



Finišā uzsmaida saulīte

Balkanos. Tautas skrējienā “Balkanu aplī” devās 52 sportisti.

Edgars Gabranovs

Pirmdien pievakarē, kad, sākot no Balviem līdz pat Plešovas kapiem, pagrieziena uz Rekovu, lietus gāza kā no spaiņiem un debesis ducināja pērkonš, Balkanos pulcējās sportisti, lai noslēdzošā tautas skrējiena “Balkanu aplī” 3.kārtā noskaidrotu labākos no labākajiem.

Sacensību galvenais tiesnesis Pēteris Vancāns, taujāts, vai viņam ir *blats* ar augšām debesis, atjokoja, ka rekovieši prot lūgties. Vērtējot šīs vasaras skriešanas sezonu Balkanos, tiesnesis priecājās, ka atsaucība bija lielāka nekā gaidīts: “Pirmajā kārtā startēja 50, bet otrajā – 52 dalībnieki. Vai tagad iestāsies klusuma periods? Noteikti ‘nē’. Plānojam noorganizēt riteņbraukšanas sacikstes. Jāsecina, ka pēdējos divos gados riteņbraucēju skaits sarūk. Ceru, ka brīnums notiks arī šajā sporta veidā, kaut gan skrējējus mašīnā ir daudz vieglāk atvest, nekā, piemēram, 4 bērnus un 4 velosipēdus. Tāpat esam iecerējuši 23.augustā pie Rekavas vidusskolas sarīkot ģimeņu sportisko aktivitāšu dienu, kurā rezultāti nebūs būtiski. Ģimenēm būs jāiziet vairāki objekti. Piemēram, ja bērns nevar izšaut ar loku, palīdz mamma vai tētis. Galvenais – būt kopā! Jāpiebilst, ka neizpaliks medaļas. Cik mēs esam aktīvi? Rekavas skolas

bērnudārzā, šķiet, ir vairāk nekā pussimts bērnu. Viņi labprāt skrien, piedalās sportiskās aktivitātēs. Tiesa, šī uzņēmība nereti turpinās līdz 10 gadiem. Pēc tam uzvaras gājienu sāk planšetes un datori. Jebkurā gadījumā sportistiem vienmēr esmu teicis, ka jebkuras aktivitātes organizēju viņiem, nevis kaut kāda ķeksiša dēļ. Septembrī neizpaliks arī skrējiens Rekova–Balkani–Rekova. Galvenais – kustēties! Skolotājs Jānis Dokāns saviem slēpotājiem mēdz jautāt, – kāds tu būsi slēpotājs, ja vasaru esi nosēdējis mājās? Ziemā ir jāslēpo, nevis jātrenējas. Jātrenējas ir vasarā.”

P.Vancāna teikto apstiprina arī pats J.Dokāns. “Ar humora pieskaņu var jau teikt, ka vasarā atpūšamies, bet ziemā sportojam. Patiesībā viss smagais darbs ir jāizpilda vasarā. Skriešana, riteņbraukšana, rollerslēpošana, peldēšana – viss, kas saistīts ar izturību,” aicina būt aktīviem Jānis. Lūgts prognozēt, vai ziema šogad būs, skolotājs smaidot pavēstīja, ka būs: “Ticu laika zīmju vērotājam Vilim Bukšam, kurš prognozē, ka šogad ziema iestāsies ātri, turklāt būs ar sniegu bagāta.”

P.S. Tiesnesis Pēteris Vancāns informē, ka 16.augustā Balvos notiks novada čempionāts vasaras makšķerēšanā ar pludiņmakšķeri no krasta: “Var būt viena makšķere un divi āķi. Pieteikšanās sāksies plkst. 7.30 Balvu Sporta skolā. Dalība – bez maksas.”

*Turpinājums 3.lpp.

Nākamajā adugumā

- **Pozitīvs noskaņojums, jauki izpildītāji**
“Dziesma Bērzpilī”
- **Priecājas par Barona Bundula atgriešanos**
Amatierteātris Žiguros

Aicina uz piemiņas brīdi

11.augustā plkst.10.00 Viļakas muzejs aicina apmeklēt ebreju holokausta piemiņas vietu, kas atrodas 1,5 km attālumā no Viļakas, lai godinātu nogalinātos Viļakas un tās apkārtnes, kā arī no Lietuvas atvestos ebrejus 1941.gada 11.augustā.

Var pieteikt pretendents gada balvai

Balvu novada Kultūras pārvalde aicina līdz 15.septembrim izvirzīt pretendents Gada balvai kultūrā “Mūsu lepnums” – Balvu novada pašvaldības apbalvojumam par īpašiem nopelniem un nozīmīgu ieguldījumu novada kultūrvides veidošanā un uzturēšanā. Pretendentus deviņās nominācijā (Mūža ieguldījums kultūrā; Gada cilvēks mūzikā; Gada cilvēks mākslā; Gada cilvēks muzeju nozarē; Gada cilvēks bibliotēku nozarē; Gada kultūras organizators; Gada amatiermākslas kolektīvs; Gada notikums kultūrā; Jaunais talants

Īsziņas



kultūrā) var pieteikt gan iedzīvotāji, gan juridiskas personas. Balvas mērķis ir veidot sabiedrībā izpratni par kultūras pozitīvo ietekmi uz kopējiem valsts, reģiona, Balvu novada attīstības procesiem, veicināt sabiedrības līdzdalību kultūras procesu veidošanā, tradicionālās, populārās un inovatīvās kultūras attīstību novadā un aiz tā robežām.

Lauku labumu tirdziņš Balvos

Atgādinām, ka 9.augustā Balvos, laukumā pie Balvu Kultūras un atpūtas centra, notiks tradicionālais lauku labumu tirdziņš, kurā varēs iegādāties dažādus lauku labumus, mājražotāju gardumus, sezonas dārzeņus, augļus un amatniecības izstrādājumus.

Nedēļas jautājums

Kā pietrūkst vai nepietrūkst lauku labumu tirdziņos Balvos?

Edgars Gabranovs



ELĪNA KALNIŅA: – Četrgadīgajai meitiņai Odrijai uzreiz ir atbilde uz šo jautājumu, proti: “Ja ir zirdziņš, tad ir tirdziņš.” Diemžēl ne vienmēr ir iespēja pavizināties tirdziņos ar poniju, jo šāda aktivitāte nereti nav pieejama. Personīgi man tirdziņi patik un arī izvēlētajai vietai pie Balvu Kultūras un atpūtas centra nav ne vainas. Patik, ka ir iespēja aplūkot amatnieku izstrādājumus, iegādāties kaut ko gardu. Dažreiz nopērku ziedus, kas man ļoti patik. Nav par ko sūdzēties.



KRISTĪNE JOANNA GOLUBEVA, novadniece: – Dzīvoju Olainē, tāpēc īsti nezinu, kādi ir tirdziņi Balvos. Arī omei, kura dzīvo Rekovā, tos reti sanāk apmeklēt, jo sestdienās ar sabiedrisko transportu uz Balviem nevar aizbraukt. Toties Rekovā ir pašapkalpošanās veikals. Tas ir jauki – brīva pieeja. Protams, Olainē, kas atrodas Pierīgā, tirgi ir lieli un plaši. Labprāt iepērkos, jo, pirmkārt, tirgus atrodas tuvu mājām, otrkārt, lētāk.

Visiem mūspuses ļaudīm novēlu nezaudēt sikstumu!



AIRITA ar māsu ELĪSU no Balviem: – Tirgu izdodas apmeklēt ne pārāk bieži. Izvēlos maizi un gaļu. Kā pietrūkst? Poniju un dažādu aktivitāšu bērniem. Būtu lieliski, ja jaunākajai paaudzei tiktu piedāvātas spēles un atrakcijas. Tāpat pietrūkst bērnu apģērbi. Lai visiem laba veselība un biezi maki! Savukārt ELĪSA piebilda: “Zirdziņi viennozīmīgi ir vajadzīgi. Ļoti garšo piparkūkas. Vai vecāki pērk? Varētu biežāk...”



SARMA no Baltinavas: – Ja sanāk braukt garām, tad pietājam. Balvu tirdziņos piedāvātais preču klāsts ir kā nu kuru reizi – bijusi gan pārpilnība, gan patukšākas tēlu rindas. Jā, ir dzirdēts, ka daudzi cilvēki iet jau pie zināmiem pārdevējiem, iegādājās viņiem zināmus un pieņemamus produktus. Man tāda tirgotāja nav. Būtu labi, ja tirgos neizpaliktu dažādas aktivitātes, kas vēl vairāk piesaistītu pircējus un pārdevējus. Ja nemēģinās, tad arī nezinās, kāds būtu rezultāts. Lai veiksmīgi pirkumi!



ENIJA KOKOREVIČA no Balviem: – Tirdziņos cenšos apmeklēt un atrast kādas interesantas dāvanas. Piemēram, svecas. Ir labi, ka tirdziņi notiek reizi mēnesī. Biežāk nemaz nevajag. Protams, gribētos, lai tie ir jestrāki, jautrāki, ar piedāvātām aktivitātēm visām vecumu grupām. Arī tādām, kad jākāpj stabā, lai iegūtu kādu mantu. Tas ir interesanti un intriģējoši. Runājot par piedāvāto preču klāstu, jāsecina, ka pietrūkst dažādu mantu bērniem. Lai visiem stipra veselība un biezi maki!



LARISA GOLUBEVA no Cēsīm: – Neesmu čakla tirgus apmeklētāja, turklāt pēdējos četrus gadus mācījos Valmierā. Sev nepieciešamo atrodu veikalos. Tirdziņi patik vecākiem cilvēkiem, kas, iespējams, pazīst arī pārdevējus. Acīmredzot pārdevējiem jābūt optimistiski noskaņotiem un runātīgiem, lai par savu piedāvāto precī varētu visu sīki un smalki izstāstīt. Pati, ja nepieciešams, nopērku zivis un vai gaļu. Kā izvēlos? Pērku, ja produkts vizuāli ir pievilcīgs. Tirdziņus, visticamāk, apmeklēšu, kad būs vairāk naudas.

MANA NEDĒĻA

LARISA KLITONČIKA, zirgu sētas “Sudraba pakavi” saimniece



Šogad esmu piedalījusies un darbojusies jau divos zirgu pasākumos. Pirmais no tiem bija 17.maijā, kad Balvu pilsētā notika “Vislatvijas zirgu parāde”, pēc tam 2.augustā Bērzpils pagasta “Jaunbērziņos” tika aizvadītas Latvijas Jātnieku federācijas ieskautes sacensības pajūgu braukšanā. Savukārt 30.augustā Baltinavas pagastā notiks rikšotāju zirgu sacensības “Kotiņu kauss 2025”. Es un Rudīte Zelča būsīm daļa no šī pasākuma un parūpēsimies, lai apmeklētāji varētu lieliski pavadīt dienu. Jāteic, zirgu pasākumu organizēšana ir ļoti laikietilpīgs darbs, kas prasa daudz enerģijas. Piemēram, pēc sacensībām “Jaunbērziņos” jāvu sev absolūtu mieru un atpūtu turpmākās divas dienas, lai uzkrātu spēku nākamajam darba cēlienam. Vasarā kopumā darba netrūkst, darbojos arī piemājas saimniecībā. Šogad gan laika apstākļi nav īpaši labvēlīgi, arī zirgiem tie nenāk par labu, jo ir daudz dunduru. Savukārt visvairāk gaidu ik pavasari, sirdi priecē arī ziemas mēneši, kuros ir sava īpaša burvība.

No vēstulēm



Kultūrvēstures studiju brauciens

25.jūlijā Balvu novada bibliotekāri devās jaukā un radošā braucienā uz Rēzeknes pusi, lai gūtu jaunas idejas darbam un prieku sirdij. Brauciena pirmā pietura – Maltas pagasta bibliotēka. Mūs laipni sagaidīja bibliotēkas vadītāja Olesja Šļahta. Lai arī bibliotēka atrodas pagaidu telpās, varēja just radošumu un enerģiju, kas strāvoja no darbiniecēm. Iepazināties ar bibliotēkas darba ikdienu, apskatījām bibliotēkas noformējuma *odziņas*. Visas priecājāmies par Maltas bibliotēkas mīldzīvniekiem Raini un Aspaziju – diviem milzu gliemežiem. Tālāk mūs gaidīja Lūznavas muiža, kurā gida vadībā izzinājām muižas vēs-

turi, noskaidrojām, cik stūru ir muižai, interaktīvā nodarbībā uzprojektējām tiltu un apskatījām telpas. Un, protams, tapa skaistas fotogrāfijas pie muižas rozēm. Blakus muižas ēkai ir Lūznavas bibliotēka, kurā izjautājām bibliotēkas vadītāju Vitu Gaili par šīs bibliotēkas darba specifiku. Lūznavas bibliotēkai ir daudz dāvinājumu, tai skaitā arī seni izdevumi. Kāds būs to liktenis?

Tad jau bija laiks doties arī uz pašu Rēzekni. Protams, GORS. Gides vadībā izstaigājām zāles, aizkulises, izmēģinājām, kur labākās sēdvietas, pabaudījām Rēzekni no GORA jumta terases un novēlējām laimi jaunajam pārim, kuram tikko kā beidzās kāzu ceremonija. Rēzekne nav iedomājama bez Latgales Kultūrvēstures muzeja, – tajā atspoguļota Latgales vēs-



Lasītāji!

Kļūstiet arī par rakstītājiem, jo visas jūsu vēstules katra mēneša beigās tiks izvērtētas un mūsu labākā saņems redakcijas pārsteiguma balvu. Ielāgojiet, ka balvas saņemt varēs tikai tie rakstītāji, kuru vārdus mēs zināsim – tāpēc nerakstiet anonīmas vēstules.

ture no visnenākajiem laikiem līdz šodienai. Un Latgales keramika ar podiem, podiņiem, svilpavniekiem, šķīvjiem un bļodām! Atsevišķa izstāde bija par rozēm – grāmatās, tērpos, segās... Paldies par saturīgo, izzinošo un vērtīgo ekskursiju gidei Renātei Vancānei!

Un kā jau bibliotekāriem pienākas – Rēzeknes centrālā bibliotēka. Atkal jaunas idejas, lietišķas sarunas, iepazīšanās un atkalredzēšanās. Izpētījām, kā darbojas lasītāju bibliopasts, kā tiek veikts novadpētniecības darbs, kur notiek pasākumi. Un diena bija galā. Vēl tikai jāuzkāpj Rēzeknes pilskalnā, un tad gan ar pirmajām lietām lāsēm jādodas mājās.

Paldies visiem, kas organizēja, koordinēja, uzņēma! Un šoferītim Francim par jauko humora izjūtu un mūsu vēlmju izpildīšanu!

ZAIGA LĀPĀNE, Balvu Centrālās bibliotēkas vecākā bibliotekāre komplektēšanā un apstrādē

Sūtiet mums vēstules arī elektroniski: vaduguns@apollo.lv

**Automātiskais atbildētājs
64520961**



Hallo!

“Ir patiess prieks par uzņēmīgiem un mērķtiecīgiem cilvēkiem, kāda ir Aija Mežale. Bet tajā pašā laikā ļoti žēl, ka viņa tagad ir priekšsēdētāja vietniece, jo nevarēs veikt citus pienākumus, ko neatļauj likums. Kas mūsu un citām mājām būs māju vecākais? Kopš dzīvoju Balvos, labāku, enerģiskāku, izdarīgāku un atsaucīgāku māju vecāko neesmu redzējusi. Viņa vienmēr un uzreiz iesaistījās problēmas risināšanā, ja tāda radās, atrada pieeju katram iedzīvotājam un vienmēr nonāca pie pieņemama rezultāta. Viņas vadībā vairākām mājām uzlikti jauni jumti, noasfaltēti pagalmi. Aija – cilvēks, kurš bija savā istajā vietā. Vai tagad sagaidīsim

kādu līdzvērtīgu? Redzēsim, bet ļoti gribētos,” savas pārdomas sarunā uz ielas pauda divas sievietes.

“Ak, kāda neraža! Kā lai cilvēki pierod pie jaunā likuma, ka tagad alkoholu nevar iegādāties no pulksten 10?! Šorīt nedaudz sasmējos, jo kādā veikalā rindā aiz manis stāvēja solids vīrietis, kurš vēlējas nopirkt alkohola pudeli, tomēr pārdevēja viņam atteica, jo vēl nebija desmit. Vīrietis nedaudz samulsa, bet tad, acīmredzot atcerējies par jauno likumu, noteica – neko darīt, iebraukšu vēlāk,” redakcijas autoatbildētājā ceturtdien no rīta pastāstīja kāda zvanītāja.

*Sākums 1.lpp.



Uz starta linijas kopā ar dēlu. Skolotājs Jānis Dokāns ar dēlu Sandi ir aktīvi sportisti. Jāsecina, ka trešajā kārtā Jānis savā vecuma grupā izcīnīja pirmo, bet Sandis – 3.vietu.



Iemēģina goda pjedestālu. Pirms sacensībām piecgadīgā Dārta Pužule, vaicāta, kuru vietu vēlas izcīnīt, lakoniski noteica: “Vienu. Te ir ērti.” Viņa nosprausto mērķi izpildīja...



Joprojām ierindā. Pieredzējušie sportisti Inārs Supe un Ēriks Apšenieks jeb vecā gvarde, kā viņus mīļi mēdz saukt kolēģi, uzsvēra, ka nevēlas iesūnot. “Gribam kustēties,” apgalvoja Inārs un Ēriks.



Trīs kārtu uzvarētāji. Piemiņas kausus saņēma pirmo vietu ieguvēji: Samanta Supjeva, Toms Sārtaputns, Madara Kamzola, Līga Logina, Oskars Kokorevičs, Kristīne Kamzola, Rihards Kokorevičs, Roberts Ančupāns, Ēriks Apšenieks, Inārs Supe un Loreta Kamzola.



Rēzeknieši. Guntis un Ksenija Peļņas, kā arī Roberts Ančupāns nešaubījās, ka labāk sportot, nekā sēdēt mājās. “Pirmo reizi esmu Balkanos. Manuprāt, lai skriešanai piesaistītu vēl vairāk bērnus, vēlams padomāt par tematiskiem aspektiem, piemēram, parādot kādu multfilmu,” sprieda Ksenija. Savukārt viņas otrā pusīte Guntis, kurš skrien jau deviņo gadu, piebilda, ka vislabākais piemērs ir pašu bērnu vecāki: “Bērni skatās, bērni atkārto.”



Vai jāgatavo jauns plaukts? Apbalvojot sportistus, Pēteris Vancāns noteica, ka Kamzolu ģimenes galvai Aigaram būs jāgatavo jauns plaukts, kur novietot meitu izcīnītos kausus. Un patiesi, Katrīne, Madara, Kristīne un Loreta cīnījās kā lauvas, iegūstot godalgotas vietas. “Par visām meitām turu ikšķus,” panākuma noslēpumu atklāja Aigars.

Pilsētas svētki

“Mirage Jazz Orchestra” koncerts Alūksnē

Megija Kriviša

Alūksne savus pilsētas svētkus svinēja no 31.jūlija līdz 3.augustam. Katrai dienai bija savs vadmotīvs – gaisma, mīlestība, prieks un miers. 1.augustā svētku atklāšanas lielkoncertu “Mūs vieno mājas” sniedza MIRAGE JAZZ ORCHESTRA, kura mākslinieciskais vadītājs ir Lauris Amantovs. Tāpat koncertā klausītājus priecēja Alūksnē dzimušais, šobrīd Balvu pilsētas iedzīvotājs Arnis Graps.

Alūksnes domes priekšsēdētājs Dzintars Adlers svētku uzrunā teica: “Manuprāt, tas ir nozīmīgs laika nogrieznis mūsu kopīgā stāstā par vietu, ko daudzi sauc par mājām. Alūksne nav tikai punkts kartē. Tā ir sajūta, cilvēki, vēsture, daba un pilsētas nākotne, ko mēs visi kopā veidojam.”

Katrai no četrām dienām tika piedēvēts savs vadmotīvs, kas 1.augustā bija mīlestība. Svētku atklāšanas koncerts izcēlās ar īpašu programmu, kurā piedalījās ar Alūksni saistīti mūziķi. Uzstājās arī Arnis Graps – jau daudzus gadus balvenietis –, dzimtajai vietai, pilsētai un publikai veltot skaistus dziesmu vārdus un izsmalcinātas saksofona skaņas. Pats A.Graps atzina, ka patika spēlēt savā dzimtajā pilsētā: “Bija prieks redzēt alūksniešus, kurus satieku varbūt reizi gadā. Ja vēl varam būt kopā uz vienas skatuves un kopā uzdziedāt, tad tas ir super!”

“Mirage Jazz Orchestra” mākslinieciskais vadītājs Lauris Amantovs stāstīja, ka prieks redzēt publiku, kuru nav nobiedējis lietainais laiks: “Ir īpašs gods uzstāties un muzicēt savā pilsētā,



Dziesma, kas dziedāta pirmo reizi. A.Graps pirmo reizi izpildīja dziesmu “Vecā kokle”, ko kādreiz ir sakomponējis Alfrēds Vinters un savulaik platē iedziedājis Ojārs Grīnbergs.

protams, tā ir arī lielāka atbildība.” Viņš klausītājiem vēlēja, lai svētkos kādā brīdī izdodas rast mieru, jo dzīve šobrīd ir ārkārtīgi strauja, tāpēc vajag mierīgi paklausīties mūziku un relaksēties.

Saksofonists A.Graps izteica lielu uzslavu draugam Laurim Amantovam par ieguldīto darbu ar orķestri, kurš spēj visu samēģināt un vēl atcerēties dziesmām tempus. Savukārt mūziķi, Arni piesakot uz skatuves, raksturo kā draugu un cīņu biedru. “Mīlam talantus, kas muzicē mūsu novadā, pāri tā robežām, kas sevi ir pierādījuši televīzijā – šlāgerpārraidēs,” uzsvēra mūziķi.



Spēlē duetā. Saksofonists A.Graps duetā spēlēja ar Rēzeknes bigbenda trompetistu Andri Viksnu. “Prieks satikties ar mana drauga Laura Amantova orķestra mūziķiem. Tas ir fantastiski, un ja vēl varam kopā uzspēlēt... Nu vienreizēji! Neaizmirstami! Vēl ilgi atcerēšos!” emocijās dalījās mūziķis A.Graps.

Zirgu sacensības “Jaunbērziņos”

Pajūgu braukšana – izturība, sadarbība, precizitāte

Aija Socka

Aizvadītās nedēļas nogalē zirgu sētā “Jaunbērziņi”, kas atrodas Bērzpils pagasta Tabakovas ciemā, notika Latvijas Jātnieku federācijas (LJF) ieskaite sacensības pajūgu braukšanā “Jaunbērziņu Kaus 2025”.

Sacensību galvenā tiesnese LIGIJA BITENIECE atzīst, ka tas bija aizraujošs un tehniski sarežģīts zirgu sporta notikums: “Pajūgu braukšana, manuprāt, ir viena no sarežģītākajām sacensībām zirgu sportā – gan sportistiem un viņu zirgiem, gan arī organizatoriem, jo tas prasa sacensību vietā izveidot trīs disciplinām atbilstošu infrastruktūru.” Pajūgu braukšana, kā skaidro sacensību galvenā tiesnese, sastāv no trīs disciplinām – manēžas braukšanas, kur tiek vērtēta precizitāte un pajūga vadīšanas prasmes, konusu brauciena, kur katrs nepareizi izbraukts konuss var ietekmēt rezultātu, un maratona distances, kur sportistiem jāveic dažādi šķēršļi maksimāli ātrā laikā. “Šīs sacensības “Jaunbērziņos” bija īpašas ar to, ka bija pārstāvētas visas trīs disciplīnas, kas organizatoriski ir liels izaicinājums. Sacensību dienās bija nepieciešams piesaistīt lielu palīgu komandu, īpaši maratona dienā, kad ar pieciem šķēršļiem darbojās vismaz piecpadsmit palīgi, katrs ar savu precīzi noteikto uzdevumu. Tāpat, kad vienā dienā tiek organizētas divas disciplīnas – gan manēžas braukšana, gan konusu trase –, organizatoriskais darbs kļūst īpaši sarežģīts, un, tikai pateicoties saliedētam komandas darbam, viss noritēja pēc plāna. No sacensībām mājās devos ar gandarījumu, jo, manā skatījumā, sacensības bija labi organizētas un sportistiem izaicinošas. Iespējams, kādam tās šķita par grūtu, taču ceru, ka tas nevienu nenobiedēja, bet gan motivēs strādāt vēl vairāk, lai sasniegtu vēl labākus rezultātus nākotnē,” novēl L.Biteniece. Viņa teic sirsnīgu paldies Agritai Prolei par uzaicinājumu būt galvenajai tiesnesei, Larisai Klitončikai par ieguldīto darbu trases un maršruta plānošanā, sportistiem – par dalību un neatlaidību, kā arī visiem palīgiem – par atbalstu un iesaisti.

Nākamās lielākās pajūgu braukšanas sacensības Latvijā jau drīzumā – no 29. līdz 31. augustam “Zirgaudzētavā Kocēni”, kur vienlaikus norisināsies gan Latvijas Republikas nacionālais čempionāts, gan “Baltijas Kaus 2025”, kā arī Igaunijas–Latvijas kausa VI posms. “Aicinu visus interesentus sekot līdzi šim īpašajam sporta veidam. Pajūgu braukšana ir ne tikai skaista un tradicionāla, bet arī ļoti tehniska un sarežģīta sporta veids, kurā mijas izturība, sadarbība ar zirgu un sportiska precizitāte,” pārliecināta L.Biteniece.

Sacensības, kā stāsta zirgu sētas “Jaunbērziņi” saimniece AGRITA PROLE, notika jau ceturto gadu. Pirmajā gadā tās bija treniņsacensības, bet jau trešo gadu tās ir LJF ieskaite sacensības. Kā zināms, pasākumu organizēšanā neiztiek bez palīgiem. Arī Agritai bija vairāki palīgi, piemēram, ar šķēršļiem palīdzēja “Alūksnes energoceltņieki” Balvu filiāle, kas iedeva vecos stabus. “Paldies visiem, kas mūs atbalstīja šajā pasākumā – uzņēmumiem, privātpersonām, īpaši Larisai Klitončikai, un citiem. Šobrīd ir divējādas sajūtas. Saprotu, ka šāda vieta, kur notiek pajūgu braukšanas sacensības, Latgalē ir vajadzīga, bet ir ļoti daudz ‘bet’... Neatkarīgi no pajūgu braukšanas, konkūra sacensības šogad plānojam septembrī,” teic A.Prole.



Foto – Iveta Bleive

Zirgu divjūgs. Sacensībās braucēja Dzintra Blūma, palīdzēja Madara Kuliniča un zirgi Gold Boy, Gabriels uz Bērzpili bija mērojuši tālāko ceļu – no Liepājas. CAN 3 līmenī divjūgu klasē viņi ieguva 1.vietu.



Foto – Iveta Bleive

Sacensībās – 5.vieta.

“Pajūgu braukšanā piedalījāmies abas ar meitu. Meita startēja ar poniju Bingo, es – ar savu Latvijas braucamo ķēvi Sakuru. Prieks bija par ķēves centību un paklausību. Gribētu, lai šāda veida sacensības mūsu novadā turpinātos un attīstītos. Sacensību organizēšana ir ļoti smags un atbildīgs darbs. No sirds saku paldies organizatoriem, sacensību tiesnešiem un maršruta sastādītājam, arī manam grūmam (palīgam) – meitai Sanijai Molodcovai,” teic Rudīte Zelča,



Foto – Iveta Bleive

piebilstot, ka ķēvei Sakurai šīs bija pirmās sacensības pajūgu braukšanā.



Foto – Iveta Bleive

Jaunākais sacensību dalībnieks.

Deniss Zušs (10 gadi) kopā ar palīdzību Ievu Košķinu un poniju Naisso CAN 1 kategorijā ieguva 2.vietu. “Organizētāji bija centušies, lai viss izdotos. Man tveicīgi karstajā laikā bija liels nogurums, bet Deniss jutās priecīgs un apmierināts, un tas ir galvenais,” pēc sacensībām atzina I.Košķina, neslēpjot, ka, pateicoties viņai, mazdēls Deniss ieinteresējās par šo sporta veidu. Savukārt Deniss, runājot par sacensībām un poniju, pārliecināts: “Naisso ir labākais zirgs pasaulē!”



Foto – Iveta Bleive

Ar poniju Bingo. Pie grožiem ir Sanija Molodcova, palīdzēja – Agrita Prole. Ponijiem, kā skaidro L.Biteniece, šķēršļos ir priekšrocība, viņi var pagriezties ātrāk, ar īsākām trajektorijām. Runājot par zirgu straujajām kustībām, sacensību galvenā tiesnese teic, ka pieredzējušākie braucēji ‘iet’ lēkšos un aizmugurē palīgs kantē ratus (līdzīgi kā sacīkstēs motocikliem ar blakusvāģi).



Foto – Iveta Bleive

Braucēju apbalvošana. Sacensību noslēgumā skanēja paldies vārdi un tika pasniegtas balvas. Attēlā: galvenā tiesnese Ligija Biteniece (no kreisās), braucējas Renāte Spirģe un Agrita Prole, kuras CAN 2 un CAN 1 līmenī savā klasē ieguva 1.vietu.

*Turpinājums 5.lpp.

*Sākums 4.lpp.



Foto – Iveta Bleive

Sacensību dalībnieki. Fotografijā redzama lielākā daļa dalībnieku, bet daži, kas sacentās tikai pirmajā dienā (manēžā un konusu braukšanā), jau bija devušies mājās. “Prieks, ka Agrita rīko šāda veida sacensības Bērzpils pagastā un viņai palīdz Larisa Klitončika no Tilžas. Tas noteikti ir dārgs hobijs, vajadzīgi tiesneši, organizēšana, uzņemšana. Lai veicas Agrītai un lai vairāk atbalstītāju!” novēl Bērzpils pagasta pakalpojumu centra vadītāja Biruta Bogdane.



Maratons.
Braucēja – Anita Tašiņa, palīgs – Zigmunds Tašiņš, zirgs – Mokka CAN 2 līmenī savā klasē ieguva uzvaru. Viņi uz Bērzpili bija atbraukuši no Siguldas novada.

Foto – Iveta Bleive



Ceļā uz uzvaru. Braucēja Elija Šveca (13gadi) kopā ar palīgu Dzintru Blūmu un zirgu Kurši CAN 2 līmenī ieguva 1.vietu.

Foto – Iveta Bleive

Pulcējas kursos “Vosoruošona” Interesējas par latgaliešu valodu un tās mācīšanu

Šovasar latgaliešu valodas un kultūras kursi “Vosoruošona” svinēja savu 25 gadu pastāvēšanas jubileju, taču, ņemot vērā, ka kursi nenotiek katru gadu, tā bija 15.notikuma reize.

Šoreiz, kā stāsta latgaliešu kultūras kustības “Volūda” projektu vadītāja EDEITE LAIME, kursos piedalījās 30 dalībnieki gandrīz no visiem Latgales novadiem, kā arī Rīgas un pat Dānijas – dalībnieku vidū bija gan dažādu vecumposmu skolotāji, gan žurnālisti un valodnieki – tie, kuriem labākas latgaliešu valodas zināšanas noderēs profesionālajā darbībā: “Prieks, ka lielākajai daļai dalībnieku šī bija pirmā reize “Vosoruošonā”, kas nozīmē, ka interese par latgaliešu valodas mācīšanu arvien paplašinās un tiek meklētas iespējas, kā pašiem pilnveidoties. Ļoti iedvesmoja satikt tik daudz aizrautīgu un profesionāli ieinteresētu skolotāju, kas ir gatavi ar bērniem latgaliski strādāt gan pirmsskolā, gan citos izglītības apguves posmos. Sarunās ar skolotājiem gan ir skaidrs, ka tas nav vienkārši, jo latgaliski ģimenēs runā arvien mazāk un valoda nav pašsaprotama. Kursu dalībnieki gan mācījās latgaliešu rakstu valodas pamatus, gan izzināja materiālus, resursus un metodes tieši darbam skolā, kā arī bija vairākas nodarbības, kas veltītas latgaliskajai kultūrvidei. Tāpat varēja uzzināt nedaudz plašāk par jaunorvēģu valodu, kurai Norvēģijā ir līdzīga situācija kā latgaliešu valodai – otra valsts pamatvalodas rakstu tradīcija.” Pasniedzēju vidū bija gan valodnieki Lidija Leikuma, Māra Mortuzāne-Muravska, Snorre Karkonens-Svensons, vēsturnieks Vladislavs Malahovskis, folkloras pētnieki Angelika Juško-Štekele un Sandis Laime, aktieris Jānis Kronis, kā arī citi savu sfēru profesionāļi. Kursu rīkotāju mērķis – lai “Vosoruošona” ir kā pašapziņas deva, apzinoties, kāda vērtība mums pašiem ir latgaliešu valoda un Latgales kultūrvide, lai tālāk ar šo apziņu un jaunajām zināšanām varētu mācīt arī skolēnus. Dalībnieki, kā atklāj E.Laime, novērtēja arī iespēju piedzīvot Rogovku un Nautrēnu pagastu kā īpaši latgalisku vietu, kur latgaliešu valoda un kultūra ir ikdiena, kas, kā sarunās atklājās, citur Latgalē nav pašsaprotami. “No rīkotāju puses pati apbrīnoju arī dalībniekus par viņu spēju būt tik ieinteresētiem, jo kursu dienas ir ļoti intensīvas – nodarbības sākās deviņos no rīta un kursu programma beidzās tikai ap desmitiem vakarā. Diemžēl šobrīd Latvijā nav citu iespēju šādā mērķtiecīgā veidā pieaugušajiem apgūt latgaliešu rakstu valodu, tādēļ ceram, ka kursu dalībniekiem zināšanas noderēs un būs kā motivācija pašiem turpināt mācīties,” teic E.Laime.



Foto - no personīgā arhīva

Kursu dalībnieki. Šovasar apgūtās zināšanas un iegūtā pieredze pedagogiem noderēs ikdienas darbā.

No Balvu novada “Vosoruošonā” piedalījās divas skolotājas. Rugāju vidusskolas pirmsskolas vecuma bērniem latgaliski runāt un dziedāt mācīs skolotāja SANITA ANCKINA, Rekavas vidusskolas pirmsskolas vecuma bērniem – skolotāja DAINA PUŽULE. “Ļoti priecājos par iespēju būt šajos kursos. Tās bija piecas lieliskas dienas – interesantas, informācijas bagātas ar lekcijām, aizraujošām radošām darbnīcām, ekskursijām un fantastiskiem stāstiem par vietējo kopienu. Šajās dienās satiku un iepazinu sirsnīgus, jaukus, atvērtus cilvēkus. Man liels prieks, ka šogad ir rasta iespēja nodrošināt nodarbības latgaliešu valodas apguvei pirmsskolās, tāpēc labprāt rosināšu bērnus savā pirmsskolā runāt, dziedāt, iet rotaļās un klausīties pasakas latgaliešu valodā,” atzīst S.Anckina. Šajos kursos viņa piedalījās pirmo reizi. Runājot par pārstiegumiem, ko sniedza dalība kursos, skolotāja teic, ka pārsteidzošākais atklājums bijis uzzināt, ka latgaliešu valodā ir apmēram 70 izloksnes, bet viena rakstu valoda – ar gramatikas noteikumiem, ko mācīja lekcijās. Lektori, kā atklāj skolotāja, uzsvēruši, – lai saglabātu vietējo izloksni, ir jārunā tā, kā konkrētajā vietā runā, bet rakstot gan jāizmanto pareiza rakstu valoda. “Latgaliešu valoda man saistās ar bērnību, jo vecmammās mājās visi sarunājāmies latgaliski, arī ar Gaigalavas pamatskolu, kur latgaliski dziedāt mūs mācīja

skolotāja Rasma Igaune, un katoļu baznīcu. Gribētu, lai Rugājos ir vairāk cilvēku, kuri sarunājas latgaliski, lai bērni saprot un zina, kāda vērtība tā ir. Man patīk dziedāt latgaliešu valodā, bieži vien Rugāju dāmu vokālā ansambļa repertuārā izvēlos dziesmas latgaliešu valodā,” atklāj S.Anckina. Skolotāja D.Pužule “Vosoruošonā” ir piedalījusies jau iepriekš, aptuveni pirms 10 gadiem. Kursos, kur, kā atzīst pedagoģe, vienmēr ir interesanti un var uzzināt vairāk par latgaliešu valodu, īpaši patika Lidijas Leikumas lekcija, Ludzas novada skolotāju pieredzes stāstījums un citas nodarbības: “No Ziemeļlatgales, var teikt, biju vienīgā, jo Sanita Anckina tomēr nāk no Gaigalavas puses, tur latgaliski runā mazliet citādi nekā pie mums. Bērnudārza bērniem mācīšu latgaliešu dziesmas un rotaļas, bet latgaliešu rakstu valodu mēs vēl nemācīsimies. Bērniem, kā liecina pieredze, patīk dziedāt latgaliski.” Savulaik viņa Rekavas vidusskolā daudzus gadus ir vadījusi folkloras kopu. Taujāta, kuru valodu uzskata par dzimto, D.Pužule teic, ka tā ir latgaliešu valoda: “Visu mūžu ir runāts latgaliski ģimenē un arī skolotāju kolektīvā. Ar bērniem, kad viņi bija mazi, kādreiz vairāk runāju latviešu literārajā valodā, bet viņi tāpat saprot latgaliski, mums nav valodas barjeras.”

Lappusi sagatavoja A.Socka

Labāk vēlāk,

Mūsdienās pirmā bērna dzimšana salīdzinoši vēlā vecumā vairs nav pārsteidzoša, jo straujā pasaule ievieš savas korekcijas – vispirms darbs, karjeras attīstība, bieži vien savu lomu spēlē arī veselības problēmas. Diemžēl arī apziņa, ka ir vēlme nodibināt ģimeni ar bērniem, mēdz atnākt ļoti vēlu, kad sava pirmdzimtā laišanai pasaulē pienācis vai nu pats pēdējais laiks, vai arī tas vispār vairs nav iespējams. Protams, ir arī gadījumi, kad bērniņš ir ļoti gribēts jau no agra vecuma, bet viņš dažādu iemeslu dēļ piesakās tikai laikā, kad sievietei ir tuvu četrdesmit gadiem vai jau virs tā. Kādi ir minusi sievietes lēmumam izvēlēties dzemdēt vēlīnā vecumā? Kādi ir mīti un patiesības? Uz šiem un citiem jautājumiem uzklusijām māmiņas pieredzes stāstu un lūdzām dalīties profesionālajā viedoklī medicīnas speciālisti.

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?

Par spīti ārstu vārdiem, pasaulē nāk Marija “Brīnumiem jātīc, jo tie notiek”

“Vienīgais, ko varam teikt, – esam neizsakāmi laimīgi. Šis ir mūsu brīnumbērniņš!” ar šādiem vārdiem Marijas nākšanu pasaulē raksturoja meitenītes vecāki DIĀNA KUDREŅICKA-LOSA un JĀNIS LOSS no Balvu novada Tilžas pagasta, kuri skaisto dzīves notikumu piedzīvoja šī gada 2.janvāra vakarā pulksten 18.31. Par spīti ārsta slēdzienam jau agrā Diānas jaunībā, ka viņai bērnu nevar būt, 2.septembrī Marijai apritēs astoņi mēneši, šajā laikā meitenītei kļūstot vēl smaidīgākai un dzīvespriecīgākai. Par ceļu līdz meitiņas piedzimšanai un to, kā dzīve rit šobrīd, saruna ar Diānu, kura savai atvasītei dzīvību dāvāja 41 gada vecumā.

Ienākot Jūsu piemājas dārzā un vērojot apkārtni, tā apbur ar skaistām lauku ainavām, sakoptību, mieru...

– Tā patiešām ir, un esmu neizsakāmi priecīga un laimīga dzīvot skaistā lauku vidē, kur esmu pavadījusi teju visu savu līdzšinējo dzīvi. Pasaulē nācu Balvos, bet mana dzimta cēlusies pavisam netālu no pašreizējām mājām – arī Tilžas pagastā, kur savulaik dzīvoja un bērnības gadus pavadīja mana mamma. Skolas gados mācījies un absolvēju Tilžas vidusskolu, pēc kā turpināju izglītības medicīnas nozarē un kļuva par māsas palīgu.

Lai arī Jums bērniņš pieteicās diezgan vēlīnā vecumā, līdz tam ikdienā būšana kopā ar visjaunāko paaudzi Jums nebūt nebija sveša.

– Tā gan, jo savulaik piecus gadus strādāju par aukli, šajā laikā dažādās ģimenēs izauklējot kopumā piecus bērnus. Tilžā auklēju dvīnītes un vienu puisīti, kā arī par aukli strādāju vienā no ģimenēm Jelgavā. Kad nomira mammas māsa, kopā ar vīru atgriezāmies no Jelgavas uz viņas bijušo māju Tilžas pagastā, kur dzīvojam šobrīd. Patiesībā par to, ka atgriezīsimies atpakaļ laukos, nebija pat divu domu. Ar smaidu mēdzu teikt: “Lai notiek pat tā, ka dzīvošu zaru būdā, bet ilgtermiņā lauku vidi pret pilsētu nemainīšu nekad!” Savukārt vīrs nāk no Krišjāņiem.

Kā atceraties laiku, kad pati vēl tikai augāt? Vai domas par to, ka vēlaties ģimeni, bērnus, vienmēr bija tuvas?

– Atklāti runājot, par ģimenes veidošanu nemaz tik ļoti neprātoju. Ar vīru Jāni iepazinies pirms divdesmit gadiem, bet laulībā esam piecpadsmit gadus. Ar humoru un platu smaidu seļā joprojām atceros arī brīdi, kad vīrs mani baidināja! Proti, Jānis nokrita ceļos un teica īpašos vārdus: “Diāna, kļūsti par manu sievu!” Mana pirmā reakcija un vārdi bija: “Jāni, vai Tev slikti palicis?” (Smejas – aut.pieb.). Dzīvē allaž bijis tā, ka darbi paši nāk pie manis, liktenis piespēlējis dažādus notikumus, kuri dzīvi pozitīvā nozīmē sagriezuši kājām gaisā, un Dievs nolīcis īsto brīdi tam, kam jānotiek. Arī joprojām turpinu dzīvot pēc principa lieki nekrenķēties par to, ko īsti nevaram ietekmēt. Visam ir savs laiks un vieta. Par to nešaubos.

Un kļūt par mammu droši vien vēlējāties vienmēr?

– Protams, bet, būdama vēl jauna meitene un kopā ar vīru apmeklējot ārstus, slēdziens bija, ka mums bērnu nevar būt. Un tas bija jau ļoti sen, kad ar Jāni vēl nemaz nebijām precējušies. Kāda bija mana pirmā reakcija? Ārsta kabinetā nokritu no kušetes un raudāju. Man ir divi brāļi, un kad vienam no viņiem ģimenē piedzima pirmais, otrs, tad arī trešais bērniņš, man

teica: “Diāna, kāpēc tu tik ilgi vilcīnies, gadi taču neizbēgami rīt uz priekšu?” Tolaik man bija ļoti grūti un nevienam par to, ka man nevar būt bērnu, neteicu.

Kad ārsts Jūsu agrā jaunībā nonāca pie šāda slēdziena, ar to samierinājāties un visas cerības atmetāt?

– Ar šo faktu samierinājos un ārstu palīdzību vairs nemeklēju, jo sapratu, ka neesmu nedz pirmā, nedz arī vienīgā sieviete pasaulē, kurai nevar būt bērnu. Savukārt pēc kāda laika vīramāte tomēr atrada speciālistu Rēzeknē, un, kad man bija apmēram trīsdesmit gadi, ārstēšanos atjaunoju. No sākuma ārsts teica, – ja vien vēlēšos, man būs desmit bērni, bet reiz atklātā sarunā ar viņu palūdzu, lai godīgi pasaka, ka man bērnu tomēr nevar būt. To ārsts, kurš nu jau devies mūžībā, arī izdarīja. Par speciālista slēdzienu pateicu vīram, līdz ar ko noslēdzās vēl viens mēģinājums kļūt par mammu. Mani gan centās iedrošināt uz mākslīgo apaugļošanu, bet tam nepiekritu. Arī vīrs bija kategoriski pret to. Ja reiz Dievs nav lēmis, tad nav.

Bet brīnums tomēr notika...

– Vienubrīd sāku ievērot, ka mans vēders kļūst lielāks. Nodomāju, ka varbūt tas saistīts ar gēniem, jo mana mamma bija dūšīga, arī pati neklūstu jaunāka. Tolaik biju aizbraukusi uz Zviedriju, kur strādā vīrs. Viņš man jautāja, vai neesmu ceturtajā grūtniecības mēnesī? Šādas runas neuztvēru nopietni, jo bija taču skaidri zināms, ka man bērnu nevar būt! Ar šādu domu atgriezos Latvijā, bet vēderu, kurš pamazām auga, ievēroja arī apkārtējie. Rezultātā līdz pat astotajam grūtniecības mēnesim nezināju, ka esmu bērna gaidībās, un iemesls bija tas, ka bērniņš dzemdē bija tādā gulā, ka par grūtniecību nemaz tā īsti nevarēja nojaust. Arī fiziski jutos ļoti labi un nejutu, ka esmu stāvoklī. Tomēr nolēmu pārbaudīt veselību un devos uz ultrasonoskopiju Balvos. Brīdī, kad tapa skaidrs, ka tomēr būšu mamma, mani pārņēma pamatīgs šoks. Sāku raudāt un dakterei teicu, ka tas nav iespējams, jo gadiem ilgi mediķi man skaidri teica, ka dzīve jādzīvo tāda, kāda tā ir, un vienkārši jāpieņem fakts, ka mums nevar būt bērnu. Tomēr, kad pirmais izbilis pārgāja, protams, iestājās laimes sajūta...

Kā uz šo ziņu reaģēja vīrs?

– Iznācu no ārsta kabineta, vīramāte zvanīja dēlam un teica: “Apsveicu, tev būs bērns!” Jānis, protams, tam nenoticēja. Savukārt, kad vīram uzzvanīju es un pateicu, ka mums būs meitiņa, iestājās klusums, un Jānis neteica vairs ne vārda. Šāds brīdis ilga pusstundu, līdz vīrs saprata, ka brīnums patiešām noticis. Un jau pēc mēneša, kopš uzzināju, ka esmu stāvoklī, Balvos piedzima meitiņa. Bet ziniet, tas, ka topošās mammas par savu grūtniecību uzzina diezgan vēlu, nav nekas unikāls. Arī mana mamma, esot stāvoklī ar savu pirmo dēlu, nenojauta to līdz pat grūtniecības septītajam mēnesim. Ir arī citi līdzīgi stāsti. Līdz ar to tas viss man varētu būt iedzimts no mammas.

Kā noritēja dzemdības?

– Ņemot vērā, ka, esot stāvoklī un par to nezinot, dariju visus lauku darbus – raku, vedu granti, skaldīju un krāvu malku, vedu mēslus un plāvu zāli, bērniņam ap kaklu bija aptinusies nabassaitē. Tas tādēļ, jo grūtniecēm nedrīkst tik ļoti cilāt augšā rokas un aktīvi strādāt. Līdz ar to Marija piedzima ar ķeizargrieziena palīdzību, bet kopumā dzemdības noritēja bez komplikācijām un meitiņa ir ļoti veselīga. Jāteic, man pirms



Foto - A.Ločmelis

Laimīgā māmiņa. Attēlā redzamā Diāna Kudreņicka-Losa stāsta, ka Marija ir ļoti klusa un smaidīga meitenīte, kura pamazām sāk arī rāpot. Savukārt pasaulē mazulīte nāca ar ķeizargrieziena palīdzību un piedzimstot svēra 3,075 kilogramus un bija 51 centimetru gara. Jāpiebilst, ka Diāna ar vīru Jāni līdz ar Marijas piedzimšanu izpelnījās arī gada pirmā mazuļa vecāku statusu. Par godu īpašajam notikumam bijušais Balvu novada domes priekšsēdētājs Sergejs Maksimovs un Balvu novada Dzimtsarakstu nodaļas vadītāja Santa Kuleša sveica laimīgos vecākus, viņu īpašumā nododot 150 eiro no pašvaldības, kā arī mīlmantiņu. “Arī pušķis kā līgavai,” toreiz smaidot piebilda S.Maksimovs. Savukārt S.Kuleša svinīgi pasniedza dzimšanas apliecību un grāmatiņu “Mūsu bērns”.

dzemdībām nebija arī uztraukuma – vairāk pārdzīvoja mani tuvinieki. Kā jau minēju, allaž paļaujos uz Dieva klātbūtni, it īpaši šādos svarīgos dzīves brīžos.

Un emocijas, kad pirmo reizi paņēmat savu bērniņu rokās...

– Sākumā nodomāju: “Ak, Dievs, ko lai dara ar šādu maziņu mazulīti?!” (Smaida – aut.pieb.). Bija jāapgūst arī daudzas prasmes un iemaņas bērna kopšanā. Ja bija kādi neskaidri jautājumi, nekautrējies, bet jautāju un lūdzu palīdzību pēc padoma. Lai gan vienlaikus būt pilnīgi bez pieredzes un zināšanām. Galu galā līdz Marijas piedzimšanai, strādājot par aukli, izauklēju piecus bērnus. Tomēr, lai vai kā, citu bērnu auklēšana ir viena lieta, bet pavisam kas cits, ja jā rūpējas par pašas bērniņu. Jāpiebilst, ka pie mediķiem arī neinteresējos, kādēļ iepriekš ārsti teica, ka man bērna nevar būt, bet tas, turklāt tik salīdzinoši vēlīnā vecumā, tomēr pieteicās. Tātad tā tam bija jānotiek.

LTV1

- 5.20 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.
- 6.00 "Latvijas valsts himna".
- 6.03 "Kas te? Es te!" Raidījums bērniem.
- 6.30 "Animācijas seriāli".
- 8.50 "Sazīmē profesiju". Atk.
- 9.00 "Tutas deju ritmi". Atk. Raidījums bērniem.
- 9.05 "Tutas lietas 10". Atk. Raidījums bērniem.
- 9.20 "Animācijas seriāls".
- 9.40 "Mājas snijiem 2". Dok. filmu cikls.
- 10.30 "Istās latvju saimnieces 9". Izklaidējošs raid.
- 11.30 "Kultūrdobe 5". Atk.
- 11.50 "Teātris.zip". Atk.
- 12.10 "Teātris.zip" piedāvā. Hanana". Teātra izrāde. Atk.
- 14.30 "Atslēgas". Atk.
- 14.45 "Aija". Drāma.
- 17.30 "Teātra garša". Atk.
- 18.00 "Dienas ziņas".
- 18.25 "Raizes". Romantiska drāma.
- 20.00 "Panorāma".
- 20.35 "Agata Kristi. Mis Mārp-la 2". Detektīvseriāls.
- 22.10 "Asistente". Daudzseriju filma.
- 23.05 "Uzmini, kurš nāks vakariņās". Romantiska drāma.
- 0.50 "Margarita. Melodija. Mode". Margaritas Viļčānes jubilejas vakars.
- 2.30 "Province". Atk.
- 3.00 "Zinātnes noslēpumi". Dok. filmu cikls.
- 3.20 "1:1. Aktuālā intervija". Atk.
- 4.10 "Ķepa uz sirds". Atk.
- 4.40 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.

LTV7

- 5.00 "Pūra lāde". Atk.
- 6.00 "Latvijas valsts himna".
- 6.03 "1000 jūdzes Kambodžā". Atk.
- 6.30 "Globalizācija un mēs. Deutsche Welle žurnāls".
- 7.00 "Ražots Vācijā. Deutsche Welle žurnāls".
- 7.30 "Smalkais stils". Komēdijseriāls.
- 9.30 "Misters Bīns". Komēdijseriāls.
- 10.20 "Alana Tīčmārša dārznieku klubīņš". Dok. filmu cikls.

- 11.10 "Lielas un mazas radības 5". Seriāls.
- 12.10 "Grāntčestera 5". Detektīvseriāls.
- 13.00 "Kraсту mačs 2025". Tiešraide.
- 15.15 "Grāntčestera 5". Detektīvseriāls.
- 16.05 "Merdoka noslēpumi 16". Detektīvseriāls.
- 19.55 "Zinātnes noslēpumi". Dok. filmu cikls.
- 20.10 "Bridžita Bardo". Daudzseriju biogrāfiska drāma.
- 21.00 "Britu vēsturisko ēku un dārzu noslēpumi". Dok. filmu cikls.
- 22.00 "Slepenais aģents Harijs Palmers". Seriāls.
- 22.50 "Globalizācija un mēs. Deutsche Welle žurnāls".
- 23.20 "Ražots Vācijā. Deutsche Welle žurnāls".
- 23.45 "Sauls izaicinātie. Latvietis Amerikā". Atk.
- 0.40 "Citādi latviskais". Atk.
- 2.00 "Province". Atk.
- 3.00 "Vides fakti". Atk.
- 4.00 "Lielās patiesības". Atk.

TV3

- 5.00 "Izclākās brīvdienu pilsētas 2". Izkl. raid.
- 6.00 "Tiri un kārtīgi". Realitātes šovs.
- 7.00 "Animācijas seriāls".
- 8.00 "Skūbijs!" Anim. filma.
- 10.00 "Superbingo".
- 11.15 "Miljonu vērta ideja". Šovs.
- 12.20 "Karību jūras pirāti. Melnās perles lāsts". Piedz. filma.
- 15.15 "Aptrinojamais Zīrmeķ-civēks". Fantāzijas piedz. filma.
- 18.05 "Komediantu ekspedīcija". Izkl. raid.
- 19.10 "Latvijas basketbola stāsti".
- 19.30 "TV3 ziņas svētdienā".
- 19.40 "Nekā personīga. Faiļi 4". Informatīvi
- 20.30 "Akvamens". Spraiga sižeta filma.
- 23.25 "Panama". Spraiga sižeta trilleris.
- 1.25 "Neiespējamā misija 3". Spraiga sižeta trilleris.
- 3.50 "Izmeklētāji". Seriāls.
- 5.00 "Svešā seja 2". Seriāls.
- 5.30 "Kā notievēt efektīvi 4".

TV3 Life

- 5.00 "Svešā seja 2". Seriāls.
- 5.30 "Kā notievēt efektīvi 4".

- 6.30 "Kontakts kopā ar doktoru Čārlzu Stenliju 2".
- 7.05 "Lēna Lorenca. Samainītie bērni". Romantiska drāma.
- 8.55 "Ēdienes visai ģimenei". Realitātes šovs.
- 10.00 "Biznesa attīstība 5". Informatīvs raidījums.
- 10.30 "Pirkt vai uztaiēt?". Realitātes seriāls.
- 11.00 "Sappu māja 22". Izklaidējošs raidījums.
- 12.05 "Mentālists 3". Seriāls.
- 16.10 "Radīti mīlestībai". Romantiska komēdija.
- 18.05 "Mīlestība brīvdienās". Melodrāma.
- 20.00 "Neparastais Fakira ceļojums". Piedz. komēdija.
- 22.00 "Plecu pēdu atstatumā". Drāma.
- 0.20 "Sekss un lielpilsēta". Romantiska komēdija.
- 3.15 "Svešā seja". Seriāls.

TV24

- 6.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
- 6.03 "Preses klubs". Atk.
- 7.30 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.
- 8.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
- 8.33 "Nedēļa P.S." Atk.
- 9.30 "Piedī novadi Latvijā".
- 10.00 "Ārsts atbild". Atk.
- 10.30 "Uz līnijas". Atk.
- 11.00 "Grāmatu kods". Atk.
- 11.30 "Ārsts atbild". Atk.
- 12.00 "Uzmanības centrā – ekonomika". Atk.
- 13.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
- 13.03 "Kārtības rullis". Atk.
- 14.30 "Uz līnijas". Atk.
- 15.00 "Eko-loģika". Atk.
- 16.00 "33. Alfrēda Kraukļa piemiņas basketbola turnīra finālspēle puīšu U-17 vecumgrupā".
- 18.00 "33. Alfrēda Kraukļa piemiņas basketbola turnīra finālspēle puīšu U-19 vecumgrupā".
- 19.30 "Radio Svoboda: par svarīgo Krievijā un pasaulē".
- 20.30 "Uz līnijas". Atk.
- 21.00 "Dr. Apinis". Atk.
- 22.00 "Kārtības rullis". Atk.
- 23.00 "Radio Svoboda: par svarīgo Krievijā un pasaulē". Atk.
- 0.30 "Par karu Ukrainā kopā

- 1.30 "ar Igoru Rajevu". Atk.
- 1.33 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
- 2.30 "Globuss". Atk.
- 2.33 "Streips pārlūko pasauli 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!".
- 9.00 "Boliņas piezīmes".
- 9.30 "Mājā un sētā 5".
- 10.00 "Zaļā gaisma".
- 10.30 "Ceļot bez robežām 5".
- 11.00 "Tiksimies stacijā! 3".
- 11.30 "Ar saknēm debesīs".
- 13.30 "DoM Mājas stāsti".
- 14.30 "Vērtīgi zināt".
- 15.00 "Autodroms".
- 15.30 "Tīkšanās vieta. Valmieras novads".
- 16.00 "Cilvēki, darbi, tradīcijas Lejaskurzemē".
- 16.30 "Ceturť vara 2".
- 17.00 "Skrundas TV piedāvā".
- 17.30 "Nedēļa Jēkabpilī".
- 18.00 "Runā Latgalē".
- 18.30 "Limbažu novads rada un dara".
- 19.00 "Nedēļa Latvijā". Atk.
- 20.00 "Mākla dzīvot".
- 21.00 "Ceļot bez robežām 7".
- 21.30 "Copes lietas 2".
- 22.00 "Es palieku!". Dok. seriāls.
- 23.00 "Vērtīgi zināt".
- 24.00 "Gaidām ciemos!".
- 1.00 "Zaļā gaisma".
- 1.25 "Mēs ar brāli – kolosāli!".
- 1.50 "Ritms, kas vieno".
- 2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
- 3.10 "Spried ar Delfi". Atk.
- 3.55 "Mākla dzīvot".
- 4.35 "Cilvēki, darbi, tradīcijas Lejaskurzemē".



– **Tikai nebaries, stievin! Mācies no mēneša, redzi, cik viņš laipni smaida!**
– **Būtu labāk tu pats no viņa mācīties! Mēnesis ir tikai reizi par četrām nedēļām pilns, bet tu – katru vakaru!**

16.augustā Balvu novadā 7.Latvijas senioru sadziedšanās svētki “Ziedi, dziedi, rudzi vārpa”.

Pk1kst. 11.00 Rugāju parkā aicinām apmeklēt 7.Latvijas senioru sadziedšanās svētku koncertu “Ziedi, dziedi, rudzu vārpa!”. Piedalīsies dalībnieki no Rīgas, Prierigas un visas Vidzemes. Koncertu ar savu klātbūtni pagodinās Latvijas labklājības ministrs Reinis Uzulnieks. Vāres iegādāties vietējo amatnieku izstrādājumus. Ieeja – bez maksas.

Pk1kst. 11.00 reģionālie koncerti Viļākā, Baltinavā.

Pk1kst. 16.00 svētku dalībnieku parāde un noslēguma koncerts Balvu pilsētas estrādē. Ieeja bez maksas.

Balvu Novada muzejā

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

Līdz 8. septembrim Skatāma Marijas Leinas gleznu izstāde “Nesteidzība” un Aleksandra Aivara-Rabina gleznu izstāde “Atklāsme”. Izstādes atklāšana **12. augustā pk1kst. 18.00** Balvu Novada muzejā.

Balvos

Balvu Centrālās bibliotēkas Izstāžu zālē **no 14.augusta** būs skatāma Kaspara Babāna fotoizstāde “Ada kā ziedlapa”. Izstādes atklāšana **14.augustā pk1kst. 11.00**.

16.augustā pk1kst. 19.30 ikviens tiek aicināts uz brīvdabas koncertu “Mūzika saulrietam”, kad par akustisku koncertzāli pārtaps Balvu ezers, par skatuvi – pļosts “Vilnītis”, šēdvietas – laivas, bet stāvietas – ezera krasts. Balvu ezeru šogad pieskandinās muzikālā apvienība “Rezidenti”. Grupas sastāvā ir vairāki prasmīgi un sabiedrībā zināmi mūziķi, kuri pieredzi krājuši gan kopā, gan atsevišķi, muzicējot tādos labi zināmos kolektīvos kā “Labvēlīgais Tips”, “Jukebox”, IGO, “Turaidas Roze”, “Big Al & The Jokers”, “Keksi”, “MarieN”, “No Pusvārda”.

No 30. līdz 31.augustam Balvos norisināsies XXVI Kamermūzikas festivāls, aicinot uz neaizmirstamu tīkšanos ar izciliem mūzikas instrumentu virtuoziem.

Sestdien, **30.augustā pk1kst. 19.00** Balvu Kultūras un atpūtas centrā programma “Mendelszons. Ravēls. Plakidis”. Iaujieties vijolspēles burvībai Sabīnes Sergejevas izpildījumā, klavieru virtuozitātei ar Rihardu Plēšanovu un čella samtainajai skaņai, ko radis Emma Aleksandra Bandeniece.

Svētdien, **31.augustā pk1kst. 14.00** Balvu Kultūras un atpūtas centrā skanēs neierastāks duets programmā “Saksofons un ģitāra”, ko piedāvā “Latvijas Koncerti”. Jūsu priekšā stāsies talantīgie Aigars Raumanis (saksofons) un Miks Akots (ģitāra).

Pk1kst. 16.00 Balvu Mūzikas skolā programma “Romantisma serenādes” aizvedīs jūtu un kaislību pasaulē. Priecēs soprāns Ilze Grēvele-Skaraine, baritons Riņards Millers un pianiste Ērika Millere.

Pk1kst. 19.00 festivāla noslēgumā Balvu Kultūras un atpūtas centrā izskanēs starptautiska programma “Sauls apskāvienā”. Tajā apvienosies mākslinieki no Latvijas un Argentīnas: Deivids Merlins (vijole), Vizma Laura Agloniete

Afiša



(vijole), Jevgenija Gorbunova (alts), Emma Aleksandra Bandeniece (čells) un Vladimirs Kudrins (ģitāra).

Baltinavā

Baltinavas Kultūras nama mazajā zālē **līdz 30.augustam** Balvu Mākslas skolas audzēkņu noslēguma darbu izstāde “Lidojums”. Apmeklētājiem pieejama **darba dienas no pk1kst. 10.00 līdz 16.00**.

Baltinavas muzejā **līdz 30.augustam** skatāma izstāde no cikla “Iepazīsim Balvu novada pagastus!” – Rugāji, bet **no 11. līdz 29.augustam** skatāma izstāde “Albumi – cilvēka dzīves un atmiņu krātuve”.

Baltinavas muzejā **augustā** skatāma arī Austrā Keiša maizes etiķešu kolekcija.

Bērzpilī

9.augustā Bērzpils pagasta estrādē “Dziesma Bērzpilī”. **Pk1kst. 19.00** koncerts. **Pk1kst. 22.00** balle kopā ar grupām “Apvedceļš” un “GINC un ES”. Ieejas maksa koncertā – 5 eiro, balle – 10 eiro. Bērniem līdz 10 gadiem ieeja pasākumā brīva. Biļetes uz abiem pasākumiem var arī iegādāties reizē. *Pasākuma laikā darbosies izbraukuma kafējnīca ŠKLADI. Biļetes iespējams iegādāties iepriekšpārdošanā saietu namā. Tālr. 26518493.*

Briežuciemā

Līdz 14.augustam Briežuciema un Lazduleļas pagasta iedzīvotāji aicināti piedāvāt darbiņus izstādei. Ja apliecinājumu savam vaļaspriekam nevari atnest uz izstādi, iesūti fotogrāfiju vai aprakstu par savu hobiju.

16.augustā Briežuciema un Lazduleļas pagastu diena. No pk1kst. 14.00 pie tautas nama tirdziņa “Pi carmyukšas” aicināti pārdot un pirkt gribetāji.

Pie tautas nama (lietus gadījumā tautas namā) **pk1kst. 14.00** pagastu dienas pasākums bērniem ar dažādām aktivitātēm “Kika Milka ielūdz izpētīt monstropēdiju”. Aicinām visu vecumu bērnus kopā ar pieaugušajiem. Apsveiksīm arī 2024.gadā dzimušos mazuljus Balto zeķīšu svētkos un piegādniekus Bērniņas svētkos.

Pk1kst. 20.00 tautas namā grupas “TRIO RONDO” koncerts. *Iedzīvotāju godināšana: Baltinavas apvienības Pateicību pasniegšana kapu vecākiem. Balvu novada Kultūras pārvaldes Pateicības tiks pasniegtas aktīviem pašdarbības kolektīvu dalībniekiem, kuri šogad svin apaļas jubilejas. Iedzīvotāju hobiju izstādes atklāšana. Ieeja bez maksas.*

Pk1kst. 22.00 tautas namā diskoballe. *DJ ANDREJS* no Priekļiem. Ieejas maksa līdz pk1kst. 24.00 – 3 eiro, vēlāk – 5 eiro.

Tautas namā **no 16. līdz 30.augustam** apskatāma iedzīvotāju hobiju izstāde.

Upītē

9.augustā pk1kst. 18.30 tautas namā Latvijas Nacionālāis teātris ar izrādi “Suņu māja”. Režisore Larisa Semirozumenko. Ieejas maksa – 8 eiro, ar 3+ karti – 5 eiro.

* Turpinājums 16.lpp.

Pārpublicēšanas gadījumā “Vaduguns” atsauce obligāta

TV PROGRAMMAS

no 11. līdz 17.augustam

Pirmdiena, 11.augusts

Vārdadienu svin: Liega, Olga, Zīgita, Zīta

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 "Soliņus 3". Seriāls.
10.35 "Jaunās medmāšas 5". Seriāls.
11.20 "Futbola dumpinieki".

Gimenes filma.
13.05 "Animācijas filmas".
13.40 "Meža stāsti". Atk.
14.40 "Mākslas dialogi". Atk.
15.10 "Krustpunkta".
16.05 "Soliņus 3". Seriāls.
17.10 "Mīlas viesulis 20". Seriāls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.45 "Smaikaiss stils".

Komēdijseriāls.
19.15 "Grāntestera 5". Detektīvseriāls.
20.00 "Panorāma".
20.40 "Bridžita Bardo". Daudzseriņu biogrāfiska drāma.
21.30 "Karotāja atelpa". Melodrama.
23.15 "Nakts ziņas".
23.30 "Roķo un viņa brālī". Drāma.

2.30 "Zinātnes noslēpumi". Dok. filmu cikls.
3.00 "Midsomeras slepkavības 18". Detektīvseriāls.

LTV7

5.00 "Literatūre". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Viemner formā! *Deutsche Welle* žurnāls".
6.30 "Rīta *Panorāma*".
8.35 "Pa starumē". Atk.
9.35 "LV jaunatklāšanas raidījums *Te!*". Atk.
11.25 "Personība. 100 g kultūras". Atk.
13.10 "Jaunās medmāšas 5". Seriāls.
14.00 "Eiropas meistarsacīkstes futbolā sievietēm". Atk.
16.05 "Labākais no *Euron maxx*". *Deutsche Welle* žurnāls".
16.35 "Ieas garumā". Atk.
17.35 "Skandināvijas neskartā daba". Dok. filmu cikls.
18.30 "Halo, halo! 5". Situāciju komēdija.

19.25 "Pa starumē 3". Atk.
20.25 "Merdoča noslēpumi 16". Detektīvseriāls.
22.00 "Midsomeras slepkavības 4". Detektīvseriāls.
23.45 "Pārdziedi mani!" Muzikālis šovs. Atk.

1.30 "Labākais no *Euron maxx*". *Deutsche Welle* žurnāls".
2.00 "Karaliste". Atk.
2.30 "Ziņņas impulsi". Atk.
3.25 "Piedzīvojums daba". Atk.
3.50 "Saitītie. Laikmeta varoņi torē un tagad". Atk.
4.20 "Personība. 100 g kultūras". Atk.

TV3

5.00 "Izmeklē Klāra". Seriāls.
6.00 "Animācijas seriāls".
6.25 "900 sekundes". Informatīvi izklaidējošs raid.
8.45 "Noziegumam pa pēdām 9". Seriāls.
9.50 "Brīvības sapņi". Seriāls.
11.00 "Soli pa solim 6".

Komēdijseriāls.
12.00 "Austrālijas desertu meistari". Kulnāriais šovs.
13.15 "Nemīlēte. Nolādēte 7". Seriāls.
13.50 "Istā vieta. īstais mājoklis 26". Realitātes seriāls.
14.50 "Doktors Haus 6". Seriāls.
15.50 "Ēģipte no putna lidojuma". Dok. seriāls.
16.55 "Četri guļā 12". Realitātes šovs.

18.00 "TV3 ziņas isumā".
18.10 "Labākais no labākajiem 11". Gordona Renzija šovs.
19.10 "Bez tabu".
20.00 "TV3 ziņas".
20.45 "Dēgpunktā".
21.10 "Slepukne triumf!". Seriāls.

23.15 "Bezglūnīgs debesis". Seriāls.
0.05 "Aģents Hamiltons 2". Seriāls.
1.05 "Autoziņas 16". Seriāls.
1.35 "Kobra 11-15". Sprāga sižeta seriāls.
2.35 "Latvijas raidījums *Te!*".
3.35 "Četri guļā 12". Realitātes šovs.

TV3 Life

5.00 "Svešā seja 2". Seriāls.
5.30 "Ticīgo uzvaras balsi". Kristīgo programma.
6.00 "Izgaršo Latviju 7". Izklaidējošs raidījums.
6.35 "Vesmīteka meita". Seriāls.
8.30 "Mani remonta noteikumi". Realitātes šovs.
10.10 "UgunsČerēks 13". Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11". Realitātes šovs.
12.55 "Sievietes spēks". Seriāls.
14.00 "Grejš anatomija".

Seriāls.
16.00 "Dzīvot nozīmē mīlē". Seriāls.
17.00 "Tu mani nesalauzi". Seriāls.
19.00 "Nevaldāmās līgavas 10". Realitātes šovs.
20.00 "Lēna Lorenca. Samainītē bērni". Romantiska drāma.
22.00 "Bīstamās sievietes". Dok. seriāls.
23.00 "Iemīlēties Parīzē". Realitātes šovs.

24.00 "Liktņa skatītie". Seriāls.
0.55 "Tu mani nesalauzi". Seriāls.
2.50 "Svešā seja 2". Seriāls.

TV24

6.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
6.03 "Preses klubs". Atk.
7.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". 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 – ekonomika". Atk.
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 "Ārsts atbild". Atk.
15.30 "PS ieguldījums konkurētspējīga lauksaimniecībā". Atk.

16.00 "Dienas personība". Atk.
16.30 "Ziņu *Top*".
17.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
17.30 "Preses klubs".
18.30 "Uz līnijās".
19.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
19.03 "Aktuālais par kara-darbību Ukrainā".
20.00 "Streips pārlūko pasauli".

20.30 "Ziņu *Top*". Atk.
21.00 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.
21.03 "Kartības rullis".
22.30 "Streips pārlūko pasauli". Atk.
23.00 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.
23.03 "Preses klubs". Atk.
0.30 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.
0.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
1.30 "Radio *Svoboda*: par svarīgo Krievijā un pasaulē". Atk.

2.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
2.33 "Preses klubs". Atk.
4.00 "Uz līnijās". Atk.
4.30 "Ziņu *Top*". Atk.
5.00 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.
5.03 "Aktuālais par kara-darbību Ukrainā".

ReTV

5.00 "Nedēļa Latvijā". Atk.
6.00 "Svētku kūka 3".
6.30 "Gaidām ciemos!".
7.00 "Meža stāsti 6".
7.30 "Citautiešu dziesmas Latvijā!".

8.00 "Spried ar *Deļfi*". Atk.
8.45 "Es daru tā".
9.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
10.00 "Bolīvijas piezīmes".
10.30 "Cliveki, dabu, tradīcijas Lejaskurzemē".

11.00 "Ceļot bez robežām 5".
11.30 "No Piena ceļa nākušī. Sēlija – identitāte".
12.00 "Izšķirtspēja".
13.00 "Māksla dzīvot".
14.00 "Vērtīgi zināt".
14.30 "Mēs varam – mēs darāmi!"

15.00 "ReTV ziņas trijos".
15.30 "Āzija 360°".
16.00 "Ārsts atbild". Atk.
16.30 "Latvijas stāsti".
16.30 "Limbazu novads rada un dara".

17.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
18.00 "Es daru tā".
18.15 "Spried ar *Deļfi*".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".
19.15 "Mājā un sētā 5".
19.50 "Skats no Ventspils".
20.25 "Manas bērības atmiņas 2".

21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "Copes frekvence 2".
22.05 "Mežavēca emuār".
23.15 "Spried ar *Deļfi*". Atk.
24.00 "Vērtīgi zināt".
0.30 "Mājā un sētā 5".
1.00 "Manas bērības atmiņas 2".
1.25 "Izšķirtspēja 3".
2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
3.15 "Spried ar *Deļfi*". Atk.
3.55 "Copes frekvence 2".
4.35 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".

LTV 1

5.10 "Dziesmas ceļš. Vispārējo latviešu Dziesmu svētku dziesmu dziesmas". Atk.
5.20 "Pārtikas revīdents". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Kas te? Es te!". Raid. bērniem. Atk.
6.30 "Animācijas seriāli".
9.00 "Bardaks beņiņos 7". Raid. bērniem. Atk.
9.15 "Ukcule 3". Raid. bērniem. Atk.
9.30 "Kad brīžiem ir spāmi!". Drāma.

10.55 "*Poem pa kuļšiem*".
11.10 "Ātrāk, Minhauzen, ātrāk!".
11.20 "Animācijas filmas".
11.25 "Kapeiņa ģintko pulkste-nis". Gimenes komēdija.
12.45 "Emils Dārziņš". LTV iestudējums.
13.30 "Dziesmas ceļš. Vispārējo latviešu Dziesmu svētku dziesmu dziesmas". Atk.
13.40 "Mākslas dialogi". Atk.
14.10 "*Vīnes filharmoniku* koncerts Parīzē, 2025". Atk.

15.45 "Sīrmais. Kulta ēdieni 2. Turcija. Kebabs". Atk.
16.40 "Es gribu tavu foto". Īstfilma.
17.05 "Skandināvijas neskartā daba". Dok. filmu cikls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.15 "Ālana Tīčmarša darznieku klubīņš". Dok. filmu cikls.
19.05 "Misters Bins". Komēdijseriāls.
20.00 "Panorāma".
20.45 "Kulturdobe 5".
21.05 "*Latvijas Loto* izlozes".
21.15 "Basseins". Krimināldrāma.
23.20 "Pārdziedi mani!" Muzikālis šovs. Atk.

1.05 "Gunta Skrastīņa dziesmu un ziņņu festivāls". Atk.
2.55 "Lielās pālesības". Atk.
3.25 "Aistēgas". Atk.
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 "Sajūti Latgali!". Atk.
8.55 "Labākie gadi". Komēdijseriāls.
9.25 "Halo, halo! 5". Situāciju komēdija.

Melodrama.
15.45 "Viena diena". Romantiska drāma.

18.00 "Kāzu drudzis". Melodrama.
20.00 "Pirms atkal tiksimies". Romantiska drāma.
22.20 "Glorija Bela". Komēdija.
0.15 "Nozieguma vieta: Dortmundē. Nāvējošās spēles". Detektīvfilma.
2.05 "Gaismas impērija". Psiholoģiska drāma.
4.25 "Svešā seja". Seriāls.

TV24

6.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
6.03 "Preses klubs". Atk.
7.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.

7.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
8.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
8.33 "Globuss". Atk.
9.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.

9.33 "Kur tas suns aprakts?"
10.30 "Uz līnijās". Atk.
11.00 "Atpēriens izaugsmei".
11.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
11.33 "Nedēļa. P.S." Atk.
12.30 "Uz līnijās". Atk.
13.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
13.03 "Preses klubs". Atk.
14.30 "Ārsts atbild". Atk.
15.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.

15.30 "Naudas cena". Atk.
16.00 "Uz līnijās". Atk.
16.30 "Grāmatu kods".
17.00 "Uzmanības centā – ekonomika".
18.00 "Saimnieks. Zeme. Valsts".
19.00 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Raļevu".

20.00 "Nacionālo interešu klubs".
21.00 "Eko-loģika".
22.00 "Uz līnijās". Atk.
22.30 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Raļevu". Atk.

23.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
24.00 "Uz līnijās". Atk.
0.03 "Preses klubs". Atk.
1.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
1.33 "Globuss". Atk.
2.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.

Vārdadienu svin: Astra, Astrīda

It trīs minūtēs". Atk.
2.33 "Preses klubs". Atk.
4.00 "Uz līnijās". Atk.
4.30 "Ziņu *Top*". Atk.
5.00 "Dr. Apinis". Atk.

ReTV

5.10 "Kāpēc?". Atk.
6.00 "Ceļā uz mājām".
8.00 "Bolīvijas piezīmes".
8.30 "Mājā un sētā 5".
9.00 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".
9.30 "Ceļot bez robežām 7".
10.00 "Ar kājām pa mājām 2".
11.30 "Zelta sirsdziesma Kandavā".

13.00 "Es palieku!". Dok. seriāls.
14.00 "Mežavēca emuāri 2".
14.30 "Gaidām ciemos!".
15.30 "Skats no Ventspils".
16.00 "Gimenes skola".
16.30 "Atpēriens izaugsmei".
17.00 "Manas bērības atmiņas 2".
17.30 "Par Liepāju un liepāņiem".

18.00 "Dzīve pēc bērnuma".
18.30 "Vērtīgi zināt".
19.00 "Svētku kūka 3".
19.30 "Gaidām ciemos!".
20.00 "Meža stāsti 6".
20.30 "Ceļot bez robežām 7".
21.00 "Nedēļa Latvijā".
22.00 "Ar saknēm debesis".
24.00 "Āzija 360°".
25.00 "Izšķirtspēja 3".
2.55 "Copes frekvences 2".
3.45 "DoMājiņas stāsti".
4.35 "Brīvdenas sakas tagad!"



Tiesnesis:

– *Vai tad jūs tiešām nemanāt, ka zaglis atradās zem jūsu gultas?*

– *Kā ne, tiesneša kungs, manīju gan, ka tur ir kads: es tikai domāju, ka tas vēl vienmēr ir mans vīrs, ar karu es pie pusdienām sastrīdējos.*

– *Šortt agrt, kad nācu mājās no kluba, pie mums mājās kāds bija mēģinājis ielauzties.*

– *Vai viņš ko dabūja arī?*

– *Pamatīgi. Tagad viņš guļ slimnīcā. Ševa bija tas zaglis atnākēja durvis, viņa to bija noturējusi par mani.*

Piektdiena, 15.augusts

LTV 1

5.10 "1-1. Aktuālā intervija".
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.02 "Lielās patiesības". Atk.
6.30 "Rīta *Panorāma*".
8.35 "Divi vienā". Seriāls.
9.30 "Solījums 3". Seriāls.
10.35 "Jaunās medmāsas 5". Seriāls.

11.20 "Ceļā. Svētceļojums Rīga–Aglona". Atk.
12.00 "Visvērtākās jaunavas Marijas debesis uzņemšanas svētki Aglonā". Tiešr.
15.00 "Zinātnes noslēpumi". Dok. filmu cikls.

15.25 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.
16.05 "Solījums 3". Seriāls.
17.05 "Divi vienā". Seriāls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.50 "Atslēgas". Atk.
19.05 "Sirmās. Kulta ēdieni 2". Atk.

20.00 "Panorāma".
20.40 "Teātra garša".
21.10 "Nāve paradīzē 14". Detektīvseriāls.

22.05 "Eva un pārējie". Seriāls.
22.55 "Nakts ziņas".
23.10 "Midsomeras slepkavības 18". Detektīvseriāls.
2.10 "Daudz laimes, jubilār!" Atk.
3.30 "Personība. 100 g kultūras". Atk.

LTV 7

5.10 "Personība. 100 g kultūras". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Labākais no *Euromaxx*. *Deutsche Welle* žurnāls".

6.30 "Rīta *Panorāma*".
8.35 "Pa straumei". Atk.
9.35 "LV jaunatklāšanas raidījums *Te!*". Atk.
11.25 "Personība. 100 g kultūras". Atk.
13.10 "Jaunās medmāsas 5". Seriāls.

14.00 "Spēlmaņu cilts. Austrā Steinberga". Atk.
14.30 "Spēlmaņu cilts. Divi Greji". Atk.
15.00 "Spēlmaņu cilts. Jēlgavas Studentu teātrim – 50". Atk.

15.30 "Spēlmaņu cilts. Ziemas-svētku vakars režisora Alfreda Amtmaņa-Briedīša muzejā". Atk.
16.00 "Pie stūres. *Deutsche Welle* žurnāls".
16.30 "Province". Atk.

Vārdadienu svini: Dzelve, Zelda, Zenta

TV3 Life

5.00 "Svešā seja 2". Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss". Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 7". Izklaidējošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita". Seriāls.
8.30 "Mani remonta noteikumi". Realitātes šovs.

10.10 "UgunsGrēks 14". Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11". Realitātes šovs.
12.55 "Sievietes spēks". Seriāls.
14.00 "Greijas anatomija 2". Seriāls.
16.00 "Dzīvot nozīmē mīlēt". Seriāls.

17.00 "Tu mani nesalauzi". Seriāls.
19.00 "Kārdinošā bagātība". Realitātes šovs.
21.00 "Seks un lielpilsēta". Romantiska komēdija.
24.00 "Likteņa skartie". Seriāls.
0.55 "Tu mani nesalauzi". Seriāls.
2.40 "Kā mīlēties ar angli". Komēdija.
4.30 "Svešā seja". Seriāls.

TV24

6.00 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.
6.03 "Preses klubs". Atk.
7.30 "Uz līnijas". Atk.
8.00 "Streips pārlūko pasauli".
8.30 "Svarīgais trīs minūtēs".
8.33 "Aktuālais par karadar-bību Ukrainā". Atk.

9.30 "Dienas personība".
10.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
10.03 "Preses klubs". Atk.
11.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.

11.33 "Globuss". Atk.
12.30 "ES ieguldījums konkurētspējīgā lauksaimniecībā". Atk.
13.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
13.03 "Preses klubs". Atk.
14.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.

14.33 "Globuss". Atk.
15.30 "Ārsts atbild". Atk.
16.00 "Dienas personība". Atk.
16.30 "Ziņu *Top*".
17.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
17.03 "Preses klubs".
18.30 "Uz līnijas".

19.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
19.03 "Aktuālais par karadar-bību Ukrainā".
20.00 "Streips pārlūko pasauli".
20.30 "Ziņu *Top*". Atk.

21.00 "Svarīgākais trīs minūtēs". Atk.
21.03 "Nedēļa. P.S.".
22.00 "Uz līnijas". Atk.
22.30 "Streips pārlūko pasauli". Atk.

23.00 "Svarīgākais trīs minūtēs". Atk.
23.03 "Preses klubs". Atk.
0.30 "Dr. Apinis". Atk.
1.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.

1.33 "Nedēļa. P.S.". Atk.
2.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
2.33 "Preses klubs". Atk.
4.00 "Uz līnijas". Atk.
4.30 "Ziņu *Top*". Atk.
5.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.
5.03 "Aktuālais par karadar-bību Ukrainā". Atk.

ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.
5.30 "Āzija 360".
6.00 "Copes frekvence 2".
6.50 "Manas bērības atmiņas 2".

7.20 "Māja un sēta 5".
7.45 "Latvijas stāsti".
8.50 "Spried ar *Delfi*". Atk.
9.00 "Es daru tā".

9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
10.15 "Dzīve pēc bērumnama".
10.50 "Brīvdienas sākas tagad!".
11.25 "Autodroms".
12.00 "Mēs ar brāli – kolosāli!".
12.30 "Ritms, kas vieno".
13.00 "Ceļot bez robežām 7".
13.30 "Latgale kara ēnā".
14.00 "Copes lietas 2".

14.30 "Pāreja".
15.00 "ReTV ziņas trijos".
15.30 "Āzija 360".
16.00 "Latvijas stāsti".
16.30 "Skats no Ventspils".
17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
18.00 "Es daru tā".

18.15 "Spried ar *Delfi*".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".
19.15 "Mēs varam – mēs darām!".
19.50 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".

20.25 "Zaļā gaisma".
21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "Tiksimies stacijā! 3".
22.05 "Ar kājām pa mājām".
23.35 "Spried ar *Delfi*". Atk.
0.25 "Gaidām ciemos!"
2.05 "Latvijas stāsti".
2.30 "Spried ar *Delfi*". Atk.

Otrdiena, 12.augusts

LTV 1

6.00 "Latvijas valsts himna".
6.02 "Ķepa uz sirds". Atk.
6.30 "Rīta *Panorāma*".
8.35 "Mīlas viesulis 20". Seriāls.
9.30 "Solījums 3". Seriāls.
10.35 "Jaunās medmāsas 5". Seriāls.

11.20 "Mājas supiem 2". Dok. filmu cikls.
12.10 "Animācijas seriāli".
12.50 "Vāmu ielas republika". Ģimenes filma.
14.10 "Citādi latviskais. Latgales godi". Atk.

14.40 "Ķepa uz sirds". Atk.
15.10 "Ķrustpunktā".
16.05 "Solījums 3". Seriāls.
17.10 "Mīlas viesulis 20". Seriāls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.45 "Smalkais stils". Komēdijseriāls.
19.15 "Grāntčestera 5". Detektīvseriāls.

20.00 "Panorāma".
20.40 "Džeinas Ostinas ceļš uz slavu". Dok. filmu cikls.
21.40 "Prāts un jūtīgums". Romantiska drāma.
23.55 "Istās latvju saimnieces 9". Izklaidējošs raid. Atk.
1.00 "Paspēt izglābt". Dok. filma par Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta 100 gadu vēsturi.
2.05 "Personība. 100 g kultūras". Atk.
3.05 "Province". Atk.
4.05 "Kultūrdeva". Atk.

LTV 7

5.10 "Personība. 100 g kultūras". Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Eiropa fokusā. *Deutsche Welle* žurnāls".
6.30 "Rīta *Panorāma*".
8.35 "Pa straumei 3". Atk.
9.35 "LV jaunatklāšanas raidījums *Te!*". Atk.
11.25 "Personība. 100 g kultūras". Atk.
13.05 "Jaunās medmāsas 5". Seriāls.

13.55 "Eiropas meistarsacīkstes futbolā sievietēm". Atk.
16.15 "Vienmēr formā. *Deutsche Welle* žurnāls".
16.45 "Ķepa uz sirds". Atk.
17.45 "Nepatiesi apsūdzētie". Dok. filmu cikls.
18.30 "Halo, halo! 5". Situāciju komēdija.
19.25 "Pa straumei 3". Atk.
20.25 "Mērdoka noslēpumi 17". Detektīvseriāls.

Vārdadienu svini: Klāra, Vizma

ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.
5.30 "Āzija 360".
6.00 "Personības kods".
6.50 "Brīvdienas sākas tagad!".
7.20 "Mežavēča emuāri".
7.45 "Latvijas stāsti".
8.15 "Spried ar *Delfi*". Atk.
9.00 "Es daru tā".
9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".

10.15 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".
10.50 "Zaļā gaisma".
11.25 "Manas jaunās mājas – Latgale 2".
12.00 "Mēs ar brāli – kolosāli!".
12.30 "Copes lietas 2".
13.00 "Prāta banka". TV spēle.
14.30 "Bolīvijas piezīmes".
15.00 "ReTV ziņas trijos".
15.30 "Āzija 360".
16.00 "Latvijas stāsti".
16.30 "Ģimenes skola".
17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā".

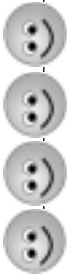
18.00 "Mēs darām tā".
18.15 "Spried ar *Delfi*".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".
19.15 "Cittautiešu dziesmas Latvijai".
19.50 "Limbažu novads rada un dara".
20.25 "Meža stāsti 6".
21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "DoMMājas stāsti".
22.40 "Ceļot bez robežām".
23.15 "Spried ar *Delfi*". Atk.
24.00 "Bolīvijas piezīmes".
0.30 "Cittautiešu dziesmas Latvijai".

1.00 "Meža stāsti 6".
1.25 "Manas jaunās mājas – Latgale".
1.50 "Copes lietas 2".
2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".
3.15 "Prāta banka". TV spēle.
4.35 "Skats no Ventspils".

17.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
17.03 "Preses klubs".
18.30 "Uz līnijas".
19.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
19.03 "Aktuālais par karadar-bību Ukrainā".
20.00 "Streips pārlūko pasauli". Atk.
20.30 "Ziņu *Top*". Atk.
21.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
21.03 "Kur tas suns aprakts?".
22.00 "Uz līnijas". Atk.
22.30 "Streips pārlūko pasauli". Atk.

23.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
23.03 "Preses klubs". Atk.
0.30 "Svarīgais trīs minūtēs".
0.33 "Aktuālais par karadar-bību Ukrainā". Atk.
1.30 "Svarīgais trīs minūtēs".
1.33 "Kur tas suns aprakts?". Atk.

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



– **Kādēļ jūs, jaun-kundz, negribat precēties?**

– **Man to nevajag. Es mājā turu trīs dzīvniekus, kuri man pilnīgi izpilda vīra vietu: vienu suni, kurš visu priekšpus-**

dienu iņurd un ar netī-

rām kājām skraida pa

istabu; vienu papagaili,

kurš māk ļoti lamāties;

un vienu runci, kurš kat-

ru naktī dauzas apkārt.

LTV 1	
6.00 “Latvijas valsts himna”.	
6.02 “Province”. Atk.	
6.30 “Rīta <i>Panorāma</i> ”.	
8.35 “Mīlas viesulis 20”. Seriāls.	
9.30 “Solījums 3”. Seriāls.	
10.35 “Jaunās medmāsas 5”. Seriāls.	
11.20 “Līkteņa trieciens”. Romantiska drāma.	
12.50 “Animācijas seriāls”.	
13.15 “Ielas garumā”. Atk.	
14.15 “12 elementi ainavā”. Atk.	
15.10 “Krustpunktā”.	
16.05 “Solījums 3”. Seriāls.	
17.10 “Mīlas viesulis 20”. Seriāls.	
18.00 “Dienas ziņas”.	
18.45 “Smalkais stils”. Komēdijseriāls.	
19.15 “Grantčestera 5”.	
20.00 “Detektīvseriāls.	
20.00 “Panorāma”.	
20.40 “Labākie gadī”. Komēdijseriāls.	
21.10 “ <i>Latvijas Loto</i> izlozes”.	
21.20 “Lielas un mazas radības 5”. Seriāls.	
22.20 “Es gribu tavu foto”. Rīgas kinostudijas īstfilma.	
22.45 “Nakts ziņas”.	
23.00 “Vīnes filharmoniku koncerts Parīzē, 2025”.	
0.30 “Ielas garumā”. Atk.	
1.30 “Latvieši. Paralelās pasaules”. Atk.	
2.20 “Zinātnes noslēpumi”. Dok. filmu cikls.	
2.40 “12 elementi ainavā”. Atk.	
3.40 “Vides fakti”. Atk.	
4.10 “Kultūrdeva”. Atk.	
LTV 7	
5.10 “Personība. 100 g kultūras”. Atk.	
6.00 “Latvijas valsts himna”.	
6.03 “Projekts <i>Nākothe. Deutsche Welle</i> žurnāls”.	
6.30 “Rīta <i>Panorāma</i> ”.	
8.35 “Pa straumēi 3”. Atk.	
9.35 “LV jaunaklāšanas raidījums <i>Tēļi</i> ”. Atk.	
11.25 “Personība. 100 g kultūras”. Atk.	
13.15 “Jaunās medmāsas 5”. Seriāls.	
14.00 “Eiropas meistarsacīkstes futbolā sievietēm”. Atk.	
16.30 “Eiropa fokusā. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls”.	
17.00 “Zemes stāsti”. Atk.	
17.30 “Pa straumēi 3”. Atk.	
18.30 “Halo, halo! 6”. Situāciju komēdija.	
19.25 “Zinātnes noslēpumi”. Dok. filmu cikls.	
19.50 “Eiropas meistarsacīkšu	
atlases spēle volejbolā vīriešiem. Slovākija – Latvija”. Tiešr.	
22.00 “Agāta Kristī. Mīs Marp-la”. Detektīvseriāls.	
23.35 “Karotāja atelpa”. Melodrama.	
1.20 “Eiropa fokusā. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls”.	
1.50 “Spēlmaņu cilts. Austra Šteinberga”. Atk.	
2.20 “Spēlmaņu cilts. Divi Greiji”. Atk.	
2.50 “Spēlmaņu cilts. Jelgavas Studentu teātrim – 50”. Atk.	
3.20 “Spēlmaņu cilts. Ziemas-svētku vakars režisora Alfrēda Amtmāņa-Briētiša uzvežā”. Atk.	
3.50 “LTV – 60. Zelta arhivs”.	
4.10 “Personība. 100 g kultūras”. Atk.	
TV 3	
5.00 “Izmekle Krārā”. Seriāls.	
6.00 “Misters Brns”. Animācijas seriāls.	
6.25 “900 sekundes”.	
8.45 “Nozvegumam pa pēdām 9”. Seriāls.	
9.50 “Brīvības sapņi”. Seriāls.	
11.00 “Solī pa solim 6”. Komēdijseriāls.	
12.00 “Austrālijas desertu meistari”. Kulīnārijs	
13.15 “Nemīļēte. Nolādētie 7”. Seriāls.	
13.50 “Tīri un kārtīgi”. Realitātes šovs.	
14.50 “Doktors Hauss 6”. Seriāls.	
15.50 “Indija no putna lidojuma”. Dok. seriāls.	
16.55 “Četri gultā 12”. 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 15”. 21.10 “Slepenie triumfi”.	
23.15 “Nekā personīga. Faili 4”. Informatīvi analītisks raidījums. Atk.	
24.00 “Likums un kārtība: organizētā noziedzība 3”. Seriāls.	
0.55 “Kobra 11-15”. Seriāls.	
1.55 “Latvijas raidījums <i>Tēļi</i> ”.	
2.55 “Indija no putna lidojuma”. Dok. seriāls.	
3.55 “Četri gultā 12”.	
Realitātes šovs.	
TV3 Life	
5.00 “Svešā seja 2”. Seriāls.	
5.30 “Ticīgo uzvaras bals”.	
5.30 “Izgaršo Latviju! 7”. Izk. raid.	
6.00 “Vēstnieka meita”. Seriāls.	
8.30 “Mani remonta noteikumi 5”. Realitātes šovs.	
10.45 “UgunsGrēks 13”. Seriāls.	
11.55 “Zem klāja 11”. Realitātes šovs.	
12.55 “Sievietes spēks”. Seriāls.	
14.00 “Grējas anatomija”. Seriāls.	
16.00 “Dzīvot nozīmē mīlēt”. Seriāls.	
17.00 “Tu mani nesalauzi”. Seriāls.	
19.00 “Nevaldāmās līgavas 10”. Realitātes šovs.	
20.00 “Radītī mīlestībai”. Romantiska komēdija.	
21.55 “Bistamās sievietes”. Dok. seriāls.	
23.00 “Iemīlētās Parīzē”. Realitātes šovs.	
23.55 “Veiksmīgs uzņēmējs Latvija. Televēlka skatlog”.	
0.25 “Līkteņa skartie”. Seriāls.	
1.20 “Tu mani nesalauzi”. Seriāls.	
3.15 “Svešā seja 2”. Seriāls.	
21.03 “Naudas cena”. 22.00 “Uz līnijas”. Atk.	
22.30 “Streips pārlūko pasauli”. Atk.	
23.00 “Svarīgais trīs minūtēs”. Atk.	
23.03 “Preses klubs”. Atk.	
0.30 “Svarīgais trīs minūtēs”.	
0.33 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.	
1.30 “Nacionālo interešu klubs”. Atk.	
2.30 “Svarīgais trīs minūtēs”. 2.33 “Preses klubs”. Atk.	
4.00 “Uz līnijas”. Atk.	
4.30 “ <i>Ziņu Top</i> ”. Atk.	
5.00 “Svarīgais trīs minūtēs”.	
5.03 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.	
5.00 “ReTV ziņas”. Atk.	
5.30 “DOMMāijas stāsti”. 6.25 “Vērtīgi zināt”.	
6.50 “Ceļot bez robežām 5”. 7.20 “No Piena ceļa nākuši. Sēlija – identitāte”.	
7.45 “Latvijas stāsti”. 8.15 “Spried ar <i>Deļfi</i> ”. Atk.	
9.00 “Mēs darām tā”. 9.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
10.15 “Skats no Ventspils”. 10.50 “Ģimenes skola”. 11.25 “Maļa un sēta 5”. 12.00 “DOMMāijas stāsti”. 13.00 “Copes frekvence 2”. 14.00 “Atzīksties 3”. 15.00 “Ceurtā vara 2”. 15.00 “ReTV ziņas trijos”. 15.30 “Āzija 360°”. 16.00 “Latvijas stāsti”. 16.30 “Cīvēki, darbi, tradīcijas Lejaskurzēnē”. 17.00 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
18.00 “Kāpēc?”. 19.00 “ReTV ziņas septiņos”. 19.15 “Dzīve pēc bērnunama”. 19.50 “Autodroms”. 20.25 “Brīvdienu sākas tagad!”. 21.00 “ReTV ziņas deviņos”. 21.30 “Es palieku”. Dok. seriāls.	
22.40 “Vērtīgi zināt”. 23.50 “Vidzemes Augstskolas studentu īstfilmu izlase”. 24.00 “Atzīksties 3”. 0.30 “Dzīve pēc bērnunama”. 1.00 “Brīvdienu sākas tagad!”. 1.25 “DOMMāijas stāsti”. 2.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
3.00 “Kāpēc?”. Atk.	
3.55 “Personības kods”. 4.35 “Limbāžu novads rada un dara”.	

21.03 “Naudas cena”. 22.00 “Uz līnijas”. Atk.	
22.30 “Streips pārlūko pasauli”. Atk.	
23.00 “Svarīgais trīs minūtēs”. Atk.	
23.03 “Preses klubs”. Atk.	
0.30 “Svarīgais trīs minūtēs”.	
0.33 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.	
1.30 “Nacionālo interešu klubs”. Atk.	
2.30 “Svarīgais trīs minūtēs”. 2.33 “Preses klubs”. Atk.	
4.00 “Uz līnijas”. Atk.	
4.30 “ <i>Ziņu Top</i> ”. Atk.	
5.00 “Svarīgais trīs minūtēs”.	
5.03 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.	
5.00 “ReTV ziņas”. Atk.	
5.30 “DOMMāijas stāsti”. 6.25 “Vērtīgi zināt”.	
6.50 “Ceļot bez robežām 5”. 7.20 “No Piena ceļa nākuši. Sēlija – identitāte”.	
7.45 “Latvijas stāsti”. 8.15 “Spried ar <i>Deļfi</i> ”. Atk.	
9.00 “Mēs darām tā”. 9.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
10.15 “Skats no Ventspils”. 10.50 “Ģimenes skola”. 11.25 “Maļa un sēta 5”. 12.00 “DOMMāijas stāsti”. 13.00 “Copes frekvence 2”. 14.00 “Atzīksties 3”. 15.00 “Ceurtā vara 2”. 15.00 “ReTV ziņas trijos”. 15.30 “Āzija 360°”. 16.00 “Latvijas stāsti”. 16.30 “Cīvēki, darbi, tradīcijas Lejaskurzēnē”. 17.00 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
18.00 “Kāpēc?”. 19.00 “ReTV ziņas septiņos”. 19.15 “Dzīve pēc bērnunama”. 19.50 “Autodroms”. 20.25 “Brīvdienu sākas tagad!”. 21.00 “ReTV ziņas deviņos”. 21.30 “Es palieku”. Dok. seriāls.	
22.40 “Vērtīgi zināt”. 23.50 “Vidzemes Augstskolas studentu īstfilmu izlase”. 24.00 “Atzīksties 3”. 0.30 “Dzīve pēc bērnunama”. 1.00 “Brīvdienu sākas tagad!”. 1.25 “DOMMāijas stāsti”. 2.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
3.00 “Kāpēc?”. Atk.	
3.55 “Personības kods”. 4.35 “Limbāžu novads rada un dara”.	

LTV 1	
6.00 “Latvijas valsts himna”.	
6.02 “Province”. Atk.	
6.30 “Rīta <i>Panorāma</i> ”.	
8.35 “Mīlas viesulis 20”. Seriāls.	
9.30 “Solījums 3”. Seriāls.	
10.35 “Jaunās medmāsas 5”. Seriāls.	
11.20 “Piedzīvojums dabā”. Atk.	
12.20 “Kas te? Es te!” Atk.	
12.50 “Animācijas filma”.	
13.15 “Berberiem pa pēdām. Maroka”. Atk.	
13.45 “Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras”. Atk.	
15.10 “Krustpunktā”.	
16.10 “Solījums 3”. Seriāls.	
17.10 “Mīlas viesulis 20”. Seriāls.	
18.00 “Dienas ziņas”.	
18.45 “Smalkais stils”. Komēdijseriāls.	
19.15 “Grantčestera 5”. Detektīvseriāls.	
20.00 “Panorāma”.	
20.40 “Uzmanību, esam gaisā!” Atk.	
21.10 “Dienātnes noslēpums rentgena staros”. Dok. filma.	
22.00 “Visvērtākās Jaunavas Māssas debesis uzņemšanas svētki Aglonā. Krustaceļš”. Tiešr.	
23.30 “Nakts ziņas”. 23.45 “Dzirdi balis ar Karli Kzazku”. Atk.	
0.40 “Nora”. Dok. filma.	
2.05 “Rakstītāja”. Rakstnieces Broņislavas Martuževas piemīņai veltīts koncerts.	
3.20 “Zinātnes noslēpumi”. Dok. filmu cikls.	
3.50 “Daudz laimes, jūbiļari” Atk.	
5.10 “Personība. 100 g kultūras”. Atk.	
6.00 “Latvijas valsts himna”.	
6.03 “Pie stūres. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls”.	
6.30 “Rīta <i>Punorāma</i> ”.	
8.35 “Pa straumēi 3”. Atk.	
9.35 “LV jaunaklāšanas raidījums <i>Tēļi</i> ”. Atk.	
11.20 “Personība. 100 g kultūras”. Atk.	
13.05 “Jaunās medmāsas 5”. Seriāls.	
13.50 “Eiropas meistarsacīkstes futbolā sievietēm”. Atk.	
16.10 “Projekts <i>Nākothe. Deutsche Welle</i> žurnāls”.	
16.40 “Čīādi latviskais”. Atk.	
17.30 “Džēinas Ostīnas ceļš uz	
slavu”. Dok. filmu cikls.	
18.00 “Halo, halo! 6”. Situāciju komēdija.	
19.25 “Pa straumēi”. Atk.	
20.25 “Mēdoka noslēpumi 17”. Detektīvseriāls.	
22.00 “Glabēja”. Seriāls.	
23.30 “Projekts <i>Nākothe. Deutsche Welle</i> žurnāls”.	
24.00 “Zinātnes noslēpumi”. Dok. filmu cikls.	
0.20 “Sauls izaicināte. Latvieši Amerikā”. Atk.	
1.20 “ <i>Mikrofona</i> dziesmas”. Atk.	
2.50 “ <i>Spots</i> ”. Atk.	
3.20 “Meļu laboratorija”. Atk.	
4.15 “Personība. 100 g kultūras”. Atk.	
5.00 “Izmekle Klārā”. Seriāls.	
6.00 “Animācijas seriāls”. 6.25 “900 sekundes”.	
8.45 “Nozvegumam pa pēdām 9”. Seriāls.	
9.50 “Brīvības sapņi”. Seriāls.	
11.00 “Solī pa solim 6”. Komēdijseriāls.	
12.00 “Austrālijas desertu meistari”. Kulīnārijs šovs.	
13.15 “Nemīļēte. Nolādētie 7”. Seriāls.	
13.50 “Tīri un kārtīgi”. Realitātes šovs.	
14.50 “Doktors Hauss 6”. Seriāls.	
15.50 “Indija no putna lidojuma”. Dok. seriāls.	
16.55 “Četri gultā 12”. 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 15”. 21.10 “Slepenie triumfi”. Seriāls.	
22.15 “Zebra”. LV raidījums.	
22.30 “Čēsijas detektīvs 3”. Seriāls.	
0.25 “Tumšas detektīvi”. Izklaidējošs raidījums.	
1.15 “Kobra 11-15”. Seriāls.	
2.15 “Latvijas raidījums <i>Tēļi</i> ”. 3.15 “Tīri un kārtīgi”. Realitātes šovs.	
4.15 “Četri gultā 12”. Realitātes seriāls.	
5.00 “Svešā seja 2”. Seriāls.	
5.30 “Ticīgo uzvaras bals”.	
5.30 “Krustpunktā 15”. 6.00 “Izgaršo Latviju! 7”. 6.35 “Vēstnieka meita”. Seriāls.	
8.30 “Mani remonta noteikumi”. Realitātes šovs.	
10.10 “UgunsGrēks 14”. Seriāls.	
11.55 “Zem klāja 11”. Realitātes šovs.	
12.55 “Sievietes spēks”. Seriāls.	
14.00 “Grējas anatomija”. Seriāls.	
16.00 “Dzīvot nozīmē mīlēt”. Seriāls.	
17.00 “Tu mani nesalauzi”. Seriāls.	
19.00 “Nevaldāmās līgavas 10”. Realitātes šovs.	
20.00 “Taisks izmeklēšanai. Brīvais kritiens”. Detektīvfilma.	
21.55 “Bistamās sievietes”. Dok. seriāls.	
23.55 “Līkteņa skartie”. Seriāls.	
0.55 “Tu mani nesalauzi”. Seriāls.	
2.45 “Svešā seja 2”. Seriāls.	
5.00 “ReTV ziņas”. Atk.	
5.30 “Āzija 360°”. 6.00 “Dzīve pēc bērnunama”. 6.25 “Pareja”. 6.50 “Zaļā gaisma”. 7.20 “Bohviļas piezīmes”. 7.45 “Latvijas stāsti”. 8.15 “Kāpēc?”. Atk.	
9.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
10.15 “Limbāžu novads rada un dara”.	
10.50 “Meža stāsti 6”. 11.25 “Cittautiešu dziesmas Latvija”.	
12.00 “Māksla dzīvot”. 13.00 “Svētku kūka 3”. 13.30 “Kas tu esi, inovācija?” 14.00 “Par Liepāju un liepāņiem”. 14.30 “Dienas personība”. 10.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs”. 10.03 “Preses klubs”. Atk.	
11.30 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs”. 11.33 “Naudas cena”. Atk.	
12.30 “Uz līnijas”. Atk.	
13.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs”. 13.03 “Preses klubs”. Atk.	
14.30 “Uz līnijas”. Atk.	
15.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs”. 15.03 “Naudas cena”. Atk.	
16.00 “Dienas personība”. 16.30 “ <i>Ziņu Top</i> ”. 17.00 “Svarīgais trīs minūtēs”. 17.03 “Preses klubs”. 18.30 “Uz līnijas”. 19.00 “Svarīgais trīs minūtēs”. 19.03 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. 20.00 “Streips pārlūko pasauli”. Atk.	
20.30 “Ārsts atbild”. 21.00 “Svangais trīs minūtēs”. 21.03 “Globuss”. 22.00 “Uz līnijas”. Atk.	
22.30 “Streips pārlūko pasauli”. Atk.	
23.00 “Preses klubs”. Atk.	
0.30 “Ar pasaules pieredzi Latvija”. 20.25 “Ceļot bez robežām 5”. 21.00 “ReTV ziņas deviņos”. 22.40 “Prāta banka”. TV spēle.	
23.15 “Spried ar <i>Deļfi</i> ”. Atk.	
24.00 “Par Liepāju un liepāņiem”. 0.30 “Ar pasaules pieredzi Latvija”. 1.00 “Brīvdienu sākas tagad!”. 1.25 “Mākla dzīvot”. 2.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
3.15 “Āzija 360°”. 3.40 “Prāta banka”. TV spēle.	
4.35 “Copes lietās”.	

8.30 “Mani remonta noteikumi”. Realitātes šovs.	
10.10 “UgunsGrēks 14”. Seriāls.	
11.55 “Zem klāja 11”. Realitātes šovs.	
12.55 “Sievietes spēks”. Seriāls.	
14.00 “Grējas anatomija”. Seriāls.	
16.00 “Dzīvot nozīmē mīlēt”. Seriāls.	
17.00 “Tu mani nesalauzi”. Seriāls.	
19.00 “Nevaldāmās līgavas 10”. Realitātes šovs.	
20.00 “Taisks izmeklēšanai. Brīvais kritiens”. Detektīvfilma.	
21.55 “Bistamās sievietes”. Dok. seriāls.	
23.55 “Līkteņa skartie”. Seriāls.	
0.55 “Tu mani nesalauzi”. Seriāls.	
2.45 “Svešā seja 2”. Seriāls.	
5.00 “ReTV ziņas”. Atk.	
5.30 “Āzija 360°”. 6.00 “Dzīve pēc bērnunama”. 6.25 “Pareja”. 6.50 “Zaļā gaisma”. 7.20 “Bohviļas piezīmes”. 7.45 “Latvijas stāsti”. 8.15 “Kāpēc?”. Atk.	
9.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
10.15 “Limbāžu novads rada un dara”.	
10.50 “Meža stāsti 6”. 11.25 “Cittautiešu dziesmas Latvija”.	
12.00 “Māksla dzīvot”. 13.00 “Svētku kūka 3”. 13.30 “Kas tu esi, inovācija?” 14.00 “Par Liepāju un liepāņiem”. 14.30 “Dienas personība”. 10.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs”. 10.03 “Preses klubs”. Atk.	
11.30 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs”. 11.33 “Naudas cena”. Atk.	
12.30 “Uz līnijas”. Atk.	
13.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs”. 13.03 “Preses klubs”. Atk.	
14.30 “Uz līnijas”. Atk.	
15.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs”. 15.03 “Naudas cena”. Atk.	
16.00 “Dienas personība”. 16.30 “ <i>Ziņu Top</i> ”. 17.00 “Svarīgais trīs minūtēs”. 17.03 “Preses klubs”. 18.30 “Uz līnijas”. 19.00 “Svarīgais trīs minūtēs”. 19.03 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. 20.00 “Streips pārlūko pasauli”. Atk.	
20.30 “Ārsts atbild”. 21.00 “Svangais trīs minūtēs”. 21.03 “Globuss”. 22.00 “Uz līnijas”. Atk.	
22.30 “Streips pārlūko pasauli”. Atk.	
23.00 “Preses klubs”. Atk.	
0.30 “Ar pasaules pieredzi Latvija”. 20.25 “Ceļot bez robežām 5”. 21.00 “ReTV ziņas deviņos”. 22.40 “Prāta banka”. TV spēle.	
23.15 “Spried ar <i>Deļfi</i> ”. Atk.	
24.00 “Par Liepāju un liepāņiem”. 0.30 “Ar pasaules pieredzi Latvija”. 1.00 “Brīvdienu sākas tagad!”. 1.25 “Mākla dzīvot”. 2.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	
3.15 “Āzija 360°”. 3.40 “Prāta banka”. TV spēle.	
4.35 “Copes lietās”.	

23.00 "Svarīgais trīs minūtēs". 23.03 "Preses klubs". Atk.	pasauli". Atk.
0.30 "Svarīgais trīs minūtēs". 0.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.	23.03 "Preses klubs". Atk.
1.30 "Svarīgais trīs minūtēs". 1.33 "Globuss". Atk.	0.30 "Svarīgais trīs minūtēs". 0.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.
2.30 "Svarīgais trīs minūtēs". 2.33 "Preses klubs". Atk.	1.30 "Svarīgais trīs minūtēs". 1.33 "Globuss". Atk.
4.00 "Uz līnijas". Atk.	2.30 "Svarīgais trīs minūtēs". 2.33 "Preses klubs". Atk.
4.30 "Ziņu Top". Atk.	4.00 "Uz līnijas". Atk.
5.00 "Svarīgais trīs minūtēs". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.	4.30 "Ziņu Top". Atk.
	5.00 "Svarīgais trīs minūtēs". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.

nekā nekad

Kādēļ nolēmāt meitiņai dot vārdu Marija?

– Spriedām, ka jaundzimušo varēt saukt par Paulu, Anabellu vai Annu Mariju, bet vīrs noteica, – ja jau brīnums noticis, tad lai par godu šim brīnumam meitiņa ir Marija. Un tā arī palika.

Visu savu līdzšinējo dzīvi domājāt, ka jums nevar būt bērni, bet kā vērtējat to sieviešu lēmumu, kuras par bērniņa laišanu pasaulē izšķiras jau tuvu četrdesmit gadu vecumam vai vīrs tā?

– Mēdz teikt, ka vecākām sievietēm dzimst gudri bērni. Tas, ka sievietēm pirmais bērns dzimst ap četrdesmit gadiem, piemēram, ārzemēs nav nekāds retums. Protams, visam ir savi

plusi un mīnusi. Kļūt par mammu pavisam agrā jaunībā arī nav ļoti ieteicams, jo sievietes vēl nav pietiekami nobriedušas un guvušas nepieciešamo dzīves pieredzi, kā rezultātā var būt jūtams atbildības trūkums ne tikai par pašas, bet arī sava bērna dzīvi. Šādos gadījumos var veidoties situācijas, kad jaunā māmiņa ar savu atvasi pavada diezgan maz laika, bet bērniņu nodod aprūpē, piemēram, saviem vecākiem, bet pati nododas dzīves izklaidēm. Nekādā gadījumā neapgalvoju, ka tādas ir visas jaunās māmiņas, bet, domāju, nesamelošu, teikdama, ka arī šādi gadījumi ir.

Nereti, īpaši mūsdienās, sievietēm prioritāte ir karjeras attīstība un tikai pēc tam ģimene, bērni...

– Manuprāt, šāds lēmums nav pareizs, jo, pienākot apziņai, ka sieviete vēlas bērnu, nereti to vairs nemaz nav iespējams īstenot. Ja Dievs redz, ka cilvēks vēlas karjeru vai jebko citu, nevis ģimeni ar bērniem, tad šāds ceļš arī jāiet un Dievs sievietei bērnu var arī nedāvāt.

Atvainojiet par nekautrīgu jautājumu, bet kā ar domām par otru bērniņu...

– Man jau saka, ka tagad jāsāk domāt par vēl vienu atvasīti. Ziniet, es visu savu līdzšinējo dzīvi gribēju bērniņu un, kad uzzināju par savu grūtniecību, jau pēc mēneša bija jādzemdē! Vīram saku: “Ja viens brīnums ir, varbūt pie tā arī apstāsimies?!” Bet, ja Dieviņš lems citādāk, tad tā arī lai tas notiek!

Vada sagatavošanas kursus jaunajiem vecākiem

Bērniņš jebkurā vecumā ir liela svētība

Speciālista viedoklis!

SIA “Balvu un Gulbenes slimnīcu apvienība” Ginekoloģijas un dzemdību nodaļā Balvos jau piecus gadus strādā GUNA ANKIPOVA, kur pilda vecmātes un māsas pienākumus.

Kursi trīs ciklos

Jaunā speciāliste ne tikai ieguvusi izglītību divās minētajās medicīnas profesijās, bet nodaļā jau divus gadus vada arī sagatavošanas kursus jaunajiem vecākiem, kopā ar pediatru piedāvājot gan individuālās, gan arī grupu lekcijas, sniedz mazuļu zīdīšanas konsultācijas un nodod vecākiem citas ar jaundzimušajiem saistītas zināšanas. Visbiežāk lekcijas kopīgi apmeklē māmiņa un tētis, bet dažkārt arī citi tuvi cilvēki, kuri plāno būt klāt dzemdību brīdī, piemēram, grūtnieces mamma. “Kursi jaunajiem vecākiem sadalīti trīs ciklos – pirmsdzemdību, dzemdību un pēcdzemdību. Pirmsdzemdību kursus vecākus sagatavojam brīdim, kad bērniņš nāks pasaulē, runājam par dzemdību somas saturu, nepieciešamajām aktivitātēm, uzturu un citām tamlīdzīgām svarīgām lietām. Dzemdību kursus vecākus iepazīstinu, kā norit šis process un kādos posmos dzemdības iedalītas, ko to laikā drīkst un ko nav ieteicams vai pilnībā aizliegts darīt, kāda ir loma un kā dzemdībās var iesaistīties atbalsta persona (piemēram, tētis). Savukārt pēcdzemdību kursus, kas arī tiek aizvadīti pirms dzemdībām, stāstām par bērniņa aprūpi. Turklāt, kad mazais cilvēciņš jau piedzimis, parasti pēcdzemdību lekcijās iegūtās zināšanas un iemaņas tiek atsvaidzinātas,” stāsta G.Ankipova.

Brīva viedokļu un pieredzes apmaiņa

Speciāliste, kura pilda arī ambulatorās vecmātes pienākumus Gulbenē un kur topošie vecāki var pieteikties individuālajām lekcijām (piemēram, jautājumos par bērniņa zīdīšanu un barošanu), piebilst, ka kursu laikā nav tikai viņas monologs, bet tajos notiek brīva viedokļu un pieredzes apmaiņa. Protams, tiek uzdoti arī dažādi jautājumi. “Parasti pirmajā lekcijā topošie vecāki ir mazāk aktīvi, jo viss ir jauns un nezināms. Savukārt turpinājumā atmosfēra kļūst atrasisītāka un draudzīgāka, kad vecāku iesaiste un jautājumu daudzums kļūst lielāks. Kuri ir komunikablāki – māmiņas vai tēti? Jāsaka tā, – mammām vairāk interesē tieši pats dzemdību process, bet tēti lekciju laikā uztur pozitīvu enerģiju un tajās ienes viegluma sajūtu,” ar smaidu sejā stāsta G.Ankipova. Viņa piebilst, ka ģimenes dzemdību, kurās piedalās arī tēti, ir ļoti daudz. Tā acīmredzot ir lielā motivācija un vēlme atbalstīt savu dzīvesbiedri skaistajā dzīves mirklī. “Jebkurā gadījumā visus trīs kursus, no paša to

sākuma līdz pat noslēgumam, parasti apmeklē visi topošie vecāki, kuri par to izrādījuši interesi un gaida pirmdzimto. Protams, ir arī mammas, kurām ir atkārtotas dzemdības un viņu ģimenēs jauno atvasīti gaida jau citi bērni. Šādās reizēs māmiņām jau ir pieredze un izpratne par dzemdību norisi, tādēļ viņas pirms svarīgā dzīves brīža parasti tikai apskata nodaļas telpas. Protams, kursu apmeklēšana ir jauno vecāku brīvprātīga izvēle,” stāsta G.Ankipova.

Jauno māmiņu vīrs četrdesmit gadiem nav daudz

Jautāta, vai starp topošajām māmiņām, kuras pasaulē laidušas savu pirmo bērniņu, ir arī sievietes vecumā no 40 gadiem, G.Ankipova stāsta, ka šādu māmiņu nav daudz. “Manā personīgajā pieredzē dzemdību nodaļā Balvos māmiņas vīrs 40 gadiem pirmo bērniņu nav dzemdējušas, bet šādās dzemdības esmu piedalījies Rīgas Dzemdību namā. Tai pat laikā dzemdību nodaļā Balvos bijušas māmiņas, kurām pirmais bērniņš pieteicies tuvu 40 gadu vecumam, piemēram, 37 vai 38 gadus, bet arī šādu sieviešu nav daudz. Cita lieta, ja šādā vecumā dzemdības notiek jau ne pirmo reizi. Tas ir absolūti normāli. Parasti māmiņas pirmo bērnu dzemdē līdz 30 gadiem, bet novērojama zināma tendence, ka jauno māmiņu vecums sāk kļūt lielāks,” stāsta G.Ankipova.

Lūgta dalīties viedoklī, kā vērtē, ka pirmais bērniņš tiek dzemdēts tuvu 40 gadu vecumam vai vīrs tā, jaunā speciāliste uzsver, ka, neatkarīgi no vecuma, katra cilvēka nākšana pasaulē ir Dieva dota dāvana. Turklāt cilvēka fizioloģija iekārtota tā, kā iekārtota, tādēļ ir krietni mazāka iespēja, ka dzemdības bez potenciālām komplikācijām aizritēs tieši gados jaunākām sievietēm. “Protams, grūtniecība vēlākā vecumā no sievietes organisma prasa krietni vairāk, nekā jaunākām. Galu galā grūtniecība ilgst deviņus mēnešus, kas nav mazs laiks. Turklāt, sievietei kļūstot vecākai, mainās arī procesi organismā. Kļūst arī lielāks risks iedzīvoties kādā slimībā vai arī pēc dzemdībām var saasināties jau esošās slimības. Tā tas gluži vienkārši ir – tā iekārtota daba,” stāsta G.Ankipova.

Svarīgi pārbaudīt veselības stāvokli

Speciāliste spriež, ka nereti lēmums laist bērnu vēlinā vecumā saistīts ar veselības problēmām. Tā liecina viņas personīgā profesionālā darba pieredze. Piemēram, bijušas reizes, kad vecāki pirmdzimto plānojuši vairākus gadus, bet tobrīd to izdarīt nav ļāvusi sievietes vai vīrieša veselība. Savukārt, kad iziets attiecīgs ārstēšanās kurss, bērniņš veiksmīgi pieteicies. Protams, bērna



Foto - no personīgā arhīva

Guna Ankipova. Jautāta, kādēļ izvēlējās tieši vecmātes un māsas profesiju, jaunā speciāliste atzīst, – to, ka savu nākotni saistīs ar medicīnu, zināja pilnīgi noteikti, bet sākotnēji plānoja apgūt pediatriju vai ginekoloģiju. “Dzīve gan mēdz ieviest savas korekcijas, bet ar izvēlētajām profesijām esmu ļoti apmierināta. Tas ir mans lielais aicinājums. Bet vai būt par labu vecmāti ir grūti? Bērniņa piedzimšana ir ļoti skaists brīdis, bet tas nav arī viegls process, jo dzemdības, ņemot vērā cilvēka fizioloģiju, nenotiek bez sāpēm. Līdz ar to jābūt blakus cilvēkam, kuram sāp, un sieviete ir jāuzmundrina. Tas tā gluži vienkārši notiek, tas ir normāli un dabiski, bet prasa arī lielu pacietību,” uzsver jaunā speciāliste.

dzemdēšana vēlā vecumā mēdz būt saistīta arī ar citām dzīves prioritātēm, piemēram, uzvaru liekot nevis uz ģimeni, bet karjeras attīstību. “Mans aicinājums būtu pirmā bērniņa dzimšanu neatlikt uz laiku, kad sievietes vecums ir jau vīrs 40 gadiem. Ļoti svarīgi ir sagatavoties grūtniecībai un pirms tās aiziet pie ģimenes ārsta un apmeklēt citus speciālistus, lai pārbaudītu veselības stāvokli. Vienlaikus vēlreiz uzsveru, ka, neatkarīgi no vecuma, bērniņa nākšana pasaulē jebkurā vecumā ir liela svētība,” secina G.Ankipova.

Statistika un interesanti fakti

✓ Centrālās statistikas pārvaldes apkopotā informācija liecina, ka, salīdzinot 1994. un 2023.gada datus, Latvijā vecāki arvien vēlāk sāk ģimenes pieauguma veidošanu.

✓ 1994.gadā piedzima 24 256 bērni – visvairāk (271 bērns), kad mātei bija 21 un tēvam 23 gadi. Savukārt 2023.gadā piedzima 14 490 bērni – visvairāk (155 bērni), kad mātei bija 31 un tēvam 32 gadi.

✓ Kopš 1994.gada jaundzimušā mātes vidējais vecums palielinās. Arī tēva vidējais vecums palielinās. Visaugstākie dzimstības rādītāji ir sievietēm 25 līdz 34 gadu vecumā.

Pamazām pieaug bērnu skaits, kuri piedzimst sievietēm pēc 40 gadiem.

✓ Lai Latvijā nodrošinātu paaudžu nomaīņu, minimālais nepieciešamais dzimstības līmenis ir 2,1 bērns vidēji uz vienu sievieti.

✓ Eiropā sievietes arvien biežāk atliek ģimenes veidošanu uz vēlāku laiku. Vidējais vecums, kad tiek dzemdēts pirmais bērns, 2022.gadā sasniedza 29,7 gadus, salīdzinot ar 28,8 gadiem pirms desmit gadiem.

✓ Zemās dzimstības iemesli ir dažādi – dzīves dārdzība, bērnu

audzināšanas izmaksas, mājokļu nepieejamība, kā arī darba un karjeras prioritātes. Tāpat sievietes arvien biežāk izvēlas kļūt par mātēm vēlāk, kad nostabilizējusies finansiālā situācija un profesionālā dzīve.

✓ Zinātnieki pavēstījuši, ka pēdējo 250 tūkstošu gadu laikā pirmā bērna dzimšanas brīdī māte bijusi vidēji 23,2 gadus veca, bet tēvs par 7,5 gadiem vecāks. Tas nozīmē, ka vīrietis par tēvu kļuvis vidēji 30,7 gadu vecumā. Pēdējos 5000 gadus plaša starp abiem dzimumiem gan sarūk, un mūsdienās sievietēm pirmais bērns piedzimst vidēji 26,4 gadu vecumā, kamēr tēvu vecums būtiski nav mainījies.

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

PEP mamma – vecāku emocionālā atbalsta speciālists

Ir labi, ja kāds ieklausās, saprot un iedrošina

Megija Kriviša

Ikkatram vecākam ir savas ilūzijas par to, kāda būs dzīve līdz ar bērna ienākšanu ģimenē, taču nereti realitāte var būt pavisam citādāka. Šādos brīžos ir svarīgi, lai kāds spēj uz klausīt, saprast un palīdzēt rast risinājumu vai atbildi. Tieši tāpēc PEP (pirmās emocionālās palīdzības) mamma ir cilvēks, kurš nenosoda, bet iejūtīgi atbalsta un sniedz palīdzību. Daudziem var šķist, ka PEP mamma ir domāta tikai māmiņām, bet patiesībā tas ir vecāku emocionālā atbalsta speciālists. Turklāt vērtīgi zināt, ka līdz šī gada 14. novembrim PEP mammas konsultācijas pie INGAS BUKŠAS ir bez maksas.

♦ Balvu novada Sociālajā pārvaldē 1. augustā norisinājās tikšanās ar PEP mammu INGU BUKŠU. Viņa stāstīja, ka Covid-19 bija pārdomu laiks, kad domāja, kur vēl varētu būt noderīga, līdz izdomāja, ka varētu sevi izmēģināt šajā jomā – PEP mamma jeb vecāku emocionālā atbalsta speciālists. “Janvārī šī profesija tika ielikta kā oficiāla profesija. Tā vairs nesauca kā pirmā emocionālā palīdzība (PEP), bet gan vecāku emocionālā atbalsta speciālists. Tomēr tautā joprojām ir iegājis PEP mamma, kas šķiet ļoti mīli,” pastāstīja I. Bukša.

♦ Sabiedrības veselības speciāliste Rita Dreimane pastāstīja, ka līdzīga tikšanās notikusi arī maijā, kad to apmeklēja sešas māmiņas. Savukārt uz tikšanos ar PEP mammu ieradās astoņas esošas mammas. Viņām tika vaicāts, vai zina, kas ir PEP mamma? Lielākā daļa māmiņu atteica, ka nezina un nav pieredzes, tādēļ priecājas par iespēju apmeklēt tikšanos, kur var uzzināt vairāk par aktuālām tēmām.

♦ Inga Bukša skaidroja, ka PEP nozīmē pirmā emocionālā palīdzība, kas Latvijā pastāv jau 10 gadus: “Psihoterapeite Vita Kalniņa ir nodibinājusi savu skolu “LĪNA”, un šis ir viņas izlolots koncepts, kā sniegt palīdzību jaunajām māmiņām. Viņa ir izstrādājusi dažādus materiālus, un pašlaik notiek arī māmiņu apmācības.”

♦ Daudzām māmiņām arī uzreiz pēc bērna piedzimšanas konsultācija var būt nepieciešama, tāpēc PEP mammas arī dodas uz slimnici. “Pati devos uz mūsu dzemdību nodaļu, kur pastāstīju par PEP mammām un atstāju informāciju,” stāstīja I. Bukša.

♦ Māmiņām savstarpēji aprunājoties kopā ar I. Bukšu, atklājās, ka Rīgas pusē PEP mammas atbalsts jau ir krietni aktuālāks un pieprasītāks, taču mūsu pusē tas vēl tikai sāk ienākt. Tāpēc ir īpaši vērtīgi zināt, ka šāda iespēja pieejama arī Balvu novadā.

♦ Konsultācijas ar PEP mammu parasti sākas ar to, ka mamma izjūt kādu problēmu vai grūtību un meklē atbalstu – piezvana vai uzraksta. Sarunā māmiņa pastāsta, kādas viņai šobrīd ir grūtības, un PEP mamma izvērtē, vai un kā var palīdzēt. Dažkārt situācijā var būt nepieciešama arī cita speciālista palīdzība. Ja PEP mamma redz, ka var sniegt atbalstu, tad vienojas par laiku un vietu.

♦ Ideāla vieta, kur notiek konsultācija, ir mājās pie māmiņas – tur, kur viņa jūtas visdrošāk un mazulis var justies brīvi un darboties savā ierastajā vidē. Konsultācija ilgst 90 minūtes, taču, ja mamma sākotnēji nejūtas droši, tad tikšanās



Sarunas. Atklātās sarunās māmiņas dalījās pieredzē ar ārstiem, un stāsti atklāja, cik būtisks ir emocionālais atbalsts un kā ārsta attieksme var ietekmēt gan mammu, gan mazuli.



Stūrītis bērniem. Arī par bērniem tika padomāts – rotaļlietas, kamēr mammas sarunājās un dalījās pieredzē.

var notikt arī citviet. Pieejamas arī attālinātas konsultācijas, kas parasti ir īsākas – 60 minūtes.

♦ Svarīgi uzsvērt, ka konsultācijas laikā tiek ņemtas vērā arī ikdienas rūpes, piemēram, ja mazuli nepieciešams pabarot vai mammai jādara citas lietas. Šajā procesā māmiņai pašai jānonāk līdz izpratnei par savām vajadzībām. Pirmajā tikšanās reizē saruna palīdz izkristalizēt, kuras tēmas ir aktuālākas un kam būtu nepieciešamas turpmākās sarunas. Ar jautājumu palīdzību un sarunas virzišanu tiek nonākts līdz tam, kas konkrētajā brīdī ir vissvarīgākais.



Novēlējumi. Tikšanās beigās PEP mammai novēlēja veiksmīgi nokārtot eksāmenus un pārbaudījumus. Tāpat novēlēja, lai tām mammām, kurām ir nepieciešama palīdzība, uzdošinās to lūgt.



Priecājas. Māmiņas bija ārkārtīgi sajūsminātas par tikšanos un arī pēc tam palika aprunāties un apspriest dažādas tēmas. Vienlaikus viņas atzina, ka ir grūti atvērties un runāt par savām emocijām un pieredzi, ja jūt, ka otram cilvēkam tas īsti neinteresē, tāpēc šādas tikšanās novērtē.

Ko dara PEP mamma?

Būt blakus otra izjūtās. Līdz ar bērna ienākšanu ģimenē parādās ļoti daudz emociju, kas pārņem, tāpēc PEP mamma ir tā, kura atbalsta gan priecīgos, gan grūtus brīžos bez nosodījuma.

Pieņemšana. Pieņem mammu tādu, kāda viņa ir – ar visām emocijām, bez maskām un izlikšanās.

Sniedz informāciju par bērna aprūpi, vajadzībām. Palīdz orientēties dažādos jautājumos, piemēram, par zīdīšanu, podiņmācību vai bērnudārza gaitām. Kopīgi izvērtē, kas konkrētajā situācijā der un palīdz vecākam justies drošāk savās izvēlēs.

Iedrošinājums. Reizēm pietiek tikai ar vienu iedrošinājuma vārdu, lai rastos pārliecība.

Palīdz veidot mierpilnas attiecības ar bērnu. Atbalsta cieņpilnu un tuvībā balstītu attiecību veidošanu starp vecākiem un bērnu, kā arī ģimenē kopumā. Mierpilnas attiecības rada drošības sajūtu un stiprina emocionālo saikni.

Palīdz meklēt risinājumu. PEP mamma neuzbāžas ar padomiem, bet, uzdodot jautājumus un uz klausot, palīdz vecākiem pašiem atrast sev piemērotāko risinājumu.

Klausīšanās bez vērtēšanas. Empātiski uz klausu – bez padomiem, bez nosodījuma un bez steidzīgas spriedumu izteikšanas. Dod iespēju izrunāties, būt sadzirdētai.

Sports

“Balvi ir mana mīļākā pilsēta”

Lauris Baranovskis

90-tajos gados Balvu pilsētas stadionā bija bieži dzirdams sauklis: “Agris – mūris.” Tas bija veltīts FK “Balvu Vilki” vārtsargam, futbola trenerim un sporta skolotājam AGRIM KOKOREVIČAM. Par atmiņām un viņa darbu tagad saruna ar pašu.

Kad sāki trenēties futbolā un kādi bija treneri?

– Ja neskaita pagalma futbolu, tad trenēties sāku 9 gadu vecumā pie trenera Aiņa Šaicāna. Notika Balvu 1.vidusskolas turnīrs starp klasēm, Ainim iepatikās, kā es sargāju vārtus, un viņš mani uzaicināja trenēties. Ainis bija mans galvenais dzīves treneris, no kura es daudz iemācījos.

Pastāsti par vienu no Balvu futbola lielākajiem notikumiem – braukšanu spēlēt uz Erevānu!

– 1981.gadā uzvarējām Latvijas “Ādas bumbas” turnīrā un braucām pārstāvēt Latviju uz PSRS turnīru Erevānā, kur 24 komandu konkurencē ieņēmām 16.vietu. Jāatzīmē, ka mazā pilsētiņa Balvi tur spēja uzvarēt Maskavu ar rezultātu 2:1 un komandu no Kirgīzijas ar 4:1. Mūsu komandu sauca Balvu “Dzirkstelīte”. Interesanti, ka mūsu spēles filmēja armēņu televīzija, un viņi nekādi nespēja izrunāt mūsu komandas nosaukumu.

Spēlēšanu apvieno arī ar trenēšanu. Kā kļuvi par futbola treneri?

– 1994.gadā pabeidzu Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmiju, un Ainis Šaicāns uzaicināja mani uz pieaugušo komandas treniņu, kur puīši iebalsoja mani par treneri. Sākumā tikai trenēju, bet sanāca tā, ka vienreiz nebija mums vārtsargu, – iestājos vārtos, labi nospēlēju, un puīši ieteica, ka varu vēl spēlēt. Tā kļuvi par “Balvu Vilku” spēlējošo treneri.

Kādas ir spilgtākās atmiņas no FK “Balvu Vilki” laikiem?

– Mums bija ļoti draudzīga un sabalansēta komanda visās pozīcijās. “Balvu Vilku” vārds skanēja pa visu Latviju. Neaizmirstamas spēles ar somu komandu no Lieksas, ar Rīgas VAD, ar Kārsavu, kur atspēlējāmies atbildes spēlē no 0:3 ar Ventspils Naftu, kad iekļuvām Latvijas pirmajā līgā, un, protams, Latvijas kausa spēle Balvos ar leģendāro Rīgas Skonto komandu, nevar arī nepieminēt izcīnīto 2.vietu Latvijas pirmajā olimpiādē Ventspilī.

Ja Tev būtu jānosauc visu laiku labākais Balvu futbolists, kurš tas būtu un kāpēc?

– Es nevaru tā nosaukt, jo katrā paaudzē bija labi spēlētāji. Tad labāk nosaukšu visu “Balvu Vilku” komandu, kuri iekļuva Latvijas pirmajā līgā.

Kādi bija nozīmīgākie panākumi ar FK “Balvu Vilki”?

– Vairākkārtējie Ziemeļaustrumu reģiona uzvarētāji, 2.vieta Latvijas pirmajā olimpiādē, 2002.gadā iekļūšana Latvijas pirmajā līgā. Gribas pieminēt arī mūsu jauniešu komandu panākumus Latvijas mērogā.

Kāpēc, Tavuprāt, Balvi nespēja turpināt spēlēt 1.līgā arī tagad, kad nokļuva tur vēlreiz?

– Teikšu, ka konkurence ir liela. Protams, kad Balvi tur spēlēja, tas bija liels Edgara Kaļvas un Jāņa Zakariša nopelns. Ar kādu entuziasmu viņi darbojās! Tad tika likvidēts sporta centrs un, cik saprotu, nebija arī sava laukuma, jo vajadzēja īrēt Rugājos un Gulbenē. Balvu stadiona segums pēc remontdarbiem bija katastrofālā stāvoklī, laukums vairāk atgādināja purvu.

Kāda Tev pašam tagad ir saistība ar Balviem?

– Katru gadu tiekos ar “Balvu Vilku” komandas biedriem salidojumā, kuru organizē Jānis Zakarišs. Aizbraucam uz kapiņiem pie Aiņa Šaicāna, Anatolija Manceviča, Edgara Kaša, Imanta Ozola, Valda Puka. Tad uzspēlējam futbolīņu un pasēžam pirtiņā. Protams, te vēl ir arī manas ģimenes kapi. Par Balviem vienmēr man ir labas atmiņas. Balvi ir mana mīļākā pilsēta.

Kāpēc 2002.gadā pameti Balvus un aizgāji strādāt uz Rīgu?

– Pārcēlos no Balviem uz Rīgu personīgu iemeslu dēļ – sirdslēksts liktenis aizveda uz galvaspilsētu. Protams, aiziet bija grūti, jo Balvos es jau biju kaut kas, bet Rīgā vajadzēja sākt visu no nulles.

Kā nokļuvi Mārupes futbolā?

– Avīzē, izlasot sludinājumu, aizbraucu pie sporta centra vadītājas Silvijas Bartuševičas, izturēju konkursu un kļuvi par Mārupes sporta centra futbola treneri. Silvija vēl tagad

atceras, ka uz pārrunām es no treneriem uzvalkā biju ieradies vienīgais. Sākumā futbola infrastruktūra bija katastrofālā stāvoklī, nu jau pa gadiem tā ir sakārtojusies.

Vai var teikt, ka tolaik Mārupē futbols nebija īpaši attīstīts? Tagad tā ir pēc ranga otrā Latvijas līmeņa vidusdaļas komanda pieaugušo futbolā. Kā Tu raksturotu savu lomu Mārupes futbola “pacelšanā”?

– Sākumā sporta centrā biju vienīgais futbola treneris. Sāku treniņus Mārupē ar četriem puikām, nu jau pie mums, kopā ar Babiti, trenējas 700 bērni un ir pieaugušo komanda Nākotnes līgā. Jau izveidojies labs treneru kolektīvs, un ir cilvēki, futbola entuziasti, kas mums palīdz. Un patikami, ka tie ir cilvēki arī no Balviem. Vēl futbolistus Mārupē trenē bijušais balvenietis Salvis Rutkaste, bet Mārupes futbola biedrību vada bijušais “Balvu Vilku” spēlētājs Aldis Ščogols.

Kurus Mārupes spēlētājus vari izcelt, kuri ir trenējušies pie Tevis un tagad sasnieguši Latvijā vēra ņemamus panākumus?

– Visaugstāk ir ticis Markuss Ivulāns, kurš spēlē virslīgā FK Metta komandas sastāvā un ir Latvijas U19 izlases kapteinis; Rūdolfs Zandreiters no RFS atgriezās tagad Mārupē; Reinis Krieviņš spēlējis gan Portugālē, gan Spānijā, atgriezies pie mums Mārupē; Milans Brahmanis tagad spēlē JDFS Alberts, kas pretendē uz virslīgu nākamgad; Valters Zandreiters tiesā Latvijas čempionāta spēles; Mārcis Melecis spēlējis gan Kiprā, gan Lietuvā.

Mārupes futbola attīstībā ir iesaistījušies vairāki cilvēki no Balviem. Vai vari īsumā izstāstīt, ko katrs no viņiem dara?

– Par Salvi un Aldi es jau pastāstīju. Varu pateikt vēl to, ka Mārupē dzīvo ļoti daudz balveniešu. Un tagad jau tiem, kuriem kādreiz Balvos pasniedzu sportu, ved savus bērnus trenēties uz Mārupi gan futbolu, gan basketbolu, gan volejbolu. Mārupes futbolistiem pievienojas bijušie Balvu audzēkņi.

Kāda situācija ir ar sporta bāzēm?

– Pa šiem gadiem daudz ir izdarīts, rudenī būs 20 gadi, kopš strādāju Mārupes novadā. Ir trīs mākslīgā seguma laukumi Jaunmārupē, kur spēlē arī Nākotnes līgas komanda, Mārupes Valsts ģimnāzijas stadions un Tīrainē – Mārupes pamatskolas stadions. Pēc apvienošanas ar Babītes novadu vēl ir divi mākslīgā seguma laukumi Piņķos. Futbola trenējamies visu gadu ārā, un Mārupes futbola sauklis ir: “Mārupes futbols iedvesmo!” Sporta hallēs netiekam, jo tur trenējas basketbola, volejbola komandas. Atceros, lai uzceltu Jaunmārupē stadionu, pienācās kandidēt kā deputāta kandidātam pašvaldību vēlēšanās, un Mārupes novada mērs Mārtiņš Bojārs solījumu izpildīja.

Jūs daudz resursu ieguldāt Mārupes futbola popularizēšanā. Vai vari īsumā pastāstīt par aktivitātēm šajā jomā? Varbūt Balviem būtu jāņem piemērs?

– Protams, Mārupē futbolu attīsta tie cilvēki, kuriem tas ir sirdī, jo tas ir darbs bez brīvdienām līdz deviņiem vakarā. Cepuri nost tiem cilvēkiem, kuri iegulda tur savus līdzekļus un darbu. Neaizvietojams ir mūsu menedžeris Ringolds Prāvests, kurš ir sakārtojis komandas menedžmentu, katra Mārupes Nākotnes līgas spēle ir kā svētki ar atribūtikas tir-dziņu, loterijām, uz kodu un bezalkoholisko dzērienu tirdzniecību, Mārupes picas līdzdalību, – pat tika izveidota Mārupes futbola pica. Vienkārši ir satikušies futbola entuziasti kopā ar treneriem, kuri cenšas kaut ko izdarīt futbola attīstības vārdā. Bet teikšu atklāti – viegli nav. No ārpuses izskatās skaisti, bet tas ir ļoti liels darbs. Mūsu darba augļi ir pilnās tribīnes uz katru Mārupes komandas spēli Nākotnes līgā.

Kā veidojas sadarbība ar jauno futbolistu vecākiem? Vai neveidojas konfliktsituācijas, ka kāds nav pietiekami novērtēts?

– Tā ir lielākā problēma Latvijas futbolā. Uzskatu, lai ar atdevi bērnu trenētu, nevajag traucēt trenerim un iejaukties viņa darbā. Visi jau uzreiz domā, ka viņu atvase spēlēs FC Barcelona vai Tottenham Hotspurs F.C., bet galvenais jau ir tas, ka puika sāk trenēties un dzīvo ar šo sporta veidu, – sāk veidoties personība caur komandas disciplīnu, jo, ja arī nekļūš viņš par zvaigzni, izaugs par kārtīgu cilvēku. Piemērs: mani Balvu 1984.g.dzimušie puikas, kas uzvarējuši vairākos Latvijas turnīros. Cik viņus satieku, visi savu dzīvi ir sakārtojuši pareizi un ir istajās vietās, bet mīlestība pret futbolu nav zudusi... Lepojos ar viņiem!

Cik jauno futbolistu Jums ir organizācijā un cik



Joprojām mūsējie. Šovasar “Balvu Vilku” salidojumā kopā ar draugu un labu vārtsargu Vladimīru Frolovu (foto – no kreisās).



Izcina sudraba medaļas. Pirmajā Latvijas olimpiādē Ventspilī 2004.gadā.

treneri viņus trenē?

– Pēc apvienošanās ar Babītes novadu Mārupē futbolu trenējas vairāk kā 700 bērni, ir 14 treneri, un piesaistām vēl četrus asistentus. Nākotnes līgas komandu trenē vācietis Bjorn Lipferts.

Pats tagad trenē tikai bērnus?

– Jā, tagad, kopš pārgājām uz sporta skolu, trenēju, var teikt, jauniešus: 2009.-2010.gada puikas un 2013.gada puikas.

Kādas ir Mārupes priekšrocības, salīdzinot ar Balviem?

– Tas ir Mārupes ģeogrāfiskais stāvoklis starp Rīgu un Jūrmalu, dzimstība un bērnu skaits – lielākais Latvijā, lieliska infrastruktūra. Mārupes bērnu komandas spēlē stiprā Rīgas čempionātā, jauniešu komandas – Latvijas Elites grupās, laba komanda Nākotnes līgā. Ir, uz ko tiekties, individuālo treniņu piedāvājums un, protams, ja ir iespējas, investoru piesaiste.

Pirms kāda laika rīkoji futbola treniņnometnes katru vasaru Mārupes jaunajiem futbolistiem Balvos. Kāpēc šī sadarbība Balviem un Mārupei beidzās?

– Jā, piekritu, tās bija foršas nometnītes, un pavārites Dzidriņas (Dzidra Sērmūka – aut.pieb.) iespaidā pēc garšīgā ēdiena puikām parādījās liekie kilogrami. Tagad jokoju, bet ēdināšana Balvos ir vislabākā. Sākās pandēmija, un tad pārtraucām braukt. Sākās čempionātu spēles, slodze ir liela, un grūti bija atrast logu, kad atbraukt. Kādreiz, kad vēl bija nometnīte, Edgars Kaļva rīkoja Balvos turnīru Balvi Open Cup. Tas bija foršs turnīriņš ar grandiozām balvām, kuras tagad spodrina Mārupes trofeju skapjus. Bet doma atgriezties uz Balvu nometnēm ir.

Tavs novēlējums Balvu futbolam...

– No Mārupes novada līdz Balviem mūs visus vieno futbols. Balvu futbolam un viņu treneriem Jānim, Ingusam, Jurgim, mega talantīgam organizatoram Edgaram, manam audzēknim un draugam Laurim novēlu neizsīkstošu degsmi, ticību saviem spēkiem un aizvien plašāku atbalstu gan laukumā, gan ārpus tā. Lai viss, ko mēs darām futbolā, ved tuvāk uzvarām, lai katrs zaudējums ir solis augšup. Balvi – tas ir neaizmirstams laiks ar kolosāliem cilvēkiem un tīru latgaliešu labestību. Un ļoti gribētos atgriezt to sportisko auru Balvu stadionam, kas bija mana galvenā dzīves trenera Aiņa Šaicāna laiks. Es ticu, Balvi to var...

Apceļo Eiropu

Gūst jaunus iespaidus un pieredzi

Aija Socka

Bērzpiliētis GINTS ČIVČS kopā ar četriem Rēzeknes novada jauniešiem, kā arī ar pavadošo personu Jāni jūlijā piedalījās vairāku dienu braucienā pa Eiropu.

Ceļot piedāvāja biedrība “LOBS”, kas piesaistīja finansējumu un braucējiem pašiem par to nebija jāmaksā. “Apceļojām piecas valstis, iepazīnām dažādus objektus Ķelnē un Osterhofenā (Vācija), Amsterdamā (Nīderlande), Briselē (Beļģija), Parīzē un Marselā (Francija), Dženovā (Itālijā), kā arī izjutām piederību Eiropai. Ceļā devāmies ar sabiedrisko transportu no Rēzeknes uz Liepāju, izbaudījām 19 stundas ilgo braucienu ar prāmi uz Travemundi. Ar vilcieniem braucām uz Brēmeni un Ķelni, kur apskatījām, piemēram, Ķelnes katedrāli. Arī Amsterdamā apmeklējām dažādas tūristu iecienītas vietas, viena no tām bija Bezvainīgās ieņemšanas katedrāle,” stāsta Gints. Jaunieši apmeklēja arī Briseli, apskatīja Eiropas muzeju, kurā varēja aplūkot dažādus eksponātus, uzzināt plašāku informāciju par katru ekspozīciju audio gida pavadībā. Ceļotāji, tā teikt, redzēja savām acīm Parīzi, apskatīja Eifeļa torni, Triumfa arku, Luvras muzeju un citas ievērojamas vietas. Marselā kāpa kalna virsotnē, lai varētu apmeklēt Dievmātes baziliku. Neizpalika arī izklaides, piemēram, pludmales apmeklējums, lai vakarā atveldzētos pēc karstās dienas. Jaunieši pabija dabas parkā, apskatīja ūdenskritumu, Uzvaras arku. “Pēc divām Francijā pavadītām dienām devāmies atpakaļ uz Vāciju, uz Osterhofenu. Braucām ar vagoniņu kalnā, uzkāpām līdz pašai kalna virsotnei un redzējām iespaidīgus skatus. Ceļu uz mājām mērojām ar vilcienu no Osterhofenas uz Varšavu, ar autobusu braucām no Varšavas uz Rīgu. Protams, ceļš bija nogurdinošs, bet no šī ceļojuma palika jauni iespaidi, ieguvu ceļošanas pieredzi, vairāk iepazīnāmies un savstarpēji sadarbojāmies cits ar citu, kā arī iemācījāmies pieņemt apdomīgus lēmumus,” atklāj Gints. Augustā viņš palīdz vecākiem saimniecības darbos, bauda pēdējo vasaras mēnesi, gatavojas mācībām izvēlētajā mācību iestādē un dalībai pasākumā “Dziesma Bērzpilī”.



Jaunieši. Ceļojuma dalībnieki: Natālija (no kreisās), Vivīta, Alma, Raiķis un Gints.



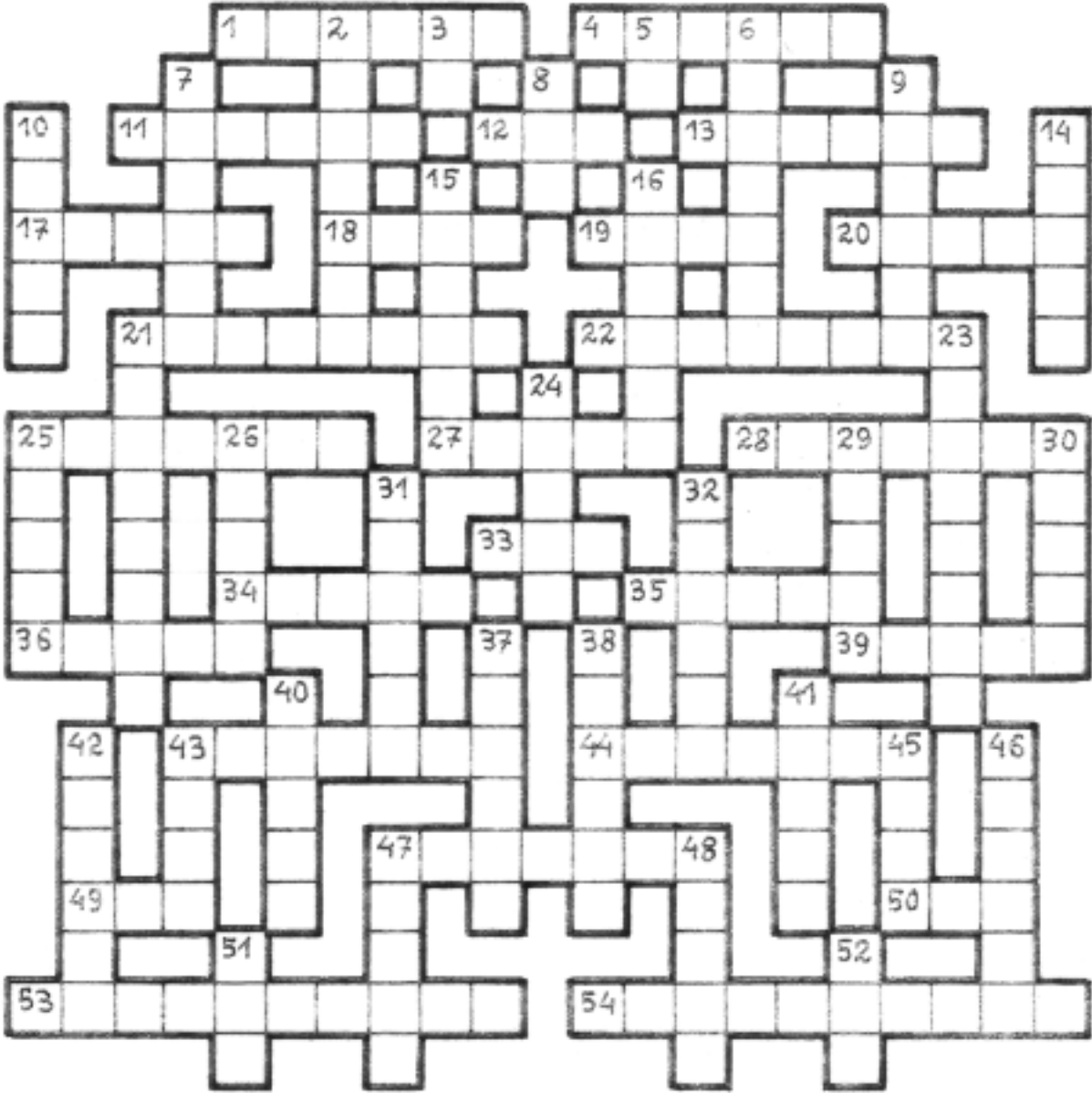
Ūdenskritums. To varēja aplūkot dabas parkā Dženovā.

Krustvārdu mīkla

Krustvārdu mīklu risinātāji, kuri pareizi atrisinājuši mīklu, ik mēnesi pretendē uz pārsteiguma balvu. Atbildes gaidām līdz 25.augustam.

8.kārta

Sastādīja G. Gruziņa



Jūlija mīklu atrisināja: I.Homko (Medņeva), A.Mičule (Tilža), Z.Pulča, J.Pošeika, Ļ.Baranova, I.Svilāne (Balvi).

Par jūlija krustvārdu mīklas atrisināšanu balvu saņem INESE HOMKO no Medņevas. Pēc balvas griezties redakcijā.

Augusta mīkla

(I.Ruberte “Senvārdu vārdnīca”, “Latviešu tautas mīklas”, interneta resursi)

HORIZONTĀLI: 1. Baltā ūdensroze. 4. Daudzgadīgi dekoratīvi augi – garšaugi, medusaugi, izmanto ārstniecībā, no ziediem iegūst krāsvielas, ziedi – balti, rozā, sarkani, violeti, dzeltenī. 11. Ātraudzīga tīruma, arī linu lauka nezāle. 12. Nākamajā dienā. 13. Nelieli pundurkrūmi ar mūžzaļu lapojumu, sīkām adatveida lapām, maziem zvanveida ziediņiem dažādās krāsās. 17. Pārklāties ar sīkiem ūdens pilieniem. 18. Judra, izplatīta tīruma un linu lauka nezāle. 19. Grūzis, skosta. 20. Precinieku puķu naktsvijoliņu krāsa. 21. Ārstniecības augs – dzelzu zāle, peļaste. 22.Tīruma nezāles, īpaši rudzos un ziemas kviešos. 25. Margrietīņas. 27. Atminiet mīklu: “Bez roku, bez kāju kokā kāpj.” 28. Augi, kuru saknes izmanto dzijas krāsošanai sarkanā krāsā. 33. Nominatīva jautājums. 34. Augi sīkiem, dzelteniem ziediem, lietuviešiem – tikumības simbols. 35. Cedri, siliņi. 36. Daudzgadīgs lūpziežu dzimtas augs ložņājošu stublāju – ... sētložņa. 39. Vienkāršas uzbūves augi uz kokiem, akmeņiem, augsnes, arī ūdenī, vairojas ar sporām – veģetatīvi. 43. Ārstniecības augs ar rūgtu garšu. 44. Veras vajā, raisās (pumpuri, ziedi). 47. Atraiņķītes, vēja zēdas, arī vārnu ... 49. Pārvieta, turot rokās. 50. Ciems Alūksnes novadā, Papardes (arī Paparze) upes krastā. 53. Siklapains augs smaržīgiem, smalkiem ziediem, jāņuzāle. 54. Zilās vizbulītes.

VERTIKĀLI: 2. Ārstniecības augs – čīkstene. 3. Personas vietniekvārds. 5. Grāmatas “Pasakas par ziediem” autore (iniciāli), dzimusi 1905.gada 16.janvārī Lejasciema pagastā. 6. Cērpzāle, ciesa. 7. Atminiet mīklu: “Tieva, gara jumprava, sarkana galva.” 8. Vīt ziedu vītņi, vainagu. 9. Gadalaiks. 10. Nezāle, ko senāk sautēja un ēda. 14. Asi augi, aug mitrās pļavās un upju krastos. 15. Ārstniecības augs – trūkuma zāle. 16. Labības nezāles violeti sārtiem ziediem. 21. Ar Jāņu ticējumiem saistīti augi, kuru ziediem piemītot brīnumainas spējas. 23. Ārstniecības augs – baloda, tarkšķene. 24. Kādas krāsas iegūšanai izmanto augus – mēles? 25. Purene. 26. Augu dzimta rožu rindā. 29. Augs, kas aug mitrās pļavās, upju krastos, izmanto pinumiem. 30. Lopbarība - nopļauta, izkaltēta zāle. 31.Kalme. 32. Purva augs cērps, baltu puķu pušķiem ziedu vietā. 37. Staipekļi dzijas krāsošanai dzeltenā krāsā. 38. Ierakstiet tautasdziesmā trūkstozo vārdu: “Es izgāju bērzu birzi, /Ne ... nenobira, /Kad izgāju maliņā, /Visas bira skanēdamas.” 40. Kāda krāsa tiek iegūta no ārstniecības auga ‘retēja’? 41. Garena dažu ziedu ziedkopa. 42. Ciems tāda paša nosaukuma pagastā Smiltenes novadā (pagasta ģerbonī viens no elementiem ir 3 āboliņa lapas – 2 zaļas, 1 zelta). 43. Viena izkopts vēziens platumā nopļauta zāles josla. 45. Atminiet mīklu: “Lūkums, lūkums – vectēva josta.” 46. Daudzgadīgs čemurziežu dzimtas lakstaugs, kura sēklas izmanto tautas medicīnā, pievieno Jāņu sieram, rudzu maizei, skābētiem kāpostiem. 47. Bieži sastopami nezāle linu tīrumos. 48. Atminiet mīklu: “Debesīs stāv, zemi silda.” 51. Atminiet mīklu: “Tēva mucīņa no iekšas stīpota.” 52. H.K. Andersena pasakas varone – maza meitene, kura redzēja, kā naktī dejoja puķes.

Jūlija mīklas atrisinājums

HORIZONTĀLI: 1. Loss. 4. Pāts. 7. Arods. 9. Rumaks. 10. Ēdoles. 11. Siles. 12. Eja. 13. Palss. 18. Drasēt. 19. Salnis. 22. Suka. 25. Gani. 26. Stiliņģis. 27. Aši. 29. Ādas. 30. Duls. 34. Ore. 37. Sudraba. 38. Aulekši. 41. Ragavas. 42. Pavadas. 45. Gavilēt. 48. Dzenaukla. 52. Raibs. 53. Ved. 54. Sirms.

VERTIKĀLI: 1. Lauči. 2. Slavenas. 3. Ponijš. 5. Ābolains. 6. Sieks. 7. Ass. 8. Sēj. 14. Kaustīt. 15. Mēs. 16. Kaļ. 17. Dusiņāt. 18. Dūkans. 20. Spanda. 231. Ūsiņš. 23. Stadala. 24. Pieguļa. 28. Rudas. 29. Ālavīcas. 31. Silksnis. 32. Sakas. 33. Astri. 35. Rija. 36. Zirgs. 39. Mazs. 40. Raug. 43. Auzas. 44. Klape. 46. Aklis. 47. Bēri. 49. Rasa. 50. Ai. 51. Ar.

Sagatavoja E.Gabranovs

Zini un izmanto

Aglonas svētku programma

10.augusts, svētdiena				
10.00	Parastā liturģiskā laikposma XIX svētdienas Mise. Svētais Dievs...	Bazilikā	bazilikas priesteri	Dzied Aglonas bazilikas draudzes koris
11.00	Rožukronis.			
12.00	Parastā liturģiskā laikposma XIX svētdienas Mise.	Bazilikā	b. J.Bulis	Dzied Aglonas bazilikas draudzes koris
15.00	Dieva Žēlsirdības kronītis.			
18.00	Parastā liturģiskā laikposma XIX svētdienas Mise.	Bazilikā	bazilikas priesteri	Dzied Nīcgales draudzes koris
11.augusts, pirmdiena SLIMNIEKIEM VELTĪTA DIENA				
11.00	Rožukronis.		Mariāņu tēvi	
12.00	Sv. Mise par slimniekiem vai V.J.Marijas no Aglonas, Latvijas galvenās aizbildnes sv. Mise.	Pie bazilikas dārza altāra	Pr. S.Priekulis	dzied Rēzeknes Jēzus Sirds draudzes koris N.Sarkanes vadībā
15.00	Dieva Žēlsirdības kronītis.		Mariāņu tēvi	
19.00	V.J.Marijas no Aglonas, Latvijas galvenās aizbildnes sv. Mise.	Pie bazilikas dārza altāra	Pr. H.Broks	dzied Ludzas draudzes koris
12.augusts, otrdiena ĢIMENĒM VELTĪTA DIENA				
11.00	Rožukronis.	Bazilikā vai pie bazilikas dārza altāra	Mariāņu tēvi	
12.00	Sv. Mise par ģimenēm vai V.J.Marijas no Aglonas, Latvijas galvenās aizbildnes sv. Mise.	Pie bazilikas dārza altāra	Pr. F.Dawidowicz	dzied koris "Totus Tuus"
15.00	Dieva Žēlsirdības kronītis.		Mariāņu tēvi	
19.00	V.J.Marijas no Aglonas, Latvijas galvenās aizbildnes sv. Mise.	Pie bazilikas dārza altāra	Pr. A.Ševēls, MIC	dzied koris "Latgale"
13.augusts, trešdiena MIERAM VELTĪTA DIENA				
11.00	Rožukronis.	Bazilikā vai pie bazilikas dārza altāra	Mariāņu tēvi	
12.00	V.J.Marijas no Aglonas, Latvijas galvenās aizbildnes sv. Mise.	Pie bazilikas dārza altāra	Pr. J.R.Đoļa	Daugavpils sv. Pētera ķēdēs draudzes koris
15.00	Dieva Žēlsirdības kronītis.		Mariāņu tēvi	
19.00	V.J.Marijas no Aglonas, Latvijas galvenās aizbildnes sv. Mise.	Pie bazilikas dārza altāra	pr. Rinalds Stankevičs, MIC	dzied Madonas draudzes koris
24.00	V.J.Marijas no Aglonas, Latvijas galvenās aizbildnes sv. Mise.	Bazilikā	pr. J.Skutels	dzied jaunieši
14.augusts, ceturtdiena SVĒTĀ MEINARDA, bīskapa un Latvijas otrā aizbildņa, piemiņas diena				
10.00	Sv. Meinarda piemiņas dienas sv. Mise.	Bazilikā	Pr. J.Vilaks, OSPPE	dzied Vidsmuižas draudzes koris
11.00	Rožukronis.	Bazilikā vai pie bazilikas dārza altāra	Mariāņu tēvi	
12.00	Sv. Meinarda piemiņas dienas sv. Mise.	Pie bazilikas dārza altāra	b. A.Kravalis, koncelebrē bīskapi un priesteri	dzied Daugavpils Jēzus Sirds draudzes koris
15.00	Dieva Žēlsirdības kronītis.		Mariāņu tēvi	
15.15-17.00	Katehēze.	Bazilikas kriptā		
16.00	Sv. Meinarda piemiņas dienas sv. Mise.	Bazilikā pie Dievmātes altāra	Pr. I.Medveckis, MIC	dzied Līvānu draudzes koris
15.augusts, piektdiena				
7.00	V.J.Marijas debesīs uzņemšanas svinību sv. Mise latgaliski.	Bazilikā pie Dievmātes altāra	pr. A.Kurslītis	dzied (latgaliski) Rēzeknes Jēzus Sirds draudzes koris N.Sarkanes vadībā
9.00	V.J.Marijas debesīs uzņemšanas svinību sv. Mise, Iestiprināšana.	Pie bazilikas dārza altāra	b. V.Stulpins	dzied Aglonas bazilikas kora skolas audzēkji
10.00	V.J.Marijas debesīs uzņemšanas svinību sv. Mise.	bazilikas kriptā	pr. A.Lapiņskis	dzied koris I.Ivanovas vadībā
11.00	Rožukronis.	pie pāvesta altāra	Mariāņu tēvi	
12.00	V.J.Marijas debesīs uzņemšanas svinību galvenā sv. Mise, V.J.M.Iritānija, euharistiskā procesija, Te Deum, svētība ar Vissvētāko Sakramentu. Valsts himna. Pateicība. Fotografēšanās.	pie pāvesta altāra	Pāvesta sūtnis Baltijas valstīs V.E. arhibīskaps Georgs Gensvains, bīskapi un priesteri koncelebrē	Dzied Latgales draudžu apvienotais koris, kora vadītāja Ieva Lazdāne; diriģē Ieva Lazdāne, Anda Lipska, Jūta Kondavniece, Ainars Kiserovskis, Edgars Zmutiņš; ērģelniece Jacinta Čiganoviča, instrumentālās grupas vadītāja Inga Zeile
15.00	Svinību noslēgums. Uzruna, b. J.Bulis. Ziedu pasniegšana. Pusdienas.			
19.00	V.J.Marijas debesīs uzņemšanas svinību sv. Mise.	Bazilikā	Pr. J.Skutels	dzied Rīgas sv. Jēkaba katedrāles koris



VISSVĒTĀKĀS JAUNAVAS MARIJAS DEBESĪS UZŅEMŠANAS obligātās svinības

18.30	Vesperes.	pie pāvesta altāra	Pr. A.Bernāns	dzied Rēzeknes Jēzus Sirds draudzes koris "Credo"
19.00	V.J.Marijas debesīs uzņemšanas svinību vigīlijas sv. Mise, Iestiprināšana. Euharistiskā procesija, svētība ar Vissvētāko Sakramentu.	pie pāvesta altāra	Arhibīskaps metropolīts Z. Stankevičs	dzied Rēzeknes Jēzus Sirds draudzes koris "Credo"
22.00	Tautas krustaceļš.	sakrālojā laukumā	pr. M.Klušs pr. H.Broks	dzied Latgales draudžu apvienotais koris, kora vadītāja Ieva Lazdāne, diriģē Jūta Kondavniece, ērģelniece Jacinta Čiganoviča
23.30	V.J.Marijas debesīs uzņemšanas svinību sv. Mise.	pie pāvesta altāra	b. E.Pavlovskis pr. G.Brīvers	dzied Preiļu draudzes koris

Apsveikums

Mīlo mammīt, omīt, sievasmāt – Rīta Borisova!

Sveicam Tevi skaistajā
70 gadu jubilejā!

Kā pļavu ziedi laika vāzēs mirdz...
Bet viss ir bijis vajadzīgs priekš
sirds...

Kas neapsūb un vējos nepazūd!
Aiz gada nāk un aiziet gads,
Bet sirds lai nenogurst nekad!

Sirdssilti sveicam – dvīnes Diāna un Kristīne ar ģimenēm



Afiša

*Sākums 7.lpp.

Viļakā

Līdz 24.oktobrim Viļakas muzeja Izstāžu zālē (Klostera ielā 1) 9. Starptautiskā glezniecības plenēra “Valdis Bušs 2025” mākslas darbu izstāde. Izstādes tapšanā piedalījās mākslinieki no Indijas, Ķīnas, Serbijas, Vācijas, Lietuvas un Latvijas.

Žiguros

9.augustā plkst. 19.00 Žiguros aiz skolas sporta laukuma Dekteru amatierēātris no Rēzeknes novada aicina lūkoties uz Barona Bundula atgriešanos. Lai izrādes baudišana būtu maksimāli ērta un patikama, lūdzam ņemt līdzi savus pledus, sedziņas un saliekamos krēslus. Tas palīdzēs jums iekārtoties ērti un izbaudīt vakaru zem kļājas debess. Vakara noslēgumā plkst. 22.00 disko ballīte. *Lietus gadījumā izrāde tiks pārcelta uz Žiguru kultūras nama telpām!* Ieeja abos pasākumos bez maksas.

Kupravā

23.augustā plkst. 17.00 pie Kupravas pagasta pārvaldes pasākums “Dziesma manai paaudzei”. Vakars, kurā skanēs dziesmas, kas mūs vienoja toreiz un skan joprojām. Pieteikšanās solistiem, duetiēm un ansambļiem līdz 15.augustam pa tālr. 26231057.

Sirds piepildīta ar pateicību Aivaram Avotiņam, Jānim Auziņam un visiem ziedotājiem, un ikvienam labestīgajam cilvēkam, ka nepalikāt vienaldzīgi un sniedzāt cerību un palīdzību pēc ugunsgrēka.

Ar patiesu cieņu – SERDĀNU ģimene

Sīrsnīgs paldies pansionāta “Balvi” kolektīvam, direktorei Janai Komanei, visiem, visiem, kuri bija kopā ar mums, pavadot Irēnu Nikandrovu mūžības ceļā.

PIEDERĪGIE



Ikvienam ir iespēja isi un konkrēti pateikt paldies kādam labvēlim, sponsoram, atbalstītājam, palīgam. Dārgi tas nemaksās – tikai 5 eiro par 28 vārdiem. Jo šie ir “Pateicības vārdi”.

Dažādi

LOGI DURVIS Tālr. 26343039
www.balvulogi.lv

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

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

Motorzāģa, trimmera pakalpojumi. Tālr. 23205101.

Zāģē, skalda malku. Pļauj un trimmerē zāli. Tālr. 28608343.

Piedāvā dzīvošanu pensionāriem lauku mājā Smiltenes novadā. Tālr. 29462406.

Trīskrāsu kaķenīte un 2 melni runčuki meklē mājas. Tālr. 26296163.

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.

Izbraukuma gateris. Tālr. 26161501.

Malkas zāģēšana, skaldišana. Tālr. 23205101.

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

Kapu vietas labiekārtošana, betonēšanas darbi. Tālr. 25742429.

Piedāvā darbu

Vajadzīgs CELTNIĒKS, kurš prot celtniecības darbus. Tālr. 29654440.

Pērk

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

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

IEPĒRK MĀJLOPUS
-AUGSTAS CENAS
-SAMAKSA TŪLĪTĒJA
-ELEKTRONISKIE SVARI
tel. 27777733
www.galasparstrade.lv

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

Iepērkam LIELLOPUS!
info@senlejas.lv
62003939

BILLERUD
SIA “BILLERUD Latvia”
uzņēmums ar 30 gadu pieredzi Latvijas mežsīstrādē
CIRSMU PIRKŠANA UN IZSTRĀDE
Mūsu pieredze, jūsu uzticība – neapstrīdama mežsīstrādes vērtība!
Meža ielā 4. Jaunjelgavā, Aizkraukles novadā.
Tālr: 65152800, 26633461.
www.billerud.lv, birojs@billerud.com.

PĒRKAM
Augošu koku cirmsas un sortimentus pie ceļa
Meža īpašniekiem:
• Veicam bezmaksas konsultācijas;
• Palīdzam meža taksācijas sagatavošanā, cirsma iestigošanā;
• Palīdzam iesniegt ciršanas pieteikumu VMD.
ACA Forest
Telefoni informācijai: 26115369; 67804343
www.acaforest.lv

Līdzjūtības



Tuvs cilvēks neaiziet, Viņš tikai pārstāj līdzās būt. Viņš paliek dziļi, dziļi sirdī Par avotu, kur mūžam spēku smelt.

Izsakām patiesu līdzjūtību **sievai Valentīnai, bērniem, mazzbērniem, tuviniekiem, VITOLDU MEDINIEKU** mūžības ceļā pavadot. Tirgus ielas 3.mājas kaimiņi

Tas visskumjākais brīdis, kad mīla sirds Uz mūžu mūžiem pārtrūkst un stājas, Tad zvaigznes pie debesīm asarās mirst Un tukšas kā kļajums kļūst mājas. Izsakām līdzjūtību **Raimondam Plešam, TĒTI** mūžības ceļā pavadot. 27-dzīvokļu mājas iedzīvotāji Semenovā

Kāds pārpratoms! Un neparasta steiga. Vēl tik daudz rītausmās tev jāieskatās bij'. (A. Vējāns) Lai mūsu klusa līdzjūtība un mīrinājuma vārdi dod spēku un atbalstu **Teiv, Anitai, un Taviem mīļajiem, mazdēlu RALFIŅU** mūžības ceļā pavadot. Janīna, Nikolajs, Livku un Zakarišu ģimenes

Mēs nepazūdam, tikai pārceļamies No zemes, pēdu pēdā nostaiģātās, No liepām, ābelēm un kļāvām. Mēs nepazūdam, tikai pārceļamies No saviem pagalmiem uz Dieva sētu.

Skumstam par mūsu radnieka **JĀŅA MAČA** aiziešanu Mūžībā. Izsakām patiesu līdzjūtību **sievai Elizabetei, dēliem Elvijam, Dainim, Mārim un viņu ģimenēm.** Maču, Bleideru un Mišku ģimenes

Pārdod

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

Pārdod skaldītu, krāmētu malku. Tālr. 25442582.

Pārdod lopbarībai kartupeļus, graudus. Tālr. 25442582.

Pārdod vasarnīcu “Ezermalā-1” (ķieģeļu māja ar kamīnu, lapene, pirtiņa), 21000 EUR. Tālr. 26308069.

Z/S “Gračuļi” pārdod jaunputnus, dējējvistas. Tālr. 29186065.

Pārdod labu 2-istabu dzīvokli Semenovā. Tālr. 26559817.

Pārliecinies, vai

abonēji

Vaduguni

septembrim un turpmākajiem mēnešiem?

Radās neskaidrības, zvani – tālr. 26161959.



Indekss 3004

Vaduguns

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.KIRSANOVŠ – T. 27870730

Tālrunis-autoatbildētājs – 64520961

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

Datorsalikums-

SIA “Balvu Vaduguns”,

R.KACĒNS

Iespiests SIA

“Poligrāfijas grupa

Mūkusalā”, Rīgā,

Mūkusalas 15A

Tirāža – 2001