezervāciju apstiprinošus dokumentus. Ja pasažieris PTAC vērsas ne tikai savā vārdā, bet arī citu pasažieru vārdā, tad obligāti pievienojami pilnvarojumu apliecinājoši dokumenti. Lai gan Patērētāju strīdu risināšanas komisija ir neatkarīga koleģiāla lēmēj institūcija, kas risina strīdu starp patērētāju un gaisa pārvadātāju, saskaņā ar Patērētāju tiesību aizsardzības likuma 26. panta piekto daļu komisijas lēmumam ir ieteikuma raksturs, kas nozīmē to, ka, ja gaisa pārvadātājs labprātīgi neizmaksās kompensāciju, pasažieri būs spiesti vērsties tiesā.

Ja situāciju nevar atrisināt mierīgā ceļā un jāvērsas tiesā, pasažieriem ieteicams izmantot juristu palīdzību. Strīdi ar aviokompānijām tiek izskatīti civiltiesiskā kārtībā, un, ja tiesa pieņem pasažierim labvēlīgu spriedumu, parasti aviokompānijai jāsedz arī visi ar tiesvedību saistītie izdevumi. Katrs gadījums un strīds ar gaisa pārvadātāju ir individuāls, ar atšķirīgiem faktiskajiem apstākļiem, tādēļ pasažieriem savai tiesību aizsardzībai ir nepieciešams izmantot kvalitatīvus juridiskos pakalpojumus.

<sup>1</sup> Global Air Passenger Demand Reaches Record High in 2024, pieejams: <https://www.iata.org/en/pressroom/2025-releases/2025-01-30-01/>. Skatīts 13.05.2025.

<sup>2</sup> Turpat.

ANCE RENĀTE PUNDURE, BDO Latvia juriste

Afiša

\*Sākums 7.lpp.

## Tilžā

**26.jūlijā** Tilžas pagasta svētki – TILŽAS VĀRDA DOŠANAI -100. Tirdziņš un pārējās aktivitātes notiek estrādē un upmalā pie lapenes. **No plkst. 9.00** tirdziņš (tirgotājiem lūgums izvietoties zem kastaņām pretī skolai).

**Plkst. 10.00** bērnu rīts kopā ar mārīti Punktīti, kura meklē draugus un mājas. (Īpašais uzaicinājums mazuļiem: Artim, Evai, Valteram, Adelei, Marijai – Balto zeķīšu saņemšanai, un topošajiem pirmklasniekiem: Martai, Melānijai, Danielam, Dairim, Gabrielam, Kristoferam.)

Tilžas pagasta bibliotekāre suminās čaklākos grāmatu lasītājus.

**Plkst. 18.30** uzsauksim pilngadniekus: Ralfu, Mārtiņu, Ligu, Elvi, Laumu, Saniju, Adrianu, Elvi. **Plkst. 20.00** grupas “Kaleido” koncerts. Ieejas maksa – 5 eiro (100-tajam apmeklētājam pārsteiguma balva). **Plkst. 22.00** zaļumballe kopā ar Normundu Liepiņu. Ieejas maksa – 5 eiro.

Tilžas KVN **2.augustā** organizē ekskursiju uz Igauniju (Tāģepers pils, Lotes zeme). *Ja grupā būs 46 ekskursanti, tad ceļš vienai personai – 19/20 eiro. Ieejas biļete Lotes zemē (no 2 gadu vecuma) – 28 eiro, Tāģepers parkā – 18 eiro, pili – 10 eiro. Ja rezervēs vietu autobusā, tad nebraukšanas gadījumā jāsamaksā cits braucējs vai jāsamaksā ceļa izdevumi.* Pieteikties zvanot 27870251 (Daiga).

## Šķilbēnos

**27.jūlijā no plkst. 14.00** Šķilbēnu pagasta ģimeņu netradicionālās sporta spēles.

## Viļakā

ANNAS dienas tirgus Viļakas pilsētas skvērā **26.jūlijā NENOTIKS.**

**2.augustā plkst. 16.00** Viļakas Vissvētās Jēzus Sirds Romas katoļu baznīcā 9. Vēsturiskie ērģeļu svētki. Koncerts “Dziesmas bez vārdiem” kopā ar Aigaru Reini (ērģeles) un Aigaru Raumani (saksofons). Ieeja koncertā – par ziedojumiem dievnamam.

**2.augustā plkst. 20.00** Viļakas pilsētas brīvdabas estrādē koncerts “Lai vienmēr saule debesīs” kopā ar Kristīni Šomasi un Rikardionu. Koncertā izskanēs iemīļotas dziesmas un jauni muzikāli pārsteigumi. Pēc koncerta apmeklētājus aicinām uz zaļumballi, kur spēlēs Ainārs Lipskis. Balles ieejas maksa – 5 eiro, pēc plkst. 23.00 – 7 eiro.

## Vīksnā

Tautas namā **līdz 31.jūlijam darba dienās (10.00 - 16.00)** Gunitas Kašas fotogrāfiju izstāde “Gaismas nospiedumi”. Apmeklējums bez maksas.

**26.jūlijā plkst. 13.00** tautas namā Pilngadības svētki 2007.gadā dzimušiem jauniešiem. **Plkst. 15.00** skolas stadionā Vīksnas pagasta sporta svētki. **Plkst. 22.00** tautas namā diskoballe. Ieejas maksa – 5 eiro. Galdiņus var rezervēt pa tālruni 20284144.

## Sports

**27.jūlijā plkst. 12.00** tautas skrējiena “Balkanu aplī” 2.kārta. Pulcēšanās Balkanos. Reģistrācija no plkst. 11.30.

Apsveikums

Gads aiztek, aizsteigsies vēl simti,  
Mēs nespējam tiem tālo ceļu liegt.  
Bet katrs jaunais sveiks mūs silti,  
Ja spēsim paši laimei roku sniegt.

Gadā ir tikai divas dienas, kurās neko nevaram iesākt. Viena ir vakardiena un otra – rītdiena. Tādējādi šodien ir diena, lai ticētu, milētu, darītu un galvenais – dzīvotu!

Sirsniņi sveicam **Ainu Puku** skaistajā dzīves jubilejā!  
Genādijs, Egita, Māris, Kristiāns, Sveta, Mareks, Evelīna, Ralfs



Pērk

Craftwood pērk meža ipašumus,  
cena no 1500-10000 EUR/ha.  
Tālr. 26360308.

Pērk zirgus. Tālr. 26477904.

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

**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 iestigošanā;  
• Palīdzam iesniegt ciršanas  
pieprasījumu VMD.  
  
**ACA<sup>®</sup>**  
Forest  
Telefoni informācijai: 26115369; 67804343  
www.acaforest.lv

**BILLERUD**  
SIA "BILLERUD Latvia"  
uzņēmums ar 30 gadu pieredzi  
Latvijas mežizstrādē  
  
**CIRSMU  
PIRKŠANA  
UN IZSTRĀDE**  
  
Mūsu pieredze,  
jūsu uzticība —  
neapstrīdama  
mežizstrādes vērtība!  
Meža ielā 4. Jaunielgavā,  
Aizkraukles novads.  
Tālr.: 65152800, 26633461.  
www.billerud.lv,  
birojs@billerud.com.

**iepērkam LIELLOPUS!**  
info@senlejas.lv  
**62003939**

**SIA "AIBI" iepērk  
liellopus, jaunlopus,  
jērus, zirgus.  
Iepērkam arī bioloģiskos lopus.  
Samaksa tūlītēja.  
Tālr. 20238990.**

Dažādi

**LOGI  
DURVIS** Tālr. **26343039**  
www.balvulogi.lv

2.- 3.augustā organizē braucienu uz  
NARVU, SILAMAE.  
Tālr. 29107268.

Maina 3-istabu dzīvokli pret  
privātmāju Balvos. Dzīvoklis centrā,  
pirmajā stāvā, izremontēts.  
Tālr. 26427930.

Smalcina ganības un pļavas.  
Pļauj ar trimmeri.  
Tālr. 29165808.

Pļavu pļaušana/ smalcināšana,  
70 EUR/ha. Tālr. 29154177.

Pieved smilti, granti, šķembas.  
Tālr. 25685918.

No akas uz māju rokam un  
pieslēdzam ūdensvadus, izvadām  
kanalizāciju. Tālr. 25685918.

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

Dziļurbumu un spiču ierīkošana.  
Tālr. 29142220.

Skārda locīšana.  
Tālr. 28651152.

Izbraukuma gateris.  
Tālr. 26161501.

Siltina mājas ar ekovati, granulām  
un termoputām.  
Tālr. 26748235.

Forvardera, kāpurķēžu un  
universālā ekskavatora  
pakalpojumi. Tālr. 28608343.

Kapu vietas labiekārtošana,  
betonēšanas darbi.  
Tālr. 25742429.

Līdzjūtības

Dzīļš skarbums ir tādai stundai,  
Kad cilvēks un ziedi mirst...

(J.Silazars)

Skumju brīdī esam kopā ar **Marinas  
Griščenko ģimeni, VĪRU** mūžībā  
pavadot.

SIA "Bermudi" Partizānu veikala  
kolektīvs

*Vēl bija jādzīvo,  
Vēl jāskata bija daudzu dienu*

spožums

Un klusās naktīs sapņiem jāļaujas.  
Bet stunda nolikta bij' dvēselei,  
Kad mieru rast.

(Rainis)

Mūsu klusa un patiesa līdzjūtība

**Marinai Griščenko ar ģimeni,**

pavadot **VĪRU** kapu kalniņā.

Lilija, Iveta, Svetlana

*Man nogura dvēselīte,  
Šai saulē dzīvojot.*

*Dod, Dieviņ, vieglu dusu*

*Baltā smilšu kalniņā.* (Latv.t.dz.)

Visskumjākajā brīdī izsakām patiesu  
līdzjūtību **mātei Leontīnei un  
pārējiem tuviniekiem,** dēlu, tēti,  
vectēvu **JURI ŠAICĀNU** mūžībā  
pavadot.  
Edgars, Natali, Eleonora

*Vai tie mākoņi piekusuši,*

*Vai tu aiz mākoņiem, māt?*

*Varbūt dievkoka tumšajā zarā*

*Vēl ar tevi var parunāt.*

Klusa un patiesa līdzjūtība **Ludmilai  
Pristei ar ģimeni, MĀMUĻU**  
mūžības ceļā pavadot.  
Regina, Līvija

*Vēl gribējās pabūt šai vasarā,  
Saulē, ziedos un cilvēkos labos,  
Bet rīts ausa skumjās un asarās –  
Spēka pietrūka jaunai dienai.*

Sērojam par **INTAS RUDZĪTES**  
pāragro aiziešanu mūžībā un  
izsakām visdziļāko līdzjūtību **māsai  
un pārējiem tuviniekiem.**  
Kaimiņi Dārza ielā 8

*Es palieku tepat –  
Aiz zvaigznēm, kur sargeņģeļi mīt,  
Mīlo sirdspukstos*

*Un baltās domu krustcelēs, kur  
satikties...* (O.Lisovska)

Mūsu līdzjūtība **māsai un pārējiem  
tuviniekiem, INTU RUDZĪTI**  
mūžības ceļā pavadot.

Bijušie darba kolēģi: V.Timeniece,

R.Pastare, G.Liepiņa, E.Oža,

M.Kārklīņa, V.Berķe,

I.Vecozola, I.Duba

*Vēl bija jādzīvo,*

*Vēl jāskata bija daudzu dienu*

spožums

Un klusās naktīs sapņiem jāļaujas.

*Vēl daudz bij' ņemams, dodams,*

*mijams,*

*Bet stunda nolikta bij' dvēselei, kur  
mieru rast.* (Rainis)

Izsakām līdzjūtību

**LIDIJAS LOČMELES tuviniekiem,**

**darbabadriem un draugiem.**

Deju kolektīva "Senais Pāris" dejotāji

un vadītāja Skaidrīte

*Aizgāji tik pēkšņi uz debesu pļavām,  
Daudz mīlu vārdu pateikt*

*nepaspējām...*

Skumju brīdī esam kopā ar **Līgu un  
pārējiem tuviniekiem,** māmiņu  
**LIDIJU LOČMELI** mūžībā pavadot.  
Bijušie klasesbiedri un audzinātāja  
Briežuciema pamatskolā

*Ik diena – jauni ziedēšanas vārti,  
Bet tavi – pēkšņi aizcirtušies ciet.  
Mums paliek sirdī tavi saules vārdi  
Un mīlestība, kura neaiziet.*

(K.Apškrūma)

Izsakām visdziļāko līdzjūtību

**ģimenei un tuviniekiem,**

**LIDIJU LOČMELI** guldot dzimtās

zemes smiltājā.

Marija, Valentīna un Veneranda ar

ģimenēm, Edgars, Līna, Aigars ar

ģimeni

Pateicība

**Raita Tiltiņa** dzīves vilciens negaidīti apstājās.

Un mēs palikām – ar klusumu, ar sāpi.

Taču arī ar stāstu –

par cilvēku, kurš iedvesmoja. Kurš milēja. Kurš bija.

Pateicība no sirds visiem, kuri bija kopā ar mums sāpju

brīdī, kad zemes klēpī guldījām dēlu, brāli, krusttēvu

**RAITI TILTIŅU.**

TILTIŅU ĢIMENE – IVETA, JĀNIS, ZINTIS, DAIGA, RODRIGO, REBEKA



Pārdod

SIA "Auto Kruīzs" Balvos, Brīvības 7,  
piedāvā kurināmās kokskaidu  
briketes un granulas.  
Uzziņai tālr. 29112111.

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

Pārdod skaldītu malku, ir sausa.  
Tālr. 26550272.

Pārdod skaldītu, krāmētu malku.  
Tālr 25442582.

Z/S "Gračuļi" pārdod jaunputnus,  
dējējvistas. Tālr. 29186065.

Jaunputni, dējējvistas.  
Tālr. 29424509.

Pārdod īpašumu (māja, zeme)  
Šķīlbēnu pagastā. Tālr. 29874448.

Pārdod 2-istabu dzīvokli Semenovā.  
Tālr. 26559817.

Metāla un bezazbesta šifera jumta  
segumi no ražotāja. Uzstādīšana.  
Tālr. 26360938.

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



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**

Publicētie 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; I.TUŠINSKA – T. 27145837;**

**A.LOČMELIS – T. 26665086. KOREKTORE – S.GUGĀNE**

**GRĀMATVEDE S.BĒRZIŅA – T. 25908200**

**ŠOFERIS A.KIRSANOVS – T. 27870730**

**Tālrunis-autoatbildētājs – 64520961**

**Datorsalikums-**  
**SIA "Balvu Vaduguns",**  
**M.I.ŽOGOTA**  
**Iespiests SIA**  
**"Poligrāfijas grupa**  
**Mūkusalā", Rīgā,**  
**Mūkusalas 15A**  
**Tirāža – 2001**