



Ar kaujas saucieniem uz lūpām



Foto - E. Gabranovs

Seniori dodas **kaujā**. Interesanta "Lasertag" cīņa izvērtās starp Balvu invalīdu un neredzīgo biedrību komandām. Jebkurā gadījumā, kā smēja balvenieši, vienmēr uzvar draudzība.

Edgars Gabranovs

Pagājušās darba nedēļas nogalē saulīte uzspidēja cilvēkiem ar īpašām vajadzībām, kuri Lāča dārzā, Balvos, draudzīgā atmosfērā sacentās interesantās aktivitātēs "Zelta rudens 25". Balvu teritoriālās invalīdu biedrības vadītāja Marija Duļbinska priecājās, ka ciemos atbrauca domubiedri no Alūksnes, Gulbenes, Cēsīm un Jēkabpils, kā arī klātesošās bija Balvu pansionāta un Latvijas Neredzīgo biedrības Balvu komandas.

M. Duļbinska nešaubās, ka katram cilvēkam ir jābūt aktīvam: "Protams, uzvarēs draudzība. Parasti "Zelta rudens" pasākumi regulāri notiek visā Latvijā. Tiesa, šogad to organizēšana bija izaicinājums, jo pašvaldību vēlēšanu gadā daudzviet ir neskaidrs jautājums par finansiālu atbalstu. Mums izdevās tikt galā pašu spēkiem, par ko liecina fakts, ka uz Balviem atbrauca tik daudzas komandas. Iztikām pat bez dalības maksas – paldies sponsoriem! Cilvēki ir noilgojušies pēc iespējas pabūt kopā. Ļoti priecājos, ka varam viens otru uzklaut, dalīties pieredzē. Jāsaka paldies kolosālajai komandai, bez kuras nekas neizdotos." Taujāta, kā izdevās sarunāt tik jauku laiku, Marija atzina, ka ir gan gavējusi, gan ļoti lūgusies Dievam: "Mēs esam priecīgi, ka varam būt ārā, nevis iekšelpās."

Balvu invalīdu biedrības vadītājai piekrita Alūksnes invalīdu biedrības valdes priekšsēdētāja

Solvita Rateniece. Viņa ir pārliecināta, ka šādi pasākumi vieno cilvēkus: "Mums jājūtas kā visiem pārējiem, nevis jāsež mājās, gaužoties par savām problēmām. Parādām, ka mēs varam! Šķiet, sabiedrības attieksme lēnām, nesteidzīgi, bet mainās, turklāt pozitīvā virzienā. Jā, ir tāda cilvēku daļa, kas nedaudz atšķiras. Skeptiķiem atgādināšu, ka ikvienam ir tiesības pilnvērtīgi dzīvot. Mēs taču nezinām, kas ar mums var notikt kaut vai rītdien. Slimību jeb kādu kaiti vieglāk pārvarēt, ja apkārt ir saprotoši un iejūtīgi cilvēki. Domās ir spēks, – ja tās ir pozitīvas, tad rezultāts neizpaliks. Ļoti liela problēma ir tā, ka daudzi cilvēki ar īpašām vajadzībām kautrējas iziet sabiedrībā. Kā viņus pārliecināt? Nāciet, runājiet, piedalieties!"

Jēkabpils invalīdu biedrības valdes priekšsēdētājs Pēteris Dzērve Balvos ieradās ar trīs komandām. "Balvenieši ir malači, aicinot mūs izrauties no vientulības zonas. Jāsecina, ka mūsdienās cilvēki paliek arvien noslēgtāki, tāpēc ir zelta vērtība ikviena iespēja satikties. Galvenais ir piedalīties! Tad raizes aiziet otrajā plānā..." Savukārt ilggadējais Cēsu invalīdu biedrības priekšsēdētājs Indulis Balodis atklāja, ka daudzus gadus cenšas uzlabot invalīdu un pensionāru dzīvi Latvijā: "Vai daudz darāmā? Nereti neceļas rokas, kad gribas darīt tieši neko, jo mūsu valsts priekšstāvji nav spējuši sakārtot valsti. Diemžēl... Ko mēs prasām? Atbalstu invalīdu nevalstiskajām organizācijām. Šāds atbalsta fonds, piemēram, ir Lietuvā un Igaunijā. Mazās pensijas nekur neder! Simts gudrajām galvām algas jāsamazina līdz vidējai darba algai Latvijā."

* Turpinājums 10. lpp.

Īsziņas



Lems par jauna vadītāja iecelšanu

23. oktobrī kārtējā Balvu novada domes sēdē deputāti izskatīja 57 lēmumprojektus, tostarp par Ziemeļlatgales Biznesa un tūrisma centra un Kultūras pārvaldes vadītāju atbrīvošanu no amata. Tāpat lems par Balvu novada Kultūras un tūrisma pārvaldes vadītāja iecelšanu. 16. oktobrī Izglītības, kultūras un sporta jautājumu komitejas sēdē pašvaldības izpilddirektore Daina Tutīņa informēja, ka konkursam pieteicās 4 pretendenti. Komisija kā atbilstošāko izvirzīja Ilzi Zemrāci. "Es nāku no finanšu tehnoloģijas nozares, ko uzskatu kā ļoti, ļoti lielu plusu. 8-9 gadus esmu strādājusi kā personāla vadītāja," iepazīstinot ar sevi, pastāstīja I. Zemrāce.

Nākamajā
Radugumā

- **Pasaules pārtikas diena skolās**
Vecāki pārliecinās par ēdiena kvalitāti
- **Vieta, kur sākas dzīve**
Ciemojamies Balvu slimnīcas dzemdību nodaļā

Sāksies būvdarbi Daugavpils ielā

22. oktobrī sāksies būvdarbi Daugavpils ielas posmā Balvos no Brīvības ielas līdz Pilsoņu ielai. Būvdarbu laikā būs satiksmes ierobežojumi, apvedceļi un iespējami apgrūtinājumi piekļūšanai īpašumiem būvdarbu zonā. Plānotie darbi: asfaltbetona seguma atjaunošana, ūdenssaimniecības infrastruktūras, ielas apgaismojuma un gājēju ietves izbūve.

Slēgts apbraucamais ceļš

Līdz 22. oktobrim sakarā ar reģionālā autoceļa Gulbene–Balvi–Viļaka–Krievijas robeža pārbūvi, posmā no Litenes līdz Balviem satiksmei slēgts apbraucamais ceļš (caur Balvu staciju), kā arī Kalna iela. Satiksme šajā laikā tiks organizēta pa ceļu Druvenieki–Meirāni un Balvu ielu.

Vārds žurnālistam

Artūrs Ločmelis

“Kāp ārā ar savu ģimeni, pirms Tavs bērns nav sakropļots!” ar šādiem vārdiem krievvalodīgais Latvijas pilsonis Aleksandrs Vabiks 13.oktobrī izrādīja agresiju pret ukraiņu ģimeni vilcienā Šveicē. Kā ziņo “Latvijas Televīzija”, agresija radās brīdī, kad viņš izdzirdēja, ka minētā ģimene sarunājas ukraiņu valodā. Lai arī Vabika kungs, iespējams, ikdienā nedzīvo Latvijā, tomēr šis gadījums ir vēl viens pierādījums tam, cik naidpilni un acīmredzami imperiālistiski noskaņoti cilvēki atrodas mūsu sabiedrībā. Atšķirība tikai tajā, ka daļa no viņiem savus uzskatus pauž ļoti atklāti, bet lielākā daļa šādu cilvēku ar tiem, visticamāk, publiski nedalās. Par to liecina kaut vai fakts, ka, 2022.gada 24.februārī sākoties Krievijas vispārējam iebrukumam Ukrainā, arī Balvu novadā bija cilvēki, kuri sociālajos tīklos pauda atklātu atbalstu slepkavnieciskajam Krievijas noziedznieku režīmam. Atbilde uz jautājumu, ko šie cilvēki darītu un kā rīkotos gadījumā, ja mūsu austrumu kaimiņvalsts iebruktu arī Latvijā, šķiet, nav tālu jāmeklē. Savukārt, atgriežoties pie notikuma Šveicē, šis valsts policija vīrieti, kā ziņo mediji, aizturējusi. Notikušais nonācis arī Latvijas Valsts drošības dienesta redzeslokā. Jācer, ka likumsargi pieņems attiecīgos mērus, lai turpmāk šādi incidenti vairs neatkārtotos. Vēl jo vairāk tādēļ, ka līdzīgi gadījumi ar šo vīrieti bijuši arī citiem cilvēkiem.

Kādas par šo notikumu ir Tavas domas, lasītāj?

Latvijā

Nevēlas uzņemt migrantus. Latvijai līdz nākamā gada jūnijam jāievieš Eiropas Savienības Migrācijas un patvēruma pakta prasības. Tajā noteiktais solidaritātes princips paredz, ka dalībvalstīm būs jāizvēlas, proti, pieņemt noteiktu migrantu skaitu vai samaksāt 20 tūkstošus eiro par katru neuzņemto pilsoni. Kā ziņo “Latvijas Televīzijas” raidījums “de facto”, Latvija vēlas izmantot trešo iespēju – sniegt atbalsta pasākumus. Kā pamatojums šai izvēlei tiek minēts Latvijas ieguldījums Eiropas Savienības ārējās robežas sargāšanā. Jāpiebilst, ka jebkuri Imigrācijas likuma grozījumi, īpaši priekšvēlēšanu laikā, izraisa karstus strīdus un virzās lēni. Imigrācijas likuma grozījumus Saeimā skata jau ceturto gadu, bet gandrīz divi simti priekšlikumu otrajam lasījumam atbildīgajā komisijā vēl nav izskatīti.

Iespējams, izkrāpti desmitiem tūkstoši eiro. Valsts kontrole revīzijā konstatējusi, ka no Rēzeknes tehnikuma budžeta, iespējams, izkrāpti vismaz 54 000 eiro. Iespējams, notikusi maksājumu dokumentu tiša sagrozīšana ar mērķi veikt naudas līdzekļu pārskaitījumus trešajām personām. Konstatēti arī vairāki gadījumi, kad viens un tas pats rēķins apmaksāts divas reizes, vienu reizi naudu pārskaitot uz rēķinos un pakalpojumu līgumos norādītajiem kontiem, bet otru reizi – uz citu kontu, kura piederība Valsts kontrolei nav zināma. Par šo visu informēta Izglītības un zinātnes ministrija, Valsts policija, prokuratūra un sākts kriminālprocess.

Deg bērnodārzs. 19.oktobrī 405 kvadrātmētru platībā dega pirmsskolas izglītības iestāde “Bitīte” Saulkrastu novada Lojā, kā rezultātā viena ēkas daļa izdegusi, bet otra – daļēji appludināta. Ugunsgrēka likvidācijā iesaistījās arī Inčukalna un Krimuldas brīvprātīgo ugunsdzēsēju biedrības. Veicot dzēšanas darbus, cieta ugunsdzēsējs glābējs. Bērnodārzu apmeklē vairāk nekā 110 bērnu, un Saulkrastu novada pašvaldība pašlaik meklē risinājumus, kur izvietot bērnus.

Manīts brūnais lācis. Slīteres nacionālajā parkā pēdējās divās dienās novērota brūnā lāča klātbūtne, par ko liecina lāča pēdu nospiedumi liedaga smiltis. Parka pārstāvji skaidro, ka kopumā Latvijā pēdējos gados novērojams brūno lāču skaita pieaugums, tomēr Kurzemē tas aizvien ir ļoti reti sastopams dzīvnieks. Šis ir tikai ceturtais zināmais brūnā lāča novērojums Slīteres nacionālajā parkā. Iepriekš tas ticis novērots divas reizes – 1984.gadā un 2006.gadā. Toreiz abos gadījumos lācis tur uzturējās tikai dažas dienas, drīz vien dodoties tālāk.

/Ziņas no interneta portāliem [www.tvnet.lv](#),
[www.delfi.lv](#), [www.apollo.lv](#)/

Sirmgalve nonāk krāpnieku tīklos

“Mīlie cilvēki, neatkārtojiet manu kļūdu...”

Sanita Karavoičika, Edgars Gabranovs

Latvijā joprojām turpina uzdarboties krāpnieki, kuri izmanto aizvien ticamākas shēmas, lai no cilvēkiem izvilinātu naudu. Statistika liecina, ka visbiežāk viņu tīklos nonāk un par upuriem kļūst tieši vecāka gadagājuma cilvēki. Pavisam nesen krāpnieku nagos nonāca arī cienijama vecuma Balvu pilsētas iedzīvotāja, kura padalījās ar savu gūto sāpīgo pieredzi. Par laimi, viņas gadījumā viss beidzās labi.

Lūk, ko cienijamā vecuma pensionāre pastāstīja: “9.oktobrī ap pulksten 13 piezvanīja sieviete un stādījās priekšā kā operatore Inga no “Latvenergo”. Viņa runāja krievu valodā un paziņoja, ka jāmaina elektrības skaitītājs. Brīdināja, ka meistars nāksot pulksten 14. Sieviete pajautāja personas kodu un ID kartes numuru, pamatojot, ka šie dati it kā vajadzīgi skaitītāja nomainīšanai. Visu nepieciešamo neapdomīgi arī nosaucu, jo tobrīd atrados ļoti lielā stresa stāvoklī. Ieguvusi vajadzīgo informāciju, sieviete sarunu izbeidza. Pēc minūtēm divām atskanēja vēl viens telefonzvans. Šoreiz runātājs bija vīrietis, kurš stādījās priekšā kā Jānis Šakurs, darbinieks no policijas uzraudzības departamenta. Viņš brīdināja, ka iepriekšējā zvanītāja bijusi krāpniece, un solījās visu vērst par labu. Mierīgā un nosvērtā balsī viņš stāstīja, kas man jādara, lai nobloķētu darbību ar maniem dokumentiem. Zvanītājs runāja kā hipnozē – lēnā, mierīgā un ļoti nosvērtā balsī. Es atpazīstu to sajūtu, jo savulaik pati esmu ārstējusies, izmantojot hipnozes metodi. Viņš man teica, lai klausos uzmanīgi un pierakstu trīs svarīgākos jautājumus. Nevaru paskaidrot, kāpēc, bet es to visu paklausīgi arī darīju. Vīrietis jautāja, vai man bankā ir nauda, un cik. Zvanītājs uzreiz piedāvāja to izņemt no bankomāta, uz ko atbildēju, ka neprotu to izdarīt. Noskaidrojās, ka mājās ir no pensijas iekrātā naudiņa, vīrietis pastāstīja, ka tālāk jautājumu risināšot Alekss Ozols no Valsts ieņēmumu dienesta. Viņš jautāja, vai man ir nauda un vai noformēta deklarācija ieņēmumu dienestā par maniem ieņēmumiem, norādot, ka nedrīkstu naudu slēpt mājās, jo nāksot pārbaudīt ar suni, un suns to atradīšot. Nosaucu summu, kas atrodas mājās, un viņš paziņoja, ka vispirms jāpārbauda, vai nauda nav viltota. Tā jāvedot uz Rīgu, kur pēc pārbaudes, pēc divām stundām, man to atdos atpakaļ. Vīrietis pabrīdināja, ka norunātajā autobusu pieturā pie Mēbeļu nama man jāizkāpj, tad atnāks Dmitrijs Balins, nosauks paroli un paņems naudu. Naudai jābūt aizlīmētā aploksnē. Sarunas laikā tiku piekodināta, ka telefonu nedrīkstu izslēgt, nedrīkstēju nevienam zvanīt. Zvanītājs gribēja dzirdēt, ko es daru. Telefonam bija jābūt uzlādētam.

Tobrid neapjēdzu, kas isti notiek, un visu darīju automātiski. Paņēmu naudu, kas atradās mājās, saģērbos, pulksten 14.10 iekāpu autobusā Balvi-Rīga un zvanīju viņam. Noskaidrojās, ka visu esmu izdarījusi, kā vajag, vīrietis atbildēja: “Labi”, un nobrīdināja ne ar vienu nerunāt. Par laimi, pa ceļam divas reizes piezvanīja meita, un es pamazām sāku atjēgties. Tikai pie Smiltenes pagrieziena nāca apjaušma un saprāts par to, ko es daru. Nolēmu rīkoties un piezvanīju pazīstamam cilvēkam Rīgā, kuram visu izstāstīju, piebilstot, ka esmu tikusi krāpnieku rokās. Sarunājām, ka izkāpšu citā pieturā, nevis tajā, kur mani it kā gaidīs Dmitrijs Balins. Un tā arī izdarīju. Viņš mani sagaidīja un aizveda pie meitas. Brauciena laikā ik pa brīdim zvanīja krāpnieki, bet pēc pulksten 18.30, kad norunātajā laikā mani neviens nesatika pie Mēbeļu nama pieturas, telefons zvanīja gandrīz nepārtraukti. Šoreiz viņiem vairs neatbildēju... Uzzinot par notikušo, meitas kaimiņiene viņus pasūtīja... Tā es izglābos.

Ar šo stāstu es gribētu mudināt arī citus novada iedzīvotājus – esiet uzmanīgi un neatbildiet uz svešiem telefonzvanieniem, it īpaši, ja telefona numurs nesākas ar Latvijas kodu +371. Krāpniekiem, kuri man zvanīja, kods sākās ar +370, kas ir Lietuvas

numurs. Jau sākumā es to piefiksēju un zvanītājam pajautāju, kādēļ tā, uz ko viņš man atbildēja, ka tas ir darba telefons. Gribu piebilst, ka vienmēr esmu izvairījiesies atbildēt uz telefonzvanieniem ar nepazīstamiem numuriem, šī reize bija izņēmums. Brīdī, kad atskanēja pirmais zvans, biju ļoti lielā stresā, man bija emocionāli ļoti smaga diena, iespējams, tādēļ arī atbildēju... Pēc notikušā ar kaimiņiem biju policijā, kur izstāstīju, kas noticis. Viņi jau no pirmajiem vārdiem saprata, ka tā ir kārtējā krāpniecības shēma.”

Ko darīt X stundā?

Pēc krāpnieku tīklā nonākušās sievietes piedzīvotā redakcija saņēma pensionāres kaimiņienes vēstuli, kurai pēc policijas apmeklējuma radies jautājums par drošību Balvu pilsētā: “Tā kā esmu likumpaklausīgs cilvēks, nav bijusi dārišana ar policiju, nezinu policijas darba kārtību pilsētā. Ar kaimiņiem notika smags krāpšanas gadījums, un biju nepieciešamība par notikušo ziņot Valsts policijai. Pie policijas durvīm grozījāties 10 minūtes, nekur nekādas norādes, kā ar viņiem sazināties. Nodomāju, – vēl jau uzbrukums Balvu novadam nav sācies, bet policisti jau sēž *bunkurā*. Zvanīju pašvaldības policijai, lai palīdz. Viņi ieteica zvanīt uz 110. Domāju, – varbūt labāk uz Briseli? Pēc brīža mūs tomēr ielaida gaitenī un uzklausīja. Nevajag jau staigāt pa kabinetiem, pietiks ar to, ka mani sadzirdēs, uzklausīs un dos padomu kaut vai caur lodziņu, kā tas bija padomju laikos. Savos 85 gados vēl esmu nodokļu maksātāja, tātad algu policijai arī maksā no vasts budžeta. Brīdināju policisti, ka rakstīšu “Vadugunij”, uz ko saņēmu atbildi, – varbūt nevajag, pilsētā būs satraukums.” Tātad, lai krāpjas, lai laupa, lai zog *pa kluso*, lai pilsētā nezina, kaut gan televīzijā (TV24) brīdināja, lai neklusējam, brīdinām citus. Kā var pilsētas iedzīvotāji nakts laikā un izejamās dienās justies droši? Atkal jāzvina uz Briseli vai Trampam? Gan Saeimas vēlēšanās, gan pašvaldību vēlēšanās balsoju par novada vadītāju Jāni Trupovnieku. Gri-bētu saņemt atbildi un ieteikumu, ko darīt X stundā?”

Neizpaliks saruna, lai durvis nebūtu aizslēgtas

Balvu novada domes priekšsēdētājs JĀNIS TRUPOVNIEKS, atbildot uz uzdoto jautājumu, teic: “Ziņa, ka Valsts policija Latvijā atklājusi milzu kibernetizācijas tīklu ar 50 miljoniem viltotu kontu, no kuriem istenotajās krāpšanās dažādās valstīs kopumā cietušas vismaz 3 200 personas, un tām radītais materiālais zaudējums mērāms teju 5 miljonu eiro apmērā, liecina par to, ka krāpniekiem dzīves nav un nebūs. Mēs ik pa mirklīm radio, televīzijā, laikrakstos un interneta vietnēs lasām aicinājumus būt uzmanīgiem, nenodot savu informāciju. Krāpnieki telefonsarunās izmanto mākslīgo intelektu, kā cilvēkus var ietekmēt caur skaņām, caur vārdiem, caur intonācijām. Tas nozīmē, ka varam uzķerties. Jābūt uzmanīgiem un apdomīgiem. Viens no drošības aspektiem ir arī, piemēram, Balvu un Gulbenes slimnīcas tālākā darbība. Protams, par to stāvēsim un kritīsim. Otrs drošības aspekts ir fiziskā drošība. Balvu pašvaldības policija regulāri patrulē visā novadā, tāpat ir uzstādītas novērošanas kameras. Ir bijušas tikšanās ar Latgales reģiona policijas dažāda līmeņa pārstāvjiem, kurās pārrunāta sadarbība, proti, kā to uzlabot. Drošības pārstāvji nes par mums rūpi, par ko liecināja arī nesen notikušās mācības “Namejs”, kuras bija klātesošas arī mūsu novadā. Darbs norit, un ceru, ka drīzumā kāds armijas formējums būs arī Balvu novadā. Mēs esam dažādu ceļu krustcelēs – būsīm modri, savstarpēji viens otru informēsim par nebūtībām. Par iespēju ziņot policijai: uzskatu, ka dežurantam jābūt uz vietas. Tas nav normāli, ja cilvēkam jāstāv pie durvīm, nezinot, kur vērsties. Tā būs viena no turpmākajām sarunām ar Valsts policijas atbildīgajām amatpersonām, lai viņi sniegtu savu skaidrojumu. Mēs esam pierobežā, kur jābūt pietiekamam darbinieku skaitam, lai durvis nebūtu aizslēgtas.”

Lai pasargātu sevi un tuviniekus, Valsts policija atgādina:

- ◆ nekad neizpaužiet pa tālruni personīgos datus – pases vai ID informāciju, bankas kartes numurus, internetbankas pieejas datus;
- ◆ nesekojiet nepazīstamu personu norādījumiem vai prasībām, īpaši, ja tiek lūgts instalēt programmas vai veikt neparastas darbības ierīcēs;
- ◆ lietojiet stipras un atšķirīgas paroles katram kontam;
- ◆ neizmantojiet paroles veidošanā personīgos datus.
- ◆ ieslēdziet divu faktoru autentifikāciju (internetbankai, e-pastam);

- ◆ regulāri mainiet paroles un neatkārtojiet tās dažādās interneta vietnēs;
- ◆ izmantojiet atsevišķu maksājumu karti tiešsaistes pirkumiem;
- ◆ lejupielādējiet un aktivizējiet mobilajās ierīcēs DNS uguns mūri;
- ◆ ja esat nodevis savus bankas datus vai naudu krāpniekiem, nekavējoties sazinieties ar banku un informējiet Valsts policiju.

“Gada skolotājs 2025”

Arī viņas vārds ir starp labākajiem

Sanita Karavoičika

Katra klase viņai ir kā jauns piedzīvojums, katrs skolēns – unikāla pasaule, bet katra mācību stunda – iespēja iedegt interesi, atvērt durvis un saskatīt valodas burvību. Balvu Valsts ģimnāzijas skolotāja IRĪNA KRIVOŠEJEVA ne tikai māca angļu valodu – viņa iedvesmo, uzklausa un palīdz augt. Šogad viņas darbs novērtēts ar titulu “Gada skolotājs 2025” – tas ir stāsts par cilvēku, kurš savu darbu dara ar sirdi.

Jūsu mājās īpašajā plauktā nu iegūlis vēl viens apbalvojums – šoreiz iegūts tituls “Gada skolotāja 2025”. Kādas ir sajūtas, saņemot kārtējo tencinājumu?

– Godīgi sakot, neesmu cilvēks, kas tendēts uz atzinību. Tieksmes pēc slavas man nav, bet, protams ir patikami, prieks un gandarījuma sajūta būt novērtētai. Tā sanācis, ka gada laikā šis ir mans otrais apbalvojums, jo 2.maijā iepriekšējais Balvu novada vadītājs Sergejs Maksimovs par godu Balvu Valsts ģimnāzijas jubilejai pasniedza Atzinības rakstu. Vēl senākā pagātnē, 2018.gadā, biju nominēta “Gada skolotāja” titulam, bet toreiz galveno balvu neieguvu.

Kāds bija Jūsu ceļš līdz skolotājas profesijai?

– Mana pirmā darba pieredze bija Valsts robežsardzē, kur nostrādāju četrus gadus, taču jutu, ka tur īsti neiederos. Paralēli darbam neklātienē pabeidzu augstskolu, kur izmācījos par angļu valodas skolotāju, un tā arī nonācu skolā. Karjeras nedēļas ietvaros, vadot stundu, bērniem stāstīju, ka man bija rotaļu lelles, kuras sēdināju vienā rindā un vadīju īstu mācību stundu, liku žurnālā atzīmes. Skolotājas darbs man bijis tuvs vienmēr, kaut gan ģimenē tētis, vectēvs, brālēni un onkuļi strādāja policijā. Brīdī, kad bija jāizdara izvēle, ko pēc vidusskolas darīt tālāk, manu lēmumu vairāk laikam ietekmēja tētis. Es sapratu, ka robežsardzē ir laba iespēja tiem, kuri jau mācoties grib nopelnīt paši savu naudu un būt neatkarīgi no vecākiem. Tā darīju arī es.

Ko mūsdienās nozīmē būt labam pedagogam?

– Vispirms es teiku, ka labam pedagogam jāatrod kontakts ar bērniem, jāizveido cieņpilnas attiecības, jo viņi ir personības, un katram jāatrod sava pieeja. Skolotājs var būt izcils pedagogs, ļoti gudrs profesors, bet, ja viņam nav kontakta ar skolēnu, bērns viņu nedzirdēs. Uzskatu, ka tas ir pats svarīgākais, jo pēc tam viņi pedagogu jau dzird, sadzird un uztver teikto. Ja šīs saiknes nav, var stāstīt un izmantot, kādas metodes grib – nebūs nekā.

Kā Jums izdodas to panākt?

– Tā laikam ir tā mana īpašā *atslēdziņa*. Pēc dabas esmu labsirdīgs cilvēks, neuzskatu sevi par stingru skolotāju, kaut gan man šķiet, ka tie stingrākie iemāca labāk. Bet jāatceras, ka mūsdienu bērni ir savādāki. Visticamāk, pieeju pie viņiem atrodu runājot, redzot, jūtot katru. Droši vien sava nozīme ir arī pieredzei, jo pavasarī būs 20 gadi, kopš strādāju skolā. Pa šo laiku jau diezgan labi esmu iemācījusies atpazīt bērnus.

Par skolotāja profesiju šodien runā daudz – par ikdienu, atalgojumu un arī par profesijas seju kopumā. Kas ir tie ikdienišķie iemesli, kas katru dienu liek vērt vaļā skolas durvis un stāvēt klases priekšā?

– Tieši par šo jautājumu mēs ar kolēģiem un skolas direktori diskutējām “Gada skolotāja” ballē. Es teicu, ka tā noteikti nav alga, jo šis darbs man sniedz gandarījumu. Man šķiet, ka Balvu Valsts ģimnāzija ir īpaša skola. Te mācās ļoti labi bērni, man ir forši kolēģi, ar kuriem varu aprunāties arī ārpus darba, skolas direktore Kristīne Lele ir saprotoša un iejūtīga. Es šeit jūtos labi – man patīk apkārtējā vide un tas, ko daru. Arī starptautiskie apmaiņas projekti, kurus rakstu, sniedz gandarījumu. Un, ja tie vēl tiek apstiprināti, gandarījums un prieks divtik lielāks. Un tad es sev saku, – tu to uzrakstīji, Irīna, tā tad esi atbildīga. Nu tad virzi uz priekšu! Brižiem šķiet, ka ir ļoti grūti, un tad man patīk pačikstēt. Bet es pačikstu, daru tālāk un jūtos laimīga par to, ko daru. Esmu apzinīga, tādēļ man nepatīk, kad kaut ko steigā nevaru paspēt. Šķiet, ka varēju labāk, kaut ko neizdarīju – tas mazliet traucē.

Tituls “Gada skolotājs” Jums piešķirts par inovācijām un radošumu izglītības procesā. Kas tad aizrauj mūsdienu skolēnus?

– Viņiem patīk viss, kas saistīts ar tehnoloģijām, tādēļ cenšos tās izmantot mācību procesā – nevis visu laiku skolēniem lūgt noliekt malā mobilos telefonus, bet ar tiem padarboties. Man patīk mācību procesu vadīt interesantā veidā, piemē-

ram, caur spēlēm. Ar tiem, kuri pie manis nāk uz angļu valodas pulciņu, tā arī strādājam – mācāmies valodu, spēlējot galda spēles. Patīk skolēniem izdomāt nebijušas aktivitātes, kaut ko jaunu atklāt, izdomāt, kas viņus varētu ieinteresēt. Protams, neatliek laika, lai to visu īstenotu dzīvē katrā mācību stundā, bet es cenšos.

Pie inovācijām noteikti tiek pieskaitīti arī starptautiskie pieredzes apmaiņas projekti?

– Jā, jo, aizbraucot kaut kur citur, uzzinām daudz jauna, atvedam interesantas idejas. Bet tai pat laikā saprotu, ka mēs darām to pašu, ko ārzemnieki, līdz ar to neesam atpalikuši no Eiropas pieredzes. Piemēram, mācību uzņēmumi ir gan Somijā, gan pie mums. Pēdējā konferencē klausījos runātājus un sapratu, ka viss mums ir. Pie tā arī vajadzētu palikt un vienkārši turpināt iesākto. Diezgan smags laiks bija pēc kovidā, kad projekti skolā netika organizēti. Starptautisko projektu darbu atsākām tikai pagājušajā gadā, kad koordinēju uzreiz trīs projektus. Toreiz bija grūtības saskomplektēt komandu un atrast viesģimenes, toties tagad bērni atnāk paši un saka, – skolotāj, mēs gribam piedalīties. Un tas ir tik patīkami! Pēdējo projektu man palīdzēja īstenot ļoti forša komanda, viņi izdomāja mācību aktivitātes, turklāt to darīja ar tādu atdevi un ieinteresētību, ka prieks! Bērni arī redz, ka projekti ir atšķirīgi, līdz arī ieinteresētība kļūst lielāka. Nezinu, vai ar šiem pieredzes apmaiņas projektiem esmu izgudrojusi jaunu rīteni, bet kaut ko jaunu gribas pamēģināt ieviest.

Kā mūsdienu skolēniem veicas ar angļu valodu? Nereti no vecākiem dzirdēts, ka to pārzina labāk nekā dzimto valodu?

– Ne par visiem bērniem tā var teikt, jo ir skolēni, kuriem veicas tiešām labi, viņiem ir valodas izjūta, un ir bērni, kuriem klājas ļoti grūti. Daži ir ļoti noslogoti pēc skolas un viņiem vienkārši neatliek laika par angļu valodu domāt. Savukārt citiem tieši angļu valodas dēļ ir ļoti lieli kompleksi. Man šo bērnu žēl, jo es cenšos viņiem palīdzēt, bet saprotu, ka viņi visu nobloķē ar domu, – man nepadodas, es nesaprotu, es nezinu. Līdzko izdodas no šī bloka atbrīvoties, izaugsme ir jūtama.

Skolotāji mēdz teikt, – kaut arī darbs ar skolēniem paņem enerģiju, no viņiem arī var kaut ko mācīties.

– Noteikti tam piekritu, jo viņiem enerģijas līmenis ir cits. Skolēniem ikdienā patīk parunāt, viņi izstāsta par savām interesēm un to, ko dara. Ja pedagogs grib izprast bērnu, viņiem jāparunā, jo viss sākas ar sarunu. Saprotu, ka mūsdienu bērni ārpus skolas dara daudz vairāk, nekā darīju es skolas laikā. Nekad nevar zināt, kas no kura skolēna beigās iznāks. Varbūt kādam mācībās neveicās tik labi, bet viņš būs slavens futbolists, mūziķis vai žurnālists. Un nevar bērnus nosodīt, ka viņi skolā sliktāk vai labāk mācījās, jo dzīves laikā viņi ļoti pamainās. Bieži vien ir tā, ka tas teicamnieks ar skolotāju nesasveicināsies, bet bērns, kuram skolotājs sniedza atbalstu un bija iejūtīgs, ies, sasveicināsies, apjautāsies, uzrakstīs un apsveiks svētkos.

Skolotāja profesija ar katru gadu zaudē savu prestižu, par ko liecina arī statistika. Vairums jauno pedagogu no skolas aiziet jau pirmajos piecos gados.

– Domājot par savu kolektīvu, varu teikt, ka gluži neaiziet no profesijas, bet aizbrauc dzīvot kaut kur citur, pamaina darbavietu. Esmu jau skolotāja gados, bet savā kolektīvā jūtos jauna un sevi ar 20 gadu darba stažu tomēr pieskaitu pie jaunajiem pedagogiem. Neapšaubāmi, mūsdienās skolā strādāt nav viegli. Dažiem cilvēkiem ir ļoti svarīgi saņemt atalgojumu atbilstoši tam, ko viņi dara. Ja kāds pēc darba var aizvērt durvis un pateikt, ka aiziet mājās un par darbu aizmirst, tad mums tā nav. Manuprāt, pārsvarā jaunie pedagogi no darba skolā aiziet, jo samaksa nav līdzvērtīga paveiktajam. Kāds varbūt arī saprot, ka nav misijas skolotājs – viņš nespēj komunicēt ar bērniem, tā vienkārši nav viņa profesija. Tie varētu būt galvenie kritēriji. Iespējams, arī man kādreiz būs jāpieņem lēmums par pārcelšanos, jo vecākā meita Angelīna jau ir Rīgā, Amēlija ļoti nopietni aizrāvusies ar sporta dejām. Bet tai pat laikā es neredzu sevi kā skolotāju galvaspilsētā. Redzu sevi ģimnāzijā, tepat Balvos, man te ir labi. Arī laukos man patīk – strādāju Eglaines skolā, divus gadus arī Rugājos. Mani uzrunā šī vide, atmosfēra, bet Rīgas skolā ir citi bērni – tie nav lauku bērni.

Skolā esat jau 20 gadus. Nav nekad bijis brīdis, kad šķiet – nu viss...

– Nē, nav gan. Un vēl joprojām es jūtu, ka darbs man patīk. Ja nu vienīgi kaut ko mainīt piespiedīs dzīves apstākļi.



Foto - no personīgā arhīva

Pateicīga par iespēju darīt to, kas sirdij tuvs. Topošajiem skolotājiem, kuri vēl tikai sāk savu ceļu izglītībā, Irīna Krivošejeva novēl neatlaidību: “Skolotāja darbs ir izaicinošs. Vajag ne vien gadu, bet vairākus, lai nonāktu tādā miera ostā, kādā esmu tagad. Jaunajiem pedagogiem es novēlētu pacietību, spēju uzklaušīt citu viedokli, jo arī tas jāprot, un apzināties, ka skolotāja profesija ir ļoti svarīga un nekur nepazudīs. Lai šo darbu darītu, tam ir jābūt aicinājumam. Jūtos laimīga un katru dienu pateicīga, ka man tāds ir.”

Ja būs jāpārceļas ģimenes dēļ, tad, visticamāk, lielpilsētā par skolotāju nestrādāšu. Bet, kamēr esmu Balvos, neredzu sevi citā vietā. Ir, protams, profesijas, kas uzrunā, bet visur ir labi, kur mūsu nav.

Valsts līmenī bieži tiek daudzzināti galvaspilsētas skolu pedagogi, uzsverot mācību kvalitāti un sasniegumus. Reizēm nav sajūtas, ka tie, kuri strādā reģionos, tiek uzskatīti par nevērtīgākiem?

– Ja paskatāmies statistiku, reitingus, tad droši vien tā ir, ka galvaspilsētā skolēniem labāki sasniegumi un mācību kvalitāte. Bet es arī saviem bērniem stāstīju, ka tur ir izlase. Rīgas zināmākajās ģimnāzijās ir lielas klases, bērni kārtu nopietnus iestājpārbaudījumus. Taču tai pat laikā pa kādam *dimantiņam* atrodas arī tepat pie mums, Balvos. Vienmēr esmu teikusi un teikšu, ka jālepojas ar to, ka skolēni mācās Balvu Valsts ģimnāzijā. Uz citu Latvijas skolu fona arī esam īpaša skola, kaut gan varbūt nav to sasniegumu valstī tik daudz, cik gribētos. Atceros, reiz viena mana kolēģe, kurai ir sasniegumi valsts olimpiādē, stāstīja, ka, aizbraucot uz valsts posmu Rīgā, viņai pajautāja, kā mūsējie vispār tur tika. Mūsu skolā taču nav tik daudz bērnu, no kuriem izvēlēties un atlasīt spējīgākos. Bet te nav runa tikai par sasniegumiem, jo personību veido kas cits. Mums ir tik daudz pozitīvu piemēru, ar kuriem lepoties – skolotājas Lindas Vītolas koris, pūtēju orķestris, bobslejists olimpietis. Jā, Rīgā ir lielāka labu skolēnu izvēle, bet iespējas mums ir līdzvērtīgas. Un tie talantīgie bērni nav tikai skolotāju ieguldītais darbs, arī pašiem bērniem ļoti daudz jāstrādā ārpus skolas.

Kas Jūs iedvesmo ārpus skolas sienām?

– Tas noteikti ir vasaras atvaļinājums. Man ir ģimene, kas mani ļoti motivē. Cenšamies piektdienās noliekt visus darbus malīnā – paēst kopā vakariņas, pasēdēt un parunāt par to, kas nedēļas laikā noticis, savādāk tikai skrienam un skrienam. Bet reizēm vajag arī apstāties. Man patīk apmeklēt kādu koncertu, patīk braukt ar meitu uz sporta deju sacensībām, kuras notiek teju katru nedēļas nogali. Būtībā mani hobiji ir manu bērnu hobiji. Un vasarā tā ir dārzkopība. Man ir vasarnīca, kur patīk rušināties pa dārzu, patīk kaut ko garšīgu izcept, izmēģināt jaunu recepti, palasīt grāmatu, jo ikdienā tam neatliek laika. Mazliet skumji, ka pašai neatliek laika pilnveidoties. Varu gatavoties stundai, meklēt materiālus, izglītoties, bet paņemt un izlasīt grāmatu no A līdz Z vienā piegājienā laika nav. To gan gribētu. Vēl mums ar ģimeni patīk paceļot – cik varam atļauties, tik arī ceļojam.

Piedāvā dažādus gardumus

Kārumu dekorēšanā noder dizaineres prasmes

Aija Socka

“No Balviem nav bieži produkcijas pasūtījumi, jo attālums nav mazais, bet vasaras periodā ir gribētāji atbraukt un padarboties radošajās darbnīcās. Draudzene nāk no Balvu puses, sanāk arī kādu torti aizvest uz svētkiem,” teic “Cukurellas” saimniece VELGA SARMULE no Rēzeknes novada. Šoruden pie viņas ciemojās Balvu puses uzņēmēji, dodoties pieredzes braucienā.

Strūžānu pusē esat dzimusi un augusi. Kas esat pēc profesijas un kāda ir darba pieredze?

– Jā, esmu viens no varbūt tiem retajiem cilvēkiem, kas nav pametis savu dzimto pusi un vienmēr arī mēģinājusi šeit palikt, lai apstākļi ne vienmēr bijuši labvēlīgi. Esmu priecīga, ka varu saimniekot savās dzimtajās mājās. Pirmā profesija ir interjera dizainere, diemžēl ar šo profesiju Rēzeknes pusē bija grūti atrast klientus un piedāvājumus, jo ekonomiskā situācija ļoti ietekmē cilvēku iespējas izmantot dizainera pakalpojumus. Uz Rīgu nevēlējos pārcelties, jo abi ar vīru neesam sajūsmā par pilsētas dzīvi. Esmu strādājusi arī kā pedagogs, ko paralēli joprojām brīžiem daru. Tagad jau esmu ieguvusi arī pārtikas tehnologa diplomu, bet, uzsākot savu uzņēmējdarbību, nebija domas, ka vēlēšos vēlreiz studēt.

Kas bērnībā mācīja cept un gatavot gardumus? Vai joprojām atmiņās saglabājusies to dienu ceptās maizes un pīrāgu garša?

– Bērnībā, kad gājām pie vecmammās uz lielajām darbu talkām, viņa vienmēr cepa baltmaizi. Kukuliši bija ļoti lieli un garši, to garšu vēl tagad atceros. Pēc darba vecmamma visiem izdalīja līdzīgu maizīti, lielo kukuli varējām mājās ēst vēl ilgi. Kad vecmammai bija vairāk laika, izcepa arī gardu biezpiena maizi, ko mēs, bērni, vienmēr ļoti gaidījām. Pašlaik savai ģimenei arī mēdzu cept ierauga maizīti, bet bieži vien visam pietrūkst laika. Ideja, ka vēlos pati kaut ko ražot, virmoja prātā krietnu laiku, bet bija jāsaņem, lai to arī realizētu.

Kā radās ideja par “Cukurellu”? Ar ko sākat darbošanos savā uzņēmumā?

– Ideja realizējās, kad piedalījās LLKC rīkotajās apmācībās un konkursā “Laukiem būt”, kur ieguvu 1.vietu kategorijā “Pārstrāde”. Šo apmācību laikā izdomāju darbībai atbilstošu uzņēmuma nosaukumu, jo visa pamatā ir cukurs, bet, lai būtu eleganti un skanīgi, tad izveidojās “Cukurella”. Ražošanu uzsāku virtuvē, kur visu pielāgoju, lai varu savienot to ar ikdienas gatavošanu ģimenei. Protams, sākumā nebija atbilstoša aprīkojuma, bet ar laiku visu vajadzīgo iegādājās, lai panāktu nepieciešamo izstrādājumu kvalitāti. Par izdarīto izvēli, darboties ar konditorejas izstrādājumiem, nenožēloju, man ir liels prieks, ka saņemu pozitīvu atgriezenisko saiti no klientiem.

Kā laika gaitā mainījusies uzņēmuma darbība un produkcijas piedāvājums? Ko interesenti labāk iegādājas?

– Sākotnēji ideja bija, ka ražos mājas saldējumu, kas beigās tomēr palika nostā, jo sāku ražot vairāk tieši mazos konditorejas izstrādājumus (zefirus, pastilas, makarūnus, bezē). Darbojoties sapratu, ka nepieciešams arī sākt mācīties gatavot tortes, jo klienti bieži jautāja, vai varētu iegādāties. Tā sanācis, ka tagad lielākoties cepu tortes, bet mazos izstrādājumus retāk, izņemot Ziemassvētku laiku, kas ir saspringtais gada periods, kad jāpagūst sagatavot visus pasūtījumus.

Kur apgūvāt kūku cepšanas un dekorēšanas prasmes, vai uzreiz sanāca skaisti un gardi?

– Uzņēmējdarbības sākumā visas receptes testēju pašas spēkiem, cenšoties pieslīpēt prasmes un panākt vēlamu rezultātu. Vēlāk apmeklēju arī dažas meistarklases Rīgā, kā arī bieži iegādājos online apmācības, kas, manuprāt, ir lielisks veids, kā iegūt sev vēlamās receptes un zināšanas no citām valstīm, netērējot papildus līdzekļus, lai brauktu mācīties klātienē. Izstrādājumu noformēšanā un vizuālā izskata ziņā ļoti noder dizaineres prasmes, jo ir viegli izprast kompozīciju un saprast, kādu tieši ideju gribu pasniegt. Protams, prasmes attīstās ar pieredzi, jo jāizprot arī visi materiāli, ar ko strādā, kā tos ietekmē dažādi faktori.

Kā rit darbība “Cukurellā”? Biežāk gatavojat produkciju brīvdienām, svētkiem, pasūtījumiem, tirdziņiem?

– Parasti pasūtījumi jāgatavo brīvdienām, lielākais darbs norit nedēļas otrajā pusē. Vasarā, protams, darba ir vairāk,



Foto - no personīgā arhīva

“Cukurellas” saimniece. V.Sarmule atklāj, ka dažkārt saldummīļiem sūta produkciju arī ar pakomātu starpniecību: “Sūtu tos saldumus, kuri nevar sabojāties transportējot, piemēram, pastilas, bezē cepumus. Tortēm veicu arī piegādes, ja nepieciešams.”

jo tad piedāvāju produkcijas degustācijas un radošās aktivitātes – popkūciņu un kūciņu darbnīcas gan pie sevis, gan izbraukumā. Šogad vasaras sezona nebija tik darbīga kā iepriekšējos gados, ko, iespējams, ietekmēja ne tik vasarīgie laikapstākļi.

Ar ko īpaša un patīkama izvēlētā nodarbošanās? Kas jums šajā procesā patīk un sagādā prieku?

– Protams, patīk, ka pati esmu sev saimniece, varu plānot savu laiku un, ja kādu dienu negribu strādāt, ir iespēja sev iedot brīvdienas. Radošais process noteikti ir tas, kas uzrunā un sniedz gandarījumu par paveikto darbu. Kā arī tas, ka nav jāpavada visa diena strādājot pie datora, labāk izvēlos darbu virtuvē.

Ģimenes svētkos noteikti galdā liekat pašas sarūpētus gardumus. Kas ir visieciņākie?

– Ģimenē visi, protams, ir jau izlūtināti ar saldumiem un to dažādību, tāpēc bieži vien bērni ir ļoti izvēlīgi, runājot par to, kas man jāgatavo. Cenšos noteikti sarūpēt pašas gatavotus kārumus, bet ir reizes, kad darbi sakrīt tā, ka sevi arī ir jāapdala, jo vienkārši fiziski nespēju sagatavot. Bērniem ļoti garšo makarūni un eklēri, kā arī viss, kas saistīts ar šokolādi. Vīrs ir priecīgs, ka manās gatavotajās kūkās ir mazāk cukura nekā veikala, protams, arī par sastāvu, jo neizmantoju mākslīgās piedevas. Pagājušajā vasarā pārsteigums bija par brauniņu no kabačiem, ko ēda arī bērni un nemaz nesaprata, kas tajos ir iekšā. Noteikti iesaku nenobīties un kādreiz pagatavot, jo brauniņa gatavošana ir ļoti vienkārša.

Darbošanās “Cukurellā” aizņem daudz laika. Kā labprāt pavadāt brīvdienas?

– Darbojoties šādā jomā, kā arī uzņemot tūristus, bieži vien brīvdienas paskrien strādājot un ir grūti saplānot atpūtu. Cenšamies izrauties no ikdienas rutīnas, izplānojot kādu atpūtas braucienu visai ģimenei. Tad, kad esmu tālāk no mājām, prāts automātiski atslēdzas no gaidāmajiem darbiem. Labprāt strādāju arī savos laukos, dārzā, kas sniedz lielisku atpūtas iespēju.

Ar kādām domām gatavojat produkciju?

– Kad gatavoju pasūtījumus, noteikti svarīgākais ir nodrošināt kvalitāti, pareizi izplānot darbu grafiku, lai viss atbilst tehnoloģiskajam procesam un nav jāstrādā vēl vakarā, kas diemžēl tomēr gadās. Darbā ar konditorejas izstrādājumiem ir ļoti svarīgi ievērot gatavošanas tehnoloģiju, svērt visas izejvielas, lai tiešām būtu pārliecināta, ka gala produkts būs atbilstošas kvalitātes un vispār izdosies. Būtiski arī izprast procesu, kas notiek ar produktiem, tos gatavojot, nevis vienkārši akli sekot receptei, jo bieži vien receptē nav minētas nianse, kam jāpievērš uzmanība, un produkts vienkārši nesanāks. Zināšanas arī nepieciešamas, jo ne visu ir iespējams saprast pēc pieredzes.



Foto - no personīgā arhīva

Gabaliņš no šokolādes siera kūkas. “Cukurellā” interesenti var iegādāties astoņu garšu tortes, populārākās – “Sarkanais velvets”, “Snikers”, kūkas ar kokosriekstu un trifeļu garšu.



Foto - no personīgā arhīva

Vasarā iecienīts kārums. Attēlā redzami trauciņi pildīti ar mājas saldējumu.



Foto - no personīgā arhīva

Bezē cepumi. Pagatavotie našķi skaisti iederas vafeļu konusiņos.

Kā veicināt pierobežā dzīvojošo Latvijas iedzīvotāju psiholoģisko noturību pret Krievijas dezinformāciju, kā arī atgādināt, ka valsts aizsardzība nav tukši vārdi? Kā to izdarīt? Vislabākais arguments ir piemērs, ka mēs esam un arī varam kļūt par savas dzimtenes sargiem. 14 publikācijās uzsversim informatīvās telpas drošību, kā arī atgādināsim, ka ikviens ir līdzatbildīgs savas valsts attīstībā

un aizsardzībā, lai nekādi svešzemju kungi nespētu diktēt savus noteikumus, tos nereti paslēpjot zem skaistiem vārdiem un lozungiem, viltus vēstījumiem. Mēs esam kopīgs spēks, kas veido un nosaka mūsu valsts drošību.



Aizsardzības ministrija

Valsts aizsardzības dienestā

Mēs izpildījām savu pienākumu

Pēc 2023.gada 5.aprīli Saeimā pieņemtā Valsts aizsardzības dienesta likuma, katra 18 gadu vecumu sasnieguša Latvijas pilsoņa – vīrieša pienākums ir vienu gadu (11 mēnešus) pavadīt valsts aizsardzības dienestā, kas viņam sniedz iespēju iegūt zināšanas un sapratni par valsts aizsardzību, uzlabot individuālās rīcības spējas, kā arī piedalīties valsts aizsardzības stiprināšanā. Dienestam var pietiekties brīvprātīgi vai arī, saņemot pavēsti. Viens no jauniešiem, kuri pēc vidusskolas izglītības iegūšanas 2024.gada vasarā nolēma dienestam pieteikties brīvprātīgi, bija Balvu Valsts ģimnāzijas absolvents RALFS ŽOGOTA. Izpildījis obligāto pienākumu pret valsti, jaunais vīrietis nolēmis turpināt veidot karjeru Latvijas Nacionālajos bruņotajos spēkos.

Kāpēc nolēmāt obligātajam Valsts aizsardzības dienestam pieteikties brīvprātīgi, negaidot pavēsti?

– Jau kopš bērnības sapņoju saistīt savu dzīvi ar militāro jomu. Tā kā aktīvi nodarbojos ar sportu, nolēmu, ka šis man būtu ļoti piemērots darbs. Sākotnēji vēl nedaudz šaubījos, vai gribēšu visu dzīvi veltīt karavīra profesijai, tādēļ nolēmu, ka pavadīt 11 mēnešus obligātajā valsts aizsardzības dienestā – tā būs laba iespēja izmēģināt un saprast, vai to gribu.

Obligātais dienests pārliecināja, ka izvēle ir īstā?

– Jā. Parakstīju līgumu un turpinu dienēt Latvijas Nacionālajos bruņotajos spēkos.

Kā vecāki uztvēra ziņu, ka brīvprātīgi stāsities valsts aizsardzības dienestā?

– Vecākus jau iepriekš biju informējis, ka to darišu un, iespējams, arī pēc tam savu dzīvi saistīšu ar militāro jomu. Tētis, mamma un māsa šo lēmumu atbalstīja. Arī vecvecāki priecājās un lepojās ar mani.

Kas jaunietim jādara, lai brīvprātīgi pieteiktos obligātajam valsts aizsardzības dienestam?

– Visi nosacījumi ir atrodami internetā. Jāaizpilda anketa un jāizpilda vairāki citi soļi, lai pieteiktos. Notiek arī veselības pārbaude utt. No manas skolas tajā gadā dienēt devās aptuveni desmit jaunieši. Daži uzreiz pieteicās profesionālajam dienestam, vēl daži iestājās Latvijas Nacionālajā aizsardzības akadēmijā.

Kad bijām izgājuši medicīnisko pārbaudi, saņēmām paziņojumu ar datumu, kad jāierodas Ādažu militārajā bāzē, kādas mantas un kādus dokumentus jāņem līdzi. Noteiktajā datumā kopā ar vecākiem un vēl dažiem skolasbiedriem ieradāmies Ādažos, kur mūs sagaidīja un sadalīja pa bataljoniem. Mums ierādīja istabiņas kazarmās, kurās dzīvojām kopā aptuveni 15 puīši. Pirmajā dienā izrādīja arī teritoriju – kas kur atrodas.

Nebija grūti pierast dzīvot kopā ar vēl 14 svešiem jauniešiem?

– Sākumā, protams, bija nepierasti. Taču biju sagatavojies, ka tā būs. Tā kā visi istabas biedri bija ļoti komunikabli, ātri vien iepazināmies un izveidojām labas attiecības. Ja kopā jāpavada gads, tanī skaitā trīs pamatapmācības mēneši, ir jāiemācās sadzīvot. Man ar visiem istabas biedriem izveidojās labas attiecības. Ar dažiem puīšiem joprojām uzturu kontaktu.

18 gadu vecumā droši vien pirmo reizi dzīvojāt tālu no mājām...?

– Sākumā bija tā neierasti, bet divu nedēļu adaptācijas periodā diezgan ātri pieradu. Sapratu arī, ka nebūs tā, kā daudzi domā, ka, atbraucot dienēt, visu gadu vairs neliāz mājās. Tā nu gan nav.

Cik bieži varējāt doties mājās uz Balviem?

– Tagad, dienējot bruņotajos spēkos, uz mājām varu doties katru vakaru, jo šobrīd dzīvoju Rīgā. Obligātā valsts aizsardzības dienesta divās pirmajās nedēļās jeb adaptācijas periodā, kad iepazināmies ar dienesta ikdienu, mūs nelaida mājās, bet, sākoties pamatapmācībai, uz mājām varējām doties katru nedēļas nogali. Parasti braucām uz Balviem kopā ar pārējiem balveniešiem. Taču no pirmdienas līdz piektdienai kazarmās palikām no rīta līdz vakaram, jo dienas bija ļoti noslogotas.

Kāds bija dienas režīms?

– Cēlāmies sešos, klājām gultas, tad notika rīta rosme – devāmies skriet. Tad ēdām brokastis, pēc tam notika mācības – apguvām ieročus, ierindas mācību utt. Pēc pusdienām atkal –

mācības, pēc tam – sporta nodarbības. Sporta nodarbībās bija dienas, kad trenējām dziļo muskulatūru, veicām spēka vingrinājumus, bet citās reizēs trenējāmies skriešanā. Nodarbības vadīja instruktori, jo dienesta laikā viņi ļoti rūpējās par mūsu drošību, lai negūstam traumas. Bāzē bija iespēja saņemt arī medicīnisko palīdzību, ja kāds saslima vai guva traumu.

Kā noritēja dienests pēc pamatapmācības kursa beigām?

– Katra nedēļa atšķīrās. Dažās dienās ļoti intensīvi nodarbojāmies ar fiziskām aktivitātēm. Citas pavadījām poligonā. Piedalījāmies mācībās mežā, mācījāmies izdzīvošanas prasmes, nakšņojām mežā. Man tas šķita ļoti interesanti, jo nekad iepriekš neko tādu nebiju darijis. Protams, bija grūti, bet ātri vien pieradu un pārvarēju grūtības.

Kādi bija sadzīves apstākļi?

– Bāzē viss ir moderni iekārtots. Patiesībā pat negaidīju, ka piedāvājumā būs tik daudz kā, pat sauna. Protams, tur ir dušas telpas, tualetes, arī veļasmašīnas, veļas žāvētāji utt. Ēdnīca ir ļoti plaša. Par ēdināšanu nevarēja sūdzēties – vienmēr daudzveidīga ēdienu izvēle, kas katru dienu mainījās.

Kas obligātā militārā dienesta laikā sagādāja vislielākās grūtības?

– Sākumā tās bija dienesta biedru atšķirīgās izloknes, jo dažus vārdus no kurzemnieku teiktā bija grūti saprast. Lai gan skolas laikā aktīvi sportoju – nodarbojos ar svarcelšanu un grieķu–romiešu cīņu, sākumā bija grūti pierast pie lielās fiziskās slodzes. Ar spēka vingrinājumiem nebija problēmu, bet ar skriešanu gāja grūtāk. Kopš pamatapmācības joprojām turpinu attīstīt savas skriešanas spējas. Jebkurā gadījumā, redzot, ja kādam karavīram kāda no disciplinām padodas grūtāk, instruktori iegulda ļoti lielu darbu un daudz laika, lai palīdzētu, jo vēlas, lai mums viss izdodas.

Kādas jaunas zināšanas ieguvāt valsts aizsardzības dienesta laikā?

– Apieties ar ieročiem, jo pirms dienesta, man nebija nekādas saskares ar ieročiem. Iemācījies apieties ar ložmetēju, jo to ļoti gribēju. Arī sadarboties ar citiem cilvēkiem. Armijā komunikācija ar pārējiem ir ļoti svarīga, jo strādājam komandā. Māksla ir kaut vai sadzīvot ar 14 citiem cilvēkiem vienā istabā. Tāpat apguvu arī vairākas ar dienestu nesaistītas lietas, pieklājības normas, piemēram, ka, ienākot telpā, jānoņem cepure. Uzlaboju stāju. Viens no svarīgākajiem ieguvumiem ir pašdisciplina, ko pilnveidoju obligātā dienesta laikā.

Kurā brīdī sapratāt, ka karavīra profesija Jums der un vēlaties turpināt dienestu armijā?

– Pēc pamatapmācības beigām instruktori atgādināja, ka gadījumā, ja mums šī nodarbošanās šķiet piemērota, varam parakstīt līgumu, kļūstot par profesionālā dienesta karavīriem. Sākotnēji nebiju pārliecināts, jo apsvēru iestāšanos Latvijas Nacionālajā aizsardzības akadēmijā, bet laika gaitā sapratu, ka tomēr gribu palikt dienestā, tostarp arī sociālo garantiju dēļ. Pēc sešiem mēnešiem informēju komandieri, ka vēlos palikt profesionālajā dienestā. Man palīdzēja uzrakstīt vajadzīgos ziņojumus, vēlreiz izgāju medicīniskās, psiholoģiskās un citas pārbaudes un mēneša laikā pārgāju profesionālajā dienestā.

Vai daudzi valsts aizsardzības dienesta biedri izvēlējās palikt profesionālajā dienestā?

– Precīzi nepateikšu. Manuprāt, no mūsu rotas tie varētu būt vismaz 30%. Daži, kuri pēc 11 mēnešiem devās mājās, atgriežas. Uzskatu, ka valsts aizsardzības dienests ir laba iespēja tiem jauniešiem, kuri pēc vidusskolas isti nav izlēmuši, ko tālāk darīt. Tā ir iespēja saprast, vai vēlas savu dzīvi saistīt ar militāro jomu. Ja arī nolemj, ka to negrib, pēc Valsts aizsardzības dienesta beigām paveras iespējas ar atvieglotiem noteikumiem iestāties augstskolās.

Kādas vēl priekšrocības sniedz valsts aizsardzības dienests?

– Visu dienestā pavadīto gadu mums maksāja algu. Tie, kuri pieteicās brīvprātīgi, saņēma 600 eiro, bet tie, kurus iesauca, mazliet mazāk. Jebkurā gadījumā katrs no mums saņēma apmaksātu ēdināšanu, medicīnas pakalpojumus, par dzīvošanu kazarmās arī nav jāmaksā, tāpat brīvā laikā par velti var izmantot sporta kompleksu.

Ģeopolitiskā situācija pasaulē šobrīd nav tā labākā.

* Raksts tapis ar Latvijas Republikas Aizsardzības ministrijas atbalstu



Foto - no personīgā arhīva

Izpildījis savu pienākumu. Dienējot obligātajā valsts aizsardzības dienestā, balvenietis Ralfs Žogota pārliecinājās, ka savu nākotni vēlas saistīt ar militāro jomu, kļūstot par profesionālu karavīru.

Nebiedē, ka, sākoties militārajam iebrukumam valsti, būs jādodas karot?

– Ja pirms obligātā valsts aizsardzības dienesta mazliet vairāk baidījos no kara, tagad, ieguvis daudz jaunu, noderīgu zināšanu, tam būšu gatavs. Nedod Dievs, ja “X” stunda pienāks, zināšu, kā rīkoties un kā palīdzēt arī citiem.

Ko ieteiktu citiem jauniešiem, kuri apsver brīvprātīgi pieteikties valsts aizsardzības dienestā?

– Iesaku visiem, kuri to var. Pat, ja neesat fiziski ļoti labā formā, 11 dienestā pavadītajos mēnešos to uzlabosiet. Tā kā daudzi mani draugi arī devās pildīt pienākumu obligātajā valsts aizsardzības dienestā, satiekoties apmaināmies ar iespaidiem. Visi ir apmierināti. Pat tie, kuri nepalika profesionālajā dienestā, uzskata, ka šos 11 mēnešus pavadījuši ļoti labi un produktīvi. Daži, iestājušies augstskolā, pieteicās arī Zemessardzē, jo iepatīkās militārā joma.

Cik patriotiski ir mūsdienu jaunieši, cik gatavi aizstāvēt mūsu valsti iebrukuma gadījumā?

– Varu dalīties tikai ar saviem novērojumiem. Ja, uzsākot valsts aizsardzības dienestu, apmēram puse no jauniešiem ir gatavi aizstāvēt savu valsti, tad līdz dienesta beigām, ieguvuši jaunas zināšanas un fizisko sagatavotību, tam gatavi ir visi.

Ko valsts var darīt, lai jaunieši kļūtu par savas zemes patriotiem?

– Jaunieši grib dzīvot labi. Tam vajadzīga laba izglītība un darba iespējas. Mūsu valstī novērojama ļoti slikta tendence slēgt skolas. Uzskatu, ka to darīt nedrīkst. Ir jāpiesaista investīcijas mazāk attīstītiem reģioniem, radot vairāk darba iespēju. Valsts aizsardzības dienests ir laba iespēja jauniešiem, jo piedāvā ne tikai darbu, bet arī izdevību uz atvieglotiem noteikumiem iegūt labāku izglītību.

Fakti

Valsts aizsardzības dienesta likums Saeimā tika pieņemts 2023. gada 5. aprīlī. Tas nosaka pienākumu dienēt valsts aizsardzības dienestā katram Latvijas pilsonim – vīrietim viena gada laikā pēc 18 gadu vecuma sasniegšanas, vai, ja pilsonis turpina iegūt izglītību pamata vai vidējās izglītības pakāpē, viena gada laikā pēc izglītības iestādes absolvēšanas, bet ne vēlāk kā līdz 24 gadu vecumam. Viena laiku noteikts, ka VAD brīvprātīgi var pieteikties Latvijas pilsoņi – vīrieši un sievietes no 18 līdz 27 gadu vecuma sasniegšanai.

Sagatavoja I.Tušinska

Krāsaina radošo darbu izstāde

Košas puķes uzzied arī rudenī un ziemā

Oktobrī Baltinavas pagasta bibliotēkā skatāma baltinavietes DACES JUHMANES radošo darbu izstāde “No mazas vēlmes uz lielu darbu”.

Adišana priecē sirdi

Kā atklāj izstādē aplūkojamo darbu autore Dace, roku darinātus ziedus reiz pamanījusi interneta dzīlēs un nodomājusi, ka būtu pašai jāpamēģina radīt ko līdzīgu: “Domāts, darīts! Pirmajā reizē īsti nesanāca vēlāmais rezultāts, bet, darbojoties ar pacietību un uzņēmību, darinātās puķes izskatījās arvien labāk. Man iepatikās. Bibliotēkā pašlaik skatāma mana pirmā darbu izstāde, kur apmeklētāji var aplūkot ziedus un ziedu vainadziņus, atslēgu piekariņus un pildspalvu turētājus. Ziedus un citus rotājumus darīnu no elastīgām šenila stieplēm. Man ļoti patīk gan dzīvi ziedi, gan roku darināti.” Dacei rokdarbu prasmi bērnībā ierādīja mamma – iemācīja adīt un tamborēt, par ko meita viņai joprojām teic paldies. Runājot par rokdarbiem, baltinaviete atklāj, ka viņas sirdslieta ir adišana – labprāt ada zeķes, cimdus un cepures ģimenei. Darboties pie rokdarbiem labāk tīk vakaros, kad padarīti citi darbi un mierīgi var radoši izpausties. Rokdarbos Dacei patīk eksperimentēt ar dažādām krāsām, līdz ar to darbi top koši un krāsaini. Adot, tamborējot vai darinot rotājumus, viņa ļaujas pārdomām, kā arī priekam, ka ar savām rokām var izdarīt skaistu darbu, kas vēlāk priecēs

pašu, tuvākos un citus cilvēkus: “Darinot rokdarbus, gūstu mieru un arī jaunas idejas, ko tuvākajā laikā gribētu realizēt.”

Mamma pieciem bērniem

Dace dzimusi Valmierā, bet izglītību ieguvusi jau mūspusē – Briežuciema pamatskolā un Baltinavas vidusskolā. “Esmu precējusies un ir pieci bērni – divi dēli un trīs meitas. Pašlaik nekur nestrādāju, esmu pabeigusi angļu valodas, datorapmācības, auklišu un šuvēju kursus. Baltinavā ir grūti atrast algotu darbu, slēdz iestādes, piemēram, pasta nodaļu, nebūs arī vairs vidusskolas, kas mani ļoti uztrauc, jo bērniem būs jādodas tālu prom no mājām, lai iegūtu vidējo izglītību. Gribētos, lai pagastā paliktu vidusskola, atjaunotu spēļu laukumu un atkal darbotos pasta nodaļa,” runājot par dzīvi pagastā, atzīst baltinaviete. Taujāta, vai bērni palīdz rokdarbu darināšanā, Dace atteic, ka bērniem labāk tīk citas nodarbes, jo katram ir savas intereses. Kopā ar bērniem ģimenē, piemēram, cep picas, piparkūkas, plātsmaizes un izbauda kopā būšanas sajūtu.

Koša puķe. “Darbs tapa aptuveni stundas laikā,” atklāj rokdarbniece.



Foto - no personīgā arhīva



Foto - no personīgā arhīva

Rokdarbniece. Baltinavā, kā atzīst Dace Juhmane, dzīvo atsaucīgi cilvēki, viņa ir iejutusies latgaliskajā vidē, piebilstot, ka latgaliski daudz runāt tomēr neprot.



Ziedi. Darinātos ziedus Dace dažkārt izmanto, lai sveiktu svētkos tuviniekus un citus gaviļniekus.

Foto - no personīgā arhīva



Mazi košumi. Ziedi un citi rotājumi top lielākoties skaistumam, bet atslēgu piekariņiem ir arī reāls pielietojums dzīvē.

Iepazīst dabu

Vēro objektus, iet rotaļās un cep desiņas

Oktobra vidū jau trešo gadu Bērzkaines pirmskolas izglītības iestādes grupu “Mārites” un “Taureniši” bērni devās rudens pārgājienā uz tuvējo meža ieloku.

Kā stāsta skolotāja GUNTA GRĀMATIŅA, grupas “Taureniši” bērni pa ceļam centās ieraudzīt “Bingo” lapā attēlotos dažādus objektus un atzīmēt, ko ir redzējuši. Maršruta beigās daļa no bērniem lika no dotajiem burtiem dažādus vārdus, piemēram, ‘egle’. Savukārt citi bērni klausījās pasaku “Vāvere

un ezis”, kā arī no atrastajiem dabas materiāliem rotāja ežuku vai vāveri, kas bija uzzīmēti uz lapas. Pēc šīm aktivitātēm visi kopā gāja rotaļās un cienājās gan ar pašu gatavotajām sviestmaizēm, ko iepriekš sarūpēja kopā ar skolotājām, gan ceptajām desiņām. Kā jau pārgājienā ierasts, neizpalika arī ugunskurs. To bērniem, kā atklāj G.Grāmatiņa, bija sagatavojis Meža vecis: “Iepriekš ar bērniem pārrunājām par drošību ar uguni, lai negūtu traumas. Tā nav pirmā reize, kad cepam desiņas. Bērni jau ir apguvuši šo prasmi – ievērot distanci no uguns un darboties uzmanīgi ar iesmiem.”



Apmierināti ar paveikto. Lai arī bērni pasākuma noslēgumā jutās mazliet noguruši, toties bija priecīgi un gandarīti.



Foto - no personīgā arhīva

Dodas ceļā. Bērnodārza audzēkņi kopā ar skolotājām Sporta nedēļas pasākumā pavadīja laiku kustībā, svaigā gaisā un tuvāk iepazīst dabu.

Lappusi sagatavoja A.Socka

Grāmatu svētki Balvos

Lasīšana nav pagātne, tā ir nākotne

Irēna Tušinska

10.oktobri sadarbībā ar apgādu “Zvaigzne ABC” un Balvu Centrālo bibliotēku Balvu muižā notika ikgadējie Grāmatu svētki Balvos, kuros rakstnieki tikās ar lasītājiem, atklājot savus stāstus pavisam citā gaismā. Šoreiz savus darbus prezentēja un radošajās pārdomās dalījās grāmatu autori Guntis Tālers, Aldis Pauga, Ruta Svaža, Daina Ozoliņa, Anete Grinberga un Laura Vinogradova. Grāmatu svētki bija iespēja pateikt paldies grāmatu autoriem, izdevējiem un arī lasītājiem, bez kuriem grāmata nebūtu dzīva.

Grāmatu svētki Balvos ir diena, kad grāmata kļūst par galveno varoni, jo tā vienmēr ir bijusi kaut kas vairāk nekā tikai papīrs un burti. Grāmata ir zināšanu krātuve, draugs vientulībā un padomdevējs grūtībās. Šogad tā ieguvusi vēl lielāku nozīmi, jo Latvijas grāmatniecībai aprit tieši 500 gadi, kopš rakstītais vārds glabā mūsu kultūru un mūsu identitāti.

Grāmatu svētki bija un būs

Grāmatu svētku atklāšanā ceļavārdus dalībniekiem teica Balvu novada domes priekšsēdētājs Jānis Trupovnieks. Sveicot svētku dalībniekus vietā, kur turpmāk atradīsies Balvu Centrālā bibliotēka, J.Trupovnieks teica: “Šodien esam sapulcējušies vietā, kur valda vārds, doma un iedvesma. Neskatoties uz to, ka laukā iestāties rudens un apkārt klejo vīrusi, tie nekā nevar ietekmēt rakstīto vārdu un grāmatu. Kamēr vien grāmatas tiek drukātas, no paaudzes uz paaudzi aizies mūsu vēstījums.” Atgādinot drukātā vārda nozīmi, domes priekšsēdētājs uzvēra grāmatas ietekmi uz cilvēku, viņa domāšanu un pasaules izpratni. “Bibliotēka ir daudz vairāk nekā tikai plaukti, kur sarindotas grāmatas. Tā ir vieta, kur satiekas paaudzes. To redzam arī šodien. Jaunieši grāmatā meklē atbildes, bet pieaugušie – mieru un iedvesmu. Lai šie grāmatu svētki mums atgādina, ka lasīšana nav pagātne, tā ir nākotne. Jo caur rakstīto vārdu mēs nesam sevi, savas domas, piedzīvojumus un savu redzējumu par nākotni,” atgādināja J.Trupovnieks.

Arī Grāmatu svētku Balvos idejas autore, bijusī Balvu Centrālās bibliotēkas (BCB) direktore Ruta Cibule pauda tikšanās prieku ar autoriem un lasītājiem. “Lai mums prieks tikties Grāmatu svētkos tagad un mūžīgi mūžos!” vēlēja R.Cibule. Savukārt tagadējā bibliotēkas vadītāja Ruta Suseja atgādināja, ka šie ir ne tikai grāmatu, bet arī dališanās prieka svētki. “Grāmata joprojām ir tas klusais draugs, kas mūs mierina un iedvesmo, un paplašina redzesloku,” viņa piebilda. Bibliotēkas vadītāja rosināja, lai šie svētki kļūst par iedvesmu paņemt rokās grāmatu, atklāt jaunu autoru vai vienkārši sajūst to īpašo sajūtu, kas rodas lasot: “Novēlu visiem skaistus Grāmatu svētkus ar sarunām, atklājumiem un sirsnīgu satikšanos.”

Apgāda “Zvaigzne ABC” īpašniece VIJA KILBLOKA, sveicot klātesošos, teica: “Šoreiz gribu parunāt par rakstīšanu, jo mūsdienās radusies sajūta, ka jaunie cilvēki vairāk raksta grāmatas, nekā tās lasa. Taču, lasot iesniegtos darbus, vienmēr redzam, kuri rakstītāji ir arī lasītāji. Viņi atšķiras ar skaistu valodu un to, ka cilvēks māk izstāstīt savu stāstu.” V.Kilbloka uzsvēra, ka šoreiz uz Balviem atbraukusi fantastiska rakstnieku komanda, tostarp Eiropas balvu laureāti: “Katrs ir ar kaut ko īpašu. Mums ir pat rakstnieki, kuri savas grāmatas ilustrē ar mākslīgo intelektu. Mums ir pilots, kurš izdzīvoja. Pirmāis privātā helikoptera īpašnieks, kas izveidoja helikopteru uzņēmumu. Cilvēks, kurš ir kritis un piecēlies, modies no komas. Ārsti paveica brīnumu, un viņš šodien ir šeit.” V.Kilbloka atgādināja, ka grāmatas nav tikai tas, ko mēs lasām, tās ir mūsu katra stāsts: “Katram novēlu tiekties uz to, lai izstāstītu savu stāstu, bet galvenais – lai būtu ko stāstīt!” Pēc atklāšanas ceremonijas rakstnieki un viņu fani devās uz atsevišķām telpām, lai iepazītos tuvāk un atklātu autoru stāstus pavisam citā gaismā.

Pilots, kurš izdzīvoja

Tikšanos ar helikoptera pilotu un bijušo helikopteru uzņēmuma īpašnieku, kā arī rakstnieku ALDI PAUGU visvairāk apmeklēja jaunieši. Grāmatas “Pilots, kurš izdzīvoja” autors A.Pauga atklāja, ka Balvos viesojas otro reizi. Grāmatas autors uzsvēra, ka tajā rakstīja nevis par aviāciju, bet par zēnu, kuram izdevās realizēt savu sapni par lidošanu. Rakstnieks pastāstīja, ka viņa bērnība un jaunība noritēja



Foto - A.Kisanovs

Rakstnieki un viņu krustmātes. Grāmatu svētkos Balvos piedalījās rakstnieki Guntis Tālers, Aldis Pauga, Ruta Svaža, Daina Ozoliņa, Anete Grinberga, Laura Vinogradova. Katram rakstniekam palīgā steidza viņiem piešķirtās krustmātes.

tālu no aviācijas. Patiesībā skolotāji viņam savulaik ieteica izmācīties par ārstu. Savukārt 8.klasē nopietni pievērsies ūdens motosportam, viņš apceļoja visu bijušo Padomju Savienību. Tā kā Rīgas aviācijas institūtā mācības notika tikai krievu valodā, pēc skolas Aldis iestājās Latvijas Lauksaimniecības akadēmijā, specializējoties mehanizācijas inženierijā. Taču aviācija joprojām palika viņa sapnis. Kad beidzot radās pirmā izdevība izlidot ar privāto lidmašīnu, šis sapnis tikai pieņēma spēkā: “Aviācija līdzinās narkotikai. Ja tu vienreiz izlido, tev gribas vēl un vēl. Tas ir tāpat kā izpletnlēkšana. Kad jautāju izpletnlēcējam, kā tas ir, viņš teica: “To nevar aprakstīt. Tas ir jāizjūt. Jo tās emocijas nav aprakstāmas.” Tāpat ir ar aviāciju.”

Apguvis lidošanu ar lidmašīnu, Aldis nolēma, ka vēlas kļūt par helikoptera pilotu, jo, atšķirībā no lidmašīnas, helikopteram nav vajadzīgs lidlauks, lai paceltos un nolaistos. Šo ideju veicināja vēlme doties ciemos pie draugiem laukos, jo praktiski ikviena lauku saimniecība ir pietiekami plaša privāta teritorija, lai tajā varētu nosēdināt helikopteri. “Helikoptera priekšrocības ir, ka jebkurā laikā varu aizlidot uz Varšavu, Helsinkiem vai Kauņu, jo Latvija ir Šengenas valsts. Sarunājuši ar džekiem, varam aizlaist uz jebkuru no šīm valstīm, jo, lai to darītu, mums nevajag ne pasi, ne vīzu. Vienkārši lidojam. Vajag tikai helikopteri un degvielu, un esam jau Vācijā pie draugiem,” skaidroja pilots.

Vēlāk, izveidojis helikopteru īres uzņēmumu ar visām iespējamām licencēm, A.Pauga ar partneriem sāka piedāvāt pakalpojumus, ko izmantoja gan Latvijas iedzīvotāji, gan tūristi. “Vienu brīdi mums piederēja pieci privātie helikopteri. Kopumā Latvijā tolaik bija tikai divdesmit, bet šodien ir tikai četri helikopteri,” atklāja A.Pauga. Viņš lepojās, ka ne bez grūtībām, bet izveidoja Baltijas helikopteru klubu, kurā apvienoja pilotus. Pateicoties helikopteru firmai, viņš pabijis visās Eiropas valstīs.

Grāmatas autors pastāstīja arī par neparastiem helikoptera izmantošanas gadījumiem. Piemēram, kāds ārzemnieks, uz īsu brīdi ielidojis Latvijā, noīrēja helikopteri lidojumam uz Cēsīm, lai noliktu kapos ziedus un uzreiz dotos atpakaļ. A.Pauga pastāstīja, kā lidojis virs darbojoša vulkāna Islandē un kā helikopteri pircis no ceturta Turcijas ietekmīgākā vīra Stambulā. Savukārt kāds jokupēteris noīrējis lidaparātu, lai tas visu dienu nostāvētu mežmalā pie viņa mājas, kamēr viņš draugiem lielījies, ka iegādājies helikopteri.

A.Pauga atklāja lasītājiem daudz neparastu stāstu par saviem piedzīvojumiem, vadot savu firmu, kā arī atbildēja uz balveniešu jautājumiem. Rakstnieks un pilots arī pats uzdeva jautājumus, par katru pareizu atbildi dāvinot krāsainu kalendāru ar helikopteri attēliem.



Foto - A.Kisanovs

Balveniešus sveic grāmatu izdevēja. Apgāda “Zvaigzne ABC” īpašniece Vija Kilbloka atgādināja, ka katram no klātesošajiem rakstniekiem piemīt kaut kas īpašs, bet viņi visi ir izcili savas jomas pārstāvji.



Foto - A.Kisanovs

Pilots, kurš izdzīvoja. Grāmatas autors Aldis Pauga par lidošanu sapņojis kopš bērnības. Piepildot sapni, Aldis kļuva par helikopteru privātpilotu atjaunotajā Latvijā, par pirmā privātā helikoptera īpašnieku un helikopteru uzņēmuma radītāju. 2017.gadā, kad viņa

vadītais helikopters avarēja, cieta visi, kas tajā atradās, taču vissmagāk – pilots. Mēnesi pavadījis komā, ar lauztu mugurkaulu, daļēju paralīzi, runas un atmiņas traucējumiem, Aldis spēja atgriezties dzīvē. Tiekoties ar lasītājiem, viņš pastāstīja par to, ko piedzīvojis, un atbildēja uz lasītāju jautājumiem.

Volejbols



Madonas turnīrā izcīna bronzu

Balvu novada vīriešu volejbola komanda (40+) piedalījās sacensībās “Madonas open 2025”, kurās ieguva godalgoto 3.vietu.

Turnīrs bija veltīts, lai godinātu un sveiktu Madonas volejbola treneri un veterānu, skolotāju un, kā uzsvēra sacensību organizatori, vienkārši labu draugu VALENTĪNU RAKSTIŅU 70 gadu jubilejā. Turklāt jāuzsver, ka pieredzes bagātais volejbola entuziasts dzimis un audzis Balvu novada Bērzpilī. Sacensībās komandas izspēlēja savstarpējus mačus, izcīnot punktus par katru uzvarētu setu. Balvenieši ar rezultātu 2:1 uzvarēja Valmieru, kā arī ar tādu pašu rezultātu pieveica gan Madonu, gan arī Preiļu volejbolistus. Tikmēr pārējās spēlēs iznākums bija šāds: Madona pret Preiļiem – 3:0, Valmiera pret Preiļiem – 2:1, bet Madona pret Valmieru – 1:2. Rezultātā 1.vietu ieguva Madonas komanda, sudrabu izcīnīja valmierieši, Balvu novada volejbolisti mājup pārveda bronzas medaļas, bet 4.vietā šoreiz ierindojās Preiļi.

Balvu novada komandā spēlēja (attēlā): ELMĀRS RAKSTIŅŠ, JĀNIS RAKSTIŅŠ, VILIS ŽOGOTA, ARNIS SEŅKA, GUNTARS MASS, ROLANDS GAVARS, RAIVIS ČUDARS un DAINIS LUCIJANOVŠ.



Foto - no personīgā arhīva

Īsumā

Trīs spēlētāji – labāko astotniekā

Preiļu novada bērnu un jauniešu sporta skolas zālē notika Preiļu novada atklātā individuālā čempionāta galda tenisā pirmais posms. Turnīrā startēja arī “Ziemeļlatgales Sporta centra” komanda, kuru pārstāvēja četri spēlētāji – ANDREJS ALEKSEJEVS, GUNTIS DULBERGS, AIVARS DULBERGS un OĻEGS ILJINS, bet kopumā sacensībās pulcējās 37 spēlētāji no dažādām Latvijas pilsētām, kā arī no kaimiņvalsts Lietuvas. Lai arī konkurence bija patiešām spēcīga, mūspuses galda tenisisti spēja nodemonstrēt labu sniegumu, trijiem komandas pārstāvjiem izcīnot vietu astotniekā. Proti, A.Aleksejevs (attēlā) ieguva 3.vietu, A.Dulbergs – 7.vietu, G.Dulbergs – 8.vietu, bet O.Iļjins ierindojās 31.vietā.



Foto - no personīgā arhīva

Mērojas spēkiem nakts turnīrā



Foto - no personīgā arhīva

Dzestrā un rudenīgā vakarā Balvu Valsts ģimnāzijas sintētiskās futbola laukumā aizvadīts “Ziemeļlatgales Sporta centra” nakts turnīrs minifutbolā, kurā piedalījās sešas komandas. Ļoti dinamiskās un skatāmās spēlēs ar labu bumbas pārvaldīšanu un skaistiem uzbrukuma noslēgumiem komandas sacensībās ieguva šādas vietas: 1.vieta – “Smiltis”, 2.vieta – “Lāči”, 3.vieta – FK “Amati”, 4.vieta – “Aptieciņa”, 5.vieta – “Šprotes”, 6.vieta – “Augstie”. Par turnīra vērtīgāko spēlētāju atzina RENĀRU JEFIMOVU (no komandas “Smiltis”, attēlā – centrā), bet finālkomandu vērtīgāko spēlētāju titulus ieguva KRISTERS LIEPIŅŠ (“Lāči”) un JĀNIS GŪTMANIS (FK “Amati”).

Aizvada pārbaudes spēli

VK “Lazdukalns/Balvu novads” dāmu volejbola komanda, gatavojoties startam Latvijas čempionāta Reģionālajā volejbola līgā, aizvadījusi izbraukuma pirmssezonas pārbaudes spēli pret nacionālās līgas volejbola komandu “Jūrmalas SS”. Spēle bija ļoti sīva un aizraujoša, par ko liecina arī rezultāts. Proti, viss izšķīrās setu galotnēs – pirmos divus uzvarēja jūrmalnieces (28:26 un 30:28), bet nākamajos divos pārākas bija lazdukalnietes (27:25 un 25:21). Līdz ar to mačs noslēdzās ar draudzīgu neizšķirtu!

Futbols



Jaunajai paaudzei – sudrabs



Foto - no personīgā arhīva

Komandā ir spēks! Noslēgušās Latvijas Futbola federācijas Ziemeļaustrumu reģiona “U-12” vecuma grupas sacensības, kurās piedalījās arī Balvu novada futbolisti. Kopumā mūspuses puīši parādīja labu sniegumu, deviņu komandu konkurencē izcīnot 2.vietu. Par turnīra labāko uzbrucēju tika nominēts Balvu komandas spēlētājs Artis Leišavnieks, bet par komandas vērtīgāko futbolistu – Niks Zaharāns. Mūspuses komandu pretī uzvarām veda treneris Jurgis Vilciņš, bet laukumā devās un cīnījās Kristaps Boldāns, Dinārs Gaiduks, Rodrigo Zalužinskis, Marks Keiselis, Rinalds Žugs, Hugo Mellenbergs, Sandis Truhanovs, Kristiāns Priedeslaipa, Emīls Ločs, Martins Maslovskis, Patriks Ķirsons, Ričards Tilpiņš, Rinalds Kokorevičs, Kārlis Ertmanis, Mikus Puks un jau minētie Artis Leišavnieks un Niks Zaharāns.

Riteņbraukšana



Sacensības “Balkanu kalnos”

Dabas parkā “Balkanu kalni” Šķilbēnu pagastā aizvadīts Balvu novada čempionāts riteņbraukšanā, uz starta linijas stājoties 20 riteņbraucējiem.

Sacensību dalībnieki, atkarībā no vecuma un dzimuma, veica no viena līdz 17 kilometru garas distances. Viens no sacensību organizatoriem Pēteris Vancāns atzina, – saprotams, ka uz riteņbraukšanas sacensībām nokļūt ir krietni grūtāk nekā uz skriešanas sacensībām, jo līdzī jāņem arī velosipēds. Ar to droši vien varēja izskaidrot kopējo dalībnieku skaitu. Lai vai kā, čempionātā piedalījās ne tikai sportisti no Šķilbēnu un Briežuciema pagastiem, bet arī no Balvu un Viļakas pilsētām. Rezultātā savās vecuma un dzimuma grupās par uzvarētājiem kļuva Aigars Pušpurs, Ēriks Apšenieks, Jānis Circāns, Vineta Sirmā, Mihaela Lapsa, Miks Langovskis, Mārtiņš Skudriņš, Nora Bukša un Estere Bukša. “Liels paldies visiem čempionāta dalībniekiem, kā arī tiem, kuri palīdzēja organizēt un vadīt sacensības. Veiksmīgus startus citos sporta pasākumos!” vēl P.Vancāns.

Nepalaid garām!

Kausa izcīņa zolitē

30.oktobrī un turpmākajās piecās ceturtdienās (6., 13., 20., 27.novembrī un 4.decembrī) pulksten 18 Baltinavas Kultūras namā, sadarbībā ar “Ziemeļlatgales Sporta centru”, notiks “Baltinavas pagasta atklātā kausa izcīņa zolitē”. Vairāk informācijas, zvanot uz tālruna numuru 26239828!



Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

Aktuāli

Mūspusē turpinās būvdarbi

Valsts autoceļu tīklā būvdarbi turpinās 31 posmā, un vieni no plašākajiem satiksmes ierobežojumiem pašlaik ir uz valsts reģionālā autoceļa “Gulbene–Balvi–Viļaka–Krievijas robeža (Vientuļi) (P35).

Plaši satiksmes ierobežojumi

Proti, no Litenes līdz Balviem sešos posmos satiksme tiek regulēta ar luksoforiem vai satiksmes regulētāju palīdzību, ātruma ierobežojums ir 50 un 70 km/h, bet remontdarbu posma šķērsošanas laiks – aptuveni 45 minūtes. Jāuzsver, ka līdz rītdienai saistībā ar remontdarbiem no Litenes līdz Balviem satiksmei tiks slēgts apbraucamais ceļš (caur Balvu staciju), kā arī Kalna iela! Satiksme šajā laikā tiks organizēta pa ceļu Druvenieki–Meirāni un Balvu ielu.

Dodoties ceļā, autovadītāji arī aicināti ielūkoties būvdarbu kartē VSIA “Latvijas Valsts ceļi”, interneta mājaslapā ‘www.lvceli.lv’, kur atrodama informācija par visiem aktuālajiem būvdarbiem un satiksmes ierobežojumiem valsts autoceļu tīklā. Savukārt, lai iegūtu vai nodotu informāciju par notiekošo uz valsts autoceļiem, aicinām zvanīt uz diennakts informatīvo bezmaksas tālruni 80005555!

Palielinājies notriekto dzīvnieku skaits

Nupat laikraksta “Vaduguns” redakcija saņēma arī attēlā redzamo foto no Balvu novada iedzīvotāja – alni ar lieliem, skaistiem ragiem, kurš mierīgi ilgu laiku stāvēja ceļa malā Rugāju pusē. “Labi, ka alnis neuzlēca uz ceļa, pretējā gadījumā varēja notikt sadursme ar manu automašīnu,” par nenotikušo nelaimi priecājas lasītājs.

Šogad pieaudzis ziņojumu skaits par notriektiem dzīvniekiem uz ceļiem. Pērn līdz septembra vidum bija reģistrēti 694 notriekti dzīvnieki, bet šogad šajā pašā laikā to skaits sasniedzis 987. Kopumā ik gadu medību sezonas laikā, kas ilgst no 1.aprīļa līdz 31.martam, tiek reģistrēti teju divi tūkstoši lielāki un mazāki notriektie savvaļas dzīvnieki, kā arī dažī putni. Valsts meža dienesta (VMD) dati liecina, ka reģistrēto notriekto savvaļas dzīvnieku skaits šogad ir palielinājies. Visvairāk tiek notriektas stirnas, arī to populācija ir vislielākā. VMD dati parāda, ka Latvijā dzīvo vairāk nekā 200 tūkstoši stirnu. Šogad līdz septembra vidum notriektas 549 stirnas, pērn šis skaits bija 394. Tāpat notriekts arī 91 alnis, kas arī ir vairāk nekā pērn šajā pašā laikā, kad notriekto aļņu skaits sasniedza 80.

Arī VSIA “Latvijas Valsts ceļi” uz informatīvo līniju saņem zvanus par dzīvniekiem. Šogad saņemti jau vairāk nekā 750 ziņojumi par dzīvniekiem uz un pie ceļiem, tostarp zvani par dzīviem dzīvniekiem (arī mājdzīvniekiem), kuri atrodas ceļa tuvumā. Proti, tieši rudens ir laiks, kad dzīvniekus pie autoceļiem var sastapt biežāk, jo aļņiem un pārnadžiem sācies riesta laiks, tāpēc viņi vairāk pārvietojas, kā arī dzīvnieki dodas baroties pie ceļmalā augošajām ābelēm un ar lauksaimniecības produkciju. Tāpēc autovadītājiem jābūt īpaši uzmanīgiem – īpaši posmos, kas aprikti ar brīdinājuma ceļa zīmēm “Savvaļas dzīvnieki!” un mežainos apvidos. “Dzīvniekus ceļmalās ir grūtāk pamanīt, jo dienas kļūst īsākas, krēslā redzamība pasliktinās, bet visbiežāk tieši tas ir laiks, kad dzīvnieki pārvietojas pāri ceļam. Rudenī arī biežāk līst, bet, līdzko uzsnieg sniegs, redzamība uzlabojas,” uzsver ceļu dienesta pārstāvji.



Foto - no personīgā arhīva

Īsumā

Ciemojas Ziemeru pamatskolā

Valsts robežsardzes Viļakas pārvaldes robežsargi ciemojās Alūksnes novada Ziemeru pamatskolā, lai Karjeras nedēļā skolēniem sniegtu informatīvu ieskatu robežsardzes darbā un profesijas iespējās.

Pasākuma laikā skolēniem bija iespēja iepazīties ar robežsargu tehniskajiem līdzekļiem, ko viņi izmanto ikdienas darbā — novērošanas iekārtām, sakaru līdzekļiem un maskēšanās aprīkojumu. Bērniem tika demonstrēti arī video

materiāli un prezentācijas, kas parādīja robežsardzes darbu un Latvijas robežas apsardzības nozīmi. Savukārt īpašu interesi skolēnos raisīja kinologu paraugdemonstrējumi, kuros dienesta suņi demonstrēja savas prasmes priekšmetu meklēšanā, paklausībā un cilvēku atrašanā.

Jāpiebilst, ka pasākuma mērķis bija veicināt jauniešu interesi par dienestu robežsardzē, sniedzot praktisku priekšstatu par profesijas nozīmi, pienākumiem un iespējām nākotnē.

Priecājies par rudeni un nokārto caurlaidi!

Rudens ir klāt, un daudzi dodas lūkot Latgales ainavas un pierobežas skaistumu. Ja plāno apmeklēt vietas, kas atrodas tuvu Latvijas–Krievijas vai Latvijas–Baltkrievijas robežai, neaizmirsti pieteikt terminēto speciālo caurlaidi. Tā nepieciešama, ja dodies divu kilometru attālumā no robežas. Caurlaidi ērti iespējams noformēt Valsts pārvaldes pakalpojumu portālā “www.latvija.gov.lv”, kuru parasti izsniedz trīs darba dienu laikā. Ja ceļojums neved tik tuvu robežai, pietiek ar pasi vai ID karti. Pierobežā robežsargi var pārbaudīt dokumentus, tāpēc ņem tos līdzi! Plāno ceļojumu savlaikus un izbaudi zelta rudeni Latgalē!

Atvērto durvju diena

23.oktobrī pulksten 13 biedrības “Neatkarība Balt.” sociālās rehabilitācijas centra zālē Lazdukalna pagasta Benislavā (Bērzu ielā 4) notiks Atvērto durvju diena. Ierasties aicināti valsts un pašvaldību iestāžu pārstāvji un sadarbības partneri. Pasākuma laikā tiks sniegta informācija par sociālās rehabilitācijas pakalpojumiem, kā kļūt par sociālās rehabilitācijas centra klientu, sociālās rehabilitācijas programmu “Neatkarība” un klientu integrāciju darba tirgū un sabiedrībā. Tāpat klātesošie tiks informēti, ko biedrība piedāvā, par tās unikālītāti, priekšrocībām un iespējām. Ikviens varēs uzdot arī sev interesējošus jautājumus!

Informē policija

Brauc dzērumā

13.oktobrī Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes Ziemeļlatgales iecirkņa amatpersonas, pildot dienesta pienākumus, Balvos pamanīja virietu uz velosipēda, kurš veica aizdomīgus manevrus. Pārbaudot viņu, likumsargi fiksēja, ka virietis atrodas 1,43 promiļu alkohola reibumā. Uzsākts administratīvā pārkāpuma process.

Informē ugunsdzēsēji

Avarē auto

13.oktobrī pulksten 8.30 Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests (VUGD) saņēma izsaukumu uz Balvu novada Susāju pagastu, kur bija avarējusi vieglā automašīna. Ierodoties notikuma vietā, konstatēts, ka cilvēki no automašīnas izkļuva pirms ugunsdzēsēju glābēju ierašanās. VUGD darbinieki atvienoja akumulatora klemmes, un pulksten 9.30 darbi notikuma vietā noslēdzās.

Deg vadi

17.oktobrī ugunsdzēsēji glābēji steidza uz Viļakas ielu Baltinavā, kur vieglās automašīnas motortelpā dega vadi 0,01 m² platībā.

Kopumā aizvadītajās brīvdienās (no 17.oktobra pulksten 6.30 līdz 20.oktobra pulksten 6.30) Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta (VUGD) Latgales reģiona pārvalde saņēma 13 izsaukumus: četrus – uz ugunsgrēku dzēšanu, sešus – uz glābšanas darbiem, bet trīs izsaukumi bija maldinoši. Savukārt visā Latvijā šajā pašā laikā VUGD saņēma kopumā 131 izsaukumu: 30 – uz ugunsgrēku dzēšanu, 67 – uz glābšanas darbiem, bet 34 izsaukumi bija maldinoši.

Vairāk nekā simts izglābti, gandrīz simts – gājuši bojā

Šī gada pirmajos astoņos mēnešos ugunsdzēsēji glābēji devušies uz 744 ceļu satiksmes negadījumu seku likvidēšanas darbiem, kuros izglābti 111 cilvēki. Tas ir gandrīz tikpat, cik aizvadītajā gadā kopumā. Savukārt saskaņā ar Valsts policijas apkopoto informāciju, šogad reģistrēti jau 13,5 tūkstoši avāriju, kuros gājis bojā 91, bet cietuši — gandrīz trīs tūkstoši cilvēku.

Strādājot ceļu satiksmes negadījumos, ugunsdzēsēji glābēji, mediķi un policisti redz, cik būtiska un brīžiem izšķiroša var būt līdzcilvēku attieksme. Tāpēc, redzot avāriju, operatīvie dienesti aicina: “APSTĀJIES UN NOVĒRTĒ SITUĀCIJU! ZVANI UZ 112! SAGAI DI OPERATĪVOS DIENESTUS!”

Vissliktākais – nedarīt neko!

Ceļu satiksmes negadījumi joprojām ir viens no galvenajiem smagu traumu un nāves cēloņiem uz ceļiem. Cietušie bieži gūst kaulu lūzumus, mugurkaula bojājumus, galvas traumas, iekšējo orgānu savainojumus un dzīvībai bīstamu iekšējo asiņošanu. Šādas traumas var neatgriezeniski ietekmēt cilvēka veselību un turpmāko dzīves kvalitāti. Tāpēc katrs mirklis pēc negadījuma ir kritiski svarīgs, jo savlaicīga un pareiza pirmās palīdzības sniegšana var būt izšķiroša – tā var apturēt asiņošanu, nodrošināt elpceļu caurlaidību un palīdzēt saglabāt cietušā apziņu līdz mediķu ierašanās brīdim. Turklāt ikviens var kļūt par cilvēka dzīvības glābēju, ja vien nepaliek vienaldzīgs un rīkojas.

Pat tad, ja nezināt, ko un kā darīt, izsauciet palīdzību, zvanot uz ārkārtas tālruņa numuriem 112 un 113, un rūpīgi sekojiet dispečeru norādēm – viņi visu pateiks priekšā, kas jādara. Vissliktākais, ko var izdarīt, ir nedarīt neko!

Pirmās palīdzības aptieciņa

Pirmās palīdzības aptieciņas esamība automašīnā nav likuma prasība, bet būtisks drošības elements, kas arī var glābt cilvēka dzīvību. Ceļu satiksmes negadījuma brīdī nav laika meklēt palīdzību vai nepieciešamos līdzekļus – tiem jābūt pieejamiem uzreiz. Aptieciņa ir katra autovadītāja atbildība, un tās esamība, kā arī pareizs un pilnvērtīgs saturs var kļūt par izšķirošu faktoru cietušā izdzīvošanā līdz mediķu ierašanās brīdim.

* Sākums 1.lpp.

Pēcpusdienā pasākuma “Zelta rudens 25” dalībnieki devās uz Balvu Kultūras un atpūtas centru, lai kopā ar mūspuses pašdarbniekiem nosvinētu senioru svētkus “Prieks satikties”. Pirms koncerta Marija Duļbinska, apkopojot sacensību rezultātus, pavēstīja, ka patiesi ir uzvarējusi draudzība: “Tiesneši par īpašiem sasniegumiem piešķīra dažādas nominācijas, piemēram, *lāzertagā* par taktikas ģeniiju atzina Ēriku Pužuli no Balvu invalīdu biedrības; ašākās šāvējas godu izpelnījās Valija Burtika (Jēkabpils); neapturamais karotājs un gredzenu karalis – Andris Kašs (pansionāts “Balvi”); neredzamais nindzja – Silvija Male (Jēkabpils); Holivudas varonis – Ansis Kļaviņš (Gulbene); labākais aizsardzības spēlētājs un draudzības spēks – Biruta Zača (Balvi); smieklu radītāja – Ligita Vitola (Cēsis); gandrīz mērķi – Diāna Zālite (Gulbene); zaudēt ar cieņu – Anīta Bicāne (Balvi); precizitāte, bet pa savam – Vineta Bariskina (Cēsis); veiksmes bumbiņa – Jānis Ļubka (Balvu pansionāts); publikas mīlulis – Valdis Sērmūks (galvenais tiesnesis).



Kareivīgie alūksnieši. Alūksnes invalīdu biedrības valdes priekšsēdētāja Solvita Rateniece pirms *lāzertaga* pārbauzījuma smaidot atklāja, ka komanda ir kareivīgi noskaņota, uzsverot: “Mēs uzvarēsim!” Jāsecina, ka alūksnieši (foto) kaujā pret gulbeniešiem bija veiksmīgāki.



“Gredzenu pavēlniece”. Ira Nagle, metot gredzenus, apliecināja, ka Balvu pansionāta komanda ir gatava cīņai.



Pieredzējusi komanda. Balvu pansionāta komandas koordinatore Inga Smirnova priecējās par sadarbību ar Balvu teritoriālo invalīdu biedrību, piebilstot, ka senioriem šādi pasākumi ir ļoti nepieciešami: “Šodien mūsu komandā (foto) ir 60 plus sportisti. Parasti startējam ar jaunākiem dalībniekiem, tāpēc šoreiz mūsu komanda ir ļoti profesionāla un pieredzējusi.”



“Boccia”. Šajā pārbaudījumā gulbeniete Diāna Zālite (foto – otrā no kreisās) uzrādīja lielisku rezultātu. “Priecājos būt Balvos, kur mēs pierādījām, ka sportiskas aktivitātes norūda gan ķermeni, gan raksturu,” viņa apliecināja.



Pirmizrāde. Senioru svētkos klātesošos priecēja Balvu Kultūras un atpūtas centra senioru kolektīvi, tostarp koris “Pīlādzis”, kurš pirmo reizi uzstājās diriģentes Sanijas Zelčas vadībā. “Tas ir mans pirmais koris, tas ir mans pirmais kolektīvs kā vadītājai. Domāju, ka diriģente satraucās vairāk nekā koristi,” atzina Sanija. Viņa aicina seniorus, īpaši vīriešus, pievienoties “Pīlādzim”.



Met pakavus. Dainis Mūmieks no Alūksnes priecējās par kopā būšanas iespēju. Jāpiebilst, ka apbalvošanas ceremonijā viņš saņēma nomināciju “Slepenais aģents”.



Pieredzējis vīrs. Tiesneši Cēsu invalīdu biedrības priekšsēdētāju Induli Balodi nominēja par “Rikošeta karali”.



Laiks dejot! Briežuciema dāmu muzikālā apvienība “Amma” sarūpēja lustīgu atmosfēru.



Kāds ir ilgais hobijs? Senioru svētku pasākumā klātesošos pārsteidza ilggadējā kultūras darbiniece Ilga Oplucāne. Izrādās, viņas īpašumā ir vairāk nekā 300 pastkartītes ar saulespuķu attēliem. “Meitai Katrīnai bērnībā patika saulespuķes. Tā tas pirms 25 gadiem arī sākās,” viņa paskaidroja.



Ko patik spēlēt? Farmaceitei, ilggadējai aptiekas vadītājai, rokdarbnieču pulciņa “Mežģis” dalībniecei Margaritai Sležai bez jau zināmām aizraušanām ir vēl viena. “Kāda? Patik galda spēle “Scrabble”,” viņa atklāja.



Kur meklējama gudrība? Balvu novada domes priekšsēdētāja vietniece Sociālās, izglītības, kultūras un sporta attīstības jautājumos Aija Mežale uzsvēra, ka seniori ir gudrības avots.

Farmaceites padoms

Balss devusies atvaļinājumā bez tevis? Kā to ātri atgūt?

Balss ir viens no cilvēka galvenajiem saziņas instrumentiem. Cilvēkiem, kuru profesija saistīta ar runāšanu, piemēram, skolotājiem, žurnālistiem vai klientu apkalpošanas speciālistiem, tā ir neaizvieto-jama, jo bez balss ikdienas darbs kļūst gandrīz neiespējams. Par galvenajiem iemesliem, kāpēc balss mēdz aiziet atvaļinājumā, un to, kā to atgūt pēc iespējas ātrāk, stāsta farmaceite ZANE MELBERGA.

“Balss ir sarežģīts, bet vienlaikus trausls mehānisms, kurā saskaņoti darbojas plaušas, balss saites un runas orgāni. Tā rodas brīdī, kad gaiss no plaušām plūst caur balss saitēm, liekot tām vibrēt un veidot skaņu. Balss ir kā instruments, par kuru jārūpējas tikpat apzināti kā par jebkuru citu veselības aspektu – tā var nogurt, tikt pārslogota un prasa atjaunošanos. Šoruden, līdz ar auksto laiku un biežāku saaukstēšanos, arvien vairāk cilvēku piedzīvo balss problēmas. Tomēr balss zudums ne vienmēr ir tikai saaukstēšanās sekas – to var ietekmēt virkne faktoru. Tāpēc ir svarīgi pievērst uzmanību visam, kas ietekmē mūsu balss veselību, un laikus to ārstēt,” skaidro farmaceite Zane Melberga.

Četri biežākie iemesli, kāpēc balss var pazust

❑ **Saaukstēšanās.** Viens no biežākajiem iemesliem, kāpēc balss kļūst aizsmakusi vai pazūd, ir vīrusu vai bakteriāla infekcija. Tā rezultātā iekaisums skar augšējos elpceļus un var izplatīties arī līdz balsenei. Kad iekaisums skar balss saites, tās uzbriest, kļūst kairinātas un vairs nespēj pilnvērtīgi funkcionēt. Vīrusu infekcijas izplatās gaisa pilieni ceļā un bieži rodas, kad imunitāte ir novājināta. Šādos gadījumos balss saišu kairinājumu pasliktina arī sauss gaiss telpās un nepietiekama šķidruma uzņemšana.

❑ **Laringīts.** Tas ir balsenes gļotādas iekaisums, kas bieži attīstās kā saaukstēšanās turpinājums vai komplikācija, un tas var būt akūts vai hronisks. Iekaisumu izraisa vīrusi, baktērijas vai balss pārpūle. Akūts laringīts parasti pāriet dažu dienu laikā, ja tiek ievērots balss saudzēšanas režīms un atbilstoša ārstēšana. Savukārt hronisks laringīts attīstās ilgstoša kairinājuma rezultātā un ir raksturīgs cilvēkiem, kuri smēķē, regulāri pārpūlē balsi vai slimo bieži ar akūtu laringītu. Šādos gadījumos simptomi, kas ir aizsmakums vai balss zudums un sauss klepus, ir ilgstoši, tāpēc svarīgi savlaicīgi vērsties pie ārsta, lai novērstu komplikācijas un neatgriezeniskus balsenes bojājumus.

❑ **Balss saišu pārpūle.** Šī problēma ir ļoti bieži sastopama cilvēkiem, kuru darbs saistīts ar regulāru runāšanu vai dziedāšanu, piemēram, skolotājiem, gidiem, dziedātājiem, žurnālistiem. Ilgstoša vai pārāk skaļa runāšana rada pārmērīgu slodzi uz balss saitēm, kas var izraisīt mikrotraumas un iekaisumu. To bieži veicina nepareiza runas tehnika, kliegšana, dziedāšana bez iesildīšanās vai balss izmantošana, kad balss saites jau ir nogurušas. Raksturīgākie simptomi ir aizsmakums, spiediena vai kamola sajūta kaklā, sāpes, balss nogurums un pat īslaicīgs balss zudums. Atšķirībā no saaukstēšanās vai laringīta, šo stāvokli parasti nepavada paaugstināta temperatūra.

❑ **Atvīlnis.** Stāvoklis, kad kuņģa skābe pa barības vadu nonāk līdz balss saitēm. Tas visbiežāk notiek pēc ēšanas vai naktīs, kad kuņģa saturs paceļas augšup pa barības vadu. Šo stāvokli veicina neregulāras ēdienreizes, pārēšanās, trekna vai pikanta pārtika, gāzētie dzērieni, alkohols un stress. Pastāvīgs skābes kairinājums var izraisīt balss saišu iekaisumu un hronisku aizsmakumu. Raksturīgie simptomi ir dedzināšana kuņģī, aizsmakums, kairinājuma vai svešķermeņa sajūta kaklā. Farmaceite uzsver, – ja šie simptomi saglabājas ilgstoši, noteikti jākonsultējas ar ārstu, jo atvilni iespējams veiksmīgi ārstēt, tikai koriģējot dzīvesveidu un lietojot kuņģa skābi mazinošus medikamentus.



“Ātra palīdzība” balss saitēm

Lai gan balsi vienā dienā pilnībā atgūt ir reti iespējams, farmaceite iesaka ievērot šos ieteikumus, lai balss skanīgumu atgūtu pēc iespējas ātrāk.

❑ **Pastiprināta mutes higiēna.** Kad balss pazūd, īpaši saaukstēšanās vai akūta laringīta laikā, balss saites un augšējie elpceļi jau ir kairināti un uzņēmīgi pret infekcijām. Šajā periodā pastiprināta mutes higiēna kļūst īpaši svarīga, jo mutes dobumā dzīvo daudzi mikroorganismi, kas var vēl vairāk kairināt balseni vai izraisīt jaunas infekcijas. Regulāra zobu tīrīšana, mutes skalošana ar mutes skalošanas līdzekļiem un, ja nepieciešams, arī mēles tīrīšana palīdz samazināt baktēriju un vīrusu daudzumu mutē, vienlaikus atvieglojot balss atveseļošanos.

❑ **Klusuma režīms.** Kad balss saites ir iekaisušas un pietūkušas, katra skaņa, arī čukstēšana, var kairināt balseni, tāpēc nerunāšana ļauj balss saitēm atpūties, samazina iekaisumu un veicina ātrāku balss atgūšanos. Farmaceite skaidro, ka tas ir viens no vienkāršākajiem, bet efektīvākajiem veidiem, kā atbalstīt balsi un novērst komplikācijas.

❑ **Silti dzērieni.** Tieši silti, nevis karsti dzērieni palīdz mitrināt mutes un kakla gļotādu, samazina kairinājumu un

nomierina iekaisušo balseni, atvieglojot diskomfortu. No zāļu tējām var izvēlēties liepziedus, vīgriezi, aveņu lapas, kumelītes, pelašķi vai islandes ķērpi, ingveru, kurkumu. Lai gan daudzi cilvēki pie tējām pievieno medu, jo tas nomierina kaklu, farmaceite iesaka to lietot saprātīgā daudzumā, jo pārāk salds dzēriens var kairināt gļotādu. Ļoti labi palīdz arī silts piens ar sviestu, kas palīdz ieeļļot un nomierināt iekaisušo gļotādu. Tāpat aptiekās pieejami silti vitamīnu dzērieni, kas ne tikai atbalsta imunitāti, bet vienlaikus uztur mutes un kakla gļotādu mitrinātu. Šādos dzērienos bieži ir iekļauti vitamīni un minerālvielas, piemēram, C un D vitamīns, cinks un magnijs, kas atbalsta imūnsistēmu.

❑ **Sūkājamās tabletes vai aerosoli.** Diskomfortu kaklā un aizsmakumu var mazināt ar sūkājamām

pastilām vai konfektēm, kas satur ārstniecības augus, piemēram, smiltsērķšķus vai Islandes ķērpi. Iekaisušo kakla gļotādu palīdz mitrināt arī tabletes vai aerosoli ar hialuronskābi, eikaliptu, lakricu, kumelītēm, klingerītēm, bergamotes eļļu, egļu skuju ekstraktu vai propolisu. Šie līdzekļi veido aizsargslāni uz mutes dobuma un rīkles gļotādas, saglabājot to mitru un elastīgu, mazinot diskomfortu, sāpes un skrāpējošu sajūtu kaklā.

❑ **Inhalācijas.** Mājas apstākļos inhalācijas var veikt, izmantojot aptiekās nopērkamus inhalatorus. Tvaiks mitrina elpceļus un mazina kakla kairinājumu, kas bieži pavada aizsmakumu vai laringītu, kā arī mīkstina kakla gļotādu, atvieglojot elpošanu un balss saišu atjaunošanos.

Latvijas Dabas fonds atgādina

Lapām uz zemes ir vieta!

Rudens Latvijas iedzīvotāju ikdienā iezīmējas ar dārzu, pagalmu, parku sakopšanas darbu – koku lapu grābšanu un novākšanu. Latvijas Dabas fonds atgādina, ka visas lapas nav nepieciešams nogrābt, un aicina pusi no tām atstāt uz zemes. Daļēja lapu atstāšana ir videi draudzīga rīcība – tā mēs palīdzam dabai un samazinām resursu patēriņu.

Koku lapas darbojas kā mazas saules enerģijas stacijas – tās saules gaismu pārvērš enerģijā, kura nodrošina barības vielas kokiem. Kad iestājas aukstais un tumšais laiks, koki no lapām šķiras un pāriet ūdens un enerģijas taupības režīmā. Tas ir laiks, kuru mēs pazīstam kā lapkriti.

Nobirušās lapas sāk trūdēt, un šis process ir nozīmīgs visai ekosistēmai kopumā. Trūdošās lapas daudzām sugām dod mājvietu un barību, turklāt dabas procesu kārtība nodrošina lapu sadalīšanās procesu un tajās esošo barības vielu atgriešanos augsnē. Piemēram, kolembolas – sīki kukaiņi – lapās dzīvo un barojas, bet līdz ar to arī tās sadrupina. Tad lapu trūdu var sākt izmantot sēnes un baktērijas, kuras, savukārt, tālāk sadala lapās esošo celulozi, lignīnu un citus savienojumus, atbrīvojot slāpekli, fosforu un kāliju – augsnes barības vielas.

Ne visas lapas šajā procesā sadalās, un arī tam ir savs nolūks, jo atlikusī lapu sega līdz pavasarim uztur mitrumu un temperatūru, kas ļauj pārdzīvot ziemu kukaiņiem, zirnekļiem un citai mikrofaunai. Lapas kā patvērumu arī izmanto eži, kuri tajās meklē barību – gliemežus, kukaiņus, tārpus – un iekārto ziemas gulvietas. Arī vārdes un krupji ziemā bieži ielien lapu kaudzēs, lai paslēptos no sala, lapu segā pārziemo arī daudzu tauriņu sugu kūniņas.

Dabā lapu nenovākšanas ieguvumus vislabāk parāda parkveida pļavas – dzīvotnes, kurās dabiskajā zālājā ir izretojušies lieli lapu koki. Vizuāli šīs pļavas atgādina parkus, taču tā ir cilvēka saimnieciskās darbības veidota un uzturēta ainava. Kādreiz lauksaimnieki šādās pļavās ganīja lopus, ieguva sienu, kokos bija bišu mājas un sveķu ieguves vietas, saimniecībā izmantoja atsevišķus zarus. Parkveida pļavu lielie koki katru rudenī rada lielu apjomu lapu, kas nokrīt turpat zālājā, kur tās neviens nesavāc. Taču jau nākamajā gadā parkveida pļavās atkal plaukst un zeļ pļavas augu daudzveidība – lapu sega nav traucējusi attīstīties augiem, tieši otrādi – lapu negrābšana dod daudz labuma. Parkveida pļavas ir vienas no sugām bagātākajām dzīvotnēm mūsu reģionā – vienā kvadrātmetrā var saskaitīt vairāk nekā 50 dažādas augu sugas.

Latvijas Dabas fonda biotopu eksperte Baiba Strazdiņa saka: “Lapu daļēja atstāšana uz zemes atbilst dabas procesiem, kurus vai kuru (procesu) varam saglabāt arī pilsētvidē un urbānajās teritorijās. Lapas kā organiska viela arī ir noderīgas kā resurss, turklāt pieejamas bez maksas, savukārt, mazāk vācot lapas, mēs ietaupām laiku un enerģiju, kuru patērētu lapu pūtējiem.”

Ko darīt un ko nedarīt ar rudens lapām?

● Grābiet un novāciet lapas pēc 50:50 principa – pusi atstājiēt uz zemes.

● Nenogrābtās lapas pa ziemu sadalīsies, taču tikai tad, ja būs atstātas tik biežā kārtā, cik nokritušas. Ja lapas būs sagrābtas kaudzē, tās sadalīsies ilgākā laikā.

● Lapas ieteicams atstāt zem kokiem un krūmiem, it sevišķi, ja redzama noplicināta un sablīvēta augsne, atsegtas koku saknes. Nogrābtās lapas vēlams kompostēt un mulčēt uz vietas – tajā pašā teritorijā, kur tās ir radušās, bet kompostu izmantot dobēm un augsnes auglības atjaunošanai.

● Atsevišķas lapu kaudzes vietās, kur tās netraucē, var atstāt ēzu ziemošanai.

● Lapas un citus dārza atkritumus ir aizliegts vest izmešanai mežā vai citā dabas teritorijā, tas var ietekmēt meža ekosistēmu, kā arī ieviest tajā nevēlamus augus vai invazīvās augu un dzīvnieku sugas. Tas ir pārkāpums, par kuru var saņemt administratīvu vai naudas sodu.

● Lapu kaudzes nedrīkst dedzināt! Gan tāpēc, ka tajās jau varētu būt iemājojušas daudzas dzīvās radības, gan tāpēc, ka dedzināšana rada gaisa piesārņojumu, turklāt dedzināšanu arī aizliedz vai stingri ierobežo liela daļa pašvaldību saistošo noteikumu.

● Lapas jānovāc no ceļiem un gājēju taciņām, kur tās var zemi padarīt slidenu un apdraudēt gājējus.

Aktuāli

Kas skolēnu vecākiem jāzina par mākslīgā intelekta vadlīnijām?



LIENE VALDMANE, Latvijas Drošāka interneta centra izglītības darba vadītāja

Mākslīgais intelekts ir ienācis mūsu dzīvē strauji, nebaidīšos teikt – pat pārāk strauji, jo nav iespējams izvairīties, saprast un lēnām iepazīt. Viena no jomām, kur par MI rīku izmantošanu ir pietrūcis visu iesaistīto pušu sarunu, ir izglītība, jo īpaši skolas vide.

Mūsu jaunā paaudze ir iemācījusies itin veikli rīkoties ar ChatGPT un citiem rīkiem, taču pedagogu vidū ir jūtama ne tikai fascinācija ar visu jauno – ir skolotāji, kuri kategoriski noliedz MI iesaisti izglītības procesā, minot argumentus par šo rīku radītajiem riskiem skolēnu domāšanas attīstībā, atteiksmi pret zināšanām kopumā, kā arī citiem ētikas un drošības riskiem. Protams, ir vērojamas arī bailes, kas noraidošo attieksmi tikai pastiprina. Taču fakts paliek – MI rīki izglītības procesā ir klātesoši, tāpēc pēc skolēnu un skolotāju lūguma Latvijas Drošāka interneta centra vadībā ir izstrādātas vadlīnijas mākslīgā intelekta izmantošanai skolās. To izstrādē iesaistījās skolotāji, eksperti, kas strādā izglītības jomā ar šīm tēmām, pētnieki un arī skolēni. Vadlīnijas pēc būtības ir impulss diskusijām un pamats skolas noteikumu izstrādei par MI lietošanu mācību darbā. Lielos vilcienos raksturojot vadlīniju

saturu, var teikt, ka skolēni drīkst lietot mākslīgā intelekta rīkus, taču ar ierobežojumiem – skolām būtu jāļauj tos izmantot kā palīgu mācībās, taču nekādā gadījumā MI rīkus nedrīkst izmantot, lai radītu atbildes pārbaudes darbos.

Vecākiem der zināt, ka MI lietošanas priekšnosacījums ir kritiskā domāšana, medijpratība, informācijas un digitālā pratība, kā arī nostiprinātas vērtības – atbildība un godīgums. Pirmkārt, tas ir akadēmiskais godīgums – skolēni nedrīkst iesniegt MI ģenerētu saturu kā savu darbu bez atbilstošas norādes. Bieži vien gan bērniem, gan pieaugušajiem ir kārdinājums ar MI palīdzību iegūto rezultātu uzskatīt par savu, tāpēc būtiski ir izskaidrot bērnam izglītības mērķi un skolēna lomu tā sasniegšanā, kā arī plaģiātisma jēdzienu, aicinot mākslīgo intelektu izmantot kā partneri konkrētam atbalstam, nevis kā savu aizstājēju mājas darbu pildīšanai, neuzņemoties atbildību par savām zināšanām.

Otrkārt, bērniem ir jāmacās kritiski izvērtēt MI sniegta informācija – ir jāpārlicinās, kā tā nav kļūdaina un neobjektīva. To bērns var paveikt tikai tad, ja pats ir zinošs, prot pārbaudīt informāciju, kā arī saprot MI rīku darbības principus. Tāpēc vecākiem ir svarīgi ar bērniem pārrunāt tādus jautājumus kā tehnoloģiju attīstība, kopā noskatīties kādu filmu par šo tēmu, pastāstīt, ko jaunu katrs ir dzirdējis, izmēģinājis, iepazīt kopā MI rīkus. Jautras sarunas var veidoties, iesaistot tajās arī tērēšanas robotu. Kopā pavadīts laiks sniegs dziļāku izpratni par tehnoloģiju pasauli, kā arī stiprinās pārliecību par MI kā rīku, necilvēciskojot to un neradot ilūziju par labāko draugu vai gudrāko ģimenes locekli.

Treškārt, tāpat kā sociālo tīklu lietošanai, arī MI rīkiem ir noteikti vecuma ierobežojumi. Piemēram, lai izmantotu ļoti populāro ChatGPT, lietotājam jābūt vismaz 13 gadus vecam, un vecāku vai likumīgā aizbildņa piekrišana ir obligāta skolēniem vecumā no 13 līdz 18 gadiem.

Tāpat vecāku atbildība ir pārzināt izglītības iestādes MI izmantošanas noteikumus un veicināt savas atvases izpratni par to, kad un kā drīkst izmantot MI mācību procesā un ārpus tā. Protams, daudzās skolās MI izmantošanas noteikumi vēl nav izstrādāti, taču tas ir tikai laika jautājums. Aicinām izlasīt MI izmantošanas vadlīnijas, lai papildinātu savas zināšanas un izpratni par MI radītajām iespējām un riskiem izglītībā, kā arī savu atbildību par bērnu izglītību, lai pēc gadiem mēs nedzirdētu skaudru secinājumu: “Šī ir paaudze, ko uzaudzināja mākslīgais intelekts.”

Dažādi

Lielākā apkures katlu izvēle!

Granulas • Malka • Degviela



- ✓Profesionālas konsultācijas un atbalsts
- ✓Plašākais sortiments dažādiem apkurināmā veidiem
- ✓Plašs apkures materiālu un rezerves daļu piedāvājums
- ✓Iespējama piegāde

Atrodi efektīvāko katlu savam mājoklim un izbaudi siltumu!

Apmeklē Balvos, Ezera ielā 30. Strādājam arī sestdienās.

Konsultants +371 29125850.

Sīkāka informācija: www.amativeikals.lv

Pieņem smilti, granti, šķembas. No akas uz māju rokam, pieslēdzam ūdensvadus, izvadām kanalizāciju. Tālrunis: 25685918.

Bezmaksas sadzīves tehnikas, TV, radio izvešana. Tālrunis: 29445889.

Pērk

SIA “Mežusili” pērk meža īpašumus, cirsma, izcirstus meža īpašumus par 3000 EUR/ha. Tālrunis: 28282021.

Pērk mežu, lauksaimniecības zemi. Tālrunis: 29386009.

Z.s “Strautiņi” iepērk mājlopus. Samaksa tūlītēja. Labas cenas. Tālrunis: 29411033.

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

Pārdod

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

Pārdod skaldītu malku, ir sausa. Tālrunis: 26550272.

SIA “Auto Kruīzs” Balvos, Brīvības 7, piedāvā Igaunijā ražotas premium klases granulas (250 EUR/paleta) un briķetes (190 EUR/paleta). Tālrunis: 29112111.

Pārdod kūtsmēslus. Tālrunis: 26431999.

Pārdod kartupeļus, burkānus (pārtikai, stādīšanai, lopbarībai), graudus, cukurbietes. Piegāde. Tālrunis: 25442582.

Pārdod pārtikas kartupeļus ar piegādi mājās. Tālrunis: 28773655.

Pārdod, iznomā vai maina 100% Dorper teķi. Tālrunis: 26548350.

BIO saimniecība pārdod sīvēnus. Tālrunis: 29341738.

Pārlicinies, vai abonēji

Vaduguni novembrim!?

ABONĒ UN UZZINĀSI TO, KĀ INTERNETĀ NAV!

Turpinās preses abonēšana 2026.gadam

Abonēšanas indekss - 3004

Gaidām: REDAKCIJĀ, Teātra ielā 8, Balvos.

Darbdienās no plkst. 8.00 līdz 16.00



Indekss 3004

IZNĀK OTRDIENĀS, PIEKTDIENĀS IZDEVĒJS SIA “BALVU VADUGUNS” Nodokļu maksātāju apliecības Nr. LV43203002982

REDAKCIJAS ADRESE TEĀTRA IELĀ 8 BALVOS, LV-4501 NORĒĶINU KONTS A.S. SEB BANKA Nr. LV21UNLA0024000467345, kods UNLALV2X

Publicētie materiāli ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli. Par faktu, skaitļu pareizību, kā arī par sludinājumu tekstiem atbild to autors.

REKLĀMA, SLUDINĀJUMI D.Dimitrijeva T. 64507018 26161959

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

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

Datorsalikums- SIA “Balvu Vaduguns”, R.KACĒNS Iespiests SIA “Poligrāfijas grupa Mūkusalā”, Rīgā, Mūkusalas 15A Tirāža – 2001