

Piektdiena ● 2026. gada 27. marts

CENA tirdzniecībā 1,20 EUR

### Jāpagriež pulkstenis

Latvijā pāreja uz vasaras laiku notiks svētdien, 29.martā plkst. 3.00 (naktī no sestdienas uz svētdienu), pulksteņa rādītājus pagriežot vienu stundu uz priekšu.

## “Kļūdas ir jālabo”



Foto - E. Gabranovs

1949.gada 25.marta deportācijas ir viena no drūmākajām Latvijas vēstures lappusēm. Īstenojot operāciju “Krusta banga” (*Priboj*), dažu dienu laikā padomju okupantu vara veica otro Latvijas iedzīvotāju masu deportāciju, kas tiešā veidā skāra ap 2,2% jeb līdz pat 44 tūkstošiem Latvijas cilvēku, tai skaitā tika izvesti ap 11 tūkstošiem bērnu.

**Priecē jaunā paudze.** Piemiņas brīdi (foto) ar skolēnu pārdomām dalījās Balvu Valsts ģimnāzijas audzēkņi. Jānis Jermačāns citēja Līgas Elizās Normantes esejā rakstīto: “Sargā savu brīvību nevis kā muzeja eksponātu, bet kā dzīvu uguni, kurai visu laiku vajag pieskatīšanu. Tā ir tavu iespēju pamats. Esi drosmīgs savās izvēlēs un atceries – mēs esam šeit, jo kāds pirms mums ticēja, ka brīva Latvija ir tā vērtā...” Līdzīgās domās ir Sintija Krauja: “Latvijā dzīvot ir forši, jo mūsu tauta negrib, lai atkārtos asiņainā vēsture...”

Edgars Gabranovs

**25. martā Latvijā, tostarp mūsupusē, pieminējam komunistiskā genocīda upurus. Latvijas Politiski represēto apvienības Balvu nodaļas vadītāja Ārija Tihomirova, uzrunājot klātesošos pie pieminēja Abrenes apriņķa izsūtītajiem Balvos, atgādināja, ka dzīvī dienā nekāds nemainās: “Mums visiem jācīnās, lai Latvija atplauktu, lai būtu uzņēmumi, lai darbotos ekonomika. Kļūdas ir jālabo!”**

Balvu novada domes priekšsēdētājs Jānis Trupovnieks, uzrunājot klātesošos, uzsvēra, ka, pieminot upurus, mēs stāvam ne tikai pagātnē, bet arī tagadnes un nākotnes priekšā: “Mēs atceramies tos, kuri tika aizvesti – nevainīgos cilvēkus, ģimenes, bērnus un cilvēku ciešanas. Tas liek mums vēl skaidrāk apzināties – miers, brīvība un cilvēka cieņa nav pašsaprotamas lietas. Lai mūsu atmiņa kļūst par spēku un drošību nākotnei. Dievs, svētī Latviju!” Tāpat viņš atzina, ka vēsture nav tikai ieraksts grāmatās: “Tas ir kaut kas vairāk – tā ir cilvēku atmiņas, pārliecība un ticība. Arī šodien pasaulē nevalda miers. Mēs katrs “Rīta Panorāmā” vai “Vakara Ziņās” dzirdam, ka notiek karš Ukrainā, cieš cilvēki, un saprotam, ka brīvība, neatkarība, valoda un valsts ir ļoti trausla...”

Ā.Tihomirova secināja, ka atkal stāvam piemiņas vietā, kas simbolizē dzīvi ‘pirms’ un ‘pēc’: “Pirms – savā dzimtenē, savā saimniecībā. Pēc – svešā vietā, smagos apstākļos... Tautas atmiņā jāpaliek šiem vēsturiskajiem notikumiem, lai nepieļautu kaut ko līdzīgu. Paldies, ka mums ir cilvēki, kuri krāj atmiņas, kas tās pieraksta. Arī mūsu novadā – Valentīna Kaša, kura izdevusi vairākas grāmatas. Arhīvu materiālos var redzēt, ka viss nebija tik vienkārši. Bija daudzi, kurus uzskatījām par saviem draugiem un kaimiņiem, pielika roku, lai mēs varētu aizbraukt projām. Arī šodien būtu savi Kangari, solitāji, ja pienāktu tāda diena...” Balvu katoļu draudzes prāvests Daumants Abrickis apstiprināja, ka komunistiskā genocīda upuru piemiņas dienā nav priecīgs noskaņojums: “Tas ir nopietns pārdomu brīdis. Prāvests Francisks, ierodoties Baltijas valstīs, redzot piemiņas vietas, noskuma, secinot: “Dienā tas nav beidzies arī mūsdienās.” Dienā cilvēki nemainās, tomēr pesimismā mēs nevaram būt.” Viešot cerību, prāvests nolāsīja bīskapa Boļeslava Sloškāna vēstuli saviem vecākiem, kurš bija izsūtīts uz Sibīriju: “...Es jūs, lūdzu, neļaujiet, lai jūsu sirdī ienāktu atreibības vai rūgtuma jūtas. Ja mēs to pieļaujam, mēs vairs nebūsim kristieši, bet gan fanātiķi. Man piespriesti trīs gadi. Es jums vēlreiz lūdzu: lūdzieties!” Noslēgumā D.Abrickis vēlēja dzīvot mīlestībā, jo bez tās mums nebūs spēka izturēt.

## Īsziņas



### Nākamajā Vadugunī

- **Domā, radi, izdari!**  
Modes skate un “Popiela” Viļakā
- **Apgūst džeza vokālu**  
Bieži kāpj uz “Gora” skatuves

### Godina Inesi Pujati

21.martā Latvijas Nacionālajā bibliotēkā notika lasīšanas veicināšanas programmas “Bērnu, jauniešu un vecāku žūrija 2025” svinīgais noslēguma pasākums – Lielie lasīšanas svētki. Kopumā lasīšanas maratonā pagājušajā gadā iesaistījās 912 bibliotēkas, radot labvēlīgus apstākļus lasītprasmes un grāmatniecības attīstībai. Lepojamies, ka Latgales lasīšanas vēstnese Inese Pujate saņēma atzinības rakstu un grāmatu dāvinājumu par ieguldījumu lasīšanas veicināšanā, iedvesmojot bērnus un jauniešus lasīt un domāt.

\*Turpinājums 3.lpp.

### Jauni vidējā ātruma kontroles posmi

26.martā uzsāka kontrolēt vidējo braukšanas ātrumu uz valsts galvenā autoceļa Jēkabpils–Rēzekne–Ludza–Krievijas robeža jeb Rēzeknes šosejas no Varakļāniem līdz Kristceļiem (61,4.–69.km), kā arī no Greiškāniem līdz autoceļa A12 108. km (106,3.–108,1.km).

### Zaķu skrējiens Balvos

2.aprīlī plkst. 10.00 Balvu pilsētas parkā norisināsies Zaķu skrējiens kopā ar Balvu vilku un Viļakas ezi. Gaidīti mazi un lieli, būs jautras aktivitātes, zaķu make-up, kā arī rīta rosme.

**Nākamais laikraksta “Vaduguns” numurs iznāks 1.aprīlī.**



ISSN 1407-9844

Laikraksts iznāk kopš 1950. gada 5. marta ● Nr. 24 (9794)

## Nedēļas jautājums

Ko šopavasār jau esat iesējuši un ko vēl sēsiet?

Aija Socka



**KRISTĪNE no Jelgavas novada:** – Jau februāra beigās esam sasējuši tomātus un papriku. Ceram aprīļa beigās stādīt siltumnīcā, kur jau iesēti redīsi, salāti un dilles. Audzējam visu pārstrādei. Plānojam vairāk stādīt kartupeļus. Jāsēj un jāstāda šogad daudz, jo nevar zināt, kāda būs ģeopolitiskā situācija rudenī. Degvielas cenas noteikti atspoguļosies veikalos plauktos, kur preces paliks dārgākas. Centīsimies vairāk izaudzēt nekā pirkt. Saimniecībā apsveram domu vasarājus nesēt, bet augsni gatavot jau rudens sējai.



**INĀRA no Vectilžas pagasta:** – Siltumnīcā no siksipoliem mums jau aug lociņi, ir iesētas dillītes, bet istabā uz palodzes dīgst košas sešu šķirņu asteres, kas, ceru, uz rudens pusi priecēs ar skaistiem ziediem. Agrāk pati audzēju tomātu stādus, bet tagad tos pārku pie uzticamas stādu audzētājas. Dārzā, kā jau katru gadu, nedaudz vēlāk sēsīm burkānus, bietes, gurķus un kabačus. Daudz vairāk noteikti stādīsim sīpolus un ķirbišus, jo pašu audzētajam, salīdzinot ar pirktu, ir, tā teikt, īpaša garša.



**ILGA no Balviem:** – Šogad pavasaris atnāca necerēti mierīgi pēc netipiski bargās ziemas. Siltumnīcā salāti, dilles un sīpoliņi jau sadīguši. Sēklas, kā jau vienmēr, sapirktas. Neko daudz šogad nemainīsim un nepapildināsim, jo tāpat visu izaudzēto nevaram apēst. Mēs ar māti vairāk rūpējamies par puķēm – rozēm, hortenzijām, stādām arī dažādas vasaras puķes. Dārzs, kā saka, paliek otrajā plānā. Vairāk stādīsim gladiolas, pušķosim kapiņus un dosim baznīcai.



**ILZE no Baltinavas pagasta:** – Audzējot dažādus puķu, zaļumu, tomātu un gurķu stādus, šogad esmu krietni paplašinājusies. Īpaši šogad esmu sasējusi daudz dažādu tomātu šķirņu, un tie jau gaida rindā uz pikēšanu. Sēšanas sezonu šogad iesāku janvārī, tāpēc daudzi stādi ir labi attīstījušies. Piedāvājumā būs arī plašs puķu klāsts – gan viengadīgās, gan daudzgadīgās ziemcietes. Šis pavasaris šķiet rosigāks un darbigāks nekā iepriekšējais, jo darbu apjoms ir ievērojami pieaudzis. Vairāk audzēju to, kas pašai patīk un ko novērtē arī citi, īpaši augu dažādību un krāšņumu. Stādu audzēšana man dod gandarījumu un prieku redzēt, kā no sēkliņas izaug spēcīgs augs.



**SOLVITA no Vectilžas pagasta:** – Šogad jau iesēju čili, papriku un tomātus. Čili un papriku pat sapikēju. Tomātiņi vēl nav sadīguši, gaidu. Gurķi ar sēšu, tikai vēlāk. Šopavasār man liels darbs, nomainīšu zemi siltumnīcā, jo pērn nebiju apmierināta ar tomātu ražu. Šogad ceru uz labāku vasaru un daudz lielāku ražu. Arī šovasar audzēšu kolekcionāru šķirņu tomātus, jo patīk to krāsu daudzveidība, dažādās garšas un aromāti. No interesantākajiem varu minēt 'Showstopper', 'Melone Liquer', 'Minusinskas mango' un citas šķirnes.



**IVETA no Vectilžas pagasta:** – Pavasaris šogad ir sauss un saulains, ilgi gaidīts pēc aukstās ziemas. Pamazām sāku darboties un savest kārtībā siltumnīcu. Iesējusi vēl esmu maz, tikai redīsus, dilles un sīpolus lociņiem. Tomātus sēšu marta beigās. Agrākai ražai tomātu stādus pirksu no lielākiem audzētājiem. Sēšu viengadīgās puķes, ar spraudējiem pavairošu pelargonijas. Man patīk tieši šis process, kad var izaudzēt sev kādu dārzeni vai puķi. Pirmo reizi šogad sēšu un audzēšu sviesta pupiņas ar lielām un plakanām pākstīm.

## MANA NEDĒĻA

Šī nedēļa iesākās daudz mierīgāk nekā citas, jo, sākot ar pirmdienu, devos pelnītā atvaļinājumā. Kā jau tādos brižos ierasts, savā pirmajā brīvajā dienā neko daudz nedarīju – vienkārši ļāvos mieram. Otrdien rakstīju skečus teātrim, jo esmu pārliecināta, ka savējie der vislabāk. Savukārt trešdiena bija visdarbīgākā, jo brāja dzīvesbiedrei Māritei svinējām vārda dienu, rosijāmies pavasara darbos Rakstiņu parkā, kā arī pabijām kapos – apciemot un apkopt savējos. Nedēļas otrajā pusē ar mammu nolēmām aizbraukt uz pilsētu un norunājām, ka, pēc benzīna cenām spriežot, drīz būs jādodomā par zirga iegādi.

Savi plāni ir arī brīvdienām. Sestdien pa dienu vēl jāpagūst apdarīt pavasara darbi, bet vakarā ar amatiereteātri "Zibšņi" dosimies uz Tilžu, kur šoreiz uztāsies puīši, bet meitenes baudīs pasākumu. Šo svētdien būs Pūpolsvētdiena, kad ceru uz tradicionālo *pērienu* no mammas, un, protams, atkal jāpagriež pulksteņa rādītāji. Kā man tas nepatīk! Ceru, ka reiz pienāks diena, kad to vairs nevajadzēs darīt.



**ARNITA RAKSTIŅA**, bērzpiliete, amatiereteātra vadītāja, kura vienmēr ceļā Rīga-Bērzpils

## No vēstulēm

### 16. marta efīde

*Negaidīti un pēkšņi  
Visā savā krāšņumā  
Pāri Aizsitas mežiem  
Uzplaiksnīja saullēkta varavīksne.  
Bērza galotnē rubenis  
Izbrīnā aplūsa urdzēt  
Un aizlaidās lapās (vēl neplaukušajās).  
Dzēves launagu atnesušas,  
Tagad kliez tajā purvā,  
Kurā noslika sarkanie komisāri.  
Vien ziņu pienesēju varza  
Joprojām peld brīvās Latvijas ūdeņos  
Un pieprasa sev Boņukus par ieguldījumu.  
Vai iebarošanas nolūkā pielabinās žurnālistiem  
Ar ievārdotu medus bundžu  
Sava elka, Staļina nāves gadadienā.  
Es piedodu visiem,  
Kuriem bija uzdots izsekot mani un mūsējos  
Atmodas šūpuļu ieskrējienā,  
Ja vien viņi nebāž savus saglumējušos ģimjus  
Publiskos skatlogos.  
Lai viņi nav jāziedo,  
Tāpat kā vakar es piemājas krauklim un lapsām  
ziedoju*

*Dīķi noslāpūšas līdakas,  
Lai nesmirdētu.*

Bet Ugunīgais Zirgs jau ir ieskrējies un auļo pasaulei pāri no austrumiem, nesdams dramatisks pārmaiņas ar uguns mēlēm no pakavu dzirkstelēm, tāpat kā pirms sešdesmit gadiem, ko es vēl joprojām atceros. Bet mūsu valstsvīriem pietrūkst saprāta, lai argumentēti motivētu vienādu nosacījumu nepieciešamību Latvijas un Vakareiropas lauksaimnieciskajai ražošanai. Šodien iekūru ugunsroku, pieminot tēvus, kuri kaujā pie Mores kā cisiņus sprauda uz durkļiem un metā pāri ierakumiem virsū skrejošos, izkāmējošos moskoļus ar aziātiskiem sejas vaibstiem. Tos pašus, kuri jau bija paspējuši līdz bezsamaņai grupveidā izvarot simtiem neaizsargātu sieviešu iepriekš pašu okupētajos Latvijas austrumu novados. Par to vēsture klusē. Attīrisimies un iesim tālāk!

IMANTS ZELTIŅŠ

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



### Es nāku no gaitām tālām...

*Es nāku no gaitām tālām,  
Es nāku no takām senām,  
Gan Sibīrijas mūžīgā salā,  
Gan Perekopa stepēs vējš dvēseles dzenā...  
Manī ir daļa no tiem, kurus žēlo,  
Manī ir daļa no tiem, kurus nolād,  
Monumentus nu pirmajiem ceļot,  
Kad otrajiem nopeļ un nogāž.  
Sēkla, kaisīta svešzemju laukos,  
Tur izdzinusi savus asnus,  
Svešas zemes klēpim senči atdod kaulus,  
Un zeme glabā gan atrastus, gan neatrastus...  
Kādam austrumu zemē kapu rotā zvaigzne,  
Varbūt februārī vai maijā tur ziedus liek kāds?  
Bet cits guļ taigā zem ciedru saknēm, aizmirsts,  
Un zvaigznes nesējus pavada viņa lāsts...  
Straume aiznes saplosīta koka skaidas,  
Vārpaī norautus graudus izkaisa vējš...  
Vējš neatbild, kur viņš tos kaisa,  
Vējš, ko vēlas, to ārda un plēš...  
Cik dīvaini savijušās saknes!  
Cik dīvaini ciltskoku asins kā upes kopā plūst!  
Vai varam noteikt, kur liktenis mūs aiznes?  
Vai izvēlēties, kas sagaida mūs?*

NAURIS GEKIŠS

### Meitene Venēcijā

*Meitene Venēcijā  
Ēd zaļu saldējumu  
Tik jauna vēl  
Un priekšā vēl tik  
Daudz asaru un dienu,*

*Par ko viņa pat nenojauš.  
Meitene Venēcijā  
Ēd zaļu saldējumu  
Un nopērk sev pulksteni  
Ar gaišzilu siksnīņu.  
ILZE STALĪDŽĀNE*

Sūtiet mums vēstules arī elektroniski: [vaduguns@apollo.lv](mailto:vaduguns@apollo.lv)

Automātiskais atbildētājs  
64520961



Hallo!

"Sabiedrība ik nedēļu, šķiet, uzzina par kāda jauna cilvēka pazušanu vai pašnāvību. Pagājušās nedēļas nogalē mani un tuviniekus pārsteidza ziņa par traģisko avāriju Madonas pusē. Dzīvību zaudēja trīs jauni cilvēki. Pārrunājām ģimenē un draugu lokā, kāpēc cilvēki joprojām brauc, krietni pārsniedzot atļauto ātrumu, kādēļ vada automašīnu, ja nav autovadītāja apliecības, kāpēc joprojām kāds uzdrošinās sēsties pie stūres, būdams alkohola reibumā. Vēl pavisam nesen sociālajos tīklos skatījās video, kur kāds tautā zināms un mīlēts mūziķis dzērumā izraisīja avāriju un rupji

lamājās. Negribu nevienu nosodīt, tikai vēlos aicināt par šiem jautājumiem, kas skar satiksmi uz ceļiem, runāt ģimenēs, skolās, darba kolektīvos un plašsaziņas līdzekļos. Nekad nevaram būt droši, ka uz ceļa negadās kāds *kunga prātā*, kuram neinteresē ne paša veselība vai dzīvība, ne citi satiksmes dalībnieki. Atgriezoties pie traģiskās avārijas, masu mediji vēsta, ka tās iemesls – krietni pārsniegts atļautais braukšanas ātrums. Mīļie cilvēki, nesteidzieties un neapdraudiet savu un citu dzīvību!" aicina laikraksta lasītājs.

## Saruna ar lasīšanas vēstnesi

## Paver audzēkņiem durvis uz grāmatu pasauli

21.martā Latvijas Nacionālajā bibliotēkā norisinājās “Bērnu, jauniešu un vecāku žūrija 2025” noslēguma pasākums – Lielie lasīšanas svētki. Tajā godināja lasītāko grāmatu autorus, tulkotājus, izdevējus un aktīvākos lasīšanas veicinātājus – skolotājus un vecākus, tostarp Tilžas pamatskolas skolotāju INESI PUJATI.

**Kā jutāties “Bērnu, jauniešu un vecāku žūrijas” noslēguma ceremonijā? Cik gadus jau piedalāties šajā lasīšanas veicināšanas pasākumā?**

– Latvijas Nacionālās bibliotēkas lasīšanas veicināšanas programmas “Bērnu, jauniešu un vecāku žūrija” noslēguma pasākumā biju patīkami pārsteigta, jo šogad sumināja daudz vairāk lasīšanas vēstnešu nekā iepriekšējos gados. Šajā lasīšanas veicināšanas programmā, lasot grāmatas, piedalos jau vairāk nekā 15 gadus, bet noslēguma pasākumu apmeklēju otro reizi. Prieks, ka Tilžas bibliotēkas vadītāja Ilze Pugača organizē šos braucienus. Šogad no skolas brauca 3.klases audzēkņi un skolotāja Iluta Bērziša. Iepriekšējos gados Ilze arī organizēja mazajiem lasītājiem ekskursijas pa Latviju, kas bērnus papildus motivēja lasīt grāmatas.

Noslēguma ceremonijā patika, cik atraktīvi un meistarīgi pasākumu vadīja Māris Grigalis. Pricējās arī par nominācijām un to, ka pasākuma noslēgumā spēlēja grupa “Idille”.

**Par kuru no lasītāju žūrijai piedāvātajām grāmatām balsojāt?**

– Šajā gadā pirmajā vietā ierindoju Rūtas Šepetis grāmatu “Man tevi jānodod”. Tā ir vēsturiska drāma par dzīvi Rumānijā 1989.gadā, kur atainotas bailes, uzticēšanās, nodevība, totalitārisms un cīņa par patiesību.

**Kā bērībā sākās Jūsu aizraušanās ar lasīšanu? Vai atceraties pirmo grāmatu, kas mudināja turpmāk iepazīt literatūru?**

– Bērībā grāmatu lasīšanu sāku ar pasakām, jo mājās tās lasīja mamma un tētis. Regulāri ņēmu grāmatas no Tilžas un Rugāju bibliotēkas. Kad sāku strādāt, tad no algas vienmēr nopirku kādu lasāmvielu. Lasu dažāda žanra literatūru – psiholoģijas, pedagogijas, kristīga satura darbus, arī kriminālromānus un “Bērnu, jauniešu un vecāku žūrijas” grāmatas.

**Cik būtiska loma Jūsu un skolēnu ieinteresēšanu par lasīšanu ir pagasta bibliotēkas vadītājam?**

– Bibliotekārei Ilzei ir nozīmīga loma, viņa prot ieinteresēt skolēnus lasīt, iepazīt literatūru. Ilze atnes uz skolu “Bērnu, jauniešu un vecāku žūrijas” grāmatas. Skolā organizējam latviešu valodas stundas tā, lai izlasītu kādu no jaunajiem literārajiem darbiem kopā, pārrunātu izlasīto un izpildītu uzdevumus darba lapā, kas bērniem ļoti patīk. Ar audzēkņiem dažreiz apmeklējam bibliotēku, kur Ilze ir izdomājusi interesantas nodarbības, kurās bērni labprāt lasa, raksta, zīmē un aplīcē. Biju patīkami pārsteigta, ka bibliotekāre uzrakstīja par mani ļoti jauku vēstuli LNB par iniciatīvu un ieguldīto darbu lasīšanas veicināšanā, atbalstīšanā un popularizēšanā Latgales reģionā.

**Vai kopā ar skolēniem pārrunājat izlasīto? Kādu vēstījumu, Jūsūprāt, svarīgi pateikt atsauksmē par grāmatu?**

– Savus audzēkņus mudinu lasīt grāmatas regulāri. Vienreiz mēnesī viņi latviešu valodas stundā prezentē pārējiem klasesbiedriem savu izlasīto literāro darbu. Mācu viņiem izteikt savu viedokli par izlasīto, pateikt galveno domu un ierakstīt informāciju ārpusklases lasīšanas burtnīcā. Arī turpmāk jau kā Latgales lasīšanas vēstnese turpināšu iesāktās metodes un, protams, meklēšu jaunas idejas, kā ieinteresēt skolēnus vairāk lasīt.

Kad pārrunāju ar skolēniem izlasīto, šķiet, svarīgi pateikt, kas uzrunāja katru lasītāju, kādas galvenās atziņas katrs ieguvis, patika un nepatika izlasītās darbs, kas konkrēti patika un vai to ieteiktu klasesbiedriem.

**Kādas tēmas, Jūsūprāt, dominē bērnu literatūrā?**

– Bērnu grāmatās risinātas problēmas, kas sastopamas skolās, – mobings, ne vienmēr draudzīgās skolēnu savstarpējās attiecības. Protams, ir arī darbi par dzīvniekiem, ceļojumiem, modernām tehnoloģijām u.c. Grāmatu autori uzrakstītajās lappusēs cenšas risināt bērniem tuvas un saprotamas tēmas.

**Kā dabiski bērnus un jauniešos radīt vēlmi lasīt? Vai skolēni lasīs, ja vecāki un skolotāji par to nerūpēsies? Kā iesaistīt lasīšanas aktivitātēs tos skolēnus, kuri neapmeklē bibliotēku?**

– Lai bērni un jaunieši lasītu grāmatas, liela loma ir ģimenei – vai bērni jau pirmajos dzīves gados ir dzirdējuši pasakas, vai vecāki lasa kopā ar bērniem un pārrunā izlasīto. Ir daudzi



Foto - no personīgā arhīva

**Kopā ar audzēkņiem.** Piesakot skolotāju Inesi Pujati lasīšanas vēstneses titulam, bibliotēkas vadītāja Ilze Pugača skolotāju raksturoja ar vārdiem: “Personība, kas iedvesmo ar savu pozitīvismu un mīlestību pret bērniem un literatūru!”

bērni un jaunieši, kuri lasa bez pamudinājuma, bet svarīgi gan pedagogiem, gan vecākiem būt par paraugu un mudināt lasīt.

**Bieži vien plašsaziņas līdzekļos izskan informācija, ka strādāt skolās kļūst arvien grūtāk skolēnu uzvedības dēļ, jo viņi zina savas tiesības, bet ne pienākumus. Kā jutāties, strādājot ar bērniem?**

– Mūsdienās skolā ir grūtāk strādāt nekā tas bija agrāk – pirms 20 vai 30 gadiem. Agrāk skolēni vairāk cienīja skolotājus un pieaugušos cilvēkus, nebija tik trauksmaini un stresaini. Pieļauju, ka negatīvu ietekmi atstāj modernās tehnoloģijas, ja tās izmanto nepareizi, piemēram, ilgstoši spēlē vardarbīgas datorspēles.

Strādājot ar bērniem, gribas vienmēr būt jaunākai nekā īstenībā, jo jāseko līdzi laikam. Bērni dažkārt pamudina mani būt atraktīvāki un jautrāki.

**Lasīšanas vēstneša tituls uzliek savā ziņā pienākumu gādāt, lai interese par literatūru kļūst arvien lielāka. Vai plānojat kādas aktivitātes?**

– Kā lasīšanas vēstnesei man pienākums ir gādāt, lai interese par literatūru kļūst arvien lielāka. Mācību stundās, protams, iepazīstināšu bērnus ar viņu vecumam atbilstošu jaunāko lasāmvielu, mēs kopā lasīsim un pārrunāsim. Joprojām ar 1.klases un nākamajiem audzēkņiem apmeklēsim Tilžas bibliotēku, kur iepazīsim jaunāko bērnu literatūru. Mani 1.klases skolēni ir čakli lasītāji, viņi ir iekārtojuši ārpusklases lasīšanas burtnīcas, kurās pieraksta autorus, izlasīto darbu nosaukumus un varoņus, jau pamazām sāk rakstīt arī to, kas grāmatā patika.

**Kur vēl bez lasīšanas gūstat prieku un atpūtu no**

**Īsumā**

**Organizē glītrakstīšanas olimpiādi**

23.martā Bērzpils pamatskolā ar aicinājumu “Raksti glīti un kārtīgi, lai domas kļūst redzamas!” notika pavasara glītrakstīšanas olimpiāde.

Olimpiādi skolā organizēja trešo gadu. Pirmajos divos gados, kā stāsta skolotāja Lolita Kokoreviča, skolēni rakstīja konkrētā mācību stundā pierakstu burtnīcā tekstu, kas attiecas uz tobrīd apgūstamo mācību priekšmetu. Šogad olimpiādes norises formu mainīja ar mērķi paplašināt skolēnu redzesloku par Latviju. Izglītojamie rakstīja tautasdziesmas un interesantus faktus par mūsu valsti. Skolotāji vērtēja burtu slīpumu un lielumu, vai ir kārtīgi un pareizi pārrakstīts, kā arī citas rakstu niansas. Sīvā konkurencē 1.-5.klašu grupā 1.vietu ieguva Sofija Klāra Predatu, 2.vietu – Jēkabs Delveris, 3.vietu – Marika Keibenece, 6.-9.klašu grupā 1.vietu ieguva Agnese Jaundžeikare, 2.vietu – Daniels Delveris, 3.vietu – Egita Mičule. Olimpiādes organizēšanā un darbu vērtēšanā aktīvi iesaistījās skolotājas Lolita Kokoreviča, Vita Reine-Rižā, Ilona Stepāne un Līga Krauča. Olimpiādes darbi, kā

**darba?**

– Kā sākumskolas skolotāja gūstu prieku no saviem audzēkņiem. Pašlaik audzinu 1.klases skolēnus, ar viņiem kopā ir interesanti, jo katra diena atnes jaunas emocijas. Spēku rodu ik svētdienu, kad apmeklēju Tilžas Romas katoļu baznīcu un piedalos Svētajā Mīsē, kas ir kā jauns restarts nākamajai nedēļai.

Savā brīvajā laikā bez grāmatu lasīšanas man patīk adīt, pavasarī ar prieku sāku domāt par tomātiem un puķēm, sāku sēt dažādus garšaugus, strādāju savā siltumnicā un piemājas saimniecībā. Patīk rušināties gan puķu, gan sakņu dārzos. Atrodu laiku arī dažādiem kultūras pasākumiem gan Balvos, gan Rēzeknē, apmeklējot “Goru”.

**Ko novēlat tiem, kuri vēl nav atklājuši lasītprīeku?**

– Novēlu atrast laiku kādai labai grāmatai un nolikt malā telefonus, jo tie mūsdienās ir lieli laika zagļi. Lasot grāmatas, paplašinās redzesloks un ikviens var doties kopā ar varoņiem kādā ceļojumā, ļauties fantāzijas burvībai. Šajā steidzīgajā laikmetā, lasot grāmatas, var gūt mieru un relaksēties pēc garas darbdienu.

Es arī vasarā atrodu laiku lasīšanai. Skolēniem rudenī saku, ka man vasarā grāmatu lasīšana ir nevis piespiedu darbs, bet labākā atpūta, un tas bērnus ļoti izbrīna. Kad rādu viņiem savu iekārtoto kladi, kur pierakstu atziņas no izlasītā, tad viņi man jautā: “Kas jums, skolotāj, lika to darīt?” Šādā veidā mudinu lasīt nevis tad, kad liek, bet tad, kad gribas. Lai visiem gribas lasīt grāmatas!



Foto - no personīgā arhīva

**Izstāde.** Olimpiādes darbi pašlaik izvietoti skolas telpās. Skolēni, apskatot rakstīto, secina, ka varējuši uzrakstīt vēl labāk, turklāt, ja viņi iepriekš būtu zinājuši, ka darbi būs izvietoti izstādē, būtu centušies rakstīt vēl glītāk.

pārliecinājās pedagogi, pierādīja, ka, nesteidzoties un rūpīgi rakstot, skolēnu rokraksti ir skaisti un viegli salasāmi.

Lappusi sagatavoja A.Socka

## Saruna

## Dejas – terapija bez psihologa

Irēna Tušinska

Nedaudz vairāk nekā gadu Balvu Kultūras un atpūtas centrā pirmdienu vakaros ir iespēja apgūt “Lady style” deju kustības, ko māca rēzekniete, deju pasniedzēja un horeogrāfe KRISTĪNE LAIZĀNE. Viņa atklāj, ka “Lady style” šobrīd neplāno atrādit koncertos, šīs deju nodarbības vairāk domātas sievišķīgās enerģijas atjaunošanai un vairāk līdzinās meditācijai un iekšējās pārliecības atgūšanai.

“Lady style” ir elegants un izsmalcināts deju stils, kas izceļ sievišķību un pašpārliecinātību. Tas apvieno graciozas kustības ar izteiksmīgu ķermeņa valodu un emocijām. Katra kustība ir kā stāsts, kas atklāj dejotājas personību un noskaņu. “Lady style” palīdz attīstīt stāju, plastiku un iekšējo brīvību. Dejojot sievietes var justies spēcīga un skaista.

**Vai “Lady style” var dejot jebkura sieviete?**

– Jau sākotnēji uzsveru, ka šīs deju nodarbības var apmeklēt ikviens sieviete, neatkarīgi no vecuma, svara vai citiem fiziskiem parametriem. Protams, sākumā tas var izrādīties nedaudz par smagu. Tieši tādēļ sāku ar vieglākām nodarbībām, lai sievietes var justies labi un atslābināties. Tas ir ļoti svarīgi īpaši mums, daiļā dzimuma pārstāvēm, jo ikdienas skrējienā mēdzam sevi nedaudz pazaudēt.

**Kā Jūs izskaidrotu šo deju stilu tām, kuras par to neko nav dzirdējušas?**

– Sākotnējā “Lady style” ideja ir dejošana augstpapēžu korpēs. Ar laiku, paskatoties uz to plašāk, atļāvu dalībniecēm dejot arī sporta apavos, ja tā viņas jūtas ērtāk. “Lady style” dejošana ir par savas sievišķīgās enerģijas vairošanu. Tas, protams, nav tikai par augstpapēžu korpēm un izskatīšanos skaisti. Taču nevar noliegt, ka, uzvelkot augstpapēžu kurpes, mainās sievietes stāja, iekšēji sajūtamies sievišķīgākas, skaistākas, graciozākas.

**Kā nolēmāt pievērsties šim deju stilam?**

– Pēc kovida pandēmijas, ilgu laiku neapmeklējot pasākumus un vairākus gadus nevalkājot augstpapēžu kurpes, aizmirsu, kāda ir tā sajūta. Sapratu, ka jāsaik atgriezties pie sākotnējās sievišķās enerģijas, jo nedrīkst aizmirst, ka esam daiļais dzimums. Papēditis, kaut vai neliels, iekšēji sniedz pavisam citu sajūtu. Šis deju stils vairāk saistās nevis ar fitnessu, bet ar atslābināšanos, domu izvēdināšanu, sievišķās enerģijas apzināšanos šobrīd un šeit. Tā ir tāda kā terapija bez psihologa, sevis sakārtošana, meditācija. Šobrīd to darām mūsu pašu lokā, sev.

**Cik sen mācāt sievietēm sajūties sievišķīgām caur šo deju stilu?**

– Apritējuši tieši trīs gadi, kopš mācu to Rēzeknē, bet Balvos esmu gadu. Nodarbības te sākām pagājušā gada martā.

**Vai pie Jums var apgūt vēl kādu deju stilu?**

– Sākotnēji Rēzeknē biju izveidojusi savu deju un foto-studiju, jo pati esmu dzimusi un augusi šajā pilsētā. Pēc izglītības esmu māksliniece – interjera dizainere, tādēļ vienā studijā gribēju apvienot deju un fotomākslu, ar ko nodarbojos jau 11 gadus. Tā kā fotogrāfijai pēdējā laikā pievērsos retāk, vairāk enerģijas un laika sāku veltīt dejām, līdz ar to studija kļuva par mazu. Šobrīd Rēzeknē deju nodarbībām irēju atsevišķu studiju, kur pasniedzu divus deju stilus – “Lady style” un nedaudz sportiskāko, enerģiskāko “Jazz funk”. Šis stils cēlies no ielu kultūras un apvieno klasisko džeza deju tehniku, hip-hop un street dance elementus. Tas ir tāds mikslis – sportiskais un enerģiskais kopā ar sievišķīgo.

**Kur iemācījāties šos deju stilus?**

– “Lady style” apguvu kursos Rīgā. “Jazz funk” iemācījos pašmācības ceļā. Man piemīt spēja ātri iemācīties jebko, kas pašai ieinteresē. Ja kaut kas iepatīkas, ja no tā ņeru kaifu, parasti tas arī labi padodas.

**Kādā vecumā radās interese par deju?**

– Mamma stāstīja, ka kopš trīs gadu vecuma ciemiņiem rādīju priekšnesumus. Kā jau bērns – ieslēgusi mūziku, kustējos pēc savām izjūtām. Sākumskolā mani bieži iesaistīja dažādos deju pulciņos. Piedalījās “Popielās”. Kādam priekšnesumam pat izveidoju meiteņu deju grupu un ierādīju viņām deju soļus. Toreiz “Popielās” par savu individuālo priekšnesumu saņēmu 1.vietu, bet manis izveidotā deju grupa – 2. vietu. No bērnības līdz pat šim brīdim deju tautu dejas. Sākotnēji biju jaunīšu deju kolektīva “Dzīga” dalībniece, tagad deju vidējās paaudzes deju kolektīvā “Dzimta”.

**Kopš bērnības esat saistīta ar deju. Vai, absolvējot skolu, neradās vēlšanās apgūt horeogrāfa pro-**



**Sievišķībā ir spēks.** Balvenietēm patīk dejot “Lady style”, jo tas ļauj izpaust savu sievišķību un brīvību kustībā. Šis deju stils palīdz aizmirst ikdienas rūpes, uz mirkli iegrimstot ritmā. Sievietes novērtē iespēju būt kopā ar domubiedrēm un dalīties smieklos. Nodarbībās valda draudzīga un atbalstoša atmosfēra. Dejojot viņas jūtas skaistas un stipras, tāpēc “Lady style” dejas Balvos kļuvas par iemīļotu pirmdienu tradīciju.

**fesiju?**

– Drīzāk vēlējos ar sportu saistītu profesiju. Par dejām īsti nedomāju, jo šķita, ka ar tām nevarēs nopelnīt, tās vairāk saistījās ar hobiju. Turklāt tolaik mani ļoti ietekmēja citu viedokļi. Ja skolotāja teica, ka man labi padodas gleznošana, tādēļ jāamācās mākslas skolā, tad tā arī dariju – iestājos Rēzeknes Mākslas un dizaina vidusskolā, kur apguvu zināšanas par dizainu, arhitektūru un mākslu. To neesmu nožēlojusi, jo dvēselē vienmēr esmu jutusies kā māksliniece. Savulaik guvu godalgotas vietas arī vizuālās mākslas olimpiādēs. Dejošana tobrīd bija tikai hobija līmenī – to vairāk dariju mājās pie spoguļa. Biju ļoti kautrīga – nevienam nestāstīju, ka veidoju deju horeogrāfijas. Vienmēr baidījos, ka man teiks: “Ko tu tur nodarbojies ar muļķībām?!”

**Kāpēc nolēmāt mācīt “Lady style” dejas arī balvenietēm?**

– Pie manis Rēzeknē uz nodarbībām brauca divas jūsu novada sievietes – viena no Balviem, otra no Baltinavas. Lai nebūtu jāmēro tālais ceļš līdz Rēzeknei, viņas ierosināja šādas nodarbības rīkot arī Balvos. Lai gan man pašai nav bijis nekādas saistības ar Balviem, šī pilsēta vienmēr bijusi sirdij tuva. Braucot cauri, vienmēr gribējies apstāties un pastaigāties. Izradījās, ka Balvos, ko uzskatu par ļoti attīstītu un radošu pilsētu, nav neviena, kurš māca šo deju stilu. Viena no jūsu novada dejotājām, vārdā Jolanta, ierosināja sarunāt telpas. Kad kādu rītu, piezvanījusi videozvanā, viņa parādīja Balvu Kultūras un atpūtas centra skaisto zāli, biju tik pārsteigta par šo foršo telpu, ka uzreiz piekritu. Vēlāk atbraucu apskatīties, parunāties ar kultūras centra vadītāju, lai noskaidrotu, kā to visu varētu realizēt. Iznāk, ka, pateicoties šim Jolantas videozvanam, katru pirmdienas vakaru “Lady style” tagad var apgūt arī balvenietes.

**Vai atmaksājas katru reizi braukt garo ceļu no Rēzeknes?**

– Sākotnēji vispār par to nedomāju, jo vienkārši ļoti patīk dejot. Būdamā cilvēks, kurš tic augstākiem spēkiem, nolēmu, – ja jau dzīve mani ir šeit atvedusi, tātad ir iemesls te būt. Tādēļ braucu uz šejieni vieglu prātu, domājot – kā būs, tā būs! Ja dzīve tā lēmusi, tātad man šeit ir sava enerģija jāiegulda. Protams, salīdzinot ar sākumu, apmeklētāju skaits ir sarucis, jo ar laiku cilvēkiem dzīvē mainās kaut kādi apstākļi – vai nu darbā, vai ģimenē. Taču lielāka vai mazāka interese ir bijusi visu laiku. Dejotāju skaits saruka tikai decembrī. Arī man bija iestājies tāds kā enerģijas izsīkums. Tādēļ sarunājām – ja savāksies konkrēts dejotāju skaits, tad nodarbības turpināsim, ja nē, tad varbūt rīkosim pārtraukumu. Kaut kā iznāca, ka atkal sāka nākt vairāk dejotāju. Iespējams, nostrādāja Jaunā gada apņemšanās. Dejosim līdz maijam, bet vasarā būs pārtraukums, jo vasarā cilvēkiem ir daudz citu darīšanu – atvaļinājumi, ceļojumi. Turklāt karstā laikā dejot ir grūtāk.

**Kādām nodarbēm vēl veltāt savu laiku?**

– Dizaineres prasmes tagad izmantoju tikai savām vajadzībām, iekārtojot mājvietu. Joprojām nodarbojos ar fo-



**Dalās dejotpriekā.** Horeogrāfe Kristīne Laizāne mēro ceļu no Rēzeknes, lai balvenietēm dāvātu sievišķīgo kustību aizrautību. Pirmdienu vakari viņām kļuvi par gaidītu nedēļas notikumu, jo tie nes prieku un enerģiju. Viņa iedvesmo ar savu pozitīvo attieksmi un profesionalitāti, mācot ne tikai kustības, bet arī pārliecību par sevi.

tografēšanu gan studijā, gan dabā, gan pilsētvidē. Šobrīd esmu nedaudz samazinājusi kāzu un pasākumu fotografēšanu. Vēl ir arī riteņbraukšana, peldēšana – viss, kas saistīts ar sportu un aktīvu dzīvesveidu. Kopš agras jaunības esmu skrējusi krosus, devusies pārgājienos. Kādu laiku pat gribēju izmācīties par sporta treneri. Vienkārši gribējās būt aktīvai un šādu dzīvesveidu nest tālāk tautā. Tomēr māksla ņēma virsroku, un to nenožēloju.

**Kā uzlādējaties pati, lai varētu savu enerģiju atdot citiem?**

– Zināmā mērā dejas gan uzlādējos, gan izlādējos. Palīdz arī skriešana un riteņbraukšana, kad, uzlikusi austiņas, ieslēdzu mūziku un aizmirstu par visām raizēm. Man ir ļoti svarīgi pavadīt laiku vienatnē ar sevi. Skrējieni un riteņbraukšana ir tieši šāds laiks. Dažreiz arī mājās, uzlikusi mūziku, meditēju, sakārtoju domas. Liels emocionālais atbalsts ir mana ģimene. Apkārtējo atbalsts ir būtisks, jo nevaram visu laiku atjaunot paši sevi. Lai atgūtu spēkus, nepieciešama kaut vai saruna ar draudzeni, vajag sajūst atbalsta plecu.

Foto - no personīgā arhīva

Foto - no personīgā arhīva

## LIV1

- 5.20 "Personība. 100 g kultūras". Atk.  
6.00 "Latvijas valsts himna".  
6.03 "Bardaks bērniņos".  
6.30 "Animācijas seriāli".  
9.00 "Tutas lietas 17". Raid. bērniem.  
9.20 "Tutas burvīgais koncertieraksts". Atk.  
10.20 "Bings". Anim. seriāls.  
11.00 "Ness un Nesija". Animācijas filma.  
12.00 "Lieldienu dievkalpojums Doma baznīcā".  
13.00 "Urbī et Orbi". Tiešraide no Vatikāna.  
13.25 "Biskapu apsveikumi Lieldienās".  
13.40 "Lielās patiesības. Vai Kristum bus, pie kā atrākt?".  
14.10 "Province". Atk.  
14.40 "Dziesmas ceļš. Vispārējo latviešu Dziesmu svētku dziesmu dziesmas". Atk.

- 14.50 "Ķeņa uz sirds". Atk.  
15.20 "Latvijas sirdsdziesma".  
16.20 "Daudz laimes, jubilatī!". Atk.  
17.00 "Kultūrdeva".  
18.00 "Dienas ziņas".  
18.20 "Aculecimieks. Zilbalodis, kakšs un Zelta globuss". Atk.  
18.35 "Straume". Anim. filma.  
20.00 "Panorāma".  
20.30 "Dūna". Dejas eposs no uzveduma *Dziesma dejo. Deja skani*.  
22.50 "Pūt, vējiņi!". Drāma.  
0.25 "Biskapu apsveikumi Lieldienās". Atk.  
0.40 "Lielās patiesības". Atk.  
1.10 "Daudz laimes, jubilatī!". Atk.  
1.45 "Pasaules panorāma". Raid. par ārpolitiku. Atk.  
2.15 "Province". Atk.  
2.45 "1:1. Aktuālā intervija".  
3.35 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.  
4.15 "Personība. 100 g kultūras". Atk.

## LIV7

- 5.00 "Pasaules panorāma".  
6.00 "Latvijas valsts himna".  
6.03 "1000 jūdzes Albānijā".  
7.00 "Globalizācija un mēs. *Deutsche Welle* žurnāls".  
7.30 "Ražots Vācijā. *Deutsche*

- Welle* žurnāls".  
8.00 "Ielas garumā". Atk.  
9.00 "Tutas lietas 17". Raid. bērniem.  
9.15 "Mazi Buzi Bums 2". Raid. bērniem.  
9.25 "Gudris, vēl gudrāks". Atk.  
10.35 "Kultūrdeva". Atk.  
11.35 "Aculecimieks". Atk.  
11.55 "Province". Atk.  
12.25 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.  
13.10 "Prom no Āfrikas". Drāma.  
15.55 "Serijs 6". Detektīvseriāls.  
18.40 "Turpinājums". Dok. filma.  
20.20 "Turpinājums. Pieaugšana". Dok. filma.  
22.00 "Latvijas kods. Nāc ārā!". Dok. filma.  
22.30 "Mūžīgā ēna". Detektīvseriāls.  
23.20 "Globalizācija un mēs. *Deutsche Welle* žurnāls".  
23.50 "Ražots Vācijā. *Deutsche Welle* žurnāls".  
0.20 "Personība. 100 g kultūras". Atk.  
2.00 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.  
2.45 "Latvijas sirdsdziesma". Atk.  
3.45 "Aizliegtais papēmiens". Atk.  
4.45 "Sporta studija". Atk.

## TV3 Life

- 3.35 "Dzīma dēļ 5". Komēdijseriāls.  
5.00 "Svešā seja 2". Seriāls.  
5.30 "Ed labāk, maksā mazāk 5". Izklaidējošs raid.  
6.30 "Kontakts kopā ar doktoru Čārlzu Stenliju 2". Izklaidējošs raidījums.  
7.05 "Izgaīšo Latviju! 9".  
7.40 "Rozamunde Pilčere. Lai kas tu būtu". Melodrama.  
9.30 "Dzīvīte 12".  
10.00 "Biznesa attīstība 6". Informatīvs raidījums.  
10.45 "Tango ar detektīvi". Krimināldrāma.  
12.40 "Pansija piln". Daudzrīņu filma.  
16.40 "Pansija piln".  
18.00 "Lieldienu svētdiena". Komēdija.  
20.00 "Kalns starp mums". Drāma.  
22.15 "Fabelmeņi". Drāma.  
1.00 "Mājup uz ziemeļiem". Drāma.  
2.45 "Baltazars 5". Seriāls.  
3.50 "Svešā seja 2". Seriāls.

## TV24

- 6.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.  
6.03 "Preses klubs". Atk.  
7.30 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.  
8.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.  
9.33 "Globuss". Atk.  
9.30 "Pieci novadi Latvijā".  
10.00 "Ārsts atbild". Atk.  
10.30 "Dzīvīte". Atk.  
11.00 "Grāmatu kods". Atk.  
11.30 "Laiks panākumiem".  
12.00 "Laiks zinātnēi kopā ar Andreju Ērgli". Atk.  
13.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.  
13.03 "Kārtības nullis". Atk.  
14.30 "Reģiona iespējas: no studenta līdz speciālistam". Atk.  
15.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.  
15.03 "Naudas cena". Atk.  
16.00 "Klimata balss". Atk.  
16.30 "Uz līnijas". Atk.  
17.00 "Latvijas labums". Atk.  
18.00 "Dr. Apinis". Atk.

- 19.00 "Stopkadri kopā ar Armandu Puči".  
19.30 "Radio *Svobodā*: par svarīgo Krievijā un pasaulē".  
20.30 "Cietuma ābece". Atk.  
21.00 "Uzmanības centra – ekonomika".  
22.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.  
22.03 "Kārtības nullis". Atk.  
23.30 "Cietuma ābece". Atk.  
24.00 "Uz līnijas". Atk.  
0.30 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.  
1.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.  
1.33 "Globuss". Atk.  
2.30 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.  
2.33 "Preses klubs". Atk.  
4.00 "Uz līnijas". Atk.  
4.30 "Ziņu Top". Atk.  
5.00 "Par karu Ukrainā kopā ar Igoru Rajevu". Atk.

## ReTV

- 5.30 "*Garmīn Predator Cup Latvia 2025*".  
8.00 "Svētku kūka 3".  
8.30 "Mēs varam – mēs darām!".  
9.00 "Ceļā uz mājām 2".  
9.30 "Majā un sētā 6".  
10.00 "Zaļo domu viktorīna *Re, kā!*".  
11.00 "Veselības kompass".  
11.30 "Mana lūgšana".  
12.45 "Klusums reiz par tautu tapa".  
14.45 "Mēs darām tā".  
15.00 "Autodroms".  
15.30 "Tīkšanās vieta. Valmieras novads".  
16.00 "IzMet gudri!".  
16.30 "Izstāsti Latvijai!".  
17.00 "Skrundas TV piedāvā".  
17.30 "Nedēļa Jēkabpilī".  
18.00 "Runā Latgale".  
18.30 "Limbažu novads rada un dara".  
19.00 "Nedēļa Latvijā". Atk.  
20.00 "Meža stāsti 7".  
20.30 "Manas bērniņas atmiņas 4".  
21.00 "Latvijas stāsti".  
21.30 "Copes lietas 3".  
22.00 "Neparasti parastie madoniēši".  
0.30 "Veselības kompass".  
1.00 "Zaļā gaisma 2".  
1.25 "Baigais numurs".  
3.15 "Svētku kūka 3".  
3.45 "Zini savas tiesības! 5".  
4.35 "Pattiti piezīmes".

## Balvos

Balvu Novada muzejā līdz 11.aprīlim Lības Ločmeles izstādē "Pieskarties".

Balvu Centrālajā bibliotēkā būs apskatāma Evitas Zarem-bas-Kriģeres krustdūriena izšuvumu izstādē "Audumā iesū-tais laiks". Izstādē būs apskatāma līdz 26.aprīlim.

**27.martā plkst. 19.00** Balvu Kultūras un atpūtas centrā dziesminieka – dzejnieka Māra Lāpāna muzikāli dzejijskas pārdomas "Vjens sešās stīgās". Ieejas maksa – 5 eiro (biļetes visas "Biļešu Parādizes" kasēs).

**28.martā plkst. 18.00** Balvu Kultūras un atpūtas centrā deju kopa "Nebēda" un viņu draugu koncerts. *Piedalīsies: "Jukums" (Aļiksne), "Apinītis" (Gulbene), "Pies-tiens" (Vīksna), "Liepavots" (Koknese), "Reizē" (Ludza), "Rekovas dzintars" (Šķilbēni)*. Ieejas maksa – 5 eiro (biļetes visas "Biļešu Parādizes" kasēs).

**28.martā plkst. 10.30** Balvu sākumskolas aktu zālē Balvu novada čempionāts novusā.

Reģistrācija no plkst. 9.45 līdz 10.20. Sacensības notiek pēc novusa spēles noteikumiem – apļa izspēle (ja daudz dalībnieku – dalījums apakšgrupās pēc izlozes). Dalījums grupās: vīrieši, sievietes. Sacensību inventāru nodrošina sacensību organizatori. Atļauts izmantot personīgo kiju un "mātiņi". Vērtēšana – individuālā. Godalgoto vietu ieguvēju apbalvošana: 1.-3.vieta – diplomu, kausi, medaļas; 4.-6.vieta – diplomu un medaļas. Sīkāka informācija 27824570, Pēteris.

**1.aprīlī plkst. 15.00** Balvu Novada muzejā Lieldienu olu krāsošanas darbnīca kopā ar "Mežģa" rokdarbniecēm. Ieeja – bez maksas. Līdzī jāņem olas.

**5.aprīlī plkst. 16.00** Balvu Kultūras un atpūtas centra laukumā pasākums "Līpu – Japu jandāliņš". Rotaļu un deju programma ar jautrajām zaķenītēm.

**No plkst. 15.30**

❖ skaitāko olu konkurss (paņem līdzī savu krāšņāko olu);

- ❖ olu ripināšana;
  - ❖ seju apgleznošana;
  - ❖ piepūšamā atrakcija mazākajiem;
  - ❖ āra spēles visai ģimenei;
  - ❖ vizināšanās ar zirgiem (maksas pakalpojums).
- 5.aprīlī plkst. 22.00** Balvu Kultūras un atpūtas centra ballē ar Lauri Neilandu. Ieejas maksa – 7 eiro.
- 6. aprīlī plkst. 14.00** Balvu Kultūras un atpūtas centrā teātra studijas un Tilžas amatierteātra "Spogulī" izrāde "Dzīres Cīruļos" (R.Blaumanis "Jaunais gars"). Ieejas maksa – 5 eiro.

## Baltinavā

Baltinavas muzejā līdz 17.aprīlim skatāma Ineses Ratnieces tekstilizstādē.

Baltinavas kausa izcīņa ZOLITĒ Baltinavas kultūras namā: **6.kārta – 2.04.** Zolītes sacensību katras kārtas **sākums plkst. 18.00.**

Baltinavas muzejā līdz 25.aprīlim skatāma Ineses Ratnieces un Lienītes Ratnieces tekstilizstādē "Pieskāriens".

**5.aprīlī plkst. 13.00** Baltinavas Kultūras namā –

## Afiša



Baltinavas amatierteātra "Palādas" pirmizrāde, Danskovīte "Naudas ceļi-II". Režisors Aigars Keišs. Ieeja – ziedojumā (vietas iepriekš netiek rezervētas).

## Balvu pagastā

**5.aprīlī plkst. 15.00** Naudaskalna Tautas namā Lieldienu koncerts "Uzziedam! Uzziedam pavasarim!". Piedalās pašdarbības kolektīvi.

## Bērzkalnē

**6.aprīlī plkst. 12.00** Bērzkalnes pirmsskolas iestādē Lieldienu sarīkojums "Lieldienu lustes". Piedalās Rubeņu ciema dramatisks kolektīvs ar Lieldienu uzvedumu un Naudaskalna teātris ar izrādi E. Vuļfs "Linis murdā". Ieeja – bez maksas.

## Briežuciemā

Aprīlī apskatāma izstādē – Kaspars Babāns "Āda kā zied-lapa".

**6.aprīlī plkst. 13.00** tautas namā TV un radio personība, raidījuma "Manas bērniņas atmiņas" vadītājs Raitis Zapackis aicina uz pavasarī koncertprogrammu, kurā skanēs Raimonda Paula estrādes dziesmas un melodijas no kino-filmām. Ieejas maksa – 5 eiro. Biļetes varēs iegādāties vai rezervēt ar 1.aprīli.

**15.aprīlī plkst. 12.00** varēs iepazīties ar Dienvidkorejas produktiem ikdienai, skaistumam un veselībai. Dalība bez maksas.

**25.aprīlī plkst. 11.00** akcijas "Satiec savu meistaru" aktivitātē "Svētku cepumu cepšana pēc senām receptēm". Meistare Helēna Ločmele, dalība pieteikties mob. 25444621. Dalības maksa – 3 eiro.

## Krišjānos

Tautas namā skatāma Zinta Purenas gleznu izstādē "Zie-mas ainavas". Izstādi iespējams apskatīt līdz 31.martam.

**No 5. līdz 8. aprīlim** Krišjānos pie Tautas nama Lieldienu olu skaitīšanas spēle dabā. Informācija sekos "Facebook" lapā "Dzīve Krišjānos".

## Kubulos

**6. aprīlī plkst. 13.00** Kubulu Kultūras namā Lieldienu pasākums ģimenēm ar bērniem – leļļu teātra izrāde "Trolišu Lieldienas mežā". Ieejas maksa – 3 eiro.

## Lazdukalnā

**28.martā plkst. 13.00** saietu namā dziedošo un dejo-jošo bērnu sadancis "Lustīgs dziedu, lustīgs deju". Ieejas maksa – 2 eiro.

## Lazdulejā

**5.aprīlī plkst. 16.00** pakalpojumu centrā krāsotu Liel-dienu olu izstādē – prezentācija (palepoļies – atnes krāsotu Lieldienu olu!). Novusa spēles sacensības (tie, kuri vēl neprot, varēs iemācīties).

**5.aprīlī plkst. 14.00** Lazdukalna Saieta namā Lieldienu lustes kopā ar pašdarbnieku kolektīviem. Ieeja bez maksas. Līdzī ņemam krāsotu Lieldienu olu!

\*Turpinājums 11.lpp.

Pārpublicēšanas gadījumā "Vaduguns" atsauc obligāta

# TV PROGRAMMAS

no 30.marta līdz 5.aprīlim

5.05 "Personība. 100 g kultūras". Atk.	6.00 "Latvijas valsts himna".	6.02 "Vides fakti". Atk.	6.30 "Kriša <i>Panorama</i> ".	8.35 "Mīlas viesulis 21". Serāls.	9.30 "Solījums 3". Serāls.	10.30 "Alpu dakters 4". Serāls.	11.15 "Lases un Maijas detektīvaģentūra. Pazudušais talismanis". Ģimenes filma.	12.45 "Klase". Raidījums vecāklem un skolotājiem". Atk.	13.15 "Kultūršoks". Atk.	13.30 "Daudz laimes, jubilar!"	14.10 "Latvijas sirdsdziesma". Atk.	15.10 "Krustpunkta".	16.10 "Solījums 3". Serāls.	17.10 "Mīlas viesulis 21". Serāls.	18.00 "Dienas ziņas".	18.55 "Aizliegtais panēmienis".	20.00 "Panorama".	20.37 "Šodienas jautājums".	21.10 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts".	21.55 "Sporta studija".	22.40 "Nakts ziņas".	22.55 "Dzīvei nav melnraksta".	23.40 " <i>De facto</i> ". Atk.	0.15 "Kultūršoks". Atk.	0.35 "Latvijas sirdsdziesma". Atk.	1.35 "Kas notiek Latvijā?". Atk.	3.00 "Sporta studija". Atk.	3.45 "Acuļiecinieks". Atk.	4.05 "Aizliegtais panēmienis". Atk.
--	-------------------------------	--------------------------	--------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	---------------------------------	---	---	--------------------------	--------------------------------	-------------------------------------	----------------------	-----------------------------	------------------------------------	-----------------------	---------------------------------	-------------------	-----------------------------	---	-------------------------	----------------------	--------------------------------	---------------------------------	-------------------------	------------------------------------	----------------------------------	-----------------------------	----------------------------	-------------------------------------

20.05 "Sēris 6". Detektīvseriāls.	20.55 "Zinātnes noslēpumi". Dok. filmu cikls.	21.05 "Policija tērcinīs 31". Detektīvseriāls.	21.50 "Zinātnes noslēpumi". Dok. filmu cikls.	22.00 "Midsomeras slepkavības 9". Detektīvseriāls.	23.40 "Labākais no <i>Euro maxx</i> ".	0.10 "Kas notiek Latvijā?". Atk.	1.35 "Sporta studija". Atk.	2.20 "1:1. Aktuāla intervija".	3.10 "Daudz laimes, jubilar!"	3.45 "Latvijas sirdsdziesma". Atk.	4.45 "Kultūršoks". Atk.
-----------------------------------	---	--	---	--	--	----------------------------------	-----------------------------	--------------------------------	-------------------------------	------------------------------------	-------------------------

## TV3

5.00 "Divarpus vīru 2". Komēdijseriāls.	6.00 "Misters Bīns". Serāls.	6.25 900 sekundes".	8.45 "Griekijas brīvības 2". Kulinārijas raidījums.	9.55 "Kandisa Renuāra". Serāls.	11.05 "Džima dēļ 5". Komēdijseriāls.	12.05 "Labākā garša 3". Izklaidēošs raidījums.	13.10 "Četri guļā 12". Realitātes šovs.	13.40 "Ētropa no putna lidojuma 2". Dok. seriāls.	14.50 "Berlīnes tūdens policija". Serāls.	15.55 "Slepkava starp savējiem". Dok. seriāls.	17.00 "Zilions studijā 8". Sarunu šovs.	18.00 "TV3 ziņas summā".	18.10 "Šētu gaidījāt? 7". Kulinārijas raidījums.	19.10 "Bez tabu".	20.00 "TV3 ziņas".	20.45 "Degpunktā 16".	21.10 "Nemietie. Nolādētie 10". Serāls.	21.45 "Mlestrības villa". Realitātes šovs.	22.50 "Slepkavu vajātāji". Serāls.	23.50 "Paredzami tracionāls". Serāls.	0.35 "Nēka personīga". Atk.	1.20 "Autoziņas 17".	1.55 "Kobra 11-11". Serāls.	2.55 "Truša ala". Serāls.	3.50 "Ētropa no putna lidojuma 2". Dok. seriāls.
---	------------------------------	---------------------	---	---------------------------------	--------------------------------------	--	---	---	---	--	---	--------------------------	--	-------------------	--------------------	-----------------------	---	--	------------------------------------	---------------------------------------	-----------------------------	----------------------	-----------------------------	---------------------------	--

## TV3 Life

5.00 "Sveā: seja 2". Serāls.	5.30 "Tīcīgo uzvaras balss". Kristīgā programma.	6.00 "Izgašo Latviju 9". Izklaidēošs raidījums.
------------------------------	--	---

6.30 "Šētu gaidījāt? 5". Kulinārijas raidījums.	7.25 "Līdz nodevība mūs šķirs". Serāls.	8.20 "Mani vīrtuves noslēpumi 12". Realitātes šovs.	9.45 "UgunsGrieks 4". Serāls.	11.40 "Dzīves krustceļi 2". Dok. seriāls.	12.40 "Tikai tu". Serāls.	13.40 "Grieķis anatomija 14". Serāls.	15.40 "Drome mlēt". Serāls.	16.50 "Lenti viens otram". Serāls.	18.00 "Īstās mājsaimnieces. Beverlīhisa 13".	19.00 "Plānas madamas mistērijas 2". Serāls.	20.00 "Kozannunde Pilcere. Lai kas tu būtu". Melodrama.	22.00 "Karaliskās sirds mājvieta". Romantiska komēdija.	23.55 "Mentālists 2". Serāls.	0.45 "Atriecības gūstā". Serāls.	1.35 "Zilions studijā 5". Sarunu šovs.	3.25 "Sveāha seja 2". Serāls.
---	---	---	-------------------------------	---	---------------------------	---------------------------------------	-----------------------------	------------------------------------	--	--	---	---	-------------------------------	----------------------------------	--	-------------------------------

## TV24

6.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.	6.03 "Preses klubs". Atk.	7.30 "Uz līnijas". Atk.	8.00 "Taisks panākumiem". Atk.	8.30 "Radio <i>Svoboda</i> : par svango Krievijā un pasaulē". Atk.	9.30 "Dienas personība". Atk.	10.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.	10.03 "Globouss". Atk.	11.00 "Uzmanības centā – ekonomika". Atk.	12.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.	12.03 "Nedeļa. P.S.". Atk.	13.00 "Dr. Apinis".	14.00 "Radio <i>Svoboda</i> : par svango Krievijā un pasaulē". Atk.	15.00 "Ārsts atbild". Atk.	15.30 "Reģiona iespējas: no studenta līdz specialistam". Atk.	16.00 "Dienas personība". Atk.	16.30 "Zinu <i>Top</i> ".	17.00 "Svarīgais trīs minūtēs".	17.03 "Preses klubs".	18.30 "Uz līnijas".	19.00 "Svarīgais trīs minūtēs".	19.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā".	20.00 "Par drošību pasaulē kopā ar Igoru Kaļevu".	20.30 "Klimata balss".	21.00 "Svarīgais trīs minūtēs".	21.03 "Kārtības nulļis".	22.30 "Streips pārlūko pasauli". Atk.
---	---------------------------	-------------------------	--------------------------------	--	-------------------------------	--	------------------------	---	--	----------------------------	---------------------	---	----------------------------	---	--------------------------------	---------------------------	---------------------------------	-----------------------	---------------------	---------------------------------	--	---	------------------------	---------------------------------	--------------------------	---------------------------------------

23.00 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.	23.03 "Preses klubs". Atk.	0.30 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.	0.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā".	1.30 "Radio <i>Svoboda</i> : par svango Krievijā un pasaulē". Atk.	2.30 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.	2.33 "Preses klubs". Atk.	4.00 "Uz līnijas". Atk.	4.30 "Par drošību pasaulē kopā ar Igoru Kaļevu".	5.00 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.	5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā".	5.00 "Nedeļa Latvijā". Atk.	6.00 "Meža stāsti 7".	6.30 "Lidaku ielenkīte".	7.00 "Ceļa uz mājām 2".	7.30 "Dzīves ceļojums".	8.00 "Sprīd ar <i>Deff</i> ". Atk.	8.45 "Mēs darām tā".	9.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā".	10.00 "Uz meža takas 9".	10.30 "Paitti piezīms".	11.00 "Manas bērības āmriņas 4".	11.30 "Veselības kompass".	12.00 "Trīs kvadrātā 3".	13.00 "Zini savas tiesbas! 5".	14.00 "Vertīgi zināt".	14.30 "Mēs varam – mēs darām!".	15.00 "Re:TV ziņas trīšos".	15.30 "Ēdienkarte 2".	16.00 "No Piena ceļa nakuši. Sēlīja – identitāte".	16.30 "Limbāžu novads rāda un dara".	17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā".	18.00 "Mēs darām tā".	18.15 "Sprīd ar <i>Deff</i> ".	19.00 "Re:TV ziņas septiņos".	19.15 "Gaidām ciemos!".	19.50 "Skats no Ventispils".	20.25 "Manas jaunās mājas – Latgale".	21.00 "Re:TV ziņas deviņos".	21.30 "Dziesm'avots".	22.05 "Ceļa uz mājām 2".	22.40 "Dzīvīte 11".	23.15 "Sprīd ar <i>Deff</i> ". Atk.	24.00 "Vertīgi zināt".	0.30 "Gaidām ciemos!".	1.00 "Manas jaunās mājas – Latgale".	1.25 "Trīs kvadrātā 3".	2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".	3.15 "Sprīd ar <i>Deff</i> ".	3.55 "Aizļa 360".	4.15 "Dziesm'avots".	4.35 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".
--------------------------------------	----------------------------	-------------------------------------	---	--	-------------------------------------	---------------------------	-------------------------	--	-------------------------------------	---	-----------------------------	-----------------------	--------------------------	-------------------------	-------------------------	------------------------------------	----------------------	--	--------------------------	-------------------------	----------------------------------	----------------------------	--------------------------	--------------------------------	------------------------	---------------------------------	-----------------------------	-----------------------	--	--------------------------------------	---	-----------------------	--------------------------------	-------------------------------	-------------------------	------------------------------	---------------------------------------	------------------------------	-----------------------	--------------------------	---------------------	-------------------------------------	------------------------	------------------------	--------------------------------------	-------------------------	--	-------------------------------	-------------------	----------------------	--

23.00 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.	23.03 "Preses klubs". Atk.	0.30 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.	0.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā".	1.30 "Radio <i>Svoboda</i> : par svango Krievijā un pasaulē". Atk.	2.30 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.	2.33 "Preses klubs". Atk.	4.00 "Uz līnijas". Atk.	4.30 "Par drošību pasaulē kopā ar Igoru Kaļevu".	5.00 "Svarīgais trīs minūtēs". Atk.	5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā".	5.00 "Nedeļa Latvijā". Atk.	6.00 "Meža stāsti 7".	6.30 "Lidaku ielenkīte".	7.00 "Ceļa uz mājām 2".	7.30 "Dzīves ceļojums".	8.00 "Sprīd ar <i>Deff</i> ". Atk.	8.45 "Mēs darām tā".	9.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā".	10.00 "Uz meža takas 9".	10.30 "Paitti piezīms".	11.00 "Manas bērības āmriņas 4".	11.30 "Veselības kompass".	12.00 "Trīs kvadrātā 3".	13.00 "Zini savas tiesbas! 5".	14.00 "Vertīgi zināt".	14.30 "Mēs varam – mēs darām!".	15.00 "Re:TV ziņas trīšos".	15.30 "Ēdienkarte 2".	16.00 "No Piena ceļa nakuši. Sēlīja – identitāte".	16.30 "Limbāžu novads rāda un dara".	17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā".	18.00 "Mēs darām tā".	18.15 "Sprīd ar <i>Deff</i> ".	19.00 "Re:TV ziņas septiņos".	19.15 "Gaidām ciemos!".	19.50 "Skats no Ventispils".	20.25 "Manas jaunās mājas – Latgale".	21.00 "Re:TV ziņas deviņos".	21.30 "Dziesm'avots".	22.05 "Ceļa uz mājām 2".	22.40 "Dzīvīte 11".	23.15 "Sprīd ar <i>Deff</i> ". Atk.	24.00 "Vertīgi zināt".	0.30 "Gaidām ciemos!".	1.00 "Manas jaunās mājas – Latgale".	1.25 "Trīs kvadrātā 3".	2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".	3.15 "Sprīd ar <i>Deff</i> ".	3.55 "Aizļa 360".	4.15 "Dziesm'avots".	4.35 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".
--------------------------------------	----------------------------	-------------------------------------	---	--	-------------------------------------	---------------------------	-------------------------	--	-------------------------------------	---	-----------------------------	-----------------------	--------------------------	-------------------------	-------------------------	------------------------------------	----------------------	--	--------------------------	-------------------------	----------------------------------	----------------------------	--------------------------	--------------------------------	------------------------	---------------------------------	-----------------------------	-----------------------	--	--------------------------------------	---	-----------------------	--------------------------------	-------------------------------	-------------------------	------------------------------	---------------------------------------	------------------------------	-----------------------	--------------------------	---------------------	-------------------------------------	------------------------	------------------------	--------------------------------------	-------------------------	--	-------------------------------	-------------------	----------------------	--

16.35 "Puika. Filmas arheoloģija". Dok. filma.	17.30 "Puika". Ģimenes filma.	19.00 "Svētais un laicīgais Pļevenos". Dok. filma.	20.20 "Comobilas katastrofa". Dok. dokumentāru filma.	21.05 "Midsomeras slepkavības 9". Detektīvseriāls.	22.45 "Melnais saraksts 4". Serāls.	23.30 "Sporta studija". Atk.	0.15 "Literatūra". Atk.	1.15 "1:1. Aktuāla informācija".	2.05 "Vides fakti". Atk.	2.35 "Kultūrdeva". Atk.	3.35 "Laiāls pātiesības". Atk.	4.05 "Daudz laimes, jubilar!"	4.45 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.	12.55 "Īsa pamācība mlēšana". Dok. filma.	14.15 "Dziesmas ceļš. Jānim Peteram – 85". Atk.	14.25 "Tas notika šeit". Atk.	15.25 "Gudrs, vel gudrāks". Atk.	16.35 "Okavango Helele kakī 2". Dok. filmu cikls.	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas ziņas".	18.15 "Acuļiecinieks".	18.30 "Vides fakti".	19.00 "Latvijas sirdsdziesma".	20.00 "Panorama".	20.55 " <i>Labviljas Loto</i> izlozes".	21.10 "Tēattis zip".	21.40 "Verģi naktis".	17.30 "Teļas garumā".	18.00 "Dienas zi
--	-------------------------------	--	---	--	-------------------------------------	------------------------------	-------------------------	----------------------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------------	-------------------------------	---	---	---	-------------------------------	----------------------------------	---	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------	---	----------------------	-----------------------	-----------------------	------------------

14.50 "Aija. Filmas arheoloģija". Dokumentāla filma.  
 15.45 "Aija". Drāma. 1., 2.sērija.  
 18.30 "Komisārs Reksis 8". Detektīvseriāls.  
 19.20 "Salna pavasari". Drāma.  
 20.45 "Svārģības". Dok. filma.  
 22.0 "Ej tālāk, tālāk". Drāma.  
 23.45 "Konflikts". Seriāls.  
 0.35 "Globalizācija un mēs. *Deutsche Welle* žurnāls".  
 1.05 "Ražots Vācijā. *Deutsche Welle* žurnāls".  
 1.35 "Ķēpa uz sirds". Atk.  
 2.05 "Latvijas sirdsdziesma". Atk.  
 3.05 "Sporta studija". Atk.  
 3.50 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.  
 4.30 "Province". Atk.

## TV 3

5.00 "Divarpus vīru 2". Komēdijseriāls.  
 5.55 "Animācijas seriāls".  
 6.35 "Zebrā 10".  
 6.50 "Eiropa no putna lidojuma". Dok. seriāls.  
 7.50 "Kapteina Enriko pulksteņi". Ģimenes komēdija.  
 9.25 "Ūdensbumba resnajam nuncim". Komēdija.  
 11.00 "Vectēvs, kas bīstamāks par datoru". Ģimenes komēdija.  
 13.10 "Kaķi pret supiem". Animācijas filma.  
 14.50 "Čiņa par manu ģimeni". Drāma.  
 17.10 "Visvarens Evans". Komēdija.  
 19.10 "Bez tabu".  
 20.00 "TV3 ziņas".  
 20.45 "Kas to būtu domājis?". Izklaidējošs raidījums.  
 22.45 "Kailais ierocis 2 1/2: baiļu smarža". Parodiju komēdija.  
 0.20 "Par manu tēvu". Romantiska komēdija.  
 2.10 "Marselas policisti". Seriāls.  
 3.15 "Četri guļtā 12". Realitātes šovs.  
 3.50 "Eiropa no putna lidojuma 2". Dok. seriāls.

## TV3 Life

5.00 "Svešā seja 2". Seriāls.  
 5.30 "Tīcīgo uzvaras balss". Kristīgā programma.  
 6.00 "Izgaršo Latviju! 9". Izklaidējošs raidījums.  
 6.30 "Šefu gaidījāt?". Kulinārijas raidījums.  
 7.20 "Pirmais randiņš 9". Realitātes šovs.  
 8.25 "Perfekts draugs".

5.30 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.  
 5.33 "Nedēļa. P.S.". Atk.

## ReTV

5.00 "Āzija 360°". Atk.  
 8.45 "Dzīves ceļojums".  
 14.00 "Dzīvīte 11".  
 14.30 "Autodroms 2".  
 15.00 "Ceļojums uz svētietu Medžugorij".  
 17.45 "Svētku kūka 3".  
 18.00 "Mana lūgšana".  
 15.15 "Mēs varam – mēs darām!".  
 19.50 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".  
 20.25 "Zaļā gaisma 2".  
 21.00 "Māroka".  
 21.30 "Dziesm'avots".  
 22.05 "Zaļo domu viktorīna *Re, kā!*".  
 23.15 "Baigais numurs".  
 1.15 "Dzīves ceļojums". Atk.

## TV24

6.00 "Svārģais trīs minūtēs".  
 6.03 "Preses klubs". Atk.  
 7.30 "Izst'lasti Latvijai!". Atk.  
 8.00 "Streips pārlūko pasauli".  
 8.30 "Svārģais trīs minūtēs".  
 8.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
 9.30 "Dienas personība".  
 10.00 "Streips pārlūko pasauli trīs minūtēs". Atk.  
 10.03 "Preses klubs". Atk.  
 11.00 "Ekumeniskais Krustaceļš 2026".  
 13.30 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.  
 13.33 "Kur tas suns aprakts?".  
 14.30 "Latvijas labums".  
 15.30 "Ārsti atbild". Atk.  
 16.00 "Uzmanības centrā – ekonomika". Atk.  
 17.00 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.

17.03 "Globuss". Atk.  
 18.00 "Dienas personība". Atk.  
 18.30 "Ekumeniskais Krustaceļš 2026". Atk.  
 21.00 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.

21.03 "Nedēļa. P.S."  
 22.00 "Stopkadri kopā ar Armandu Puči".  
 22.30 "Latvijas labums". Atk.  
 23.30 "Uz līnijas". Atk.  
 24.00 "Ārsti atbild". Atk.  
 0.30 "Nacionālo interešu klubs". Atk.

1.30 "Svārģais trīs minūtēs". Atk.  
 1.33 "Nedēļa. P.S." Atk.  
 2.30 "Dienas personība". Atk.  
 3.00 "Ekumeniskais Krustaceļš 2026". Atk.

**Vīrietis pēc Lieldienām sūdzas draugam:**  
 – *Klausies, man liekas, ka esmu pienēmis svarā...  
 Draugs:*  
 – *Kāpēc tu tā domā? Vīrietis:*

– *Nu, šodien mēģināju ripināt olas, bet beigās aizriņpoju pats.*

## LTV 1

5.05 "Krustpunktā". Atk.  
 6.00 "Latvijas valsts himna".  
 6.02 "Ķēpa uz sirds". Atk.  
 6.30 "Rīta *Panorāma*".  
 8.35 "Mīlas viesulis 21". Seriāls.  
 9.30 "Solijums 3". Seriāls.  
 10.30 "Alpu dakters 4". Seriāls.  
 11.15 "Vienā ritmā 2". Muzikālais vingrošanas raidījums.  
 11.50 "Supervaroņu akadēmija". Seriāls bērniem.  
 12.25 "Ielas garumā". Atk.  
 13.25 "Kultūras ABC". Atk.  
 13.30 "*De facto*". Atk.  
 14.05 "Sporta studija". Atk.  
 14.50 "Šodienas jautājums". Atk.  
 15.10 "Krustpunktā".  
 16.10 "Solijums 3". Seriāls.  
 17.10 "Mīlas viesulis 21". Seriāls.  
 18.00 "Dienas ziņas".  
 18.56 "Ceturta studija".  
 19.30 "Province".  
 20.00 "Panorāma".  
 20.37 "Šodienas jautājums".  
 21.10 "1:1. Aktuālā intervija".  
 22.00 "Svētais un laicīgais Pļēvenos". Dok. filma.  
 23.20 "Nakts ziņas".  
 23.35 "Stevietas uz nervu sabrukuma robežas". Komēdija.  
 1.05 "LTV – 60. Zelta arhivs".  
 3.20 "V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts". Atk.  
 4.00 "*De facto*". Atk.  
 4.35 "Vides fakti". Atk.

## LTV 7

5.00 "Kultūrdeva". Atk.  
 6.00 "Latvijas valsts himna".  
 6.03 "Eiropa fokusā. *Deutsche Welle* žurnāls".  
 6.30 "Rīta *Panorāma*".  
 8.35 "Šodienas jautājums". Atk.  
 8.55 "Province". Atk.  
 9.25 "Septiņi senās pasaules brīnumi". Dok. filmu cikls.  
 10.15 "Gudris, vēl gudrāks". Atk.  
 11.25 "TV jaunatklāšanas raidījums *Te!*". Atk.  
 13.15 "Alpu dakters 4". Seriāls.  
 14.05 "Mīlanas-Kortinas ziemas olimpiskās spēles 2026". Atk.  
 16.05 "Vienmēr formā! *Deutsche Welle* žurnāls".  
 16.35 "Aizliegtais papēmiens". Atk.  
 17.35 "Cornobilas katastrofa". Dok. daudzseriju filma.  
 18.20 "UEFA Nāciju līga. Futbola studija". Tiešraide.  
 18.50 "UEFA Nāciju līga futbola". Pārspēle par

6.30 "Šefu gaidījāt?". Izklaidējošs raidījums.  
 Kulinārijas raidījums.  
 7.25 "Līdz nodevība mus šķīrs". Seriāls.  
 8.20 "Mami virtuves noslēpumi 12". Realitātes šovs.  
 10.25 "UgunsGrēks 4". Seriāls.  
 11.40 "Dzīves krustceļš 2". Dok. seriāls.  
 12.40 "Tikai tu". Seriāls.  
 13.40 "Grejas anatomija 14". Seriāls.  
 15.40 "Drosme mīlēt". Seriāls.  
 16.50 "Lemti viens otram". Seriāls.  
 18.00 "Īstās mājsaimnieces. Beverlilhisa 13".  
 Realitātes šovs.  
 19.00 "Blānas madāmas mistērijas 2". Seriāls.  
 20.00 "Perfekts draugs". Melodrama.  
 21.55 "Lai uzvar labākās kāzas". Romantiska komēdija.  
 23.50 "Mentalists 2". Seriāls.  
 0.40 "Atriebības gūstā". Seriāls.  
 1.35 "Zilonis studijā 5". Sarunu šovs.  
 2.50 "Svešā seja 2". Seriāls.

## TV 3

5.00 "Divarpus vīru 2". Komēdijseriāls.  
 6.00 "Misters Bīns". Animācijas seriāls.  
 6.25 "900 sekundes".  
 8.45 "Brīvības sapni". Seriāls.  
 9.55 "Kandisa Renuāra". Seriāls.  
 11.05 "Dzima deļ 5". Komēdijseriāls.  
 12.05 "Labākā garša". Izklaidējošs raidījums.  
 13.10 "Četri guļtā 12". Realitātes šovs.  
 13.40 "Eiropa no putna lidojuma". Dok. seriāls.  
 14.50 "Berlīnes ūdens policija". Seriāls.  
 15.55 "Slepkava starp savējiem". Dok. seriāls.  
 17.00 "Zilonis studijā 8". Sarunu šovs.  
 18.00 "TV3 ziņas īsumā".  
 18.10 "Šefu gaidījāt?". Kulinārijas raidījums.  
 19.10 "Bez tabu".  
 20.00 "TV3 ziņas".  
 20.45 "Degpunktā 16".  
 21.10 "Nemīlētie. Nolādētie 10". Seriāls.  
 21.45 "Izrāviens". Realitātes seriāls.  
 22.50 "Slepkavu vajājāji". Seriāls.  
 23.50 "Florīdas detektīvi". Seriāls.  
 1.50 "Ideāli nozīegumi 3". Seriāls.  
 2.55 "Kobra 11-11". Seriāls.  
 3.55 "Truša ala". Seriāls.

## TV3 Life

5.00 "Svešā seja 2". Seriāls.  
 5.30 "Tīcīgo uzvaras balss". Kristīgā programma.  
 6.00 "Izgaršo Latviju! 9".

Andreju Ērgli". Atk.  
 23.00 "Svārģais trīs minūtēs".  
 23.03 "Preses klubs". Atk.  
 0.30 "Svārģais trīs minūtēs".  
 0.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.  
 1.30 "Svārģais trīs minūtēs".  
 1.33 "Kur tas suns aprakts?".  
 2.30 "Svārģais trīs minūtēs".  
 2.33 "Preses klubs". Atk.  
 4.00 "Uz līnijas". Atk.  
 4.30 "Streips pārlūko pasauli".  
 5.00 "Svārģais trīs minūtēs".  
 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.

## ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.  
 5.30 "Ēdienkarte 2".  
 6.00 "Izšķirtspēja 3".  
 6.50 "Māroka".  
 7.20 "Meža stāsti 7".  
 7.45 "No Piena ceļa nakuši. Sēlija – identitāte".  
 8.15 "Spried ar *Delfi*". Atk.  
 9.00 "Mēs darām tā".  
 9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".  
 10.15 "Tikšanās vieta. Valmieras novads".  
 10.50 "Zaļā gaisma 2".  
 11.25 "Par Liepāju un iepājnīkiem".  
 12.00 "Kursu kari 3".  
 13.00 "Dziesm'avots".  
 13.30 "Zaļo domu viktorīna *Re, kā!*".  
 14.30 "Laiks panākumiem".  
 15.00 "ReTV ziņas trijos".  
 15.30 "Ēdienkarte 2".  
 16.00 "No Piena ceļa nakuši. Sēlija – identitāte".  
 16.30 "Latvijas stāsti".  
 17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā".  
 18.00 "Pa Latvijas dabas takām".  
 18.15 "Spried ar *Delfi*".  
 19.00 "ReTV ziņas septiņos".  
 19.15 "IzMet gudri!".  
 19.50 "Limbazu novads rada un dara".

## TV24

10.03 "Preses klubs". Atk.  
 11.30 "Nacionālo interešu klubs". Atk.  
 12.30 "Klimata balss". Atk.  
 13.00 "Viedokļi trīs minūtēs". Atk.  
 13.03 "Kārtības rullis". Atk.  
 14.30 "Uz līnijas". Atk.  
 15.00 "Laiks zinātnēi kopā ar Andreju Ērgli".  
 16.00 "Dienas personība". Atk.  
 16.30 "Ziņu *Top*".  
 17.00 "Svārģais trīs minūtēs".  
 17.03 "Preses klubs".  
 18.30 "Uz līnijas".  
 19.00 "Svārģais trīs minūtēs".  
 19.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā".  
 20.00 "Streips pārlūko pasauli".  
 20.30 "Dzīvīte".  
 21.00 "Svārģais trīs minūtēs".  
 21.03 "Kur tas suns aprakts?".  
 22.00 "Laiks zinātnēi kopā ar Andreju Ērgli".  
 22.40 "Veselības kompass".  
 23.15 "Spried ar *Delfi*". Atk.  
 24.00 "Piedzīvojums dabā".  
 0.30 "IzMet gudri!".  
 1.00 "Manas bērnības atmiņas".  
 1.25 "Paitīti piezīmes".  
 1.50 "Uz meža takas 9".  
 2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā".  
 3.15 "Spried ar *Delfi*". Atk.  
 3.55 "Ceļot bez robežām 8".  
 4.35 "Skats no Venspils".

<b>LTV1</b>	18.30 “Komisārs Reķis 8”. Detektivseriāls.
5.05 “Krustpunktā”. Atk.	19.20 “Septiņi senās pasaules brīnumi”. Dok. filmu cikls.
6.00 “Latvijas valsts himna”.	20.05 “Šeris 6”. Detektivseriāls.
6.02 “Ceturā studija”. Atk.	21.05 “Policijas iecirknis 31”. Detektivseriāls.
6.30 “Rīta <i>Panorāma</i> ”.	21.50 “Zinātnes noslēpumi”. Dok. filmu cikls.
8.35 “Mīļas viesulis 21”. Seriāls.	22.00 “Dalgļieš 2”. Seriāls.
9.30 “Solījums 3”. Seriāls.	23.35 “Eiropa fokusa. <i>Deutsche Welle</i> žurnāls”.
10.30 “Alpu dakteris 4”. Seriāls.	24.00 “Ieļas garumā”. Atk.
11.15 “Sirds pienākums. Starp apbrīnākiem”.	1.00 “Personas kods”. Atk.
Metodrāmā.	3.00 “Ķepa uz sirds”. Atk.
12.45 “Akmeņainais ceļš”.	3.30 “Kultūrdeva”. Atk.
Drāmā.	4.30 “Latvijas sirdsdziesma”. Atk.
14.15 “Kultūras ABC”. Atk.	
14.20 “Vides fakti”. Atk.	
14.50 “Šodienas ļautājums”.	
15.10 “Krustpunktā”.	
16.10 “Solījums 3”. Seriāls.	
17.10 “Mīļas viesulis 21”. Seriāls.	
18.00 “Dienas ziņas”.	
18.56 “Ceturā studija”.	
19.30 “Pasaules panorāma”.	
20.00 “Panorāma”.	
20.37 “Šodienas ļautājums”.	
21.05 “ <i>Latvijas Loto</i> izlozes”.	
21.20 “Kas notiek Latvijā?”.	
22.45 “Nakts ziņas”.	
23.00 “Ieļās patēšības”. Atk.	
23.30 “Literatūre 8”. Atk.	
24.00 “Aizliegtais paņēmiens”. Atk.	

18.30 “Komisārs Reķis 8”. Detektivseriāls.

19.20 “Septiņi senās pasaules brīnumi”. Dok. filmu cikls.

20.05 “Šeris 6”. Detektivseriāls.

21.05 “Policijas iecirknis 31”. Detektivseriāls.

21.50 “Zinātnes noslēpumi”. Dok. filmu cikls.

22.00 “Dalgļieš 2”. Seriāls.

23.35 “Eiropa fokusa. *Deutsche Welle* žurnāls”.

24.00 “Ieļas garumā”. Atk.

1.00 “Personas kods”. Atk.

3.00 “Ķepa uz sirds”. Atk.

3.30 “Kultūrdeva”. Atk.

4.30 “Latvijas sirdsdziesma”. Atk.

### TV3

5.00 “Divarpus viru 2”. Komedijseriāls.

6.00 “Misters Bīns”. Animācijas seriāls.

6.25 “900 sekundes”.

8.45 “Brīvības sapņi”. Seriāls.

9.55 “Kandisa Renuāra”. Seriāls.

11.05 “Dzīma dēļ 5”. Komedijseriāls.

12.05 “Labākā garša 3”. Izklaidējošs raidījums.

13.10 “Četri gutā 12”. Reālitate šovs.

13.40 “Eiropa no putna lidojuma”. Dok. seriāls.

14.50 “Berlīnes ūdens policija”. Seriāls.

15.55 “Slepķava starp savējiem”. Dok. seriāls.

17.00 “Zilonis studijā 8”. Sarunu šovs.

18.00 “TV3 ziņas šūnā”. *Welle* žurnāls

18.10 “Šēfu gaidījāt? 7”. Kulnārijs raidījums.

19.10 “Bez tabu”.

20.00 “TV3 ziņas”.

20.45 “Degpunktā 16”.

21.10 “Nemīļēte. Nolādēte 10”. Seriāls.

21.45 “Augsta Imeņa intelekts 5”. Seriāls.

23.15 “Slepķavu vajājāj”. Seriāls.

0.15 “Stabilizatore 3”. Seriāls.

2.05 “Kobra 11-11”. Seriāls.

3.05 “Truša ala”. Seriāls.

4.00 “Eiropa no putna lidojuma 2”. Dok. seriāls.

### TV3 Life

5.00 “Svešā seja 2”. Seriāls.

5.30 “Tīģo uzvaras balss”. Kristīgā programma.

6.00 “Izgašo Latviju! 8”. Izklaidējošs raidījums.

6.30 “Šēfu gaidījāt?”.

7.20 “Izd nodervība mūs šķirts”. Seriāls.

8.20 “Mani virtuves noslēpumi 12”. Reālitate šovs.

10.15 “UgunsGrēks 4”. Seriāls.

11.30 “Dzīves krustceļi 2”. Dok. seriāls.

12.30 “Tikai tu”. Seriāls.

13.30 “Greiļas anatomija”. Seriāls.

15.30 “Drosme mīlēt”. Seriāls.

16.30 “Lemti viens otram”. Seriāls.

18.00 “Īstās mājaimnieces. Beverlhilisa 13”. Reālitate šovs.

19.00 “Blāmas madāmas misterijas 2”. Seriāls.

20.00 “Mīlestība uzplaukst Lieldienās. Romantiska komēdija”.

22.00 “Mūsu ģimenes kāzas”. Romantiska komēdija.

24.00 “Veiksmīgs uzņēmējs Latvijā 6”.

0.30 “Mentālists 2”. Seriāls.

1.15 “Ātriebības gūstā”. Seriāls.

2.10 “Zilonis studijā 5”. Sarunu šovs.

### TV24

6.00 “Svarīgais trīs minūtes”.

6.03 “Preses klubs”. Atk.

7.30 “Uz līnijas”. Atk.

8.00 “Streips pārlūko pasauli”.

8.30 “Svarīgais trīs minūtes”.

8.33 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.

9.30 “Dienas personība”.

10.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtes”. Atk.

10.03 “Preses klubs”. Atk.

11.30 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtes”. Atk.

11.33 “Kur tas suns aprakts?”.

12.30 “Uz līnijas”. Atk.

13.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtes”. Atk.

13.03 “Preses klubs”. Atk.

14.30 “Uz līnijas”. Atk.

15.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtes”. Atk.

15.03 “Kur tas suns aprakts?”.

16.00 “Dienas personība”. Atk.

16.30 “Ziņu *Top*. Rīga runā”.

17.00 “Svarīgais trīs minūtes”.

17.03 “Preses klubs”.

18.30 “Uz līnijas”.

19.03 “Svarīgais trīs minūtes”.

22.30 “Streips pārlūko pasauli”. Atk.	23.00 “Svarīgais trīs minūtes”. Atk.	23.03 “Preses klubs”. Atk.	0.30 “Svarīgais trīs minūtes”. Atk.	0.33 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.	1.30 “Nacionālo interešu klubs”. Atk.	2.30 “Svarīgais trīs minūtes”.	2.33 “Preses klubs”. Atk.	4.00 “Uz līnijas”. Atk.	4.30 “Streips pārlūko pasauli”. Atk.	5.00 “Svarīgais trīs minūtes”.	5.03 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.	5.00 “ReTV ziņas”. Atk.	5.30 “Meža stāsti 7”.	6.00 “Iedaku telenkīte”.	6.25 “Zini savas tiesības! 5”.	7.20 “Veselības kompāss”.	7.45 “Manas bērības atmiņas”.	8.15 “Sprīd ar <i>Dejff</i> ”. Atk.	9.00 “Pa Latvijas dabas takām”.	9.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	10.15 “Skats no Ventpils”.	10.50 “Manas jaunās mājas – Laģale”.	11.25 “Gaidām ciemos!”	12.00 “Ceļot bez robežām 8”.	13.00 “Dziesm’arvots”.	14.00 “Aizkulisēs 2”.	14.30 “Izstāsti Latvijā!”	15.00 “ReTV ziņas trijos”.	15.30 “Latvijas stāsti”.	16.00 “No Plena ceļa nakuši. Sēlija – identitāte”.	16.30 “Pati piezīmes”.	17.00 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	18.00 “Kāpēc?”.	19.00 “ReTV ziņas septiņos”.	19.15 “Mēs varam – mēs darām”.	19.50 “Autodroms 2”.	20.25 “Maroka”.	21.00 “ReTV ziņas deviņos”.	21.30 “Koka būves Latvijai”. Dokumentāla filma.	22.40 “Ahiņvūs pārskatot”.	23.50 “Vidzemes Augstskolas studentu ielīnu izlase”.	24.00 “Aizkulisēs 2”.	0.30 “Latvijas stāsti”.	1.00 “Maroka”.	1.25 “Copes frekvence 2”.	2.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	3.00 “Kāpēc?”.	3.55 “Kursu kari 3”.	4.35 “Līmbažu novads rada un dara”.
---------------------------------------	--------------------------------------	----------------------------	-------------------------------------	--	---------------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-------------------------	--------------------------------------	--------------------------------	--	-------------------------	-----------------------	--------------------------	--------------------------------	---------------------------	-------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------	--	----------------------------	--------------------------------------	------------------------	------------------------------	------------------------	-----------------------	---------------------------	----------------------------	--------------------------	--	------------------------	---	-----------------	------------------------------	--------------------------------	----------------------	-----------------	-----------------------------	---	----------------------------	--	-----------------------	-------------------------	----------------	---------------------------	--	----------------	----------------------	-------------------------------------

### LTV1

5.05 “Krustpunktā”. Atk.

6.00 “Latvijas valsts himna”.

6.02 “Ceturā studija”. Atk.

6.30 “Rīta *Panorāma*”.

8.35 “Mīļas viesulis 21”. Seriāls.

9.30 “Solījums 3”. Seriāls.

10.30 “Alpu dakteris 4”. Seriāls.

11.15 “*Tārtis.zip*”. Atk.

11.45 “Sibīrijas haiku”.

13.20 “Dziesmas ceļš. Vispārējo latviešu Dziesmu svētku dziesmu dziesmas”. Atk.

14.10 “1:1. Aktuālā intervija”. Atk.

14.50 “Šodienas ļautājums”.

15.10 “Krustpunktā”.

16.10 “Solījums 3”. Seriāls.

17.10 “Mīļas viesulis 21”. Seriāls.

18.00 “Dienas ziņas”.

18.56 “Ceturā studija”.

19.30 “Uzvāiens”.

20.00 “Panorāma”.

20.37 “Šodienas ļautājums”.

21.10 “Tas notika šeit 7”.

22.10 “Konflikts”. Seriāls.

23.00 “Nakts ziņas”.

23.15 “Dzīvības mirdzums”. Seriāls.

24.00 “Province”. Atk.

0.30 “Latvijas sirdsdziesma”. Atk.

1.30 “Pa straumei 3”.

2.30 “Aizliegtais paņēmiens”. Atk.

3.30 “Sporta studija”. Atk.

4.15 “Vides fakti”.

4.45 “Aculiecinieks”. Atk.

### LTV7

5.30 “Ceturā studija”. Atk.

6.00 “Latvijas valsts himna”.

6.03 “Pie stūres. *Deutsche Welle* žurnāls”.

6.30 “Rīta *Panorāma*”.

8.35 “Šodienas ļautājums”. Atk.

8.55 “Ceturā studija”. Atk.

9.25 “Septiņi senās pasaules brīnumi”. Dok. filmu cikls.

10.10 “1:1. Aktuālā intervija”.

11.00 “Literatūre 8”. Atk.

11.30 “Aculiecinieks”. Atk.

11.50 “Revidents”. Atk.

12.25 “LV jaunatklāšanas raidījums *Teļ*”. Atk.

13.20 “Alpu dakteris 4”. Seriāls.

14.10 “Mīļanas – Kortīnas ziemas olimpiskās spēles 2026”. Hokejs. Somija – Latvija.

16.15 “Projekts *Nākotne. Deutsche Welle* žurnāls”.

16.45 “Kultūrdeva”. Atk.

18.30 “Komisārs Reķis 8”. Detektivseriāls.	19.15 “Ēskas nākotnes vēsture”. Dok. filmu cikls.	20.05 “Šeris 6”. Detektivseriāls.	21.05 “Policijas iecirknis 31”. Detektivseriāls.	21.50 “Zinātnes noslēpumi”. Dok. filmu cikls.	22.00 “Īstā ticīgās līdz nāvei”. Dok. filma.	23.20 “Dzīvei nav melnāksta. Ieva Berziņa”. Atk.	23.40 “Dzīvei nav melnāksta. Džemma Sudraba”. Atk.	0.05 “Projekts <i>Nākotne. Deutsche Welle</i> žurnāls”.	0.35 “Latvijas gredzens. Vidzemes. Muzikāla izstāde <i>Kalns uz augšu ies</i> ”. Atk.	1.45 “Aizliegtais paņēmiens”.	2.45 “Kas notiek Latvijā?”.	4.10 “1:1. Aktuālā intervija”.	5.00 “Divarpus viru 2”. Seriāls.	6.00 “Misters Bīns”. Animācijas seriāls.	6.25 “900 sekundes”.	8.45 “Brīvības sapņi”. Seriāls.	9.55 “Kandisa Renuāra”. Seriāls.	11.05 “Dzīma dēļ 5”.	12.05 “Labākā garša 3”. Izklaidējošs raidījums.	13.10 “Četri gutā 12”. Reālitate šovs.	13.40 “Eiropa no putna lidojuma”. Dok. seriāls.	14.50 “Berlīnes ūdens policija”. Seriāls.	15.55 “Slepķava starp savējiem”. Dok. seriāls.	17.00 “Zilonis studijā 8”. Sarunu šovs.	18.00 “TV3 ziņas šūnā”.	18.10 “Šēfu gaidījāt? 7”.	19.10 “Bez tabu”.	20.00 “TV3 ziņas”.	20.45 “Degpunktā 16”.	21.10 “Nemīļēte. Nolādēte 10”. Seriāls.	21.50 “Zebra 10”.	22.05 “Grieķijas brīvdienu 2”. Kulnārijs raidījums.	23.05 “Lēdija Lapsa”. Seriāls.	1.00 “Kailais ierocis”. Komēdija.	2.35 “Truša ala”. Seriāls.	3.50 “Eiropa no putna lidojuma”. Dok. seriāls.	5.00 “Svešā seja 2”. Seriāls.	5.30 “Tīģo uzvaras balss”.	Kristīgā programma.	6.00 “Izgašo Latviju! 8”.	6.30 “Šēfu gaidījāt?”.	7.20 “Izd nodervība mūs šķirts”. Seriāls.	8.20 “Mani virtuves noslēpumi 10.15 “UgunsGrēks 4”. Seriāls.	11.30 “Dzīves krustceļi 2”. Dok. seriāls.	12.30 “Tikai tu”. Seriāls.	13.30 “Greiļas anatomija 15”. Seriāls.	15.50 “Drosme mīlēt”. Seriāls.	16.30 “Lemti viens otram”. Seriāls.	18.00 “Īstas mājaimnieces. Beverlhilisa 13”. Reālitate šovs.	19.00 “Blāmas madāmas misterijas 2”. Seriāls.	20.00 “Misteriju karalienes. Māni un maldi”. Detektivfilma.	22.05 “Māju uz ziemeļiem”. Drāmā.	23.50 “Mentālists 2”. Seriāls.	0.40 “Ātriebības gūstā”. Seriāls.	1.30 “Zilonis studijā 5”. Sarunu šovs.	2.25 “Svešā seja 2”. Seriāls.	6.00 “Svarīgais trīs minūtes”.	6.03 “Preses klubs”. Atk.	7.30 “Ziņu <i>Top</i> ”. Atk.	8.00 “Streips pārlūko pasauli”. Atk.	8.30 “Svarīgais trīs minūtes”.	8.33 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.	9.30 “Dienas personība”.	10.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtes”.	10.03 “Preses klubs”. Atk.	11.30 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtes”.	11.33 “Naudas cena”. Atk.	12.30 “Uz līnijas”. Atk.	13.00 “Streips pārlūko pasauli trīs minūtes”.	13.03 “Preses klubs”. Atk.	14.30 “Uz līnijas”. Atk.	15.00 “Uzmanības centrs – ekonomika”. Atk.	16.00 “Dienas personība”.	16.30 “Ziņu <i>Top</i> ”.	17.00 “Svarīgais trīs minūtes”.	17.03 “Preses klubs”.	18.30 “Uz līnijas”.	19.00 “Svarīgais trīs minūtes”.	19.03 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”.	20.00 “Streips pārlūko pasauli”.	20.30 “Arīst atbild”.	21.00 “Svāngais trīs minūtes”.	21.03 “Globouss”.	22.00 “Uz līnijas”. Atk.	22.30 “Streips pārlūko pasauli”.	23.03 “Svarīgais trīs minūtes”.	23.03 “Preses klubs”. Atk.	0.30 “Svarīgais trīs minūtes”.	0.33 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.	1.30 “Svarīgais trīs minūtes”.	2.30 “Svarīgais trīs minūtes”.	2.33 “Preses klubs”. Atk.	4.00 “Uz līnijas”. Atk.	4.30 “Streips pārlūko pasauli”.	5.00 “Svarīgais trīs minūtes”.	5.03 “Aktuālais par karadarbību Ukrainā”. Atk.	6.50 “Zaļā gaisma 2”.	7.20 “Piedzīvojums dabā”.	7.45 “No Plena ceļa nakuši. Sēlija – identitāte”.	8.15 “Kāpēc?”.	9.15 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	10.15 “Līmbažu novads rada un dara”.	10.50 “Ceļā uz mājām 2”.	11.25 “Izmet gudri”.	12.00 “Izšķirtspēja 3”.	13.00 “Meža stāsti 7”.	13.30 “Iedaku telenkīte”.	14.00 “Par Liepāju un liepāniekiem”.	14.30 “Mēs varam – mēs darām!”	15.00 “ReTV ziņas trijos”.	15.30 “Ceļot bez robežām 8”.	16.30 “Tīksnās vieta. Valmieras novads”.	17.00 “Reģionālās televīzijas piedāvā”.	18.00 “Pa Latvijas dabas takām”.	18.15 “Sprīd ar <i>Dejff</i> ”.	19.00 “ReTV ziņas septiņos”.	19.15 “Veselības kompāss”.	19.50 “Pati piezīmes”.	20.25 “Manas bērības atmiņas 4”.	21.00 “ReTV ziņas deviņos”.	21.30 “Zini savas tiesības! 5”.	22.40 “Uz meža takas 9”.	23.15 “Sprīd ar <i>Dejff</i> ”.	24.00 “Āzija 360°”.
--	---	-----------------------------------	--	---	--	--	--	---	---	-------------------------------	-----------------------------	--------------------------------	----------------------------------	--	----------------------	---------------------------------	----------------------------------	----------------------	---	--	---	---	--	---	-------------------------	---------------------------	-------------------	--------------------	-----------------------	---	-------------------	---	--------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	--	-------------------------------	----------------------------	---------------------	---------------------------	------------------------	---	--	---	----------------------------	--	--------------------------------	-------------------------------------	--	---	---	-----------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------	--	-------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------	--	--------------------------	---	----------------------------	---	---------------------------	--------------------------	---	----------------------------	--------------------------	--	---------------------------	---------------------------	---------------------------------	-----------------------	---------------------	---------------------------------	--	----------------------------------	-----------------------	--------------------------------	-------------------	--------------------------	----------------------------------	---------------------------------	----------------------------	--------------------------------	--	--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-------------------------	---------------------------------	--------------------------------	--	-----------------------	---------------------------	---	----------------	--	--------------------------------------	--------------------------	----------------------	-------------------------	------------------------	---------------------------	--------------------------------------	--------------------------------	----------------------------	------------------------------	--	---	----------------------------------	---------------------------------	------------------------------	----------------------------	------------------------	----------------------------------	-----------------------------	---------------------------------	--------------------------	---------------------------------	---------------------



**Ja Lieldienu rītā redzi zaļi dejam olas, tad vai nu laiks beigt svīnēt, vai arī jāsak mēklēt pastēptais groziņš!**

## Volejbols

## Lazdukalnieši mājup pārved sudrabu



Noslēdzies Latvijas čempionāts vīriešiem vecuma grupā "40+", kurā lielisku sniegumu nodemonstrēja VK "Lazdukalns/Balvu novads" kungi, izcīnot augsto 2.vietu.

## Lepni par paveikto

Ceturtdaļfinālā lazdukalnieši ar rezultātu 2:1 uzvarēja VK "Saldus" volejbolistus, pusfinālā ar rezultātu 2:0 guva uzvaru pār "Madonu", bet finālā tomēr nācās atzīt "Valmieras" pārākumu ar 0:2. Līdz ar to čempionātā 1.vietu ieguva "Valmiera", 2.vietu – VK "Lazdukalns/Balvu novads", 3.vietu – "Madona", 4.vietu – "Vecumnieki", 5.vietu – "Jēkabpils SC", 6.vietu – VK "Saldus", bet 7.vietā ierindojās volejbolisti no komandas "Kuldīgas novads". "Mačā pret VK "Saldus" pirmais sets izvērtās neveiksmīgs – tajā zaudējam. Tomēr pēc tam iesilām un guvām divas uzvaras divos setos, līdz ar to izcīnījām panākumu visā mačā. Pusfinālā nāca pretī ļoti nopietns pretinieks – VK "Madona", kas šajā čempionātā startēja pirmo gadu. Vienlaikus komandā ir ļoti jaudīgi un titulēti spēlētāji, kuri, piemēram, līdz šim bijuši Latvijas čempioni vecuma grupā "35+". Mačs bija sīvs, kurā diezgan pārliecinoši uzvarējām pirmo setu, bet otrajā tik viegli vairs neklājās. Tomēr spējam to uzvarēt ar rezultātu 26:24, kas ļāva izcīnīt panākumu visā spēlē. Savukārt fināls pret "Valmieru" jautājums nerādīja tāda ziņā, ka visi, kuri seko līdz volejbolam, zina, cik ļoti spēcīgi ir šīs komandas volejbolisti. Turklāt tajā spēlē arī četri bijušie Latvijas izlases spēlētāji, kā arī pārējie sportisti ir augstas klases. Neskatoties uz to, turējam līdzī un, kā mēdz teikt, bija iespēja pretiniekos iekosties, bet to neļāva izdarīt dažas nianses. Jebkurā gadījumā lazdukalnieši visas sezonas garumā parādīja neatlaidīgu, pašreizējo un stabilu spēli gan uzbrukumā, gan arī aizsardzībā. Arī par izcīnītajām sudraba medaļām visas Latvijas konkurencē ir liels gandarījums, kas ir ļoti nopietns sasniegums. Līdz šādam rezultātam ir jānokļūst, kas neatnāk tāpat vien. Turklāt, ja komanda būtu pilnā sastāvā ar visiem spēlētājiem, tad fināls spēle, iespējams, izvērstos citādāk," nešaubās VK "Lazdukalns/Balvu novads" komandu menedžeris ANDIS PETUKS.

Savukārt komandas treneris un kapteinis GATIS STEPANOVS uzsvēra, ka katrā spēlē cīnās par uzvaru, jo tas ir katra sportista uzdevums: "Tas, ko VK "Lazdukalns/Balvu novads" sadarībā ar Balvu novada pašvaldību izveidojis pēdējos gados, ir ļoti pozitīvi. To apliecina arī sasniegtie rezultāti. Arī pats aktīvi darbojos ar jauno volejbolistu paaudzi, organizējot treniņus un dažādus pasākumus. Jā, finālā



Foto - no personīgā arhīva

Latvijas čempionātā zaudējam Valmierai, bet aiz mūsu mazā Balvu novada palika meistari no tādām lielpilsētām kā Jēkabpils, arī Madonas, Bauskas, Kuldīgas un Saldus. Par paveikto ir liels gandarījums!"

Jāuzsver, ka lazdukalnieši šajā turnīrā startēja jau trešo reizi, iepriekš ierindojoties 4.vietā, kā arī vienreiz izcīnot bronzas medaļas. Nu vīru kolekcijā ir arī sudrabs, kas nozīmē, ka pilnam medaļu komplektam pietrūkst tikai zelta! Turēsim ikšķus, lai tas izdodas, jo VK "Lazdukalns/Balvu novads" Latvijas čempionātā startēs arī nākamajā sezonā. Savukārt šajā sezonā vīriem vēl palicis starts vienā turnīrā – tradicionālajā "V.Reinsona piemiņas kausā" volejbolā, kas ir starptautisks turnīrs un notiks 18.aprīlī Gulbenē. Arī šajā sporta pasākumā, kā ierasts, cīnīsies ļoti spēcīgas komandas.

## Ceļā uz visaugstākajiem mērķiem

Tikmēr ceļu uz panākumiem nacionālā mērogā turpina arī VK "Lazdukalns/Balvu novads" dāmas, kuras ar ļoti labām sekmēm startē Latvijas čempionāta Reģionālajā volejbola līgā. A.Petuks stāsta, ka šobrīd turnīrā sācies visnopietnākais posms, jo šobrīd čempionātā palikušas top 2 komandas no katras reģionālās līgas (Kurzemes, Vidzemes, Zemgales, Latgales): "Šīs vienības šobrīd cīnās, lai spēlētu par medaļām un galarezultātā – arī visas Latvijas čempiontitulu. Lazdukalnietes astotdaļfinālā nospēlēja bez pārsteigumiem, divos mačos pārliecinoši uzvarot "Rēzeknes novadu". Arī pārējos pāros sensāciju nebija, uzvarot favoritēm. Nākamo maču dāmas

## VK "Lazdukalns/Balvu novads" vīru komanda.

Pirmajā rindā no kreisās puses – komandas treneris un kapteinis Gatis

Stepanovs, ukraiņu volejbolists Oleksandr Skydan un Edgars Makarovs. Otrajā rindā no kreisās puses – kluba komandu menedžeris Andis Petuks, Linards Ludboržs, Gints Stūrmanis, Jevgeņijs Palancevičs, Oskars Donskojs un Ģirts Brakmanis. Uz finālsacensībām nevarēja ierasties Ainārs Uzuls, Rolands Gavars, Valdis Šaplaks un Gints Kaļva. Jāpiebilst, ka lazdukalniešu mačiem iespējams sekot līdz arī tiešraidēs A.Petuka sociālā tīkla "Facebook" profilā.

aizvadīs jau šo sestdien, kad lielais volejbols atkal atgriezies Balvu pilsētā un pulksten 15 Balvu sākumskolā mūspuses komanda mērosies spēkiem pret tālajām viešņām no VK "Liepāja"! Tā būs ceturtdaļfināla pirmā spēle, bet atbildes mačs notiks jau šo svētdien, kad lazdukalnietes dosies uz vēju pilsētu un pulksten 15.30 Liepājā uzsāks cīnīties par iekļūšanu pusfinālā! Protams, spēle pret liepājniecēm nebūs viegla. Tā ir jaudīga komanda, turklāt pret šīm volejbolistēm cīnīsies pirmo reizi. Tādēļ treneru sastāvs šo komandu ļoti analizē un meklē risinājumus, lai gūtu panākumu. Ņemot vērā, kādu sniegumu mūsu dāmas parādīja ceturtdaļfinālā, kā arī faktu, ka nupat lieliski aizvadījām Gulbenes čempionātu, ceturtdaļfināls noteikti būs interesants! Meitenes fiziski, tehniski un visādā citādā ziņā ir pašā piķī, bet bumba ir apaļa, un pateikt, kuras komandas spēlētājas ir favorītes, ir grūti. Abām vienībām ir gan stiprās, gan vājās puses. Aicinām atbalstīt mūsu komandu Balvos, jo mūs gaida ļoti kvalitatīvs volejbols!"

Tikmēr treneris G.Stepanovs piebilst, ka ir iepazinies ar liepājnieču spēli un šī komanda ir attiecīgi novērtēta: "Mačs būs grūts, jo VK "Liepāja" daudz spēlēja caur pirmā tempa spēlētājam (tām, kuras spēles laikā atrodas pie tīkla pa vidu). Tikmēr mūsu komanda katrā pozīcijā ir nodrošinājusies pa divām, trīs spēlētājam. Tādēļ gadījumā, ja būs nepieciešamas kādas izmaiņas, mums ir rezerves. Labi spēlētājam gan uzbrukumā, gan aizsardzībā, rādot ļoti labu volejbolu. Ticu mūsu meitenēm un ar viņām lepojos!"

## Futbols

## Izcīna bronzas medaļas

Jēkabpili aizvadīts noslēdzošais posms Ziemeļaustrumu telpu futbola čempionātā.

Balvu komanda uz šī turnīra pēdējo stadiju ieradās kā viena no līderēm, bet, piedzīvojot neveiksmi pret mājiniekiem jēkabpiliešiem, diemžēl augstāk par 3.vietu neizdevās ierindoties. Tomēr arī izcīnītās bronzas medaļas ir sasniegums – vēl jo vairāk tādēļ, ka mūspuses komandā spēlē daudzi gados jauni futbolisti, kuri vēl tikai krāj pieredzi pieaugušo futbolā. Tādēļ, iespējams, tieši pieredzes trūkums bija noteicošais faktors, kādēļ neizdevās pacīnīties par augstāku vietu. Lai vai kā, kopumā balvenieši čempionātā izcīnīja trīs uzvaras, vienreiz spēlēja neizšķirti un vienreiz piedzīvoja neveiksmi. Futbolisti gan savu telpu futbola sezonu vēl nav noslēguši, jo turpina startēt Gulbenes novada telpu futbola čempionātā. Šajā turnīrā balvenieši pirms noslēdzošā posma ir starp līderiem divpadsmit komandu konkurencē. Pēdējais posms notiks jau 29.martā Gulbenes Sporta centra sporta zālē.

**Balvu komanda.** Turēsim ikšķus, lai Balvu futbolisti savus līdzjutējus iepriecina un mājup pārved pēc iespējas augstāka kaluma medaļas no Gulbenes novada telpu futbola čempionāta.



Foto - no personīgā arhīva

## Nepalaid garām!

## Čempionāts novusā

28.martā Balvu sākumskolas aktu zālē notiks Balvu novada čempionāts novusā. Sacensības būs grupās "Vīrieši", "Sievietes", kā arī par medaļām cīnīsies dalībnieki grupā "Cilvēki ar īpašām vajadzībām" (arī dāmu un kungu konkurencē). Ierodoties uz čempionātu, līdz ņemiet sporta apavus!

## Startēs volejbola turnīrs

Šajās brīvdienās Balvu Valsts ģimnāzijā startēs Balvu novada atklātais čempionāts volejbolā 2026. **28.martā** notiks šādas spēles: pulksten 10 – "Bērzpils/NDK" pret "Balvu TM", pulksten 11.10 – "Rēzekne/Ludza" pret "Alūksne", pulksten 12.20 – "Kaunatas AP" pret "Bērzpils/NDK", pulksten 13.30 – "Balvu TM" pret "Alūksne", pulksten 14.40 – "Rēzekne/Ludza" pret "Kaunatas AP". Savukārt **29.martā** laukumā dosies un par uzvarām cīnīsies: pulksten 10 – "Alūksne" pret "Bērzpils NDK", pulksten 11.10 – "Balvu TM" pret "Rēzekne/Ludza", pulksten 12.20 – "Alūksne" pret "Kaunatas AP", pulksten 13.30 – "Bērzpils/NDK" pret "Rēzekne/Ludza", bet pulksten 14.40 – "Kaunatas AP" pret "Balvu TM". Plašāka informācija, zvanot uz tālruna numuru 26187668!

Lappusi sagatavoja A.Ločmelis

Apsveicam!

# Jau pirmajā dienā abi saprata – tā nav nejauša tikšanās

15.martā Anglijā, Sautportas dzimtsarakstu nodaļā, viens otram 'Jā' vārdu teica un laulību gredzenus mija ukrainiete VERONIKA HUDJAKA un balvenietis DĀVIS MAKŠ. Anglija kļuva par vietu, kur ne vien satikās divas dažādas tautības un kultūras, bet arī savienojās likteņi.

Veronikas un Dāvja dzīves ceļi pirmoreiz krustojās 2023.gadā, kad abi jau dzīvoja un strādāja Anglijā – Veronika no Ivanofrankivskas uz ārvalstīm pārcēlās pirms četriem ar pusi gadiem, savukārt Dāvis Angliju par savu dzīvesvietu sauca jau gandrīz sešus gadus. Viņu mīlestības stāsts sākās ar nejaušu tikšanos darba noliktavā, kurā glabājās Ziemassvētku rotājumi un eglītes – vietā, kurai piemita īpaša atmosfēra kā no filmas: visapkārt gaismiņu virtenes, spīdīgi rotājumi, eglītes... "Kādā brīdī Dāvis pienāca man palīgā pacelt smago Ziemassvētku eglī. Es paskatījos uz viņu, un pirmais, ko pamanīju, bija Dāvja neticami skaistās, zilās acis. Tajā mirklī sapratu, ka tā nav parasta nejauša iepazīšanās, kuru jau vakarā aizmirsīšu," par iepazīšanos ar nākamo vīru stāsta Veronika. Kopš tās dienas jaunieši sāka vairāk komunicēt, pavadīt laiku darbā un pēc tam arī ārpus tā. Viss attīstījās ļoti dabiski – ar sarunām, jokiem un savstarpēju atbalstu. Viņi kopā jutās ļoti ērti, un laika gaitā sākotnējā draudzība pārauga daudz nopietnākās un pamatīgākās jūtās. Jau pēc gandrīz diviem gadiem – 2025.gada vasarā – Veronika Tenerifēs salā piedzīvoja ļoti īpašu, satraukuma pilnu un neaizmirstamu brīdi – Dāvja bildinājumu. Viņas atbilde, protams, bija pārlicinošs 'jā', pēc kura jaunie sāka plānot savu dzīves balto dienu. Veronika un Dāvis stāsta, ka sākotnēji apsvēra dažādas iespējas, prātojot, kur būtu visērtāk sapulcināt savus tuvos un mīļos cilvēkus. Taču galarezultātā abi tomēr nolēma, ka kāzu ceremonija notiks Anglijā. Kāzām viņi nolēma gatavoties paši, bez kāzu plānotāju palīdzības, visu izdomāja kopā, soli pa solim. Tieši tādēļ, neskatoties ne uz ko, abiem izdevās radīt tādu dienu, par kādu abi sapņoja.

2026.gada 15.marts jauniešiem pienāca ar īpašu satraukumu – jau no paša rīta abus pārņēma spēcīgas emocijas. Taču, tiklīdz sākās laulību ceremonija, viss nostājās savās vietās. "Kad apmainījāmies ar laulību gredzeniem, pārņēma īpašas sajūtas. No vienas puses – sajūsma un prieks, no otras – dziļš miers. Šķita, ka beidzot viss nostājies savās vietās. Svinīgā ceremonija noritēja gludi, mierīgi un ļoti aizkustinoši. Tā bija īpaša diena, kas noteikti paliks atmiņā uz visu atlikušo mūžu," apliecina Veronika un Dāvis.

Jaunlaulātie stāsta, ka pēc tam, kad abi oficiāli kļuva par sievu un vīru, šis nozīmīgais notikums kopā ar viesiem tika iemūžināts fotosesijā. Un tad jau pienāca laiks turpināt svinības. "Lai gan kāzas notika Anglijā, ļoti vēlējamies saglabāt mūsu valstu tradīcijas, tieši tādēļ arī mums bija tādi aizkustinoši brīži kā mičošana un ģimenes pavarda iekuršana, kas ir jaunas ģimenes sākuma, siltuma un komforta simbols. Jo īpaši svarīgi mums tas šķita tādēļ, ka Ukrainā un Latvijā tradīcijas ir ļoti līdzīgas – siltas, ģimeniskas un sirsnīgas. Mums tas palīdzēja sajūst saikni ar mājām un mūsu mīļajiem, apvienoja abu kultūru elementus un padarīja svinības vēl sirsnīgākas," teic Veronika un Dāvis.

Kopā ar jaunlaulātajiem viņu jaunās ģimenes dibināšanas dienā bija viesi no dažādām valstīm, tostarp Ukrainas, Latvijas, Lietuvas, Igaunijas, Ķīnas un Portugāles. Daudzi no viņiem dzīvo Anglijā, taču bija arī tādi, kuri ieradās no Latvijas un Ukrainas, lai dalītos mīlestībā un pozitīvās emocijās.



Foto - no personīgā arhīva

Pēc kāzām Veronika un Dāvis plāno turpināt ierastās ikdienas gaitas – dzīvot un strādāt Anglijā, veidot tur savu ģimeni un kopdzīvi. "Protams, domājam arī par medusmēnesi – gribētu kopā kaut kur aizbraukt. Iespējams, dosimies pie jūras, lai var nedaudz atpūsties un izbaudīt jauno dzīves posmu. Tagad, skatoties uz laulību gredzenu pirkstā, pārņem neticamas sajūtas, jo saprotam, ka beidzot esam ģimene. Esam laimīgi!" apliecina Veronika un Dāvis.

## Nepalaid garām

# Izmanto iespēju un salaulājies bez ceremonijas maksas

**Tētis – tur, mamma – tur, un pa vidu es. Kā lai salīmē kopā šis pusītes? Jau divpadsmito gadu, pateicoties Balvu novada Dzimtsarakstu nodaļas iniciatīvai un īpašai akcijai, arī šogad 1.jūnijā, Starptautiskajā bērnu aizsardzības dienā, pāri, kuriem ir kopīgi bērni, varēs noslēgt laulību bez ceremonijas maksas.**

Dzimtsarakstu nodaļas vadītāja Santa Ežmale stāsta, ka pirms 12 gadiem doma par akciju radās, redzot satraucošu tendenci Balvu novadā: "Jau daudzu gadu garumā statistika ir nepielūdzama – liela daļa jaundzimušo nāk pasaulē neregistrētās attiecībās. Arvien straujāk zaudējam pašu galveno pamatvērtību – ģimeni, tādēļ ir pamats satraukumam. Bez maksas laulību ceremonijas mūspuses cilvēkiem piedāvājam 1.jūnijā, Starptautiskajā bērnu aizsardzības dienā, kas ir īpašs datums arī vēl kāda cita iemesla dēļ. Zīmīgi, ka tieši šajā datumā – 1.jūnijā – notika pirmā laulību ceremonija jaunuzceltajā Balvu

Ģimenes rituālu namā."

Likums paredz, ka valsts nodeva par laulībām nav jāmaksā trūcīgām personām un arī 1. un 2.grupas invalīdiem, ja vismaz viens no tiem, kas stājas laulībā, ir invalīds. Tātad vienai lielai daļai cilvēku šajā dienā ir iespēja laulību noslēgt bez maksas, ietaupot 45 eiro. "Cilvēkiem kādreiz vajag, lai viņus mazliet pamudina, piedāvā iespēju, un mēs ikdienā to arī darām. Reģistrējot mazuļa dzimšanu, jaunaļiem vecākiem, kuri savas attiecības nav noformējuši oficiāli, stāstām par šo iespēju. Arī ceremonijas muzikālais noformējums no mums ir kā dāvana. Turklāt vīriešiem tā ir lieliska iespēja uzdāvināt šo dāvanu ne tikai sievietei, bet arī saviem bērniem, jo viens uzvārds ģimenē ir drošība, stabilitāte un atbildība!" teic dzimtsarakstu nodaļas vadītāja. Viņa atgādina, ka laulību pieteikuma pēdējais datums ir 30.aprīlis. Sīkāka informācija Balvu novada Dzimtsarakstu nodaļā vai pa tālruni 28641415.



Foto - no personīgā arhīva

## Jaundzimušie

**3.martā** pulksten 7.57 piedzima meitenīte. Svārs – 3,645kg, garums 54cm. Meitenītes mamma Mērija Keita Kopasova dzīvo Rugāju pagastā.

**4.martā** pulksten 10.40 piedzima meitenīte. Svārs – 4,405kg, garums 57cm. Meitenītes mamma Arta Brokāne dzīvo Vecumu pagastā.

**5.martā** pulksten 14.28 piedzima meitenīte. Svārs – 3,625kg, garums 57cm. Meitenītes mamma Guna Logina dzīvo Šķilbēnu pagastā.

**10.martā** pulksten 11.50 piedzima meitenīte. Svārs – 3,375kg, garums 54cm. Meitenītes mamma Signija Dreimane dzīvo Gulbenes novada Stradu pagastā.

**10.martā** pulksten 15.42 piedzima puika. Svārs – 4,095kg, garums 58cm. Puisēna mamma Agnija Strode dzīvo Alūksnes novada Alsviķu pagastā.

**16.martā** pulksten 10.17 piedzima puika. Svārs – 4,135kg, garums 57cm. Puisēna mamma Loreta Kaņķa dzīvo Krišjāņu pagastā.

Lappusi sagatavoja S.Karavoičika

## Par pensijām

## Pēdējos gados būtiski uzlabots pensiju 2. līmenis

**Pēdējo nedēļu laikā publiskajā telpā dzirdamas karstas diskusijas par pensiju 2. līmeņa uzkrājumu. Jautājumu daudz – kurš no šī uzkrājuma ir patiesais ieguvējs, kas un kad uzkrāto naudu varēs saņemt, kādas ir komisijas maksas, kāds ir ienesīgums un vai vispār šai uzkrātajai naudai ir kāda jēga? Diskusijās parādās aizvien jauni miti un leģendas, starp kurām izrūkst būtiski fakti. Turklāt Latvijas pensiju 2. līmenis pēdējos piecos gados ir piedzīvojis būtiskas pārmaiņas, kuras mainījušas situāciju, tāpēc leģendas lai paliek pagātnē, svarīgi zināt, kā ir pašlaik.**

Vēl pirms nepilniem 10 gadiem Latvijas pensiju 2. līmenis starptautiskā salīdzinājumā neizskatījās pārliecinoši. Pēc fondēto pensiju plānu nominālās atdeves (t.i., atdeves, kas neņem vērā inflācijas ietekmi) rādītājiem 2018.gadā Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācijas (OECD) *Pensionsat a Glance 2019* ziņojumā Latvija ierindojās 31. vietā no 35 valstīm. Pašlaik situācija ir pilnīgi cita. OECD *Pensionsat a Glance 2025* ziņojumā Latvija ierindota 6. vietā pēc 2024. gada atdeves rādītājiem. Tas nozīmē kāpumu par 29 pozīcijām – vienu no straujākajiem uzlabojumiem starp OECD valstīm.

Šis rezultāts nav nejaušība. Tas ir mērķtiecīgu izmaiņu kopums, kas pēdējos gados būtiski mainījis sistēmas darbību. Līdz ar to, vērtējot pensiju 2. līmeņa sniegumu, būtiski fokusēties uz pēdējo gadu rādītājiem, nevis vērtēt 25 gadu vidējos rādītājus, jo sākotnēji sistēmā bija trūkumi, kas pašlaik ir novērsti. Turklāt Latvijas Banka pensiju politikas veidotājai – Labklājības ministrijai – iezīmējusi arī turpmākos virzienus, kur vēl ir sistēmas pilnveides iespējas. Latvijas Banka regulāri un aktīvi iesaistījusies priekšlikumu iesniegšanā, un dati liecina, ka tas nesis būtiskus sistēmas uzlabojumus un ilgtermiņa labumu sabiedrībai.

## Latvijas pensiju sistēma

Latvijā ir izveidota un darbojas trīs līmeņu pensiju sistēma:

- ♦ 1. līmenis – valsts obligātā nefondēto pensiju shēma (t.i., daļa – patlaban 15 % – no personas sociālās apdrošināšanas iemaksām tiek novirzīta esošo senioru pensiju izmaksai);
- ♦ 2. līmenis – valsts obligātā fondēto pensiju shēma (t.i., daļa – patlaban 5 % – no personas sociālās apdrošināšanas iemaksām tiek novirzīta un uzkrāta personas izvēlēta individuālā pensiju 2. līmeņa plānā);
- ♦ 3. līmenis – privātā brīvprātīgā pensiju shēma (iemaksas pensiju 3. līmenī brīvprātīgi veic pati persona, tās var veikt arī darba devējs).

Tā ir apdrošināšanas sistēma, kurā apvienota katra cilvēka personiskā ieinteresētība savu vecumdienu nodrošināšanā un paaudžu solidaritāte. Pensiju sistēmas galvenais princips: jo

lielākas sociālās apdrošināšanas iemaksas tiek veiktas šodien, jo lielāka būs pensija nākotnē. Visu trīs līmeņu vienlaikus pastāvēšana nodrošina pensiju sistēmas stabilitāti, jo izlīdzina katrā līmenī iespējamo demogrāfisko vai finansiālo risku, kas piemīt katram no šiem līmeņiem.

Visos trīs līmeņos pensijas apmērs ir atkarīgs no veiktajām iemaksām, tādējādi tie, kas iemaksā vairāk, iegūst lielākus ienākumus pensijas vecumā. Kopīga iezīme ir arī tā, ka visos trīs līmeņos šīs iemaksas tiek uzkrātas (nosacīti vai tieši), pelnot procentus un veidojot lielāku pensijas kapitālu.

Pensiju sistēmā, kas pastāvēja pirms trīs līmeņu pensiju sistēmas izveides, pensijas apmērs bija atkarīgs vienīgi no darba stāža un vidējās algas valstī. Bez tam netika piedāvāta pensijas kapitāla uzkrāšana, kas ļauj katram pašam līdzdarboties sava pensijas kapitāla uzkrāšanā, sekojot finanšu kapitāla tirgus rādītājiem un, it īpaši, izvēlēta ieguldījumu plāna darbības rezultātiem.

Zināms, ka, laikam ejot, pensionāru skaits augs, bet strādājošo skaits krietni samazināsies demogrāfijas situācijas dēļ. Tas nozīmē, ka, vērtējot šī brīža situāciju, nevaram to līdzvērtīgi attiecināt uz situāciju tālākā nākotnē. Nākotnē pensiju 1. līmenis nespēs nodrošināt pensiju tādā apmērā, kā tas ir pašlaik, tāpēc izveidotā sistēma paredz, ka pensiju 2. un 3. līmeņa nozīme arvien pieaug.

## Pirmkārt: nauda beidzot strādā ilgtermiņā

Ilgu laiku pensiju 2. līmeņa ienesīgumu ierobežoja pārāk piesardzīga pieeja ieguldījumiem. Valsts fondēto pensiju likums vienkārši neļāva lielā apjomā ieguldīt kapitāla tirgos – tur, kur ilgtermiņā veidojas lielākā peļņa. Pakāpeniski šie ierobežojumi tika atcelti, un šodien tie vairs nepastāv. Tas ir būtiski mainījis ieguldījumu struktūru – kapitāla vērtspapīru (akciju) īpatsvars portfelī pieaudzis no aptuveni 33% līdz 65%. Vienkārši sakot, lielāka daļa pensiju naudas šobrīd strādā pasaules ekonomikā, nevis stāv zema ienesīguma instrumentos.

## Otrkārt: cilvēkiem vairs nav jāuzmin pareizā izvēle

Iepriekš sistēma balstījās uz pieņēmumu, ka cilvēks pats izvēlēsies sev piemērotāko pensiju 2. līmeņa plānu. Praksē tas bieži nenotika – daudzi pensiju sistēmas dalībnieki gadiem ilgi palika konservatīvos plānos ar zemu ienesīgumu.

Pašlaik pieeja ir cita, – ja cilvēks, uzsākot darba gaitas, pats neizdara apzinātu izvēli, sistēma viņu automātiski novirza vecumam atbilstošā plānā. Turklāt kopš 2024.gada pārvaldniekiem ir tiesības un arī pienākums aktīvi uzrunāt klientus un skaidrot piemērotāku izvēli, kas ļauj uzkrāt vairāk. Tomēr

galīgā izvēle vienmēr paliek paša cilvēka ziņā – to var ērti izdarīt jebkurā brīdī, pieslēdzoties portālam “Latvija.lv” un izvērtējot savam vecumam un mērķiem atbilstošāko plānu.

Rezultāts ir izmērāms: dalībnieku īpatsvars kapitāla tirgus plānos pieaudzis no 33 % līdz 45 %, un šī uzlabojuma ietekmē uzkrājumi pusotra gada laikā palielinājušies par 37,5 miljoniem eiro.

## Treškārt: mazākas komisijas

Ilgu laiku būtiska problēma bija augstās pārvaldīšanas izmaksas. Pēdējos gados tas ir sistemātiski mainīts: ieviesti komisiju griesti, 2019.gadā tie būtiski samazināti un nupat – 2025.gadā – pārskatīti atkārtoti. Rezultāts: aptuveni 400 miljoni eiro ietaupīti 7 gadu laikā, un nākamo 10 gadu laikā sagaidāms vēl vismaz 60 miljoni eiro ieguldījums. Šobrīd vidējā komisija ir ap 0,36 % gadā. Tas nozīmē vienkāršu lietu – lielāka daļa peļņas paliek cilvēku kontos.

## Ceturtkārt: sistēma kļuvusi kvalitatīvāka

Papildus ir uzlabota arī pārvaldības kvalitāte – noteikti stingrāki atdeves mērķi, uzlaboti salīdzināšanas indeksi, kā arī radīta motivācija ieguldīt produktīvākos instrumentos.

Tas nozīmē, ka ienesīguma uzlabojums nav tikai tirgus veiksmē – tas ir arī labākas pārvaldības rezultāts.

## Piektkārt: automātiska uzkrāšana strādā

Latvijas pensiju 2. līmeņa pamatā ir automātiska, obligāta uzkrāšana. Tas ir būtiski, jo pieredze liecina, – ja uzkrāšana ir brīvprātīga, daudzi to neveic. Šodien sistēmā ir vairāk nekā 1,3 miljoni dalībnieku un uzkrājums pārsniedz 10 miljardus eiro. Tas nodrošina gan mērogu, gan stabilitu pamatu nākotnes pensijām.

Latvijas pieredze skaidri parāda, ka rezultātu nosaka sistēmas dizains. Cilvēkiem nav jābūt finanšu ekspertiem, ja sistēmā iesaista automātiski, virza vecumam atbilstošos plānos, samazina komisijas maksas un ļauj pelnīt ilgtermiņā. Mērķtiecīgi strādājot šajos virzienos, seko rezultāts.

## Turpmākie soļi pensiju 2. līmeņa pilnveidē

Nākamais būtiskais temats ir pensijas saņemšanas posms. Šobrīd uzkrājums, dodoties pensijā, lielākoties tiek “fiksēts”, kas nozīmē risku pensiju līdzekļu saņemšanu brīdī, ja tobrīd finanšu tirgi ir zemākajā punktā. Turklāt, ņemot vērā, ka pensijā vidēji pavadām aptuveni 17 gadus, ir loģiski meklēt risinājumus, kas ļauj kapitālam turpināt pelnīt arī šajā laikā.

**EVĪJA DUNDURE**, Latvijas Bankas Apdrošināšanas un pensiju uzraudzības pārvaldes vadītāja

## Afiša

\*Sākums 5.lpp.

## Medņevā

**29.martā plkst.10.00** notiks pārgājiens “Ejam kopā soli soli” Medņevas pagasta Semenovā.

**5. aprīlī plkst. 22.00** Medņevas tautas namā Lieldienu balle. Muzicē “Jāzeps un draugi”. Ieejas maksa līdz 23.00 – 5 eiro, vēlāk – 7 eiro.

## Tilžā

**28.martā plkst. 18.00** Tilžas Kultūras un vēstures namā amatierteātru sarīkojums “Dzīve kā teātris, teātris kā dzīve”. Ieejas maksa – 4 eiro.

**5.aprīlī plkst. 10.00** Tilžas Kultūras un vēstures nama dārzā “Pavasara krāsu sprādziens. Raiba un krāsaina iesildīšanās ar dziesmu, deju un pāršanu. Radošā darbnīca “Lieldienu krāsu burvība” (ja paņemsī nekrāsotas olas, krāsosim kopā). Aktīvās spēles “Zaļa izaicinājumi”. Kopīgais brīnums – krāsu sprādziens. Aktivitātes realizācija atkarīga no laika apstākļiem un mūsu drosmes. Uz tikšanos Lieldienu rītiņā!

**No 6.aprīļa līdz 6.maijam** Tilžas pagasta pakalpojumu centrā darbdiēnās aplūkojama Balvu Mākslas skolas audzēkņu darbu izstāde.

## Rugājos

**2.aprīlī plkst. 14.00** Rugāju vidusskolas iekšpagalmā tirdziņš pirms Lieldiēnām. *Aicināti piedalīties dažādu gardumu un labumu tirgotāji, amatnieki, stādu un košumkrūmu audzētāji.*

**5.aprīlī plkst. 12.00** pirms Lieldienu Mises Rugāju Romas katoļu baznīcā garīgās dziesmas dziedās Rugāju TN jauktais koris “Vārpa”, diriģentes L.Akmeņkalne, I.Blauma.

**5.aprīlī plkst. 18.00** tautas namā Rugāju vidusskolas 12.klases izrāde “Īsa pamācība milēšanā” un mazo dejojāju pavasara danči. Ieeja – bez maksas.

**7.aprīlī plkst. 11.00** tautas namā teātra izrāde pirmsskolas un sākumskolas bērniem “Vitamīnu ballīte”. Ieejas maksa –3 eiro.

## Upītē

**2.aprīlī plkst 18.00** Nemateriālās kultūras mantojuma centrā “Upīte” Liepājas teātra izrāde “Divu siržu zēns”. Ieejas maksa – 10 eiro, ar 3+ karti – 7 eiro.

**5. aprīlī plkst. 11.00** pie Upītes pamatskolas ozola *Lyldīmas*. Jāņem līdzī krāsotas Lieldienu olas.

## Šķilbēnos

**5. aprīlī plkst. 15.00** Šķilbēnu pagasta kultūras centrā “Rekova” stafete ģimenēm “Zaķim pa pēdām”. Ieeja – bez maksas.

## Vectilžā

**5. aprīlī plkst. 19.00** Vectilžas Kultūras centrā Lieldienu koncerts “Pavasara pieskāriens”, piedalās amatiermākslas kolektīvi. **Plkst. 21.00** Lieldienu balle ar mūziķi Juri Ķirsonu. Ieejas maksa – 7 eiro, pēc plkst 22.00 – 10 eiro.

## Viļakā

**5.aprīlī plkst. 18.00** kultūras namā Juris Hiršs koncertā “Brīnumi notiek”. Ieejas maksa – 3 eiro.

## Vīksnā

**Līdz 30.martam** tautas namā katru darba dienu **no plkst. 10.00 līdz 16.00** studijas “Olīves” dalībnieku darbu izstāde “Klusā daba neklusē”. Laipni aicināti!

## Žiguros

**5.aprīlī plkst. 14.00** Žiguru Kultūras namā Lieldienu koncerts “Pūpola stāsts”.

## Sports

**28.martā plkst. 10.00** Balvu Valsts ģimnāzijā un **29.martā plkst. 10.00** Balvu sākumskolā notiks Balvu novada atklātais čempionāts volejbolā 2026.

## Pērk

SIA "Mežusili" pērk meža īpašumus, cirsma, izcirstus meža īpašumus par 3000 EUR/ha. Tālr. 28282021.



**Iepērkam LIELLOPUS!**  
Info@senlejas.lv  
62003939

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

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



**BILLERUD**  
SIA "BILLERUD Latvia" uzņēmums ar 30 gadu pieredzi Latvijas mežizstrādē

### CIRSMU PIRKŠANA UN IZSTRĀDE

Mūsu pieredze, jūsu uzticība — neapstrīdama mežizstrādes vērtība!

Meža ielā 4, Jaunjelgavā, Aizkraukles novads.  
Tālr.: 65152800, 26633461.  
www.billerud.lv, birojs@billerud.com.

Pērk/vērtē monētu kolekcijas, monētas, banknotes. Tālr. 26575579.



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



**IEPĒRKAM LIELLOPUS**

- Iepērkam visā Latvijā
- Maksājam nekavējoties
- Ātri un vienkārši vienosimies

+371 291 83914  
IELĀJĀ KRĪTĒVE BALVOS VALSTĒ



**PĒRKAM**  
Augošu koku cirsma un sortimentus pie ceļa

Meža īpašniekiem:

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

**ACA**  
Timber

Telefoni informācijai: 26115369; 67804343  
www.scatimber.lv

## Pārdod

Pārdod īpašumu – pusmāju Balvos, Lauku ielā 23-2. Ir saimniecības ēka, garāža, zeme. Tālr. 26577113.

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

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

Pārdod skaldītu malku, sausa. Tālr. 26550272.

Pārdod malku (kārtīgi krāmēta). Tālr. 25442582.

Pārdod zāgmateriālus: dēļus, brusas. Tālr. 25543700.

Pārdod visa veida nomales, malku un zāgmateriālus. Tālr. 25609841.

Pārdod burkānus, kartupeļus (lopbarībai, sēklas izmēra, pārtikai), graudus (dīgstoši). Bezmaksas piegāde. Tālr. 25442582.  
Pārdod auzas, kviešus, zirņus. Tālr. 28772537.

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

Pārdod dējējvistas, jaunputnus. Piegāde. Tālr. 22845900.

Pārdod malku (3 metri). Tālr. 26287511.

Pārdod mazdārziņu Ezermalā-2 (Steķintava). Tālr. 26400057.

Pārdod 2-istabu dzīvokli Balvos. Tālr. 26150867.

Pārdod 2-istabu dzīvokli Žiguros. Tālr. 26559817.

## Līdzjūtības

Mūžības nama logos sveicīti  
aizdedzīni,  
Māt, lai jūtu – tur augšā tu manu  
ceļu zini.  
Mūžības miglā palsā, māt, saki  
vārdu vienu,  
Lai es jūtu, ka sargā mani vēl  
šobaltdien.  
Skumju un atvadu brīdī esam kopā  
ar bērniem, mazbērniem un  
pārējiem tuviniekiem,  
VALENTĪNU DUPOŽU mūžības  
ceļā pavadot.  
Valentīna, Gaida, Ilze, Aina, Nora,  
Edgars, Aivars, Meļņikovu un  
Silīneviču ģimenes

Uz spārniem dzērves nes jau  
pavasari,  
Un piesaulē jau vizbulītes zied.  
Un ir tik ļoti, ļoti skumji,  
Ka tieši tagad tev bij' jāaiziet.  
Mūsu visdziļākā līdzjūtība Jānim  
Dupužam un tuviniekiem,  
MAMMU mūžības ceļā pavadot.  
Kolēģi no SIA "Sapards"

Vēl koptais dārzs mans ziedēs  
Un baltie bērzi skums.  
Te viss, kas darīts, paliek,  
Es nešķiros no jums...  
Dalām sāpju smeldzi ar Lanu, Evu,  
Gaļinu, Valdi, no mīļā VECTĒVA,  
VĪRA, TĒVA uz mūžu atvadoties.  
Māra, Raivis, Līga un Gatis

Nav vairs sirmās māmuliņas,  
Tukša vieta istabā.  
Kur vien skatos, visur skumjas,  
Liekas – klusi staigā tā.  
Skumju brīdī mūsu klusa un patiesa  
līdzjūtība Vladimīram Arhipovam  
un radniekiem, MĀMIŅU pavadot  
baltajā kapu kalniņā.  
Preņu ģimene

Baltie bērzi, šalciet klusi,  
Sveiciet tālos apvāršņus.  
Vīra sirds ir aprimusi,  
Čaklās rokas mierā dus.  
Izsakām dziļu līdzjūtību Gaļinai  
Pokulei un tuviniekiem, VĪRU,  
TĒVU, VECTĒVU mūžības ceļā  
pavadot.  
Bijušie darba kolēģi Balvu  
sākumskolā

Jau pavasaris nāk pa saules  
vārtiem,  
Tik sirds jums sāpju lāsēm pielijusi.  
Mijš cilvēks aizgājis uz klusēšanas  
pusi,  
Vien paliek atmiņas ar pateicības  
vārdiem.  
Mūsu patiesa līdzjūtība Gaļinai  
Polulei un pārējiem tuviniekiem,  
vīru, tēti un vectētiņu JURI POKULI  
kapu kalniņā pavadot  
Tatjana, Ināra, Marita

Ir sirdis, kas spēj milēt bez vārdiem,  
Ir rokas, kas glāsta bez  
pieskāriena,  
Ir cilvēks, kura klātbūtne paliek  
Pat tad, kad viņa vairs nav.  
(M.Laukmane)  
Mūsu klusa un patiesa līdzjūtība  
Edmunda Kokoreviča ģimenei un  
visiem mīļajiem tuviniekiem, tēvu,  
vectēvu, brāli mūžības ceļā  
pavadot.  
Andrejs un Ārija Baranovski

Paņem līdzi saules glāstu,  
Ko tev draugu rokas liek,  
Lai tev, smilšu klēpi dusot,  
Mazu brīdī siltāk tiek.  
(P.Priede)  
Skumju brīdī esam kopā ar  
Edmunda Kokoreviča ģimēni un  
tuviniekiem, TĒVU, VECTĒVU,  
BRĀLI kapu kalniņā pavadot.  
Edmunda draugi

Paliec, māt, glāstā,  
Paliec gaišā bērniņas stāstā...  
(O.Lisovska)  
Skumju brīdī esam domās kopā ar  
Aleksandru Dupužu un pārējiem  
tuviniekiem, pavadot MĀMIŅU  
pēdējā mūžības ceļā.  
Ezera 43 mājas kaimiņi

Tu katram viena, tikai viena,  
Kurai kā pie saules bērni turas klāt.  
Tāpēc ir tik grūti, skujām birstot,  
Uz mūžu zemei tevi atdot, māt!  
(K.Apškrūma)  
Skumju brīdī esam kopā ar Sandru  
Šaicāni un viņas ģimēni, MĀMIŅU  
aizsaulē aizvadot.  
Viļakas SAC un Šķilbēnu SAM  
kollektīvs

## Dažādi

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

Mini ekskavators, iekrāvējs,  
pašizgāzējs. Piegādājam smilti,  
šķembas, granti. Izvedam grunti.  
Kanalizācijas, ūdensvadu,  
drenāžas, bioloģisko, septiņu  
iekārtu montāža.  
Tālr. 25858936.

Zāgē, skalda malku.  
Tālr. 23205101.

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

Celtniecības darbi, telpu  
remontdarbi. Juntu remonts.  
Tālr. 22770030.

Zāgē, skalda malku. Tālr. 23205101.

Vēlos nomāt lauksaimniecības zemi.  
Tālr. 26140262.

Dažāda pielietojuma ēku un telpu  
remontdarbi. Santehnikas,  
elektroapgādes u.c. darbi.  
Tālr. 26374897.

Meklēju aprūpētāju guļošanai  
cilvēkam. Tālr. 26216980.

SIA "Sapards" autoserviss piedāvā  
DARBU AUTOKRĀSOTĀJIEM,  
AUTOELEKTRIKIEM un  
AUTOMEHĀNIKIEM.  
Tālr. 29277290.

Gada pirmie  mēneši jau aiz

muguras. Lai jaunumi neiet secen, pērc


vai abonē laikrakstu "Vaduguns" arī

turpmāk!

Atceries, ka abonēt  
vienmēr ir izdevīgāk!

"Pūpols pērs, lai lasītājs  
vesels!"



 **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**  
T. 64507018  
26161959

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

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

**Datorsalikums-**  
SIA "Balvu Vaduguns",  
R.KACĒNS  
Iespējam SIA  
"Poligrāfijas grupa  
Mūkusalā", Rīgā,  
Mūkusalas 15A  
Tirāža – 2001