



Būs divi vietnieki



Jaunā komanda. Balvu novada domes priekšsēdētāja vietniece sociālās, izglītības, kultūras un sporta attīstības jautājumos Aija Mežale (foto – no kreisās) uzsvēra, ka viņa iestāsies par Viļakas vidusskolas un Balvu Valsts ģimnāzijas esamību.

Edgars Gabranovs

Trešdien Balvu novada domes sēdē deputāti ievēlēja divus priekšsēdētāja vietniekus. Ja par līdzšinējo vietnieci un nu jau par vietnieci tautsaimniecības, uzņēmējdarbības un teritorijas attīstības jautājumos Intu Kaļvu klātesošo balsojums bija vienprātīgs, tad par vietnieci sociālās, izglītības, kultūras un sporta attīstības jautājumos Aiju Mežali, saskaitot balsis, izrādījās, ka ir četras nederīgas vēlēšanu zīmes un viens balsojums – ‘pret’.

Jāsecina, – no malas raugoties, domes sēde šķita kā elektrizēta. Par to liecināja arī balsojums par mūsu pašvaldības pārstāvju deleģēšanu Latvijas Pašvaldību savienības komitejās un apakškomitejās. “Latgales partijas” deputāti Izglītības un kultūras komitejā un tās apakškomitejā kā mūspuses pārstāvi mudināja virzīt deputātu Imantu Slišānu, bet Veselības un sociālo jautājumu komitejā – Rutu Cibuli. Galarezultātā, pārspējot pašiem sevi, kā balsojumu raksturoja novada vadītājs Jānis Trupovnieks, oficiālā pārstāvja mandātu saņēma I.Slišāns. Savukārt R.Cibule, kā pati prognozēja, uz deputātu pozīcijas atbalstu necerēja. Un patiesi, saņemot 6 balsis ‘par’, 2 ‘pret’ un 5 ‘atturas’, viņa vairākumu atbalstu nesaņēma. Ne mazāk politiskām peripetijām raksturīgas bija debātes par otra vietnieka ievēlēšanu. A.Mežale pirms balsojuma atzina, ka, deputātiem balsojot, jāpieņem izšķirošs lēmums: “Esam ceļā uz to, ka novadā būs divi priekšsēdētāja vietnieka amati. Ievēlot vietnieku sociālās, izglītības, kultūras un sporta attīstības jautājumos, ir iespēja ieviest pārmaiņas, kas pozitīvi ietekmēs gan novada attīstību, gan iedzīvotāju vēlmi sadzirdēt viņu vajadzības un priekšlikumus. Kā teicu arī iepriekšējā deputātu sasaukumā, tā ir iespēja politiķiem nākt palīgā un strādāt. Viennozīmīgi, ka vietniekiem daudzas darāmās lietas sakrīt, tomēr, strādājot komandā, ir svarīgs rezultāts. Mehānisms, ko gribētu veidot kopā ar izpildvaru, ar apvienību, pagastu vadītājiem un speciālistiem, ir sazobē pieņemt kopējus lēmumus – lai mēs viens otru sadzirdam, lai mums ir vienots skatījums uz priekšu. Tas neviņus ir gan viena, gan otra vietnieka amata aprakstā. Ļoti gribas, lai jūs nesatrauktu tas, ka, sākotnēji šķietamie amati un pienākumi dublējas – to visu pārskatīsim un vērtēsim... Skaidrs, ka mans atalgojums nākamgad prasīs 37 000 eiro, bet uzskatu, ka, nopietni strādājot, atsvēršu šīs izmaksas. Lai izdodas, uzticieties!”

Atbildot uz R.Cibules jautājumu, vai ir pārliecība, ka profesionālos jautājumos spēš pārliecināt savu komandu pieņemt novadam izšķirošus jautājumus, A.Mežale atgādināja, ka sešus gadus ir vadījusi Balvu Valsts ģimnāzijas padomi, kā arī divus sasaukumus – novada domes komiteju. “Par sevi esmu pārliecināta,” apliecināja nu jau ievēlētā domes priekšsēdētāja vietniece.

Jāpiebilst, ka deputāti vēlējās noskaidrot, kādi bijuši A.Mežales sasniegumi līdz šim un vai vispār tik mazam novadam vajadzīgi divi priekšsēdētāja vietnieki. J.Trupovnieks, sakot galavārdu, uzsvēra, ka deputāta amats nav goda lieta: “Tas ir darbs un atbildība... Cenšos atturēties no kritizēšanas...”

P.S. Vai tas izdevās? Kādi argumenti bija opozīcijai? Par to vairāk nākamajā laikraksta “Vadugums” numurā.

Foto - E.Gabranovs

Nākamajā
Vadugumā

● **Skatāmas maizes etiķetes**
Kolekcijas izstāde Baltinavā

● **Nem iespējas, ko dzīve piedāvā**
Teica, ka nekad nestrādās par skolotāju

Izveido jaunu iestādi

30.jūlijā Balvu novada domes sēdē par Daudzfunkcionālā sociālo pakalpojumu centra vadītāju ievēlēja Skaidrīti Salenieci, kura jau līdz šim vadīja Balvu novada Sociālās pārvaldes struktūrvienību “Daudzfunkcionālais sociālo pakalpojumu centrs” Balvos. “Šī joma nav viegla. Arī turpmāk strādāšu godprātīgi, turot rūpi par cilvēkiem, kuriem ir vajadzība pēc lielākas aprūpes,” atzina jaunās iestādes vadītāja.



ZINOTĀJS

Īsziņas



Ministrs pārrunā situāciju Latgalē

Šonedēļ Zemkopības ministrs Armands Krauze ar Balvu novada pašvaldības priekšsēdētāja vietnieci Intu Kaļvu pārrunāja situāciju Latgalē, īpaši Balvu novadā, kur ilgstoši un intensīvi nokrišņi lauksaimniekiem radījuši nozīmīgus zaudējumus. Tāpat neizpalika jautājums par pieaugošo brūno lāču klātbūtni Balvu novada mežos.

Aicina pieteikties

9.augustā Ikšķiles brīvdabas estrādē notiks 26. politiski represēto salidojums. Braucienam pieteikties pa tālr. 26552405.

Pasaules čempions, kurš piepildījis savus un citu sapņus

Jau pagājis mēnesis, kopš Balvos dzimušais, bet Īrijā dzīvojošais **EMĪLS BODROVS** Itālijas pilsētā Veronā izcīnīja pasaules čempiona titulu Taizemes boksa. Jaunais sportists, kurš, pateicoties izcilajam sniegunam, nokļuvis Īrijas laikrakstu un sociālo portālu lappusēs, ar uzņēmību un gribasspēku sev un citiem pierādījis, ka agri vai vēl, bet neatlaidība vienmēr vainagojas ar panākumiem. Galvenais ir ticība tam, ko dari.

Varētu šķist, kāds gan mums, Balvu novada iedzīvotājiem, sakars ar pasaules čempionu – jauni, kurš dzīvo Īrijā? Bet ir! Un vēl kāds! Emīla mamma Līga Dubrovka (kādreiz Sirmā) ir bijusī balveniete, savukārt pats Emīls nācis pasaulē Balvu dzemdību nodaļā un pēc dzimšanas Latvijā nodzīvojis trīs mēnešus. Pēc tam viņa mājas ir Limerikā. Taču, neskatoties uz to, ka Emīlu faktiski var dēvēt par īru, viņam ir Latvijas pilsonība un interesē viss, kas saistīts ar Latviju. “Būdam mazs, Emīls katru vasaru brauca uz Latviju, dzīvoja pie vecčakiem Kubulos un pat gāja bērnudārzā “Sienāzītis” Balvos. Viņam ļoti patika garās vasaras brīvdienas un joprojām tuvs viss, kas saistīts ar Latviju. Pat mūzika, ko Emīls iecienījis, pārsvarā skan latviešu valodā. Var teikt, ka viņš mums liels Latvijas patriots, jo izmanto katru izdevību atbraukt uz manu dzimto pusi, satikties ar saviem vistuvākajiem draugiem Balvos – manu brāli Ralfu, manām māsām Deniju, Elzu un brāļa dēlu Adrianu, ar kuriem sazinās teju katru dienu,” apgalvo Emīla mamma Līga.

Taiboksā nonāca bulinga dēļ

Taizemes bokss par 17-gadīgā jaunieša dzīvi kļuvis jau kopš brīža, kad desmit gadu vecumā viņš sevi pilntiesīgi varēja saukt par Limerikas taiboksa kluba “EastSide MuayThai & Fitness Limerick” biedru. Visu šo laiku Emīlu atbalstīja, iedrošināja, turēja roku uz pulsa un reizēm arī paskubināja mamma Līga un audžutēvs Normunds, kuru Emīls uzskata par draugu un tēti. “Godīgi sakot, ja ne Normunds, Emīls nebūtu tur, kur ir tagad, jo tieši viņš bija tas, kurš jau kopš pirmās dienas puiku mudināja sportot, veda uz sacensībām, maksāja dalības maksas,” atklāj pasaules čempiona mamma. Viņa stāsta, ka Emīls ar taiboksu sāka nodarboties pirms septiņiem gadiem pēc tam, kad bija izmēģinājis spēkus daudzās citās sporta disciplīnās – basketbolā, futbolā, regbijā, peldēšanā, arī karatē. Bet tas nebija tā, ka Emīls izmēģināja dažādus sporta veidus un atrada isto. Taiboksā viņš nonāca bulinga dēļ, ko ik dienu piedzīvo arvien vairāk bērnu un jauniešu visā pasaulē. Tobriķ Līga audzināja Emīlu viena un meklēja dažādus veidus, kā dēlam palīdzēt. Viņai bija svarīgi, lai Emīls iemācās pats par sevi pastāvēt un vajadzības gadījumā arī aizstāvēties. “Dienmēļ tā ir skarba dzīves īstenība, ka ir ļoti daudz bērnu, kurus skolā un ārpus tās bulingo. Bulings ir visur. Esmu neizsakāmi priecīga, ka Emīls nonāca taiboksā, jo dēlam visu laiku šķita, ka viņš nav pietiekami labs, viņam bija grūti sev noīstēt. Klubā viņš iemantoja pirmos draugus, kuri pasniedza roku, kad viņam bija slikti. Var teikt, ka taiboksā viņš atrada sev mierinājumu, tā bija vieta, kur palaist vaļā savas emocijas. Bet tas viss nenāca ļoti viegli,” atzīst Līga. Lai cik tas interesanti nebūtu, bet arī taiboksā sākums nešķita cerību pilns, jo treneris Kalvins (Calvin Ross), ar kuru Emīla audžutēvs savulaik bija darba kolēģi, neslēpa, ka lielas sportiskās cerības uz šo puisī nerada. “Trenerim atbildējam, ka mūsu kā vecāku mērķis nav Emīlu padarīt par pasaules līmeņa zvaigzni taiboksā. Tas bija vajadzīgs viņam pašam, jo tajā laikā Emīls bija diezgan noslēgts bērns, viņam vajadzēja noīstēt sev. Un jau pēc diviem neatlaidīgu treniņu gadiem treneris Kalvins par Emīlu domas mainīja. Viņš bija šokēts par jaunieša sportisko izaugsmi,” atklāj Līga.

Ticības, ka būs čempions, nebija

Savas taiboksa sportiskās karjeras laikā Emīls izcīnījis daudzas cīņas, neskaitāmas reizes uz viņa kakla kārtas godalgotās medaļas un saņēmti kausi kā pierādījums tam, ka viņš var. Taču katra sportista klusais sapnis ir kāpt pa sportiskās karjeras kāpnēm vēl augstāk un apliecināt savu varēšanu arvien vairāk. Jūnija beigās Itālijas pilsētā Veronā notikušais pasaules čempionāts bija vēl viena lieliska iespēja to izdarīt. Dodoties uz Itāliju, visi apzinājās, ka cīņas būs spraigas un konkurence – nopietna, jo čempionātā piedalījās vairāk nekā 900 sportistu no 72 pasaules valstīm. Pats Emīls atzīst, – ticības tam, ka tieši viņš būs čempions savā vecuma un svara kategorijā, nebija: “Vēl šodien atceros, ka, dodoties uz pirmo cīņu, biju ļoti sanervozējies.” Savukārt Līgas pirmā doma Veronā bija, – lai

tikai Emīls nezaudē pirmo cīņu, jo negribējās aizbraukt uz tik grandioza līmeņa sacensībām, lai uzreiz dotos mājās. “Sēdējām operas lielajā amfiteātrī un sapratām čempionāta milzīgo mērogu, kurā piedalījās tik daudzu pasaules valstu sportisti. Pārņēma lepnums un prieks, ka tieši mūsu Emīlam ir gods tur būt, ka viņš izvirzīts un pirmo reizi startēs pasaules līmeņa sacensībās. Emīla vecuma grupā bija 11 konkurenti, un notika izloze par to, kurš cīnīsies jau pirmajā čempionāta dienā, kurš – nākamajā. Piecus sportistus automātiski izlozēja uz nākamā dienu, bet diemžēl Emīla viņu skaitā nebija. Likās, – ak Dievs, jātur ikšķi, lai vismaz to pirmo cīņu nezaudē! Viņš uzvarēja. Kad viņš nāca pirmo, turējām ikšķus arī par otro. Pirmajās divās cīņās viņš uzvarēja ar tehnisko nokautu attiecīgi otrajā un pirmajā raundā. Pirmajās divās cīņās viņš nokautēja pretiniekus pirmajās trijās cīņas minūtēs. Mēs visi bijām šokā! Es Emīlu ar tādu cīņassparu nekad dzīvē nebiju redzējusi,” apliecina bijusī balveniete.

Viens – par visiem, visi – par vienu

No Īrijas komandas uz pasaules čempionātu Itālijā devās 10 sportisti no dažādiem klubiem, taču neskatoties uz to, ka ikdienā katrs trenējas citur, viens otru atbalstīja par visiem 100%. Emīls cīnījās vecuma grupā 17 gadi un svara kategorijā 69kg. Katrs rīts ikvienam sportistam sākās ar svēršanu. Emīls šajā ziņā noturējās ļoti labi, jo pat treneris bija izbrīnīts, ka katru svēršanās reizi jaunā sportista svāris bija pat par diviem kilogramiem mazāks. Viņš piedomāja pie tā, ko ēd, pat ūdeni dzēra ļoti limitētā daudzumā, neskatoties uz to, ka ārā karsēja pamatīga svelme un bija +40 grādi. Savukārt citiem komandas biedriem neveicās tik labi – viens par 100-200 gramiem pārsniedza nepieciešamo svaru, cits – pat par kilogramu. “Lai atbalstītu pārējos, Emīls rīta agrumā gāja ar komandas biedriem skriet, lai gan pašam tas nemaz nebija vajadzīgs. Viņi visi bija vienoti kā nekad. Puiši, kuri ātrāk beidza dalību pasaules čempionātā, varēja izmantot brīvo laiku un apskatīt Itāliju, taču to nedarīja, bet visi kā viens bija kopā, lai atbalstītu pārējos, kuri turpināja cīņu. Būdam mamma, to redzot, nevarēju valdīt asaras. Tas bija kaut kas fantastisks,” neslēpj Līga. Viņa atklāj, ka septiņu gadu laikā, kopš dēls sāka savas sportiskās gaitas taiboksā, šī bija trešā reize, kad skatījās Emīla cīņu klātienē. Sākumā viņai šis sporta veids šķita pārāk nežēlīgs, bet iedzīļinoties, kas ringā notiek, Līga atskārta, ka šajā no malas tik nepievilcīgajā sporta veidā patiesībā pastāv gan cieņa vienam pretiniekam pret otru, gan savi noteikumi. “Tā, pavisam nemanot, uz taiboksu sāku raudzīties pavisam savādāk. Sportisti aizvada cīņu, viens otram paklanās uz ceļiem, samīļojas un aiziet. Protams, reizēm skatoties nepamet sajūta, ka viens otram galvu apgriezīs, bet tās ir sacensības. Tas ir jāpieņem,” teic bijusī balveniete.

Brāli! Sit viņu!

Lieki teikt, ka vislielākās emocijas visos raisīja Emīla pēdējā cīņa, kurā izšķīrās jaunā pasaules čempiona liktenis. Šis bija brīdis, kad “YouTube” kanālā translētās cīņas, ikšķus dūrēs saspieduši, vēroja visi jaunā sportista radi, draugi pa ziņas Latvijā, Īrijā un citās valstīs. Viena no lielākajām Emīla atbalstītājām bija viņa piecgadīgā māsa Keita, kura skatījās cīņas un bļāva: “Brāli, brāli! Emīl, sit viņu!” un raudāja pēc katras uzvaras. Elpu aizturējuši, deju mēģinājumā izšķirošo cīņu vēroja arī Emīla Dublinas latviešu tautu deju kolektīva “Karbunkulis” dalībnieki, audžutēva Normunda māsa Diāna Čēsis, Emīla onkulis Ivars ar sievu Diānu no Ādažiem, krustmāte Iveta, māsa Alise un daudzi, daudzi citi. Lieki teikt, ka viņi gaviļēja, kad uzzināja, ka tieši Emīls ieguvis pasaules čempiona titulu! “Aplausi un skaļas ovācijas skanēja arī Veronas amfiteātrī. Pie mums, vecākiem, un Emīla trenera nāca klāt citu valstu sportisti, spieda roku un apsveica. Bet tas nebija tikai Emīla vien nopelns. Tas bija arī trenera un visas komandas darbs! Protams, mēs ar Normundu sajūtāmies lepnī! Sēdēju tur



Ģimene ir spēks. Pasaules čempions Emīls Bodrovs ir pārliecināts, ka viņa sasniegumu pamatā nav tikai paša ieguldītais darbs, bet arī tuvāko cilvēku atbalsts. Viņš zina, ka ģimene ir spēks.

un domāju, – Emīls pelnījis šo medaļu, lai vienreiz dzīvē spētu noīstēt sev un tam, ka viss ir iespējams, tikai jāiet uz saviem mērķiem. Kad viss beidzās, pajautāju dēlam, kādas bija viņa emocijas pirms cīņas, un viņš atklāja, ka visvairāk palīdzēja Dievs. Pirms pasaules čempionāta ar Keitu gājām uz baznīcu, kur Svētajā bērnu misē saņēmām svētītos žetoniņus. Viens tika Keita, otru paņēmam arī Emīlam, kurš visu čempionāta nedēļu ar šo kuloniņu arī nostaigāja. Kad pēc uzvaras Emīls portālā “Facebook” un savā “Instagram” kontā pateicās trenerim un viņa palīgam, labajai rokai Šonam (Sean English), kluba pārstāvji pienāca pie viņa un pateica, – Emīl, tu vairāk kā jebkurš cits no visiem 10 Īrijas komandas pārstāvjiem, kuri devās uz šo čempionātu, biji pelnījis šo medaļu. Tā ir tava sūrā un smagā darba alga. Un tas patiešām tā ir,” apliecina bijusī balveniete.

Sportu veiksmīgi apvieno ar dejām

Kopš lielā notikuma, kas atnesa tik daudz pozitīvu emociju, pagājis mēnesis, bet Emīla dzīve Limerikā atkal rit ierasto gaitu. Katru dienu pēc darba divu stundu gari boksa treniņi, bet katru otro svētdienu agrais rīts, kad jaunais sportists dodas uz autobusu un mēro trīs stundas garo ceļu uz Dublinu. Te, Īrijas galvaspilsētā, Emīls atradis vēl vienu sirdij tikamu nodarbi – latviešu deju kolektīvā “Karbunkulis” fantastiskās skolotājas Dignes vadībā kopā ar citiem Īrijas latviešu vienaudžiem apgūst latviešu tautas deju soļus. Kādam varbūt šķiet, kā tas iespējams – boksu apvienot ar dejām, bet pieredze liecina, ka var, turklāt visai labi. Jaunietis atzīst, ka viņš nenoliedzami ir latviskais ģēns, jo sešus gadus mācījās latviešu skolīņā, dejojā Limerikas deju kolektīvā “Taurenītis”, ar kuru piedalījās arī skolēnu dziesmu un deju svētkos Rīgā, kā arī izmantoja iespēju B un C līmenī nokārtot centralizēto latviešu valodas eksāmenu diasporas bērniem. “Vienmēr vairāk esmu jūties kā latvietis, nevis īrs. Mani vecāki ir latvieši, man patīk latviešu kultūra un dziesmas. Tieši tādēļ izmantoju iespēju dejot “Karbunkulī”. Muaythay (taibokss) ir sports, kur sportists ir viens pats par sevi, savukārt tautu dejas ir komandas darbs. Man patīk kopā ar pārējiem mācīties jaunas dejas, patīk priecāties ne tikai par sevi, bet arī par citiem. Skatītāji aplaudē, smaida, un tā ir neaprakstāmi forša sajūta, ka viss izdodas. Tas ir tāpat kā sportā. Kādam varbūt šķiet, ka tagad, kad esmu ieguvis pasaules čempiona titulu, staigāju un ar degunu mākoņus stumdu. Bet nē. Manā dzīvē nekas nav mainījies – ierastais treniņu grafiks, darbs, mājas, dejas. Turpinu trenēties, jo dzīve jau neapstājas. Priekšā nākamā gada pasaules čempionāts, plānoju piedalīties atkal, bet nu jau vīriešu kategorijā 18+. Ir, uz ko tiekties. Taču tagad zinu, – ja dzīvē kaut ko vēlies, viss ir iespējams,” ir pārliecināts pasaules čempions taiboksā, Balvos dzimušais latvietis Emīls Bodrovs.

Vislatvijas Mazpulku nometne

Piedzīvojumi ar pievienoto vērtību

Irēna Tušinska

No 28.jūlija līdz 1.augustam Rugāju vidusskolā norisinājās XXIV Vislatvijas Mazpulku nometne “Visu daru es ar prieku!”, kurā piedalījās vairāk nekā 190 mazpulcēni no visas Latvijas.

Nometne “Visu daru es ar prieku!” ir mazpulcēnu gaidītākais notikums. Šogad tā norisinājās jau 24.reizi, pulcējot bērnus un jauniešus no visas valsts. Rugāju vidusskolā jūlija nogalē pulcējās 250 dalībnieki – bērni, jaunieši, brīvprātīgie un pedagogi – no 27 Latvijas mazpulkiem. Līdz ar mājiniekiem – Rugāju mazpulku – nedēļu brīvā dabā, iesaistoties dažādās aktivitātēs, pavadīja bērni no Aizputes, Kārķu, Līvānu, Daudzses, Jersikas, Liezēres, Ērgemes, Pūres, Spoģu, Aizupes, Alūksnes, Bērzupes, Daugmales, Dignājas, Dobeles, Jēkabpils, Kārsavas, Līvberzes, Lutriņu, Valmieras, Mežgaļu, Mežvidu, Sējas, Staļģenes, Strautiņu un Striķu mazpulkiem.

Nometne vijās caur simbolisku stāstu par sen aizmirstu līgumu, kas reiz vienotus cilvēkus, dabu un kopienu. Nedēļas gaitā katra komanda palīdzēja atklāt vienu daļu no šī “līguma”, kopīgi veidojot lielu, noslēpumainu zīmējumu un atklājot dienas vārdu.

Pirmo dienu sāka ar svinīgās nometnes atklāšanu un komandu saliedēšanās aktivitātēm, bet otrdienu mazpulcēni veltīja radošām aktivitātēm. Radošajās darbnīcās viņi apguva amatniecību, komunikāciju, spriešanu, sadarbību, mājsaimniecību u.c. noderīgas prasmes. Nākamajā dienā nometnes dalībnieki devās pārgājiņā, iepazīstot Rugāju pagastu, tā cilvēkus, kultūrvēsturiskās un dabas vērtības. Apkārtējo novadu izziņāšanu viņi turpināja arī nākamajā dienā, apmeklējot Balvu, Viļakas un Gulbenes lauku uzņēmējus un kultūras vērtību stiprinātājus. Ceturtdien mazpulcēni priecēja ar talantu šovu, kurā demonstrēja savas prasmes un zināšanas dažādās jomās. Gluži nemanot pienāca pēdējā nometnes diena, ko dalībnieki veltīja sportiskām aktivitātēm un nometnes norišu un ieguvumu izvērtēšanai, lai pēc draudzīgām atvadām dotos katrs uz savām mājām.

“Šī nometne bija iespēja draudzēties, uzdrīkstēties, mācīties un darīt ar prieku, vienlaikus stiprinot mazpulku vērtības – darboties ar galvu, sirdi, rokām un veselību,” uzskata nometnes vadītāja, biedrība “Latvijas Mazpulki” Mazpulku padomes priekšsēdētāja Linda Medne.

Laikraksta lapās sniedzam ieskatu vienā no mazpulku nometnes dienām, kas bija veltīta radošajām aktivitātēm.



Viens otru saprot. Skolotāja Natālija Garā mazpulcēnus no visas Latvijas mācīja runāt latgaliski: “Lai gan šiem bērniem nekādas saskares ar latgaliešu valodu nav bijis, viņi ir ļoti pretimnākoši. Laikam dažiem vecmammās vai vectēvi nākuši no Latgales! Viņi visu ļoti labi saprot, ja nu vienīgi kādu burtiņu nepazīst. Bet mūsu galvenais uzdevums ir iemācīties vismaz sasveicināties un atvadīties, lai, atbraukuši mājās, var pateikt, ka prot pāris vārdus latgaliski.”



Margaritas Stradiņas bulvāris – telšu pilsētas centrālā iela. Visas nedēļas garumā mazpulcēni mitinājās telšu pilsētiņā pie Rugāju stadiona. Tāpat kā jebkura pilsēta, arī šī bija sadalīta ielās. Centrālā no tām – Margaritas Stradiņas bulvāris. “Margarita Stradiņa ir pazīstama visā Latvijā. Vēl mazotnē, būdama mazpulcēns, zināju, kas viņa ir. Tieši Margarita ir tā, kura ieaudzinājusi mīlestību un cieņu pret mazpulkiem,” uzsvēra L.Medne. Arī pārējām ieliņām piešķirti vietu nosaukumi, piemēram, Čūšļu grava vai Vārnienes aleja u.tml. “Ar šādiem nelieliem žestiem mēģinām iepazīstināt ar Rugāju apkārtnes vietām,” skaidro nometnes vadītāja Linda Medne. Viņa izteica pateicību rugājiem par novada pašvaldībai par tik sirsniņu uzņemšanu un ļoti pārdomātām aktivitātēm: “Mēs šeit jutāmies vienkārši lieliski!”

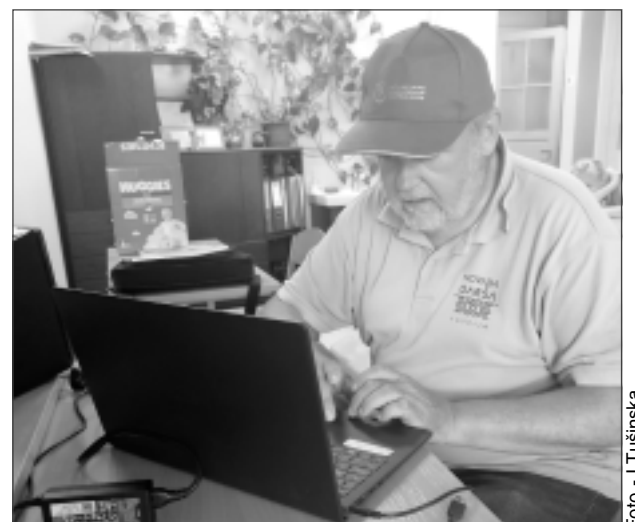


Rugāju vidusskolas mazpulku istabā. Skolas direktore Iveta Arelkeviča ar lepnumu demonstrē mazpulkiem iekārtoto istabu, kurā atrodami avīzes “Mazpulki” numuri pat no pagājušā gadsimta 90.gadiem. Viņa lepojas ar Rugāju mazpulka seno vēsturi un ilggadējo vadītāju Margaritu Stradiņu, kura šo darbu turpināja līdz pat 92 gadu vecumam. Pēdējos gados šos pienākumus veica skolotāja Laura Saulīte, bet šogad tos pārņēma skolotāja Dārta Stivriņa. Rugāju vidusskolas direktorei šonedēļ rūpju netrūka, raugoties, lai pusgadu ilgušais nometnes sagatavošanas darbs noslēgtos ar neaizmirstamiem iespaidiem bagātu nedēļu. Viņa neslēpj, ka pirmo reizi uzņemt 250 nometnes dalībniekus no visas Latvijas bija ne vien liels gods, bet arī milzīga atbildība. Izaicinājumu netrūka. Īpašas raizes sagādāja lietainie laikapstākļi, jo piemirkušajā apkārtņē nebija viegli atrast vietu telšu pilsētiņai. Tāpat vajadzēja sarunāt radošo darbnīcu vadītājus un citus palīgus. Šajā darbā iesaistīti gan Rugāju vidusskolas skolotāji, gan skolēni, gan dažādu jomu speciālisti un uzņēmēji.

Mazpulka vadītājai veltīta izstāde. Par godu Vislatvijas Mazpulku nometnei Rugāju muzeja vadītāja Velga Vīcups iekārtoja leģendārajai mazpulka vadītājai Margaritai Stradiņai veltītu izstādi, kurā redzamas viņas mantas, dažādi dokumenti, apbalvojumi un citas ilggadējā darba liecības no pedagoga personīgā arhīva.



Vada ķīmijas eksperimentu laboratoriju. Vienu no radošajām darbnīcām, kurā mazpulcēni izgatavoja neredzamo tinti, vadīja Rugāju mazpulka vadītāja Dārta Stivriņa. “Rugāju vidusskolā pirmo gadu mācu matemātiku un ķīmiju. Tā kā arī pati agrāk biju mazpulka – vēl tad, kad to vadīja Margarita Stradiņa, mani palūdza pārņemt šos pienākumus no iepriekšējās vadītājas,” atzina Dārta. Viņa atklāj, ka no 15 Rugāju mazpulcēniem astoņi piedalās šajā nometnē. Tautāta, kuriem projektiem viņas mazpulcēni šogad devuši priekšroku, skolotāja paskaidroja, ka daži pievērsušies šī gada prioritātei – ķirbju audzēšanai, bet daļa nodarbojas ar zirņu audzēšanu: “Ir arī daži nelieli projekti, kas nav saistīti ar augu audzēšanu, piemēram, projekts par meža bagātību izpēti.”



Pēdējie sagatavošanās darbi. Latvijas Lauku konsultāciju un izglītības centra projektu vadītājs Valdis Pavlovskis spēles veidā vadīja nodarbību par veselīgu pārtiku.

* Turpinājums 5.lpp.

* Sākums 4.lpp.

Vislatvijas Mazpulku nometne



Foto - A.Kirsanovs

Roboti – tas ir aizraujoši! Vienā no darbnīcām robotu kustības pamatprincipus mazpulcēniem ierādīja skolotāja Maruta Kalnēja. 14-gadīgais Matejs (foto) no Kārķu mazpulka atklāja, ka ar robotiku iepriekš saskāries minimāli, tādēļ šī radošā darbnīca viņam šķita īpaši interesanta. Savukārt mazpulkā viņš iesaistījās ar nolūku saturīgi pavadīt brīvo laiku: “Tā bija izdevība darīt kaut ko interesantu tuvu mājām, turklāt tā bija vienīgā iespēja, ko piedāvāja turpat – mūsu ciemā.” To, ka nometnē būs jautri, puisis saprata jau pirmajā vakarā – ballītē, kurā mazpulcēnus izklaidēja Upītes folkloras kopa. Puisis jau paguvis izveidot arī jaunas draudzības, piemēram, ar Rugāju mazpulcēnu Jāni (foto – aiz Mateja).



Foto - A.Kirsanovs

Iepazīstina ar sevi ar attēlu palīdzību. Renāte Ķerāne no Mārupes un Migels no Spānijas skolēnus iesaistīja projekta “In - habit” aktivitātēs. Projekta mērķis ir identificēt inovācijas, lai veicinātu iekļaujošu veselību un labklājību mazās un vidējās pilsētās.



Foto - A.Kirsanovs

Palīgā steidz brīvprātīgie. Visās nometnes aktivitātēs un norisēs lieli palīgi bija brīvprātīgie jaunieši. Viņu vidū bija arī Latvijas Universitātes students Austrums un jauno uzņēmēju inkubatora vadītāja Anete.

Darbnīca “Teātris kastē”.

Teātra darbnīcā, ko vadīja Arnita Čoiča, izložējuši tērpus un sadalījuši lomas, mazpulcēni iestudēja nelielu ludiņu. “Mēs šodien mēģinām pārbaudīt – vai teātrim ir aste? Spēlējamies ar vārdiem un tēliem. Izrāde ir par vecīša cimdīņu, bet tādā mazpulcēnu mērcē. Tā ir par latviskām vērtībām, bet ieviešot arī jaunus tēlus. Pēc izrādes bērni darinās arī maskas, kas paliks par piemiņu no šīs izrādes,” paskaidroja režisore.



Foto - A.Kirsanovs



Foto - A.Kirsanovs

Kaut kas jauns arī mazpulku vadītājiem. Balvu novada domes deputāte Rūta Cibule vadīja darbnīcu skolotājiem, pastāstot par Ziemeļlatgales nemateriālā kultūras mantojuma bagātībām.



Foto - I.Tušinska

Kas ir medijpratība?

Realizējot projektu “Uzdriksstēties un iesaistīties”, Jelgavas Valsts ģimnāzijas šī gada absolvente, mazpulku brīvprātīgā un Mazpulku padomes starptautisko attiecību koordinatore Jana Apaļā

(foto) mazpulcēnus iepazīstināja ar medijpratību: “Ņemot vērā, ka ikdienā darbojos starptautiskā līmenī, kā arī veidoju dažādus podkāstus un cita veida saturu, šodien mācu jauniešiem, kas ir medijpratība, kas ir dezinformācija un kā no tās izvairīties. Šajā radošajā darbnīcā skolēni paši diskutē par to, kādas ir medijpratības sastāvdaļas, kā arī paši veido saturu platformām “TikTok”, “Instagram” un “Facebook”. Jana atklāja, ka pati mazpulkos darbojusies kopš septiņu gadu vecuma, turpinot ģimenes tradīcijas: “Mans onkulis bija viens no pirmajiem Mazpulku dalībniekiem, tādēļ mūsu ģimenē šo tradīciju turpinām no paaudzes paaudzē.”



Foto - I.Tušinska

Top papīra lidmašīna. Vienā no radošajām darbnīcām piektklasniece Anija no Daugmales, ar lielu rūpību no papīra griežot lidmašīnas spārnus, fizelāžu un citas detaļas, atklāja, ka mazpulkam pievienojās tikai pagājušajā gadā. Piedaloties iepriekšējā Vislatvijas nometnē, viņa sapratusi, ka noteikti brauks arī šogad. Anija apgalvoja, ka Rugājos viņai ļoti patīk: “Te viss ir forši, tikai nepatīk rītos celties.” Arī nakšņot teltī bijis pietiekami ērti. “Tikai *besija*, ka skolotāja lika iet gulēt,” piebilda meitene.



Foto - A.Kirsanovs

Radoša darba rezultāts. Vienā no darbnīcām mazpulcēni no putu plastilīna darināja dažādas figūriņas, no kurām pēc apžūšanas iznāca skaisti magnētiņi.

LTV 1

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

11.20 "Misiņa Latvietis. Autobūve". Atk.
11.50 "Misiņa Latvietis. Skanpu pasaule". Atk.
12.20 "Kas te? Es tei!" Raid. bērniem. Atk.
12.50 "Jakari". Anim. seriāls.
13.30 "Īšķi Tikšķi". Atk.
13.50 "Animācijas seriāls".
14.00 "Ķepa uz sirds". Atk.
14.30 "Nacionālie dārgumi. 100 g kultūras". Atk.
15.10 "Krustpunkta".
16.05 "Solījums 3". Seriāls.
17.05 "Divi vienā". Seriāls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.45 "Atslēgas". Atk.
19.00 "Sirmas. Kulta ēdieni 2".
Atk.

TV 3

20.00 "Panorāma".
20.40 "Teātra garša".
21.10 "Nāve paradīzē 14".
Detektīvseriāls.
22.05 "Eva un pārejie". Seriāls.
22.55 "Nakts ziņas".
23.10 "Midsomeras slepkavības 18". Detektīvseriāls.

2.10 "Daudz laimes, jubilar!"
Atk.
3.30 "Personība. 100 g kultūras".
Atk.

LTV 7

5.10 "Personība. 100 g kultūras".
Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Labākais no *Euro maxx*.
Deutsche Welle žurnāls".
6.30 "Rīta Panorāma".
8.35 "Pa straumei". Atk.
9.35 "LV jaunatklāšanas raidījums Te!": Atk.
11.25 "Personība.
100 g kultūras". Atk.
13.10 "Jaunās medmāsas 4".
Seriāls.
13.55 "Zinātnes noslēpumi".
14.05 "Spēlmaņu cilts. Fragmenti
no izrādes *Nozīgums un
sods*". Atk.
14.40 "Spēlmaņu cilts. Krievu
teātra režisors Mihails
Čehovs". Atk.
15.15 "Spēlmaņu cilts. Jānis
Samauskis". Atk.
15.50 "Province". Atk.

Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita". Seriāls.
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13". Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11". Realitātes
šovs.
12.55 "Sievietes spēks". Seriāls.
14.00 "Grejas anatomija".
Seriāls.
16.00 "Dzīvot nozīmē mīlēt".
Seriāls.
17.00 "Tu mani nesalauzi".
Seriāls.
19.00 "Nevaldāmās līgavas 10".
Realitātes šovs.
20.00 "HiCs. Konsultants mīlas
jautājumos". Romantis-
ka komēdija.
22.35 "Bīstamas sievietes".
Dok. seriāls.
23.35 "Iemīļtējis Parīzē".
Realitātes šovs.
0.30 "Liktneņa skartie". Seriāls.
1.30 "Tu mani nesalauzi". Seriāls.
3.30 "Svešā seja 2". Seriāls.

4.15 "Personība. 100 g kultūras".
Atk.
5.00 "Izmeklē Klāra". Seriāls.
5.55 "Misters Bīns". Anim. seriāls.
6.05 "Zebra 9". LV raidījums.
6.25 "900 sekundes".
8.45 "Nozīgumam pa pēdām 9".
Seriāls.
9.50 "Brīvības sappi". Seriāls.
11.00 "Soli pa solim 6".
Komēdijseriāls.
12.00 "Mani virtuves noslēpumi
6". Realitātes seriāls.
13.00 "Misters Bīns".
Komēdijseriāls.
13.40 "Zaljē pirkstiņi 3". Dārza
padomu raidījums.
14.50 "Doktors Haus 6". Seriāls.
15.50 "Ēģipte no putna lidoju-
ma". Dok. seriāls.
16.55 "Četri gultā 12". Realitātes
šovs.
18.00 "TV3 ziņas īsumā".
18.10 "Labākais no labākajiem".
Gordona Remzija šovs.
19.10 "Bez tabu".
20.00 "TV3 ziņas".
20.45 "Degpunktā 15".
21.15 "Mūmija. Pūka imperatora
kapenes". Spraigā sižeta
piedz. filma.
23.25 "Aferistes". Komēdija.
1.30 "Megalodons".
3.35 "Četri gultā 12".
Spraigā sižeta filma.
Realitātes šovs.

TV24

6.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
Atk.
6.03 "Preses klubs". Atk.
7.30 "Uz līnijas". Atk.
8.00 "Ziņu Top". Atk.
8.30 "Svarīgais trīs minūtēs".
8.33 "Aktuālais par karadar-
bību Ukrainā".
9.30 "Dienas personība".
10.00 "Viedokļi trīs minūtēs".
Atk.
10.03 "Preses klubs". Atk.
11.30 "Viedokļi trīs minūtēs".
Atk.
11.33 "Globuss". Atk.
12.30 "Uz līnijas". Atk.
13.00 "Viedokļi trīs minūtēs".
Atk.
13.03 "Preses klubs". Atk.
14.30 "Streipsis pārlūko pasauli
trīs minūtēs". Atk.
14.33 "Globuss". Atk.
15.30 "Ārsti atbild". Atk.
16.00 "Dienas personība". Atk.
16.30 "Ziņu Top".
17.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
17.03 "Preses klubs".
18.30 "Uz līnijas".
19.00 "Svarīgais trīs minūtēs".
19.03 "Aktuālais par karadar-
bību Ukrainā".
20.00 "Dienas personība". Atk.
20.30 "Ziņu Top". Atk.
21.00 "Svarīgākais trīs
minūtēs". Atk.
21.03 "Nedēļa. P.S.".
22.00 "Uz līnijas". Atk.

TV3 Life

5.00 "Svešā seja 2". Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes šovs.
12.55 "Sievietes spēks".
Seriāls.
14.00 "Grejas anatomija".
Seriāls.
16.00 "Dzīvot nozīmē mīlēt".
Seriāls.
17.00 "Tu mani nesalauzi".
Seriāls.
19.00 "Nevaldāmās līgavas 10".
Realitātes šovs.
20.00 "HiCs. Konsultants mīlas
jautājumos". Romantis-
ka komēdija.
22.35 "Bīstamas sievietes".
Dok. seriāls.
23.35 "Iemīļtējis Parīzē".
Realitātes šovs.
0.30 "Liktneņa skartie".
Seriāls.
1.30 "Tu mani nesalauzi".
Seriāls.
3.30 "Svešā seja 2".
Seriāls.

4.15 "Personība. 100 g kultūras".
Atk.
5.00 "Izmeklē Klāra".
Seriāls.
6.00 "Misters Bīns".
Anim. seriāls.
6.05 "Zebra 9".
LV raidījums.
6.25 "900 sekundes".
8.45 "Nozīgumam pa pēdām 9".
Seriāls.
9.50 "Brīvības sappi".
Seriāls.
11.00 "Soli pa solim 6".
Komēdijseriāls.
12.00 "Mani virtuves noslēpumi
6". Realitātes seriāls.
13.00 "Misters Bīns".
Komēdijseriāls.
13.40 "Zaljē pirkstiņi 3".
Dārza padomu raidījums.
14.50 "Doktors Haus 6".
Seriāls.
15.50 "Ēģipte no putna lidoju-
ma". Dok. seriāls.
16.55 "Četri gultā 12".
Realitātes šovs.
18.00 "TV3 ziņas īsumā".
18.10 "Labākais no labākajiem".
Gordona Remzija šovs.
19.10 "Bez tabu".
20.00 "TV3 ziņas".
20.45 "Degpunktā 15".
21.15 "Mūmija. Pūka imperatora
kapenes". Spraigā sižeta
piedz. filma.
23.25 "Aferistes".
Komēdija.
1.30 "Megalodons".
3.35 "Četri gultā 12".
Spraigā sižeta filma.
Realitātes šovs.

TV3 Life

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".

22.30 "Ziņu Top". Atk.
23.00 "Svarīgākais trīs
minūtēs". Atk.
23.03 "Preses klubs". Atk.
0.30 "Dr. Apinis". Atk.
1.30 "Viedokļi trīs minūtēs".
Atk.
1.33 "Nedēļa. P.S.". Atk.
2.30 "Viedokļi trīs minūtēs".
Atk.
2.33 "Preses klubs". Atk.
4.00 "Uz līnijas". Atk.
4.30 "Ziņu Top". Atk.
5.00 "Viedokļi trīs minūtēs".
Atk.
5.03 "Aktuālais par karadar-
bību Ukrainā". Atk.

5.00 "ReTV ziņas". Atk.
5.30 "Āzija 360".
6.00 "Lidaku ielenktie 2".
6.50 "Cēsu novads – izcila vieta
dzīvei! 2".
7.20 "Mājā un sētā 5".
7.45 "Latvijas stāsti".
8.50 "Spried ar Delfi". Atk.
9.00 "Es daru tā".
9.15 "Reģionālās televīzijas
piedāvā".
10.15 "Māksla LV".
10.50 "Brīvdienas sākas tagad!"
11.25 "Autodroms".
12.00 "Mēs ar brāli – kolosāli!"
12.30 "Ritms, kas vieno".
13.00 "Ceturā vara 2".
13.30 "Bolīvijas piezīmes".
14.00 "Copes lietas 2".
14.30 "Pāreja".
15.00 "ReTV ziņas trijos".
15.30 "Āzija 360".
16.00 "Skats no Ventpsils".
17.00 "Reģionālās televīzijas
piedāvā".
18.00 "Es daru tā".
18.15 "Spried ar Delfi".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".
19.15 "Mēs varam – mēs
darāmi!"
19.50 "Tīkšanās vieta. Valmieras
novads".
20.25 "Zajā gaissma".
21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "Tīkšanās stacija! 3".
22.05 "Ar kājām pa mājām".
23.35 "Spried ar Delfi". Atk.
0.25 "Gaidām ciemos!"
2.30 "Spried ar Delfi". Atk.

ReTV

5.00 "ReTV ziņas". Atk.
5.30 "Āzija 360".
6.00 "Lidaku ielenktie 2".
6.50 "Cēsu novads – izcila vieta
dzīvei! 2".
7.20 "Mājā un sētā 5".
7.45 "Latvijas stāsti".
8.50 "Spried ar Delfi". Atk.
9.00 "Es daru tā".
9.15 "Reģionālās televīzijas
piedāvā".
10.15 "Māksla LV".
10.50 "Brīvdienas sākas tagad!"
11.25 "Autodroms".
12.00 "Mēs ar brāli – kolosāli!"
12.30 "Ritms, kas vieno".
13.00 "Ceturā vara 2".
13.30 "Bolīvijas piezīmes".
14.00 "Copes lietas 2".
14.30 "Pāreja".
15.00 "ReTV ziņas trijos".
15.30 "Āzija 360".
16.00 "Skats no Ventpsils".
17.00 "Reģionālās televīzijas
piedāvā".
18.00 "Es daru tā".
18.15 "Spried ar Delfi".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".
19.15 "Mēs varam – mēs
darāmi!"
19.50 "Tīkšanās vieta. Valmieras
novads".
20.25 "Zajā gaissma".
21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "Tīkšanās stacija! 3".
22.05 "Ar kājām pa mājām".
23.35 "Spried ar Delfi". Atk.
0.25 "Gaidām ciemos!"
2.30 "Spried ar Delfi". Atk.

5.00 "ReTV ziņas". Atk.
5.30 "Āzija 360".
6.00 "Lidaku ielenktie 2".
6.50 "Cēsu novads – izcila vieta
dzīvei! 2".
7.20 "Mājā un sētā 5".
7.45 "Latvijas stāsti".
8.50 "Spried ar Delfi". Atk.
9.00 "Es daru tā".
9.15 "Reģionālās televīzijas
piedāvā".
10.15 "Māksla LV".
10.50 "Brīvdienas sākas tagad!"
11.25 "Autodroms".
12.00 "Mēs ar brāli – kolosāli!"
12.30 "Ritms, kas vieno".
13.00 "Ceturā vara 2".
13.30 "Bolīvijas piezīmes".
14.00 "Copes lietas 2".
14.30 "Pāreja".
15.00 "ReTV ziņas trijos".
15.30 "Āzija 360".
16.00 "Skats no Ventpsils".
17.00 "Reģionālās televīzijas
piedāvā".
18.00 "Es daru tā".
18.15 "Spried ar Delfi".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".
19.15 "Mēs varam – mēs
darāmi!"
19.50 "Tīkšanās vieta. Valmieras
novads".
20.25 "Zajā gaissma".
21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "Tīkšanās stacija! 3".
22.05 "Ar kājām pa mājām".
23.35 "Spried ar Delfi". Atk.
0.25 "Gaidām ciemos!"
2.30 "Spried ar Delfi". Atk.

5.00 "ReTV ziņas". Atk.
5.30 "Āzija 360".
6.00 "Lidaku ielenktie 2".
6.50 "Cēsu novads – izcila vieta
dzīvei! 2".
7.20 "Mājā un sētā 5".
7.45 "Latvijas stāsti".
8.50 "Spried ar Delfi". Atk.
9.00 "Es daru tā".
9.15 "Reģionālās televīzijas
piedāvā".
10.15 "Māksla LV".
10.50 "Brīvdienas sākas tagad!"
11.25 "Autodroms".
12.00 "Mēs ar brāli – kolosāli!"
12.30 "Ritms, kas vieno".
13.00 "Ceturā vara 2".
13.30 "Bolīvijas piezīmes".
14.00 "Copes lietas 2".
14.30 "Pāreja".
15.00 "ReTV ziņas trijos".
15.30 "Āzija 360".
16.00 "Skats no Ventpsils".
17.00 "Reģionālās televīzijas
piedāvā".
18.00 "Es daru tā".
18.15 "Spried ar Delfi".
19.00 "ReTV ziņas septiņos".
19.15 "Mēs varam – mēs
darāmi!"
19.50 "Tīkšanās vieta. Valmieras
novads".
20.25 "Zajā gaissma".
21.00 "ReTV ziņas deviņos".
21.30 "Tīkšanās stacija! 3".
22.05 "Ar kājām pa mājām".
23.35 "Spried ar Delfi". Atk.
0.25 "Gaidām ciemos!"
2.30 "Spried ar Delfi". Atk.

LTV 1

6.00 "Latvijas valsts himna".
6.02 "Ķepa uz sirds". Atk.
6.30 "Rīta Panorāma".
8.35 "Mīlas viesulis 20".
Seriāls.
9.30 "Solījums 3".
Seriāls.
10.35 "Jaunās medmāsas 4".
Seriāls.
11.20 "Mājas supiem 2".
Dok.
filma cikls.
12.10 "Animācijas seriāli".
13.05 "Sausnesvece". Ģimenes
filma.
14.15 "Citādi latviskais. Latgales
godī". Atk.
14.40 "Ķepa uz sirds". Atk.
15.10 "Krustpunktā".
16.05 "Solījums 3".
Seriāls.
17.10 "Mīlas viesulis 20".
Seriāls.
18.00 "Dienas ziņas".
18.45 "Ielas garumā". Atk.
19.15 "Grāntčestera 4".
Detektīvseriāls.
20.00 "Panorāma".
20.40 "Frida Kalo".
Dok. filmu
cikls.
21.40 "Skārieta".
Daudzseriju
vēsturiska drāma.
23.10 "Nakts ziņas".
23.25 "Istās latvju saimniecies 9".
Izklaidejošs raid. Atk.
0.30 "Sargāj" savu tēvu zemi".
Dok. filma par robežsar-
dzes 100 gadu vēsturi.
1.35 "Zinātnes noslēpumi".
Dok.
filma cikls.
1.50 "Personība.
100 g kultūras". Atk.
2.40 "Ķepa uz sirds". Atk.
3.10 "Province". Atk.
4.10 "Kultūrdeva". Atk.

5.10 "Personība. 100 g kultūras".
Atk.
6.00 "Latvijas valsts himna".
6.03 "Eiropa fokusā. *Deutsche
Welle* žurnāls".
6.30 "Rīta Panorāma".
8.35 "Pa straumei. *Pliņtica*".
Atk.
9.30 "LV jaunatklāšanas
raidījums Te!": Atk.
11.20 "Personība.
100 g kultūras". Atk.
13.05 "Jaunās medmāsas 4".
Seriāls.
13.50 "Zinātnes noslēpumi".
Dok. filmu cikls.
14.10 "Eiropas meistarsacīkstes
futbolā sievietēm". Atk.
16.15 "Vienmēr formā. *Deutsche
Welle* žurnāls".
16.45 "Ķepa uz sirds". Atk.
17.45 "Nepatiesi apsūdzētie".
Dok. filmu cikls.
18.30 "Hallo, hallo! 5".
Situāciju
šovs.

TV3 Life

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izklaidejošs raidījums.
6.35 "Vēstnieka meita".
8.30 "Mani remonta noteikumi".
Realitātes šovs.
10.10 "UgunsGrēks 13".
Seriāls.
11.55 "Zem klāja 11".
Realitātes
šovs.

5.00 "Svešā seja 2".
Seriāls.
5.30 "Tīcīgo uzvaras balss".
Kristīgā programma.
6.00 "Izgaršo Latviju! 6".
Izkla

LTV 1	16' "Detektīvsēriāls. Agata Kristī. Mis Marplā". Detektīvsēriāls. "Sāļako". Vestems. "Eiropa fokusa". <i>Deutsche Welle</i> žurnāls". "Spēlmanu cilts. Fragmenti no izrādes <i>Noziegums un sods</i> ". Atk.	22.00 "Uz līnijas". Atk.	5.00 "Svešā seja 2". Sēriāls. "Tīcīgo uzvaras balss". 5.30 "Krievu programma. 6.00 "Izgaršo Latviju! 6". Izkl. raid. 6.30 "Vēstnīka meita". Sēriāls. 8.30 "Mani remonta noteikumi 4". Realitātes šovs. 9.40 "Ugunsgrēks 13". Sēriāls. 11.55 "Zem klāja 11". Realitātes šovs. 12.55 "Sievietes spēks". Sēriāls. 14.00 "Grietas anatomija 19". Sēriāls. 16.00 "Dzīvot nozīmē mīļēt". Sēriāls. 17.00 "Tu mani nesalauzi". Sēriāls. 19.00 "Nevaldāmās līgavas 10". Realitātes šovs. 20.00 "Mīlas stāsts zem olīvkoka". Romanitiska komēdija. 22.00 "Bīstamās sievietes". Dok. sēriāls. 23.00 "Iemīlēts Parīzē". Realitātes šovs. 24.00 "Ceļot bez robežām 5". 1.15 "Tu mani nesalauzi". Sēriāls. 3.15 "Svešā seja 2". Sēriāls.	6.00 "Svarīgais trīs minūtes". 6.03 "Preses klubs". Atk. 7.30 "Uz līnijas". Atk. 8.00 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 8.30 "Svarīgais trīs minūtes". 8.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk. 9.30 "Dienas personība". 10.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 10.03 "Preses klubs". Atk. 11.30 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 11.33 "Kur tas suns apraktis?". 12.30 "Uz līnijas". Atk. 13.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 13.03 "Preses klubs". Atk. 14.30 "Uz līnijas". Atk. 15.00 "Slepeni trumpji". Sēriāls. 15.03 "Kur tas suns apraktis?". 16.00 "Dienas personība". Atk. 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 "Dienas personība". Atk. 20.30 "Člīvēks. Ceļš. Drošība". 21.00 "Svarīgais trīs minūtes". 21.03 "Uzmanības centrā – ekonomika". Atk.
TV 3	5.00 "Izmekle Krārā". Sēriāls. 6.00 "Misters Bīns". Animācijas sēriāls. 6.25 "900 sekundes". 8.45 "Doktors Mārtins 10". Sēriāls. 9.50 "Brīvības sapņi". Sēriāls. 11.00 "Soli pa solim 5". Komēdijseriāls. 12.00 "Mani virtuves noslēpumi 6". Realitātes sēriāls. 13.45 "Istā vieta, īstais mājoklis 26". Realitātes sēriāls. 14.50 "Doktors Hauss 6". Sēriāls. 15.50 "Eiropa no putna lidojuma". Dok. sēriāls. 16.55 "Četri gultā 12". Realitātes šovs. 17.55 "McDonald's satūra atklājeji". 18.00 "TV3 ziņas īsumā". 18.10 "Labākais no labākajiem 11". Gordona Renzija šovs. 19.10 "Bez tabu". 20.00 "TV3 ziņas". 20.45 "Degpunktā 15". 21.10 "Slepeni trumpji". Sēriāls. 22.10 "Velni 2". Sēriāls. 23.20 "Nekā personīga. Falli 4". Informatīvi analītisks raidījums. Atk. 0.05 "Lūkums no kārtība: organizētā noziedzība 3". Sēriāls. 0.55 "Latvijas raidījums <i>Te!</i> ". 2.00 "Kobra 11-15". Sēriāls. 2.55 "Istā vieta, īstais mājoklis 26". Realitātes sēriāls. 4.00 "Četri gultā 12". Realitātes sēriāls.	22.00 "Uz līnijas". Atk. 22.30 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 23.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk. 23.03 "Preses klubs". Atk. 0.30 "Svarīgais trīs minūtes". 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 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 5.00 "Svarīgais trīs minūtes". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.	5.00 "ReTV ziņas". Atk. 5.30 "DOMMājas stāsti". 6.25 "Latvijas stāsti". 6.50 "Ceļot bez robežām 5". 7.20 "No Piena ceļa nākuši. Selija – identitāte". 7.45 "Gaidām ciemos!". 8.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". Atk. 9.00 "Mēs darām tā". 9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 10.15 "Skats no Ventspils". 10.50 "Gimenes skola". 11.25 "Māiā un sēta 5". 12.00 "DOMMājas stāsti". 13.00 "Lidaku ielenkīte 2". 14.00 "Aizkulisēs 3". 14.30 "Ceturā vara 2". 15.00 "ReTV ziņas trijos". 15.30 "Āzija 360°". 16.00 "Gaidām ciemos!". 16.30 "Člīvēki, darbi, tradīcijas Leļaskurzēnē". 17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 18.00 "Kāpēc?". 19.00 "Maksa LV". 19.15 "Autodroms". 19.50 "Autodroms". 20.25 "Brīvības sētas tagadi!". 21.00 "ReTV ziņas deviņos". 21.30 "100 gadi esības vējos". Dok. filma. 23.30 "Tā dzīvojam". 24.00 "Aizkulisēs 3". 0.30 "Maksa LV". 1.00 "Brīvības sētas tagadi!". 1.25 "DOMMājas stāsti". 2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 3.00 "Kāpēc?". Atk. 3.55 "Gamin <i>Predator Cup Labia 2024</i> ". 4.35 "Limbažu novads rada un dara".	
TV 3 Life	5.00 "Svešā seja 2". Sēriāls. 6.00 "Izgaršo Latviju! 6". Izkl. raid. 6.30 "Vēstnīka meita". Sēriāls. 8.30 "Mani remonta noteikumi 4". Realitātes šovs. 9.40 "Ugunsgrēks 13". Sēriāls. 11.55 "Zem klāja 11". Realitātes šovs. 12.55 "Sievietes spēks". Sēriāls. 14.00 "Grietas anatomija 19". Sēriāls. 16.00 "Dzīvot nozīmē mīļēt". Sēriāls. 17.00 "Tu mani nesalauzi". Sēriāls. 19.00 "Nevaldāmās līgavas 10". Realitātes šovs. 20.00 "Mīlas stāsts zem olīvkoka". Romanitiska komēdija. 22.00 "Bīstamās sievietes". Dok. sēriāls. 23.00 "Iemīlēts Parīzē". Realitātes šovs. 24.00 "Ceļot bez robežām 5". 1.15 "Tu mani nesalauzi". Sēriāls. 3.15 "Svešā seja 2". Sēriāls.	22.00 "Uz līnijas". Atk. 22.30 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 23.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk. 23.03 "Preses klubs". Atk. 0.30 "Svarīgais trīs minūtes". 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 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 5.00 "Svarīgais trīs minūtes". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.	5.00 "ReTV ziņas". Atk. 5.30 "DOMMājas stāsti". 6.25 "Latvijas stāsti". 6.50 "Ceļot bez robežām 5". 7.20 "No Piena ceļa nākuši. Selija – identitāte". 7.45 "Gaidām ciemos!". 8.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". Atk. 9.00 "Mēs darām tā". 9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 10.15 "Skats no Ventspils". 10.50 "Gimenes skola". 11.25 "Māiā un sēta 5". 12.00 "DOMMājas stāsti". 13.00 "Lidaku ielenkīte 2". 14.00 "Aizkulisēs 3". 14.30 "Ceturā vara 2". 15.00 "ReTV ziņas trijos". 15.30 "Āzija 360°". 16.00 "Gaidām ciemos!". 16.30 "Člīvēki, darbi, tradīcijas Leļaskurzēnē". 17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 18.00 "Kāpēc?". 19.00 "Maksa LV". 19.15 "Autodroms". 19.50 "Autodroms". 20.25 "Brīvības sētas tagadi!". 21.00 "ReTV ziņas deviņos". 21.30 "100 gadi esības vējos". Dok. filma. 23.30 "Tā dzīvojam". 24.00 "Aizkulisēs 3". 0.30 "Maksa LV". 1.00 "Brīvības sētas tagadi!". 1.25 "DOMMājas stāsti". 2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 3.00 "Kāpēc?". Atk. 3.55 "Gamin <i>Predator Cup Labia 2024</i> ". 4.35 "Limbažu novads rada un dara".	

LTV 1	6.00 "Latvijas valsts himna". 6.02 "Province". Atk. 6.30 "Rīta <i>Panorāma</i> ". 8.35 "Mīlas viesulis 20". Sēriāls. 9.30 "Solījums 3". Sēriāls. 10.30 "Jaunās medmāsas 4". Sēriāls. 11.15 "Viltus Berns". Romanitiska drāma. 12.50 "Animācijas sēriāls". 13.15 "Jelas garumā". Atk. 14.15 "12 elementi ainavā". Atk. 15.10 "Krustpunktā". 16.05 "Solījums 3". Sēriāls. 17.10 "Mīlas viesulis 20". Sēriāls. 18.00 "Dienas ziņas". 18.45 "Smalkais stils". Komēdijseriāls. 19.15 "Grantēstera 4". Detektīvsēriāls. 20.00 "Panorāma". 20.40 "Labākie gadi". Komēdijseriāls. 21.10 " <i>Latvijas Loto</i> izlozes". 21.20 "Jēlas un mazas radības 5". Sēriāls. 22.10 "Sīst 4". Sēriāls. 23.05 "Nakts ziņas". 23.20 "Vilkāču mantinieci". Drāma. 0.30 "Jēlas garumā". Atk. 1.30 "Latvietis. Paralelās pasaules". Atk. 2.25 "Zinātnes noslēpumi". Dok. filmu cikls. 2.40 "12 elementi ainavā". Atk. 3.40 "Vides fakti". Atk. 4.10 "Kultūrdeva". Atk.	22.00 "Uz līnijas". Atk. 22.30 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 23.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk. 23.03 "Preses klubs". Atk. 0.30 "Svarīgais trīs minūtes". 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 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 5.00 "Svarīgais trīs minūtes". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.	6.00 "Svarīgais trīs minūtes". 6.03 "Preses klubs". Atk. 7.30 "Uz līnijas". Atk. 8.00 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 8.30 "Svarīgais trīs minūtes". 8.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk. 9.30 "Dienas personība". 10.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 10.03 "Preses klubs". Atk. 11.30 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 11.33 "Kur tas suns apraktis?". 12.30 "Uz līnijas". Atk. 13.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 13.03 "Preses klubs". Atk. 14.30 "Uz līnijas". Atk. 15.00 "Slepeni trumpji". Sēriāls. 15.03 "Kur tas suns apraktis?". 16.00 "Dienas personība". Atk. 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 "Dienas personība". Atk. 20.30 "Člīvēks. Ceļš. Drošība". 21.00 "Svarīgais trīs minūtes". 21.03 "Uzmanības centrā – ekonomika". Atk.
TV 3	5.00 "Izmekle Krārā". Sēriāls. 6.00 "Misters Bīns". Animācijas sēriāls. 6.25 "900 sekundes". 8.45 "Doktors Mārtins 10". Sēriāls. 9.50 "Brīvības sapņi". Sēriāls. 11.00 "Soli pa solim 5". Komēdijseriāls. 12.00 "Mani virtuves noslēpumi 6". Realitātes sēriāls. 13.45 "Istā vieta, īstais mājoklis 26". Realitātes sēriāls. 14.50 "Doktors Hauss 6". Sēriāls. 15.50 "Eiropa no putna lidojuma". Dok. sēriāls. 16.55 "Četri gultā 12". Realitātes šovs. 17.55 "McDonald's satūra atklājeji". 18.00 "TV3 ziņas īsumā". 18.10 "Labākais no labākajiem 11". Gordona Renzija šovs. 19.10 "Bez tabu". 20.00 "TV3 ziņas". 20.45 "Degpunktā 15". 21.10 "Slepeni trumpji". Sēriāls. 22.10 "Velni 2". Sēriāls. 23.20 "Nekā personīga. Falli 4". Informatīvi analītisks raidījums. Atk. 0.05 "Lūkums no kārtība: organizētā noziedzība 3". Sēriāls. 0.55 "Latvijas raidījums <i>Te!</i> ". 2.00 "Kobra 11-15". Sēriāls. 2.55 "Istā vieta, īstais mājoklis 26". Realitātes sēriāls. 4.00 "Četri gultā 12". Realitātes sēriāls.	22.00 "Uz līnijas". Atk. 22.30 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 23.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk. 23.03 "Preses klubs". Atk. 0.30 "Svarīgais trīs minūtes". 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 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 5.00 "Svarīgais trīs minūtes". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.	5.00 "ReTV ziņas". Atk. 5.30 "DOMMājas stāsti". 6.25 "Latvijas stāsti". 6.50 "Ceļot bez robežām 5". 7.20 "No Piena ceļa nākuši. Selija – identitāte". 7.45 "Gaidām ciemos!". 8.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". Atk. 9.00 "Mēs darām tā". 9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 10.15 "Skats no Ventspils". 10.50 "Gimenes skola". 11.25 "Māiā un sēta 5". 12.00 "DOMMājas stāsti". 13.00 "Lidaku ielenkīte 2". 14.00 "Aizkulisēs 3". 14.30 "Ceturā vara 2". 15.00 "ReTV ziņas trijos". 15.30 "Āzija 360°". 16.00 "Gaidām ciemos!". 16.30 "Člīvēki, darbi, tradīcijas Leļaskurzēnē". 17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 18.00 "Kāpēc?". 19.00 "Maksa LV". 19.15 "Autodroms". 19.50 "Autodroms". 20.25 "Brīvības sētas tagadi!". 21.00 "ReTV ziņas deviņos". 21.30 "100 gadi esības vējos". Dok. filma. 23.30 "Tā dzīvojam". 24.00 "Aizkulisēs 3". 0.30 "Maksa LV". 1.00 "Brīvības sētas tagadi!". 1.25 "DOMMājas stāsti". 2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 3.00 "Kāpēc?". Atk. 3.55 "Gamin <i>Predator Cup Labia 2024</i> ". 4.35 "Limbažu novads rada un dara".
TV 3 Life	5.00 "Svešā seja 2". Sēriāls. 6.00 "Izgaršo Latviju! 6". Izkl. raid. 6.30 "Vēstnīka meita". Sēriāls. 8.30 "Mani remonta noteikumi 4". Realitātes šovs. 9.40 "Ugunsgrēks 13". Sēriāls. 11.55 "Zem klāja 11". Realitātes šovs. 12.55 "Sievietes spēks". Sēriāls. 14.00 "Grietas anatomija 19". Sēriāls. 16.00 "Dzīvot nozīmē mīļēt". Sēriāls. 17.00 "Tu mani nesalauzi". Sēriāls. 19.00 "Nevaldāmās līgavas 10". Realitātes šovs. 20.00 "Mīlas stāsts zem olīvkoka". Romanitiska komēdija. 22.00 "Bīstamās sievietes". Dok. sēriāls. 23.00 "Iemīlēts Parīzē". Realitātes šovs. 24.00 "Ceļot bez robežām 5". 1.15 "Tu mani nesalauzi". Sēriāls. 3.15 "Svešā seja 2". Sēriāls.	22.00 "Uz līnijas". Atk. 22.30 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 23.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk. 23.03 "Preses klubs". Atk. 0.30 "Svarīgais trīs minūtes". 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 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 5.00 "Svarīgais trīs minūtes". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.	5.00 "ReTV ziņas". Atk. 5.30 "DOMMājas stāsti". 6.25 "Latvijas stāsti". 6.50 "Ceļot bez robežām 5". 7.20 "No Piena ceļa nākuši. Selija – identitāte". 7.45 "Gaidām ciemos!". 8.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". Atk. 9.00 "Mēs darām tā". 9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 10.15 "Skats no Ventspils". 10.50 "Gimenes skola". 11.25 "Māiā un sēta 5". 12.00 "DOMMājas stāsti". 13.00 "Lidaku ielenkīte 2". 14.00 "Aizkulisēs 3". 14.30 "Ceturā vara 2". 15.00 "ReTV ziņas trijos". 15.30 "Āzija 360°". 16.00 "Gaidām ciemos!". 16.30 "Člīvēki, darbi, tradīcijas Leļaskurzēnē". 17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 18.00 "Kāpēc?". 19.00 "Maksa LV". 19.15 "Autodroms". 19.50 "Autodroms". 20.25 "Brīvības sētas tagadi!". 21.00 "ReTV ziņas deviņos". 21.30 "100 gadi esības vējos". Dok. filma. 23.30 "Tā dzīvojam". 24.00 "Aizkulisēs 3". 0.30 "Maksa LV". 1.00 "Brīvības sētas tagadi!". 1.25 "DOMMājas stāsti". 2.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 3.00 "Kāpēc?". Atk. 3.55 "Gamin <i>Predator Cup Labia 2024</i> ". 4.35 "Limbažu novads rada un dara".
LTV 7	5.10 "Personība. 100 g kultūras". Atk. 6.00 "Latvijas valsts himna". 6.03 "Projekts <i>Nākošie. Deutsche Welle</i> žurnāls". 6.30 "Rīta <i>Panorāma</i> ". 8.35 "Pa straumel. Mārupīte". Atk. 9.35 "TV jaunatklāšanas raidījums <i>Te!</i> ". Atk. 11.25 "Personība. 100 g kultūras". Atk. 13.10 "Jaunās medmāsas 4". Sēriāls. 13.55 "Eiropas meistarsacīkstes futbola sievietēm". Atk. 16.00 "Eiropa fokusa". <i>Deutsche Welle</i> žurnāls". 16.25 "Zemes stāsti". Atk. 16.55 "Martens Mārzēla: viņš pats". Dok. filma. 18.30 "Hallo, hallo! 5". Situāciju komēdija. 19.25 "Pa straumel 3". Atk. 20.25 "Mērdoka noslēpumi	22.00 "Uz līnijas". Atk. 22.30 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 23.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk. 23.03 "Preses klubs". Atk. 0.30 "Svarīgais trīs minūtes". 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 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 5.00 "Svarīgais trīs minūtes". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.	5.00 "Svarīgais trīs minūtes". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk. 6.00 "Svarīgais trīs minūtes". 6.03 "Preses klubs". Atk. 7.30 "Uz līnijas". Atk. 8.00 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 8.30 "Svarīgais trīs minūtes". 8.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk. 9.30 "Dienas personība". 10.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 10.03 "Preses klubs". Atk. 11.30 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 11.33 "Kur tas suns apraktis?". 12.30 "Uz līnijas". Atk. 13.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 13.03 "Preses klubs". Atk. 14.30 "Uz līnijas". Atk. 15.00 "Slepeni trumpji". Sēriāls. 15.03 "Kur tas suns apraktis?". 16.00 "Dienas personība". Atk. 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 "Dienas personība". Atk. 20.30 "Člīvēks. Ceļš. Drošība". 21.00 "Svarīgais trīs minūtes". 21.03 "Uzmanības centrā – ekonomika". Atk.
TV 24	6.00 "Svarīgais trīs minūtes". 6.03 "Preses klubs". Atk. 7.30 "Uz līnijas". Atk. 8.00 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 8.30 "Svarīgais trīs minūtes". 8.33 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk. 9.30 "Dienas personība". 10.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 10.03 "Preses klubs". Atk. 11.30 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 11.33 "Kur tas suns apraktis?". 12.30 "Uz līnijas". Atk. 13.00 "Viedokļi trīs minūtes". Atk. 13.03 "Preses klubs". Atk. 14.30 "Uz līnijas". Atk. 15.00 "Slepeni trumpji". Sēriāls. 15.03 "Kur tas suns apraktis?". 16.00 "Dienas personība". Atk. 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 "Dienas personība". Atk. 20.30 "Člīvēks. Ceļš. Drošība". 21.00 "Svarīgais trīs minūtes". 21.03 "Uzmanības centrā – ekonomika". Atk.	22.00 "Uz līnijas". Atk. 22.30 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 23.00 "Svarīgais trīs minūtes". Atk. 23.03 "Preses klubs". Atk. 0.30 "Svarīgais trīs minūtes". 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 "Ziņu <i>Top</i> ". Atk. 5.00 "Svarīgais trīs minūtes". 5.03 "Aktuālais par karadarbību Ukrainā". Atk.	5.00 "ReTV ziņas". Atk. 5.30 "DOMMājas stāsti". 6.25 "Latvijas stāsti". 6.50 "Ceļot bez robežām 5". 7.20 "No Piena ceļa nākuši. Selija – identitāte". 7.45 "Gaidām ciemos!". 8.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". Atk. 9.00 "Mēs darām tā". 9.15 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 10.15 "Skats no Ventspils". 10.50 "Gimenes skola". 11.25 "Māiā un sēta 5". 12.00 "DOMMājas stāsti". 13.00 "Lidaku ielenkīte 2". 14.00 "Aizkulisēs 3". 14.30 "Ceturā vara 2". 15.00 "ReTV ziņas trijos". 15.30 "Āzija 360°". 16.00 "Gaidām ciemos!". 16.30 "Člīvēki, darbi, tradīcijas Leļaskurzēnē". 17.00 "Reģionālās televīzijas piedāvā". 18.00 "Kāpēc?". 18.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". 19.00 "ReTV ziņas septiņos". 19.15 "No Piena ceļa nākuši. Selija – identitāte". 19.50 "Člīvēki, darbi, tradīcijas Leļaskurzēnē". 20.25 "Ceļot bez robežām 5". 21.00 "ReTV ziņas deviņos". 21.30 "Prāta banka". TV spēle. 22.40 "Copes lietas 2". 23.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". Atk. 24.00 Par Liepāju un iepānīkiem". 18.00 "Mēs darām tā". 18.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". 19.00 "ReTV ziņas septiņos". 19.15 "No Piena ceļa nākuši. Selija – identitāte". 19.50 "Člīvēki, darbi, tradīcijas Leļaskurzēnē". 20.25 "Ceļot bez robežām 5". 21.00 "ReTV ziņas deviņos". 21.30 "Prāta banka". TV spēle. 22.40 "Copes lietas 2". 23.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". Atk. 24.00 Par Liepāju un iepānīkiem". 18.00 "Mēs darām tā". 18.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". 19.00 "ReTV ziņas septiņos". 19.15 "No Piena ceļa nākuši. Selija – identitāte". 19.50 "Člīvēki, darbi, tradīcijas Leļaskurzēnē". 20.25 "Ceļot bez robežām 5". 21.00 "ReTV ziņas deviņos". 21.30 "Prāta banka". TV spēle. 22.40 "Copes lietas 2". 23.15 "Sprīd ar <i>Delfi</i> ". Atk. 24.00 Par Liepāju un iepānīkiem".



Siena teica, ka es viņai visu atrahņāju un esot sabojājis. Kā es to varēju izdarīt, ja mēs nekar pat nebijām aizbrucāši, jo es visu naudu kazino nospēēju?

vai brāli!

“Mediju atbalsta
fonda ieguldījums no
Latvijas valsts
budžeta līdzekļiem”

MAF
Mediju atbalsta fonds

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

Dēlu audzina par labu cilvēku

LAURA un MĀRTIŅŠ LOČMEĻI Vectilžas pagastā audzina dēliņu **PAULU**. Tā kā puika vēl tikai māsas runāt, viņš vēl nav prasījis ne brāli, ne māsu. Pašā vasaras sākumā Paulam nosvinēta divu gadu dzimšanas diena, viņš ir uzsācis gaitas Balvu pirmsskolas izglītības iestādē “Sienāzītis”.

Kā, jūsuprāt, ir labāk – augt vienam vai kopā ar brāli, māsu?

LAURA: – Augu trīs bērnu ģimenē, esmu jaunākā. Man ir gan brālis, gan māsa. Iespējams, tieši tāpēc nekad neesmu gribējusi vēl kādu brāli vai māsu. Manuprāt, ir labāk, ja ģimenē aug vismaz divi bērni.

MĀRTIŅŠ: – Ģimenē augām trīs bērni, esmu vidējais. Ar brāli kopā augām ļoti draudzīgi, lielu strīdu nebija. Māsa ir 10 gadus jaunāka, tādēļ bieži sanāca viņu pieskatīt un būt atbildīgam. Neatceros, ka būtu vēlējis ģimenē vēl vienu māsu. Tā kā māsa bija ļoti maza, tas šķita jauki. Uzskatu, ka ģimenē būtu jābūt vismaz diviem bērniem.

Vai jau bērnībā domājat, cik bērnu vēlētos savā ģimenē?

LAURA: – Šķiet, kopš bērnības neesmu mainījusi domas par to, ka savā ģimenē vēlētos divus bērnus. Tas tāpēc, ka mums ar māsu katru dienu bija jācīnās par vecākā brāļa uzmanību, jo ģimenē bijām trīs bērni.

MĀRTIŅŠ: – Vienmēr esmu vēlējis divus bērnus, lai vienam nebūtu garlaicīgi, kā arī lai iemācītos dalīties. Vairāk par diviem bērniem laikam pašlaik negribētu, lai varētu abiem kvalitatīvi un pilnvērtīgi veltīt laiku.

Kad veidojāt ģimeni, pārrunājāt, cik bērnus vēlētos izaudzināt?

LAURA: – Kad izveidojām ģimeni, abi bijām 28 gadus jauni. Bijām kaut kad runājuši par to, cik bērnus vēlētos izaudzināt, bet konkrēts skaits nav mērķis, jo dzīvē nekas nav paredzams. Domas abiem sakrita, ka vēlētos izaudzināt vismaz divus bērnus. Ja kāds jautā par ģimenes pieaugumu, vienmēr atbildu, ka viss ir Dieva rokās. Jā, pieļaujam, ka Paulam kādreiz būs brālis vai māsa, vai abi divi.

Kā vērtējat demogrāfisko situāciju Latvijā? Kāpēc bērnu skaits ģimenēs samazinās?

– Aizdomājoties par šo situāciju, paliek skumji. Ne velti tagad ģimenes, kurās aug viens bērns, sauc par modernām ģimenēm. Bērnu skaits samazinās, jo palielinājušās audzināšanas izmaksas un ekonomiskā nenoteiktība, kā arī mainījušās sabiedrības

vērtības, dodot priekšroku karjerai, izglītībai un individuālai pašrealizācijai.

Kas, jūsuprāt, ietekmē vecāku izvēli audzināt vairākus bērnus ģimenē? Vai, apzinoties reālo situāciju, varam teikt, ka Latvija pamazām izmirst?

– Vecāku izvēli audzināt vairākus bērnus ģimenē galvenokārt ietekmē ekonomiskā stabilitāte un valsts atbalsts, sociālā un emocionālā motivācija, pieejama un kvalitatīva bērnu aprūpe, kā arī dzīvesvieta un infrastruktūra. Ne mazāk svarīgs ir partnerattiecību stiprums un ģimenes vērtības.

Pat negribas domāt par izmiršanu, bet, apzinoties reālo situāciju ar zemo dzimstību, augsto mirstību un emigrāciju, viss var novest pie izmirstošas sabiedrības, ja, protams, netiks veiktas būtiskas un efektīvas izmaiņas.

Kas varētu palīdzēt ģimenēm pieņemt lēmumu – dzemdēt un audzināt vairāk bērnu? Tie būtu lielāki pabalsti vai kas cits?

– Viens no svarīgākajiem faktoriem tiešām būtu lielāki pabalsti. Šķiet smieklīgi, bet mēs ar pabalstu, kuru šobrīd saņemam no valsts par vienu bērnu, nespējam nosegt pat bērnudārza mēneša izmaksas, nemaz nerunājot par to, ka bērnam ir vajadzība pēc pārtikas, apģērba, veselības aprūpes utt.

Vai piekrītat, ka viens bērns ģimenē tiek vairāk lutināts, ka viņam nav vajadzības dalīties (piemēram, ar rotaļlietām, saldumiem) ar citiem? Kā ir jūsu ģimenē?

– Piekrītam, ka viens bērns ģimenē tiek vairāk lutināts, bet dalīšanās ir jāmača arī tad, ja ģimenē aug viens bērns. Tas nenozīmē, ka viens bērns obligāti izaugs egoistisks vai nemācēs dalīties. Viss atkarīgs no vecāku audzināšanas. Vecāki var apzināti mācīt bērnam dalīties, veicināt socializēšanos ar citiem bērniem ārpus ģimenes un radīt situācijas, kurās bērns mācās sadarboties, ko mēs mācām arī Paulam.

Kādas vērtības ir svarīgas jūsu ģimenē? Vai piekrītat teicējam, ka bērni māca vecākus?

– Dēlu audzinām par labu cilvēku – tādu, kurš mīl un ciena, kurš uzticas, kurš neraustīs meitenes aiz bizēm un kuru nebauda darbs. Jau tagad var saprast, ka aug puisis, kuram stiprā puse būs tehniskā domāšana, jo tētis viņu iesaista visos darbos. Vēlamies, lai viņš izaug par drosmīgu personību, kas vienmēr tiecas pēc zināšanām, palīdz citiem grūtībās un stāv par taisnīgumu. Mūsu mērķis ir audzināt viņu par atbildīgu vīrieti, kurš cienīs sevi, apkārtējos un spēs pieņemt gudrus lēmumus.

Ko novēlat jaunajām ģimenēm un valstij, domājot



Foto - no personīgā arhīva

Ločmeļu ģimene. Paula vecāki uzskata, ka valsti nepieciešama mērķtiecīga rīcība, kas balstīta uz ģimeņu reālajām vajadzībām. Tikai tad Latvija var cerēt uz demogrāfiskās situācijas uzlabošanu un valsts ilgspēju.

par demogrāfiju?

– Jaunajām ģimenēm novēlam drosmi un optimismu, veidojot ģimeni un audzinot bērnus. Lai ir savstarpējs atbalsts un stipras attiecības, kas ir pamats jebkuras ģimenes laimei un izaugsmei! Lai jūsu izvēle par bērnu skaitu nāk no sirds, nevis tikai tāpēc, ka tam tā jābūt.

Savukārt valstij novēlam stratēģisku un ilgtermiņa redzējumu, kas nebeidzas ar katrām vēlēšanām. Ir būtiski izveidot visaptverošu un stabilu atbalsta sistēmu ģimenēm, kas ietver adekvātus finansiālus pabalstus un elastīgus darba nosacījumus vecākiem. Būtiski ir arī uzlabot veselības aprūpes un izglītības pieejamību, veicināt pozitīvu sabiedrības attieksmi pret daudz bērnu ģimenēm.

Eksperta komentārs

Vienīgie bērni – patstāvīgi un neatkarīgi



IVETA GARGURNE, ģimenes un sistēmiskā psihoterapijas speciāliste

– Katrai ģimenei ir savi apstākļi, vērtības un izpratne par bērnu audzināšanu. Jaunajiem vecākiem ir savi personiskie mērķi un augsta atbildība par to, kā viņi audzinās bērnu, ko spēš viņam nodrošināt. Bieži vien cilvēki izvēlas par vecākiem kļūt pēc trīsdesmit gadu vecuma. Citreiz tās ir veselības problēmas, citreiz nostrādā savā bērnībā iegūtā pieredze. Savā darbā novēroju, ka vecāki ietekmējas no dažādu ekspertu viedokļiem par to, “kā pareizi audzināt”, rodas trauksme un nedrošība. Sak’, labāk izaudzināšu vienu, bet ‘pareizi’. Cilvēks ikdienā nedomā, kā un vai viņš uzlabo demogrāfiju. Cilvēki dzīvo un vadās no savām vēlmēm un vajadzībām.

Vai vecāki, kuri nolēmuši audzināt vienu bērnu, var mainīt lēmumu? Iespējams, finansiāls atbalsts vai pozitīva, labvēlīga sabiedrības interese kopumā varētu mainīt situāciju. Bērni jāmīl ne tikai vecākiem, bet arī sabiedrībai kopumā jāciena un jāmīl

savi bērni. Tā tas ir pie daudzām tautām. Pie mums laiku pa laikam var novērot, ka bērni ir apgrūtinājums. Tāds uzskats *nosēžas*.

Daudz mītu par to, kādi izaug vienīgie bērni. Bērns izaugs tāds, kāds būs viņa temperaments, kā viņu audzinās. Pētījumi norāda, ka vienīgie bērni izaug patstāvīgi un neatkarīgi. Viņiem ģimenē nav iespējams veidot koalīciju ar citiem bērniem, tāpēc viņi agri kļūst par “maziem pieaugušajiem”. Iespējams, ka vienīgais bērns būs līderis. Vienīgā bērna izredzes būt skopolim un egoistam (vislielākais mīts) ir tādas pašas kā jebkuram bērnam. Vienīgajam vecāki dod visu, un kā gan viņiem citādi rīkoties? Pieaugot rodas sajūta, ka “man ir viss un es varu dot visu”.

Vienīgais bērns ir bērns. Tas nav ne labi, ne slikti. Dažkārt grūti ir vecākiem bērniem, citreiz vidējie paliek bez ievēribas. Vienīgais bērns veido savu dzīvi pats un negaida uz atbalstu.

Vai vecākiem būtu īpaši jāpieverš kaut kam uzmanība, audzinot ģimenē vienu bērnu? Nekas vairāk, kā audzinot vairākus bērnus ģimenē. Jebkuram bērnam jāmača strādāt, jāmača pieklājība, atbildība un patstāvība. Ja bērns iegūst šo pamatu ģimenē, tad pieaudzis viņš spēš labi dzīvot.

Vecākiem bērnam nav jāpaskaidro savi lēmumi, arī lēmums, ka viņam nebūs brāļa vai māsas. Ja ģimenē būs viens bērns, tad tas ir

vecāku lēmums, un tas ir respektējams. Tas ir paziņojums, kas bērnam jāpieņem. Pieredze liecina, ka bērni respektē vecāku skaidrus, konkrētus lēmumus. Vecākiem nav jājūtas vainīgiem bērna priekšā par savu lēmumu audzināt vienu bērnu.

Arī es esmu vienīgais bērns saviem vecākiem un nekad neesmu izjutusi vajadzību pēc brāļa vai māsas. Esmu pie tā vienkārši pieradusi, un man tas ir pieņemami un labi. Arī kā bērns nekad neprasīju, kāpēc esmu viena. Tantes bieži jautāja, vai tad man nevajagot māsiņu, un es vienmēr skaidri atbildēju: “Nē, nevajag!” Man bija brīnišķīgi vecāki, un neatceros, ka kādreiz būtu juties vientuļa. Līdz šim brīdim dzīvoju un zinu, ka pašauties varu tikai uz sevi. Arī strādāt man iemācīja, un dalīties es protu.

Mana pieredze, strādājot ar ģimenēm, ir dažāda. Kopumā jaunās ģimenes nav noskaņotas pret bērniem. Ģimene vēlas dzīvot komfortā un tā audzināt arī bērnu. Cilvēki rēķina, ko var atļauties. Ne visi vēlas būt *izkrituši* no dzīves, kamēr mazie paaugas. Dažkārt tiešām baidās – vai darīsim visu pareizi, vai būsīm labi vecāki (sabiedrības spiediens). Nav svarīgi, jums ir viens vai vairāki bērni, svarīgi, lai katram vecākam pietiek enerģijas izaudzināt krietnu cilvēku – laimīgu, domājošu un stipru! Lai visiem vecākiem spēks un sirds pilna mīlestības!

Svētūnes pamatskolas salidojums

Neizpalika sarkans goda paklājs

Pašā siena laikā, kad zied liepas, smaržo vigriežu plavas, skan griezes dziesma agri no rīta, Svētūnes ezera krastā 12.jūlija pusdienlaikā pulcējās skolas salidojuma dalībnieki.

Lai arī rosība ezera krastā jau sākās iepriekšējā vakarā un turpinājās sestdien agri no rīta, svinīgais pasākums sākās ap plkst. 14.00. Dalībnieki pamazām, bez lielas steigas pulcējās, jo gaisā virmoja satraukuma pilna un priecīga aura. Visi, kas ieradās, centās atpazīt pārējos dalībniekus. Bija kolosāli vērot, kā cilvēki smaida, sveicinās, sarokojas un apkampjas. Svētku svinīgākais brīdis sākās plkst. 15.00, kad ieradās mūsu skolotāja Felicija Rancāne. Lai šis brīdis būtu īpaši jauks un saviļņojošs, visi skolēni dziedāja "Valodzīti", tika uzklāts sarkans paklājs. Mūsu mīļajai skolotājai sarūpējām īpašu krēslu, lai viņa mums būtu pašā uzmanības centrā.

Neiztika, protams, arī bez prieka un saviļņojuma asarām. Citādāk jau nevarētu būt, jo mūsu skolotājai maijā apritēja 98 gadi. Prieks, ka viņa atrada spēku un izturību, lai varētu mūs pagodināt ar savu klātbūtni. Tad sekoja dalībnieku apsveikumi, sarunas ar skolotāju. Visi ļoti vēlējas zināt, vai skolotāja vēl viņus atceras. Apbrīnojama ir viņas atmiņa, jo spēja mūs visus atpazīt un atcerēties. Prieks, ka mūsu vidū bija dalībnieki, kas muzicē, jo tik jauki skanēja mūsu kopīgi dziedātās dziesmas akordeona pavadījumā! Laiks skrēja vēja spārnītiem, cienājoties ar pašu sagādātajiem ciemakukuļiem, plāpājot, jokojoties, dziedot un dejojot. Neiztikām arī bez lielā zupas katla. Fotografēti ķēra momentus no visa notiekošā dažādos brīžos. Bija interesanti vērot, kā katrs ciems gribēja nobildēties, lai pēc tam atcerētos, cik tad viņu īstenībā ir bijis agrāk un tagad. Veidojās grupiņas pa klasēm, kas nu kopā kādreiz bija mācījušies. Saprātām, ka dzīve nav stāvējusi uz vietas, jo bija klases, kas ieradās 4-6 cilvēku sastāvā, kā arī klases, kuru pārstāvēja tikai viens bijušais skolēns.

Pasākumu papildināja Māra Keiša muzicēšana vairāku stundu garumā. Dalībnieki varēja izlocīt kājas, padziedāt līdzī. Ezera krastā tas bija skaisti un skanīgi! Svētki turpinājās līdz vēlai naktij, jo visi ļoti vēlējas pabūt kopā. Pasākuma gaitā klātesošie pierakstījās speciālā reģistrācijas lapā, lai pēc tam redzētu, kur nu kurš tagad esam. Izveidojām arī Svētūnes skolas atmiņu albumu, kur katrs, kas vēlējas, varēja ierakstīt savas atmiņas, savu dzīvesstāstu. Šo albumu glabāsim Baltinavas muzejā, lai tas būtu pieejams ikvienam. Pasākuma vecākā dalībniene, protams, bija skolotāja Felicija (98 gadi), bet no skolēniem vecākā bija 1946.gadā dzimusi Marija Keiša. Toties atmiņas bija atsūtījuši 1932.gadā dzimusi Emīlija Daukste. Var tikai pabrīnīties par viņas atmiņu, cik daudz tā glabā no skolas laikiem.

Skolas vēsturi centāmiem iepriekš noskaidrot Baltinavas muzejā, kā arī uz klausot vecāko cilvēku stāstījumus, apkopojot fotogrāfijas. Svētūnes pamatskola sākusi darboties 1934.gadā. Skolas pārzinis bija Anatols Bražinskis (vēlāk Bērups). Ir darbojusies arī kara laikā, tad skolotāja bijusi Otilija Macāne no Viļakas. Vienu brīdi skolā bijušas sešas klases, bet pēckara gados – vairs tikai četras. Pēdējos pastāvēšanas gados skolā bija trīs klases. Skolu slēdza 1978.gadā. Pašlaik skolas ēka vairs nav saglabājusies, jo cieta ugunsgrēkā. Svētūnes pamatskolas salidojums raisīja siltas, nostalgiskas un brīnišķīgas atmiņas par mūsu bērnību un jaunību. Nākamajā dienā mūsu sarakstē nāca ziņa pēc ziņas ar jaukām pateicībām. Piemēram, no Pētera Igauna: "Vai pirms 70-60-50 gadiem mēs un arī skolotāja varēja iedomāties, ka kādā siltā, jaukā vasaras vakarā to sumināsim un paši liksmosim Svētūnes ezera krastā?!"



Četrklasīgā pamatskola. 1939.gadā skolēnus mācīja divi skolotāji. Viens no viņiem bija Jēkabs Tuviķene. Fotografēšanās dienā ar skolēniem nofotografējās arī ārsts Jaundzems un medmāsa.



Kopbilde. 2025.gada 12.jūlijs paliks ilgi salidojuma dalībnieku atmiņās.



Reiz bija. Svētūnes pamatskola.



Atkaltikšanās prieks. Skolotājas sveikšana pa klasēm.



Attālināti sveiceni. Klātesošie Felicijai Rancānei nolāsīja apsveikumus no tiem skolēniem, kuri nevarēja ierasties uz salidojumu.



Vēsturisks ieskats. Bildē redzama Felicija, kad uzsāka daba gaitas skolā.

Lappusi sagatavoja Anna Kaņepe

Viļakas pārvalde mājup pārved bronzu

Aizvadītas Valsts robežsardzes sporta spēles



Foto - no personīgā arhīva



Foto - no personīgā arhīva

Sporta sezonas noslēgumā. No kreisās puses – Viļakas pārvaldes komanda un epizode no spēkavīru sacensībām. Sportisku aktivitāšu, jautrības un kvalitatīvas atpūtas netrūka nevienam – nedz pieaugušajiem, nedz arī robežsargu atvasēm!

No 25. līdz 27. jūlijam atpūtas kompleksā “Dzerkaļi”, Ludzas novadā, notika Valsts robežsardzes XXI sporta sezonas noslēguma sacensības, kurās piedalījās Valsts robežsardzes Galvenās, Viļakas, Ludzas, Daugavpils, Rīgas, Ventspils, Aviācijas un speciālo operāciju pārvaldes un Valsts robežsardzes koledžas personāls – kopumā 924 dalībnieki, tostarp 293 bērni.

Sacensību programmā bija plašs sporta disciplīnu klāsts, kas ļāva dalībniekiem pārbaudīt savas spējas gan individuāli, gan arī komandās. Proti, individuālajās aktivitātēs pieaugušie varēja piedalīties maksšķerēšanā, šautriņu mešanā, disku golfā, svaru stieņa spiešanā guļus un orientēšanās labirintā, bet komandu sporta veidos – volejbolā ar dvieļiem, tautas bumbā, spaikbolā, minusu strītbolā, novusā, spēka vīru pārbaudījumos un jautrības kombinētajā stafetē. Bērniem un ģimenēm bija nodrošinātas atsevišķas disciplīnas – šautriņu mešana, disku golfs un orientēšanās labirints. Papildus sacensību programmā bija iekļautas “Priekšnieku sacensības” un tradicionālais supermačs volejbolā, kurā spēkiem mērojās Valsts robežsardzes Galvenās pārvaldes vadība, teritoriālo pārvalžu priekšnieki un Valsts robežsardzes koledžas direktors. Tāpat sportiskā pasākuma dalībnieki varēja vērot Valsts robežsardzes kinologu un suņu paraugdemonstrējumus.

Pagājušajās sporta sezonas noslēguma sacensībās par uzvarētājiem kļuva Valsts robežsardzes koledža, taču šogad uzvaras laurus plūca un 1. vietas kausu pelnīti ieguva Ludzas pārvalde, kas izcēlās ar lielisku sniegumu. 2. vietā ierindojās Aviācijas un speciālo operāciju pārvalde, bet 3. vietas godalgas ieguva Viļakas pārvalde. Ārpus medaļniekiem šoreiz palika Daugavpils pārvaldes robežsargi, kuri ierindojās 4. vietā, Galvenā pārvalde – 5. vieta, Rīgas pārvalde – 6. vieta, Ventspils pārvalde – 7. vieta un Valsts robežsardzes koledža, kas šoreiz samierinājās ar 8. vietu.

Viļakas pārvaldes rezultāti komandu sporta veidos

Volejbols (ar aizvērtu tīklu un dvieļiem): RAITIS ŠTOTAKS, ALEKSANDRS AGAŅKOVS, ELVITA LĪBIETE, AGNIJA BRIEDĪTE – **3.vieta**

Tautas bumba: RAITIS ŠTOTAKS, ARVIS KUDURS, VALTERS LOGINS, JĀNIS KOSOLAPOVS, LAURA CIRCENE, AGNIJA BRIEDĪTE – **3.vieta**

Spikeball: SANDRIS STAŅISLAVSKIS, TATJANA SILINEVIČA – **3.vieta**

Novuss: VOLDEMĀRS ŠIMANOVSKIS, SERGEJS ZEĻENOVSKIS – **5.vieta**

Jautrības kombinētā stafete: ARVIS KUDURS, DAIRIS DUĻBINSKIS, ANDREJS STEPANOVŠ, ALISE BAČUKA, AIVA AGNESE BRIEDE – **2.vieta**

Spēkavīra sacensības: AIGARS CĪRULIS, EDGARS PRANCĀNS – **4.vieta**

Mīnusu strītbols: VOLDEMĀRS ŠIMANOVSKIS, SERGEJS ZEĻENOVSKIS, RAITIS ŠTOTAKS, TATJANA SILINEVIČA, AIVA AGNESE BRIEDE – **7.vieta**

Piešķir finansējumu

Negaiss posta baznīcu

28. jūlijā notika ārkārtas Balvu novada domes sēde, kurā deputāti izskatīja četrus jautājumus.

Vienā no tām tika nolemts Viļakas Vissvētās Dievmātes Patvēruma pareizticīgo draudzei piešķirt 2 187,68 eiro baznīcas torņa jumta remontdarbiem, par finansējuma piešķiršanu slēdzot līgumu ar baznīcas draudzi. Tornis tika bojāts negaisa laikā, un naudas līdzekļus piešķir no Balvu novada pašvaldības 2025. gada pamatbudžetā apstiprinātās tāmes “Finansējums nevalstiskajām organizācijām projektu īstenošanai”.

Baznīcas draudzes vecākais LEONIDS CVETKOVŠ sarunā ar laikraksta “Vaduguns” žurnālistu pastāstīja, ka vētras laikā bojāti 20 kvadrātmetri no baznīcas torņa jumta: “No jumta izrautos metāla gabalus vējš izsvaidīja baznīcas apkārtnē, kurus devāmies meklēt. Tobrid, kā vēsta fiksētie rādījumi, vēja ātrums bija līdz 40 metriem sekundē. Tā bija ļoti spēcīga vētra. Protams, jumtu vairs neatjaunosim no vecā jumta seguma, bet tas būs pilnīgi jauns. Papildus pašvaldības piešķirtajai naudai būs arī līdzfinansējums no draudzes naudas. Remontdarbi varētu uzsākties augusta vidū. Iepriekšējie apjomīgākie remontdarbi baznīcai bija pirms apmēram desmit gadiem. Savukārt šobrīd nepieciešams, piemēram,

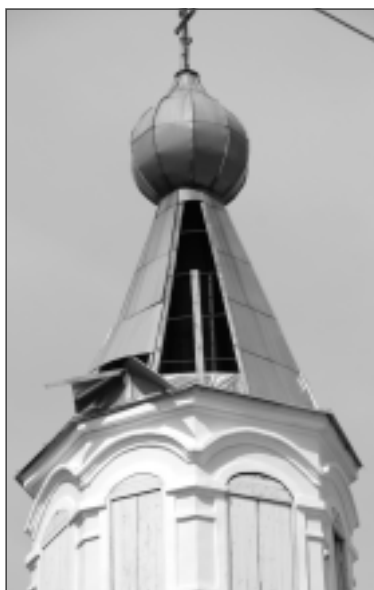


Foto - A. Kirsanovs

Torņa bojājumi. Viļakas pareizticīgo baznīca uzcelta 1871. gadā un atrodas Viļakas pilsētas augstākajā punktā – 120 metrus virs jūras līmeņa. 1964. gadā baznīca nodega, bet 90. gados – atjaunota.

uzlabot fasādi un sakārtot notekūdeņu sistēmu. Šiem mērķiem ceram piesaistīt projektu finansējumu ar Nacionālās kultūras mantojuma pārvaldes starpniecību,” darīja zināmu L. Cvetkovs.

Informē policija

Brauc dzērumā ar velosipēdu

25. jūlijā Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes Ziemeļlatgales iecirkņa amatpersonas Viļakā pamanīja personu, kura vadīja velosipēdu “Aist” un veica aizdomīgus manevrus. Likumsargi, pārbaudot vīrieti, konstatēja, ka viņš atrodas 1,83 promiļu reibumā.

28. jūlijā Valsts policijas Ziemeļlatgales iecirkņa amatpersonas Žīguru pagastā pamanīja personu, kura brauca ar velosipēdu “Tunturi” un veica aizdomīgus manevrus. Likumsargi, pārbaudot vīrieti, konstatēja, ka viņš atrodas 2,19 promiļu reibumā.

30. jūlijā Valsts policijas Ziemeļlatgales iecirkņa amatpersonas Viļakas pagastā, virzienā no Liepu ielas uz Kārsavas ielu, pamanīja velosipēda vadītāju, kurš veica aizdomīgus manevrus. Likumsargi, pārbaudot vīrieti, konstatēja, ka viņš atrodas 1,86 promiļu reibumā. Visos trīs gadījumos uzsākti administratīvā pārkāpuma procesi.

Informē ugunsdzēsēji

Deg elektrolīnijas balsts un lūzt koki

24. jūlijā pulksten 18 Rugāju pagastā dega elektrolīnijas balsts 1 m² platībā. Šajā pašā dienā ugunsdzēsēji glābēji Baltinavas pagastā sazāģēja un no brauktuvēm novāca nolūzušus kokus.

Dievkalpojumi augustā

Katoļu draudzēs

Balvos: 3.augustā – parastā liturģiskā laikposma XVIII svētdiena, Sv.Mise plkst. 8.00 un plkst. 12.00 (ziedojami garīgajam semināram, pēc summas procesijas); 10.augustā – parastā liturģiskā laikposma XIX svētdiena; Sv.Mise plkst. 8.00 un plkst. 12.00; 14.augustā plkst. 7.30; 15.augustā – Vissv. Jaunavas Marijas Uzņemšana Debesīs, Sv.Mise plkst. 19.00 (svētība lauku zālēm, augļiem); 17.augustā – parastā liturģiskā laikposma XX svētdiena, Sv.Mise plkst. 8.00 un plkst. 12.00; 24.augustā – parastā liturģiskā laikposma XXI svētdiena, Sv.Mise plkst. 8.00 un plkst. 12.00; 31.augustā – parastā liturģiskā laikposma XXII svētdiena, Sv.Mise plkst. 8.00 un plkst. 12.00 (pēc summas svētība skolniekiem, studentiem un skolotājiem, jauno mācību gadu uzsākot).

Balvu pansionātā: 1.augustā – Sv.Mise pansionātā plkst. 11.00.

Bēržos: 3.augustā plkst. 9.30; 10.augustā plkst. 10.00; 17.augustā plkst. 9.30; 24.augustā plkst. 10.00; 31.augustā plkst. 10.00.

Augustovā: 3.augustā plkst. 12.00; 10.augustā plkst. 12.00; 17.augustā plkst. 12.00.

Rugājos: 3.augustā plkst. 14.00; 17.augustā plkst. 14.00.

Krišjānos: 10.augustā plkst. 15.00; 24.augustā plkst. 13.00.

Skujetniekos: 8.augustā plkst. 12.00.

Šķilbēnos: 6.augustā – Kunga Pārveidošanās plkst. 18.00; 10.augustā plkst. 10.00; 17.augustā plkst. 10.00; 24.augustā plkst. 10.00; 31.augustā plkst. 10.00 lūgšimies par skolām, skolotājiem un skolēniem.

Baltinavā: 2.augustā – Vissvētākā Jaunava Marija, Eņģeļu Karaliene plkst. 10.00; 3.augustā – V.E. Jāņa Buļa vizitācija Baltinavas draudzē, Svēta Mise ar Iestiprināšanas sakramentu, Euharistiska procesija plkst. 12.00; 6.augustā – Kunga Pārveidošanās plkst. 19.00; 10.augustā plkst. 12.00; 15.augustā – Vissv. Jaunavas Marijas Uzņemšana Debesīs plkst. 20.00; 17.augustā plkst. 12.00; 24.augustā plkst. 12.00; 31.augustā plkst. 12.00 lūgšimies par skolām, skolotājiem un skolēniem.

Tilžā: 10.augustā plkst. 14.30; 17.augustā plkst. 14.30; 24.augustā plkst. 14.30; 31.augustā plkst. 14.30 lūgšimies par skolām, skolotājiem un skolēniem.

Viļakā: 2.augustā – koncerts plkst. 16.00; 3.augustā – parastā liturģiskā laikposma XVIII svētdiena, Sv.Mise plkst. 11.00 (kapusvētki Viļakas kapos ap plkst. 12.30); 10.augustā – parastā liturģiskā laikposma XIX svētdiena, Sv.Mise plkst. 11.00; 14.augustā – Sv. Meinarda svētki, Sv.Mise plkst. 11.00 (procesija uz Viļakas ezera salas, sākums plkst. 19.30 salā); 15.augustā – Vissvētākās Jaunavas Marijas Debesīs Uzņemšanas svētki, Sv.Mise plkst. 11.00 (procesija un zāļu svētīšana); 17.augustā – parastā liturģiskā laikposma XX svētdiena, Sv.Mise plkst. 11.00; 24.augustā – Parastā liturģiskā laikposma XXI svētdiena, Sv.Mise plkst. 11.00; 31.augustā – parastā liturģiskā laikposma XXII svētdiena, Sv.Mise plkst. 11.00 (svētība skolniekiem, studentiem un pedagogiem).

Luteriskajās draudzēs

Balvos: 3.augustā – Svētdienas dievkalpojums (bez Dievgalda) plkst. 10.00; 10.augustā – Svētdienas dievkalpojums plkst. 10.00; 17.augustā – Svētdienas dievkalpojums (bez Dievgalda) plkst. 10.00; 24.augustā – Svētdienas dievkalpojums plkst. 10.00; 31.augustā – jaunā mācību gada sākuma dievkalpojums plkst. 10.00.

Tilžā: 31.augustā – jaunā mācību gada sākuma dievkalpojums plkst. 13.00.

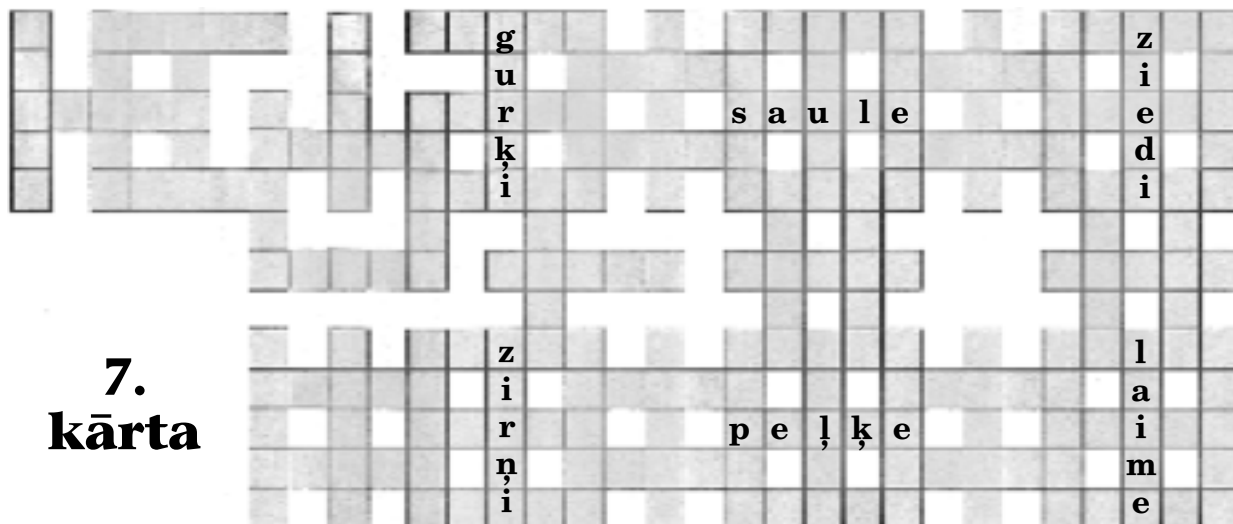
Viļakā: 31.augustā – Svētdienas dievkalpojums plkst. 16.00.

Kārsavā: 10.augustā – Svētdienas dievkalpojums plkst. 14.00.



Maģiskie vārdi

Uzdevums: visus maģiskos vārdus ierakstīt krustvārdu mīklai līdzīgā tabulā. Uzvarētāju gaida pārsteiguma balva.



7. kārtā

Ainas - aleja - alnis - asina - asins - diena - divus - gaisā - eļļa - iesmi - jaukt - jauns - kaila - kaisa - kaiti - kaste - kazas - koris - laipa - laiva - lauva - lenta - linus - mamma - malas - mapes - marka - Marss - masas - maska - masts - mazās - mājas - miesa - murgo - pakas - paņem - pasts - pilis - plats - raibi - riepa - saiņi - samts - sauja - segas - sieva - sista - sitas - skats - skola - sleja - slida - snauž - stabs - steks - stepe - stils - stīga - taiga - taure - tulko - traka - zivis

Jūsu atbildes tiek gaidītas "Vaduguns" redakcijā, Teātra ielā 8, līdz 15.augustam.

Maģisko vārdu mīklu atrisināja: J.Pošeika, L.Krilova, G.Amantovs, M.Paidere (Balvi), L.Čerbakova, I.Homko (Medņevas pagasts), A.Mičule (Tilža), N.Mantone (Bērzkalnes pagasts).

6.kārtā veiksmē uzmaida L.KRILOVAI no Balviem. Pēc balvas griezties redakcijā (līdzīgi ņemt personu apliecinājošu dokumentu).

Vēriģā acs

Atrodot foto 10 atšķirības, Jums ir iespēja iegūt balvu. Atbildes gaidām līdz 15. augustam.

7. kārtā

Iepriekšējai kārtai iesūtītas 12 pareizas atbildes. **Konkursa "Vēriģā acs" 6.kārtā veiksmē uzmaida** MIRDZAI PRETICEI no Balviem. Pēc balvas griezties redakcijā.



Palauzi galvu

Piedāvājam pašlaik Eiropā populārāko galvas laušanas mīklu, kuru atrisinot, iespējams jūs saņemsiet pārsteiguma balvu. Tukšajos laukumos ielieciet ciparus tā, lai katrā mazajā kvadrātā un visos kopā horizontālajās un vertikālajās rindās nebūtu divu vienādu ciparu. Atbildes gaidām līdz 15. augustam.

7. kārtā

		5		1			
9	1			4	6		5
7	4		5				3 1
	9	2					5
	6	1	4		5	3	9
5						4	1
1	2			8		4	9
	8		7	5			2 6
				9		7	

Pareizas atbildes iesūtīja: J.Ozoliņš, V.Mancevičs, E.Barkāne, M.Reibāne, Ž.Jermacāne, Ļ.Baranova, V.Gavrjušenkova, S.Petrova, V.Ločmele, L.Krilova, M.Sleža, Z.Pulča, M.Pretice (Balvi), I.Homko, L.Čerbakova (Medņevas pagasts), S.Kobzeva (Naudaskalns), N.Mantone (Bērzkalnes pagasts), V.Krēmere (Susāju pagasts), A.Mičule (Tilža), Ž.Šulce (Liepāja).

6.kārtā veiksmē uzmaida SAMANTAI KOBZEVAI no Naudaskalna. Pēc balvas griezties redakcijā.

Lappusi sagatavoja E.Gabranovs

Zini un izmanto

Kampaņa “Esi oriģināls – viltojums maksā dzīvību!”

Aptauja: 81% Latvijas iedzīvotāju neiegādātos viltošos medikamentus vai uztura bagātinātājus; tikai 16% būtu gatavi informēt par krāpniecību.

Pētījumu kompānijas Kantar pēc Latvijas Republikas Patentu valdes pasūtījuma veiktā aptauja atklāj, ka 81% Latvijas iedzīvotāju norāda, ka neiegādātos viltošos medikamentus vai uztura bagātinātājus, ja tie būtu būtiski lētāki par oriģinālu. Savukārt tikai 15,7% būtu gatavi informēt atbildīgās iestādes par iespējamu krāpniecību, bet 67% atteiktos iegādāties, taču neziņotu tālāk.

Saskaņā ar aptaujas datiem, 80,9% Latvijas iedzīvotāju norāda, ka neiegādātos viltošos medikamentus vai uztura bagātinātājus, ja tie būtu būtiski lētāki par oriģinālu. Šādu atbildi biežāk sniegušas sievietes (81,99%) nekā vīrieši (79,74%). Tikai 4,8% respondentu atzīst, ka būtu gatavi iegādāties šādus produktus, savukārt 14,3% norāda, ka šajā jautājumā grūti pateikt vai nav konkrēta viedokļa.

Aptaujas dati arī liecina, ka 15,8% Latvijas iedzīvotāju pēdējā gada laikā ir personīgi saskārušies ar piedāvājumu iegādāties nezināmas izcelsmes (viltošus) medikamentus vai uztura bagātinātājus (piemēram, no privātpersonām, sociālajos medijos, internetā no vietnēm, kas nav licencētas aptiekas vai nav iekļautas Zāļu valsts aģentūras sarakstā u.c.) Vaicājot, kā iedzīvotāji rīkotos, sastopoties ar piedāvājumu iegādāties viltošu medikamentu vai uztura bagātinātāju, 15,7% atbildēja, ka informētu par to attiecīgās iestādes, 67% atteiktos, bet neziņotu tālāk. Tajā pašā laikā 14% atzīst, ka nezina, kā rīkotos, bet 19% izvēlētos šādu situāciju ignorēt.

Reģionālās atšķirības: Rīga, Vidzeme, Kurzeme, Zemgale, Latgale

Aptauja uzrāda nelielas atšķirības starp Latvijas reģioniem. Rīgā 16% iedzīvotāju būtu gatavi atteikties un ziņot par krāpniecību, kamēr Pierīgā šis īpatsvars ir 15%, Vidzemē – 20,1%, Kurzemē – 13,3%, Zemgalē – 18,5% un Latgalē – 10%. Vienlaikus kopējais to īpatsvars, kuri atteiktos iegādāties (gan ziņotu, gan neziņotu), visos reģionos pārsniedz 80%. Latgalē salīdzinoši augstāks ir to respondentu skaits, kuri atzinuši, ka situāciju ignorētu vai nezina, kā rīkotos.

Tāpat reģionālajā griezumā redzams, ka ar piedāvājumu iegādāties viltošos medikamentus vai uztura bagātinātājus pēdējā gada laikā visbiežāk ir saskārušies iedzīvotāji Rīgā (19%), kam seko Latgale (18%), Vidzeme (15%), Zemgale (14%) un Kurzeme (12%). Savukārt vēlmi potenciāli iegādāties šādus produktus visbiežāk izsaka respondenti Latgalē (6%) un Kurzemē (5%), bet Rīgā šādu atbildi sniedzis tikai katrs divdesmitais aptaujātais (aptuveni 5%).

Vecuma grupu un izglītības līmeņa ietekme uz attieksmi

Visaktīvāk pret krāpniecības gadījumiem izturas iedzīvotāji vecumā no 30 līdz 49 gadiem – šajā grupā 18,5% būtu gatavi atteikties un ziņot par pārkāpumu. Savukārt jaunākajā

vecuma grupā (18 – 29 gadi) 14,2% norādījuši, ka nezina, kā rīkotos.

Dati skaidri apliecina, ka izglītības līmenis būtiski ietekmē respondentu attieksmi pret viltošiem medikamentiem un uztura bagātinātājiem un rīcību krāpniecības situācijās. Starp respondentiem ar augstāko izglītību 19,9% būtu gatavi atteikties un ziņot par pārkāpumu, savukārt starp tiem, kuriem ir vidējā izglītība, šis rādītājs ir tikai 9,4%.

Patentu valdes direktors AGRIS BATALAUSKIS uzsver: “Fakts, ka 81% Latvijas iedzīvotāju skaidri norāda, ka neiegādātos viltošos medikamentus vai uztura bagātinātājus, ir pozitīvs signāls. Taču vienlaikus ir satraucoši, ka tikai 15,7% būtu gatavi aktīvi ziņot atbildīgajām iestādēm par krāpniecību, kamēr lielākā daļa atteiktos, bet neziņotu tālāk. Tas norāda uz sabiedrībā pastāvošu toleranci pret pārkāpumiem, kas īpaši bīstama tieši veselības aizsardzības jomā. Mūsu uzdevums ir panākt, lai ikviens Latvijas iedzīvotājs apzinās: klusēšana šādās situācijās nozīmē risku ne tikai sev, bet arī līdzcilvēkiem. Tāpēc kampaņas laikā aicinām aktīvi iesaistīties, informēt un būt atbildīgiem, izvēloties tikai oriģinālus un drošus produktus.”

Kampaņa “Esi oriģināls – viltojums maksā dzīvību!”

Jau ziņots, ka šovasar Latvijas Republikas Patentu valde uzsākusi sabiedrības informēšanas kampaņu “Esi oriģināls – viltojums maksā dzīvību!”. Kampaņas aktīvais posms ilgst līdz jūlijam beigām, pievērsot uzmanību intelektuālā īpašuma tiesību aizsardzībai, un šogad īpaši izceļot viltošu medikamentu un uztura bagātinātāju negatīvo ietekmi uz cilvēku veselību un drošību.

Pēdējo gadu laikā Eiropas Savienībā, tostarp Latvijā, aizvien biežāk tiek konstatēti gadījumi, kad iedzīvotāji iegādājas viltošos farmācijas produktus, bieži vien neapzinoties šo preču izcelsmi vai sastāvu. Šādi produkti var būt neefektīvi, toksiski vai saturēt nepārbaudītas un nesertificētas vielas, radot tiešu kaitējumu veselībai. Kampaņas mērķis ir veicināt izpratni par šiem riskiem un uzsvērt katra iedzīvotāja atbildību par savu un līdzcilvēku drošību.

Kā pasargāt sevi un citus

Lai sevi pasargātu, iedzīvotājiem ir jābūt vēriem un atbildīgiem. Medikamenti vienmēr jāiegādājas tikai no reģistrētām aptiekām, tostarp tiešsaistē – tikai no oficiāli licencētām platformām, kuru sarakstu publicē Zāļu valsts aģentūra. Pirms zāļu lietošanas būtiski ir pārbaudīt to iepakojumu, meklējot drošības elementus, piemēram, aizsīmojumu, derīguma termiņu un ražotāja nosaukumu.

Ja zāles izskatās, smaržo vai garšo citādāk, nekā ierasts, tās nekavējoties jāpārtrauc lietot un jāsazinās ar farmaceitu vai ārstu. Latvijā visas recepšu zāles tiek pārbaudītas aptiekā caur valsts verificācijas sistēmu, taču, ja rodas šaubas, farmaceitam ir iespēja pārbaudīt konkrēto iepakojumu atkārtoti.

Iedzīvotāji tiek aicināti uzmanīties no pārlietu vilinošiem piedāvājumiem internetā, īpaši sociālajos tīklos, kur tiek solīti



brīnumlīdzekļi “bez receptes” vai “100% dabīgi” preparāti par aizdomīgi zemu cenu. Pirms jebkādu jaunu medikamentu vai uztura bagātinātāju lietošanas vienmēr ir svarīgi konsultēties ar veselības aprūpes speciālistu.

Par jebkādiem aizdomīgiem produktiem vai pārdošanas vietām iedzīvotāji aicināti ziņot farmaceitam, ārstam vai Zāļu valsts aģentūrai. Visa informācija par to, kā pasargāt sevi no viltojumiem un kāda ir to bīstamība, pieejama tīmekļvietnē www.viltotarealitate.lv.

Pētījuma metodoloģija: aptauju pēc Latvijas Republikas Patentu valdes pasūtījuma veica pētījumu kompānija Kantar laikā no 2025.gada 8. līdz 10.jūlijam, ar interneta starpniecību visā Latvijā aptaujājot 800 Latvijas iedzīvotājus vecumā no 18 līdz 65 gadiem. Kantar pētījums interneta vidē ir reprezentatīvs Latvijas iedzīvotāju kopumam vecumā no 18 līdz 65 gadiem. Izlases kopa ir veidota, balstoties uz gadījuma izlasi, un tās organizēšanā Kantar strikti ievēro ESOMAR rekomendācijas aptauju internetā izlašu veidošanā un veikšanā.

LĪGA GARANČA, projektu vadītāja

Informē Dabas aizsardzības pārvalde

Īpašnieki var pieteikt lielus kokus sakopšanas programmā



Dabas aizsardzības pārvaldes (pārvalde) projekts LIFE Osmo Baltic arī šogad īsteno programmu “No koka uz koku” ar mērķi veicināt vecu koku ilgtermiņa saglabāšanu, nodrošinot piemērotu dzīvotni daudzām sugām.

Īpašnieki aicināti pieteikt savus kokus bezmaksas sakopšanai līdz 15.septembrim, aizpildot tiešsaistes veidlapu pārvaldes interneta vietnes www.daba.gov.lv sadaļā Programma “No koka uz koku”.

Dalībai programmā var pieteikt parasto ozolu, parasto liepu, parasto zirgkastaņu, parasto kļavu, parasto osi, parasto gobu un parasto viksnu.

“Koki ir mājas dzīvībai dabai. Seno koku sakopšana ir atbalsts šim dzīvotnēm, lai tās ilgstošāk spētu pildīt savas ekoloģiskās funkcijas. Sabiedrības izpratne par koku nozīmi dabā un piedalīšanās šādu vērtību saglabāšanā ir ļoti būtisks solis, lai ilgtermiņā veicinātu šādu dzīvotņu pastāvēšanu Latvijā,” pauž pārvaldes ģenerāldirektore Laura Anteina.

Programmā aicināti pieteikties īpašnieki (fiziskas, juridiskas personas, biedrības, pašvaldības

u.c.), kuru īpašumā atrodas lielu dimensiju veci dobumaini lapu koki ar stumbra apkārtmēru vismaz 3 m (1,3m augstumā no zemes). Pārvaldes interneta vietnē arī skatāma plašāka informācija par programmu, tai skaitā programmas mērķa teritoriju karte un nolikums pieteikumu izvērtēšanai. No programmā pieteiktajiem kokiem tiks izvēlēti vismaz 200, kam veiks stāvokļa novērtēšanu un sakopšanas darbus.

Iepriekšējā gadā dalībai programmā tika pieteikti teju 700 koki no visas Latvijas. Izvērtējot atbilstību, programmā uzņemti 197 koki, no kuriem 136 bija parastie ozoli. Šogad šiem kokiem jau uzsākti stāvokļa novērtēšanas darbi un rudenī, atbilstoši novērtēšanas rezultātiem, tiks veikta koku sakopšana. Lieliem un veciem kokiem ir augsta kultūrvēstures un ainaviskā vērtība, un ar tiem saistītas dažādas dzīvnieku, augu un sēņu sugas. Visā Eiropā novērojama vecu koku skaita samazināšanās, kas negatīvi ietekmē ar šo dzīviesvietu saistīto sugu pastāvēšanu nākotnē.

Veco lapu koku dobumos mīt īpaši aizsargājama un reta kukaiņu suga – lapkoku praulgrauzis. Vabole savas dzīves laikā spējīga pārvietoties vien dažus kilometrus, tāpēc piemērotu dzīvesvietu savienojamība ir ļoti būtiska šīs un daudzu citu sugu pastāvēšanai ilgtermiņā. Lapkoku praulgrauzis ir lietussargsuga, un sugas aizsardzības pasākumi sniedz lielu ieguldījumu daudzu citu aizsargājamo sugu saglabāšanā.

Pārvaldes projekta LIFE Osmo Baltic (LIFE22 NAT/LT/101113698) galvenais mērķis ir nodrošināt lapkoku praulgrauža aizsardzību, izveidojot pārrobežu ekoloģisko tīklu, kas savienos šīs sugas Lietuvas un Latvijas populācijas.

Plašāka informācija pieejama vietnē www.daba.gov.lv, jautājumus var uzdot projekta komandai, sūtīt e-pastu uz adresi: koki@daba.gov.lv vai pa tālr. 25656314 (darbdienās no plkst. 9.00 līdz 17.00).

Apsveikumi

Veiksmi, lai tā vienmēr blakus,
Sauli, lai tā vienmēr sirdī spīd,
Veselību, kas ir visiem mīļa,
Dzīvesprieks lai garām neaizslīd.

Sveicam **Ļudu Timofejevu** skaistajā jubilejā!
Vēlam laimi, stipru veselību!

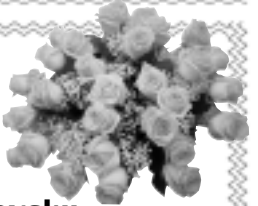
Ņina, Vera, Oļa



Gadi bijuši kā ziedu klēpis,
Krāsu dažādāko daudz kur stīdz.
Cits ir sevī baltu prieku slēpis,
Citam ēna staigājusi līdz, –
Drīz būs pūrs ar viņiem pielocīts.

Sirsnīgi sveicam **Antoņinu Žukovsku**
skaistajā dzīves jubilejā!

Novēlam labu veselību, dzīvesprieku un Dieva svētību
visus turpmākos gadus.
Viramāsas Geņa un Ņina ar ģimenēm



Afiša

*Sākums 7.lpp.

Viļakā

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

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

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

Žiguros

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

Kupravā

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

Sports

2.augustā plkst. 17.00 ikviens aicināts doties uz Balvu pilsētas stadionu, lai justu līdzīgu LFF Dali Dali 3.līgas spēles dalībniekiem. Spēles Balvi - Gulbene!

4.augustā plkst. 19.00 tautas skrējiena "Balkanu apļi" 3.kārta. Pulcēšanās Balkanos. Reģistrācija no plkst. 18.30.

Stāmerienā

Šovasar grupa "Tranzīts" svin 30 gadu jubileju. Par godu šim nozīmīgajam notikumam šī gada **9.augusta vakarā plkst. 21.00** pie vienas no skaistākajām Latvijas arhitektūras celtnēm – Stāmerienas pils – notiks krāšņs jubilejas koncerts vairākās daļās, kas ir viennozīmīgi viens no grupas spilgtākajiem notikumiem šovasar.

Koncerta programmā – "Tranzīts" zelta repertuārs ar dziesmām, kas gadu gaitā kļuvušas par latviešu deju mūzikas klasiku, tostarp "Es nevaru būt balts", "Septiņas dienas", "Strauts", "Zelta būrtis", "Visu vai neko" un "Pievilksanas spēks".

Pasākuma īpašie viesi – Denijs Grieze ar grupu. Svētku nakti ar enerģiju piepildīs DJ Roberts Lejasmeijers, savukārt par vizuālo atmosfēru parūpēsies VJ Kosmos, radot īpaši veidotas video projekcijas. Gaismu šovs no "Civix". Uz vietas varēs baudīt "Valle Caffè", "Bārs 9", "ZEP-CEP" un Cēsaines alus darītavas piedāvājumu. Pasākuma ilgums: 5h.

Biļetes pieejamas iepriekšpārdošanā "Biļešu paradīzes" kasēs, Stāmerienas pils kasē un pasākuma dienā uz vietas.

Paziņojums

Iespējamais siltumenerģijas padeves pārtraukums visai pilsētai daļai no katlu mājas Bērzpils ielā 30, Balvos, tiek pārcelts no 11. līdz 15.augustam saistībā ar remontdarbiem katlu mājā un siltumtrasē.

Atvainojamies patērētājiem par sagādātajām neērtībām.

AS "BALVU ENERĢIJA"

Pārdod

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

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

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

Bioloģiskā saimniecība pārdod sivēnus. Tālr. 26617620.

Dažādi

LOGI DURVIS Tālr. 26343039
www.balvulogi.lv

Vēlas irēt 1-2-istabu dzīvokli Balvos. Tālr. 28331540.

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

Pieved smilti, granti, šķembas. Tālr. 25685918.

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

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

Dziļurbumu un spīču ierīkošana. Tālr. 29142220.

Izbraukuma gateris. Tālr. 26161501.

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

Kapu vietas labiekārtošana, betonēšanas darbi. Tālr. 25742429.

Darba piedāvājums

Vajadzīgs meistars celtniecības darbiem. Tālr. 29654440.

Pērk

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

Pērk slaucamu govi. Tālr. 26331393.

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

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

Iepērkam LIELLOPUS!
info@senlejas.lv
62003939

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

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 Forest
Telefoni informācijai: 26115369; 67804343
www.acaforest.lv

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

Līdzjūtības

Manas gaitas nostaigātas,
Mana dzīve nodzīvota;
Nu aizeju mūža dusā
Baltā smilšu kalniņā.

(Latv.t.dz.)

Mūsu līdzjūtības vārdi **Initai Nikolajevai ar ģimeni, MĀMIŅU** mūžības ceļā pavadot. SIA "Pietālava" kolektīvs

Baltie bērzi, šalciet klusi,
Sveiciet tālos apvāršņus.
Mātes sirds ir aprimusi,
Čaklās rokas mierā dus.

(J.Sirmbārdis)

Sērojam par **ŽENIJU KAĻĀNI**. Visdziļākā līdzjūtība bērniem **Ervinam, Initai, Inesei, vedeklām, znotiem, mazbērniem un mazmazbērniem**. Saidu ģimene Viļakā

Vai tie mākoņi piekusuši,
Vai tu aiz mākoņiem, māt,
Varbūt dievkoka tumšajā zarā
Vēl ar tevi var parunāt...

(S.Kaldupe)

Kad atvadu brīdī raud vasariģi
saulainā diena un krāšņākie
ziedi sedz **MĀMIŅAS** noietās takas,
mūsu klusa un patiesa līdzjūtība
Initai Nikolajevai ar ģimeni un tuviniekiem. Mājas iedzīvotāji

Cik grūti noticēt, ka nekad vairs
dzīvī
Mums neiznāks ar tevi parunāt,
Un tavu smaidu, vienkāršu un siltu,
Mums vajadzēs tik sirdi saglabāt.

(G.Selga)

Pa ziedu smaržojošo ceļu Mūžībā
devies **JURIS OŽS**. Izsakām
sirsniņu līdzjūtību **ģimenei un visiem tuviniekiem**.
Labiēkārtošanas daļas kolēģi
bijušajā "San-Text"

Lūgšim tavai dvēselītei
Debesceļā mieru gūt,
Lai ar tevi zvaigznes starā
Varam domās kopā būt.

(V.Kokle-Liviņa)

Izsakām līdzjūtību **Laimonim, Pēterim, Lilitai un viņu ģimenēm**,
māsu, mammu **AUSTRU** mūžībā
pavadot. Zinaida un Ivars

Vēl gribējās strādāt,
Dzīvot un būt,
Bet pēkšņi nakts,

Un saule zūd. (M.Ķempe)

Izsakām visdziļāko līdzjūtību
tuviniekiem, IRĒNU NIKANDROVU mūžības
ceļā pavadot.
Balvu novada pansionāta "Balv" darbinieku kolektīvs



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

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

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

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

REKLĀMA, SLUDINĀJUMI
D.Dimitrijeva
T. 64507018
26161959

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