

EUROPE DIRECT

AUSTRUMLATGALĒ

Marts 2021, Ziņu lapa Nr.1



ZIŅU LAPĀ LASIET:

- 3** Tiešsaistes seminārs
“Dzīvosim veselīgi
Covid-19 pandēmijas
laikā”
- 4** Bērzgales pamatskolā
uzlabots sporta zāles
grīdas segums
- 5** Mācās Preiļu reģiona
publisko bibliotēku
darbinieki
- 6** Eiropas eksāmens
7., 8., 9. maijs

1. aprīlī - gardumu gatavošanas darbnīca un konkurss

1. aprīlī pulksten 18.00 Europe Direct informācijas centrs Austrumlatgalē (EDIC) rīko tiešsaistes darbnīcu *Google Meet* platformā “Pārtikas ražotāju pieredze un inovācijas Covid-19 laikā”. Darbnīcā aicinām piedalīties Rēzeknes novada un pilsētas iedzīvotājus.

vairāk lasiet 2. lpp.



www.facebook.com/EDAustrumlatgale/

GARDUMU GATAVOŠANAS DARBNĪCA UN KONKURSS



1. aprīlī pulksten 18.00 Europe Direct informācijas centrs Austrumlatgalē (EDIC) rīko tiešsaistes darbnīcu Google Meet platformā “Pārtikas ražotāju pieredze un inovācijas Covid-19 laikā”. Darbnīcā aicinām piedalīties Rēzeknes novada un pilsētas iedzīvotājus.

Darbnīcas pirmajā daļā lektore pastāstīs par savu pieredzi Eiropas Savienības projektu īstenošanā un jaunu produktu radīšanā, kā arī par inovācijām, ko pērn vajadzēja ieviest, lai gadiem lolotais uzņēmums izdzīvotu pandēmijas laikā.



Savukārt otrajā daļā aicināsim iesaistīties visus dalībniekus - katrs savā virtuvē, uzklusot lektores padomus, varēs pagatavot saldu gardumu - **rudzu rīvmaizes ruleti Lieldienu galdam**. Nepieciešamās sastāvdaļas sarūpēs darbnīcas vadītāja un dalībniekiem nogādās organizatori. Dalībniekiem nepieciešama cepeškrāsns.

Darbnīcā aicināsim piedalīties 15 cilvēkus, kuri piedalīsies **KONKURSĀ** un pirmie pareizi atbildēs uz jautājumu - **KURŠ VADĪS ŠO DARBNĪCU?**

Ar uzvarētājiem sazināsimies personīgi.

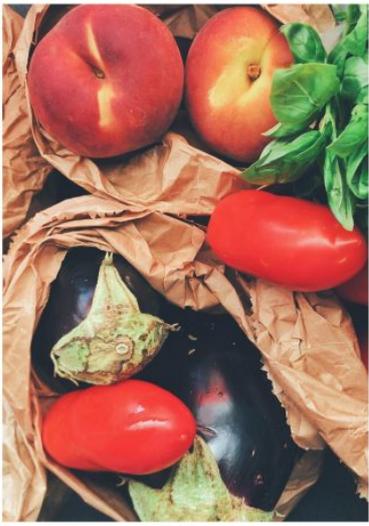
Lai vieglāk rast atbildi, atklāsim dažus faktus par darbnīcas vadītāju:

- Maiznīcas un mājas restorāna saimniece,
- Projekta “Rudzu ceļš” dalībniece,
- Saimnieces īpašais gardums ir “Janīnas tantes” torte,
- Latvijas televīzijas raidījuma “Īstās latvju saimnieces” dalībniece.



Atbildes uz jautājumu gaidām Europe Direct informācijas centra Facebook lapā - komentāros pie ziņas par gaidāmo darbnīcu:

<https://www.facebook.com/EDAustrumlatgale>



Tiešsaistes seminārs “Dzīvosim veselīgi Covid-19 pandēmijas laikā”

Labā veselība ir katra cilvēka lielākā bagātība un arī jebkuras sabiedrības kopēja vērtība. Lai mums izdodas šo bagātību saglabāt!



"Fiziskas aktivitātes katram cilvēkam ir tikpat svarīgas kā uzturs, tās ir kā fundamenti, uz kura būvējam savas ikdienas piramīdu. Apstākļos, kad sabiedrība strauji noveco, ir būtiski saglabāt fizisko kapitālu un katrs no mums pats pieņem lēmumu cik daudz un ar kādām fiziskām aktivitātēm nodarboties."

Aivars Kaupužs

2015. gadā ANO Ģenerālā asambleja deklarēja 17 ilgtspējīgas attīstības globālos mērķus un viens no šiem mērķiem ir “Labā veselība un labklājība”. Atbalstot veselības veicināšanas pasākumus un aktivitātes, Rēzeknes Centrālā bibliotēka projekta “EDIC Austrumlatgalē” ietvaros 16. februārī organizēja tiešsaistes semināru “Dzīvosim veselīgi Covid-19 pandēmijas laikā”. Tiešsaistē varēja noklausīties divas lekcijas.

Lienīte Litavniece, Dr.oec., Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmijas Projektu pārvaldības un tehnoloģiju pārnese kontaktpunkta vadītāja lekciju **“Veselīga pārtika-veselīga ikdiena”** iesāka ar sen zināmu atziņu : **“Nevis dzīvot, lai ēstu, bet ēst, lai dzīvotu”**. Lekcijas laikā tika sniegts ieskats uzturvielu vēsturē, L. Litavniece stāstīja par uztura speciālistu izstrādātajām veselīga uztura vadlīnijām, atgādināja par veselīga uztura piramīdu, uzsvēra, cik būtiski ievērot mērenību veidojot ēšanas paradumus. Ikviens lekcijas klausītājs tika mudināts aizdomāties par jautājumiem **“Kas ir veselīgs uzturs?”** un **“Vai mans uzturs ir veselīgs?”**.

Otro lekciju **“Fiziskās aktivitātes veselības uzturēšanai ierobežotos apstākļos”** bija sagatavojis Dr.paed., Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmijas docents un vadošais pētnieks Aivars Kaupužs. Rēzeknē ir ļoti laba infrastruktūra fizisko aktivitāšu nodrošināšanai, bet ir vajadzīga motivācija un arī domubiedri, lai sāktu “kustēties”. Lektors prezentācijā piedāvāja A. Streļņikovas vingrinājumu kompleksu, ko ikdienā var izmantot katrs no mums. Tiešsaistes laikā bija iespējams uzdot jautājumus uz kuriem lektori sniedza atbildes. Sagatavoja Anita Gaidule, RCB lasītavas vadītāja



BĒRZGALES PAMATSKOLĀ UZLABOTS SPORTA ZĀLES GRĪDAS SEGUMS



Bērzgales pamatskolas audzēkņi jau sen iecienījuši volejbola spēli, tāpēc kopš 2013. gada Rēzeknes novada pašvaldības Bērnu-jaunatnes sporta skola attīsta šo sporta veidu profesionālajā ievirzē. Paralēli pamatskolas skolēnu sporta stundām šajā mācību gadā trenēties turpina divas sporta skolas treniņgrupas. 1991. gadā ieklātais koka grīdas segums fiziski bija nolietojies, tāpēc 2020. gada februārī tika noslēgts līgums par projekta “Bērzgales pakalpojumu uzlabošana Bērzgales pamatskolas sporta zālē” īstenošanu.

Projekta realizācija norisinājās Rēzeknes rajona kopienu partnerības teritorijā ELFLA finansētās Latvijas Lauku attīstības programmas 2014.-2020. gadam apakšpasākuma “Darbību īstenošana saskaņā ar sabiedrības virzītas vietējās attīstības stratēģiju” ietvaros. Attiecināmās izmaksas sastādīja 31402,16 Euro, no kurām publiskais finansējums 28261,94 Euro un līdzfinansējumu 3140,22 Euro nodrošināja Rēzeknes novada pašvaldības Bērnu – jaunatnes sporta skola.

Projekta realizācijas gaitā esošā grīda tika nostiprināta, ieklāta atbilstoša pamatne un uzklāts sertificēts Gerflor Recreation sintētiskais linoleja sporta grīdas segums. Šāda seguma virsma nodrošina grīdas vizuālo izskatu, atbilstošu slīdamību, virsmas cietību, savukārt pamatne – elastību un trieciena absorbētspēju.

Projekta vadītāja Arnita Poiša



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
EIROPA INVESTĒ LAUKU APVIDOS
Eiropas Lauksaimniecības fonds
lauku attīstībai





Mācās Preiļu reģiona publisko bibliotēku darbinieki

2021.gada 24.februārī EDIC Austrumlatgalē, Preiļu novada dome un Preiļu Galvenā bibliotēka organizēja tiešsaistes ZOOM semināru Preiļu reģiona publisko bibliotēku darbiniekiem “Progresīvu tiešsaistes sadarbības rīku izmantošana un integrēšana bibliotēkas darbinieku ikdienā Covid-19 laikā”.

Izanalizējot atgriezenisko saiti - tiešsaistes semināra dalībnieku anketas, redzam ļoti daudz pozitīvu atsauksmju. Uz jautājumu - Kas visvairāk palika atmiņā no tiešsaistes semināra, visi ir kaut ko vērtīgu sev paņēmuši līdzi.

Ieskatam, dažas atbildes:

- *Virtuālā realitāte un mākslīgais intelekts - superrr!*
- *Google tiešsaistes rīku izmantošana. Tikšanās ar rakstnieku.*
- *ATTĀLINĀTĀS KOMUNIKĀCIJAS ABC*
- *Padomi Zoom lietošanā. Tas pašlaik ir visaktuālākais.*
- *Populārākās tiešsaistes sadarbības lietotnes viedtālruniem, ZOOM - digitālais rīks, tikšanās ar rakstnieci Janu Egli.*
- *Seminārā aplūkotās tēmas ļoti aktuālas. Patika kolēģu dalīšanās pieredzē, dažādu praktisku piemēru parādīšana, kā var strādāt ar dažādiem tiešsaistes rīkiem, auditorijas iesaiste seminārā.*
- *Seminārs bija ļoti noderīgs, atmiņā palika tas kā darboties google tiešsaistes rīku izmantošanā, tas tika darīts reti, jo nebija zināšanas kā to pielietot.*
- *No tehniskā viedokļa - google konta iespējas un ZOOM platformas izmantošana. No emocionālās puses - tikšanās ar rakstnieci un Rasmus Pīpiķes atziņas.*
- *Katram esot tik tālu, reizē varam būt tik tuvu.*
- *Vispopulārākā izrādījusies Edgara Čerkovska lekcija par virtuālo realitāti, kuru atzīmējuši vairāk kā puse respondentu.*

Rakstu sagatavoja **Preiļu Galvenā bibliotēka**



EIROPAS EKSĀMENS

7., 8., 9. maijs

“Eiropas eksāmens” ir tiešsaistes tests, kurā, atzīmējot Eiropas dienu, Eiropas Komisija aicina piedalīties jau septīto gadu. “Eiropas eksāmens” ir izzinošs un atraktīvs veids, kā pārbaudīt un paplašināt savas zināšanas par Eiropas Savienību. Šogad Eiropas eksāmens” notiks 7., 8. un 9. maijā tīmekļa vietnē www.esmaja.lv

“Eiropas eksāmenā” piedalīties, savas zināšanas pārbaudīt un iegūt vērtīgas balvas aicināti dalībnieki dažādās vecuma grupās – gan skolēni (1.-3. klase, 4.-6. klase, 7.-9. klase, 10.-12. klase), gan pieaugušie. Katrai vecuma grupai sagatavoti atbilstoši jautājumi. Pieaugušajiem testā tiks piedāvātas divas grūtības pakāpes. Skolas savu dalību eksāmenā jau iepriekš var pieteikt šeit: <https://eksamens.eu/registracija/>

Sākt gatavoties “Eiropas eksāmenam” var, izmantojot www.esmaja.lv pieejamos materiālus sadaļās “[Eiropas eksāmens](#)”, “[Vitamīns ES](#)” un “[Eiropa no A – Z](#)”. Lai uzzinātu vairāk par “Eiropas eksāmenu”, aicinām ieskatīties www.esmaja.lv sadaļā “[Projekti](#)” un sekot līdz “[Eiropas eksāmens](#)” kontam sociālo mediju platformā [Facebook](#).

2020. gadā “Eiropas eksāmenā” piedalījās vairāk nekā 30 tūkstoši visa vecuma zinātkārie un aktīvie Latvijas iedzīvotāji. “Eiropas eksāmenu” organizē [Eiropas Komisijas pārstāvniecība Latvijā](#) sadarbībā ar biedrību [Eiropas Kustība Latvijā](#).



EIROPAS ZIŅAS



Aicinām pievienoties Eiropas zilo skolu kopienai ([The Network of European Blue Schools](#)) un iepazīt tēmas, kas saistītas ar okeāna ekosistēmas saglabāšanu un nozīmi mūsu planētas ilgtspējā!

Kļūstot par Eiropas zilo skolu, skolotāji un skolēni uzlabos izpratni par okeāna ekosistēmu un tās nozīmi mūsu planētas bioloģiskās daudzveidības saglabāšanā – mēs to dēvējam par okeānpratību. Šī programma mudina skolas būt aktīvām un atbildīgām, sadarboties ar citām skolām dažādās Eiropas Savienības dalībvalstīs un izpētīt tēmas, kas saistītas ar “lielo zilo” jeb okeānu.

Eiropas zilo skolu kopiena ir Eiropas Komisijas iniciatīva, ko atbalsta Jūras un zivsaimniecības ģenerāldirektorāts, un to ir izstrādājuši EU4Ocean koalīcijas partneri. Skolas, kas pieņem izaicinājumu “Atrodi okeānu!”, var izvēlēties sev visaizraujošāko ar okeānu saistītu tēmu un izstrādāt savas skolas unikālo projektu.

Projekta mērķis ir iekļaut okeāna tematiku skolas kopīgajā mācību programmā kā nozīmīgu mācību programmas saturu. Projekta vērtības ir skolēnu patstāvīgais darbs, okeānpratības kopienas veidošana un sadarbība ar citām organizācijām un cilvēkiem, kas ir saistīti ar okeāna tēmām. Veiksmīgi izpildot uzdevumu “Atrodi okeānu!”, skolas saņems Eiropas zilās skolas sertifikātu. Sertificētās Eiropas zilās skolas, to skaitā skolotāji un skolēni, kļūs par daļu no Eiropas zilo skolu kopienas un iegūs unikālu okeānpratības pieredzi. Aicinām apmeklēt [projekta mājaslapu](#), lai uzzinātu par pieteikšanās kritērijiem, projektu iesniegšanas trīs soļiem un ieguvumiem.



EIROPAS ZIŅAS



Eiropas Komisija ierosina izveidot **digitālo zaļo sertifikātu**, lai atvieglotu iedzīvotāju brīvu un drošu pārvietošanos Eiropas Savienībā Covid-19 pandēmijas laikā.

Digitālais zaļais sertifikāts būs apliecinājums tam, ka persona ir vakcinējusies pret Covid-19, ir saņēmusi negatīvu testa rezultātu vai ir pārslimojusi Covid-19.

Tas bez maksas būs pieejams digitālā vai drukātā formātā. Tajā būs iekļauts QR kods, kas nodrošinās sertifikāta drošību un autentiskumu. Komisija izveidos vārteju, lai nodrošinātu, ka visus sertifikātus var verificēt visā ES, un palīdzēs dalībvalstīm tos tehniski ieviest. Dalībvalstis joprojām ir atbildīgas par to, kurus ceļotājiem piemērojamos sabiedrības veselības ierobežojumus var atcelt, bet tām šādi atbrīvojumi tāpat būs jāpiemēro ceļotājiem, kuriem ir digitālais zaļais sertifikāts. Biežāk uzdotie jautājumi un atbildes šeit: <https://ej.uz/DigiZalaisSertifikatsBUJ>

Eiropas Komisija (EK) 23. un 24. martā organizē Erasmus+ sporta apakšprogrammas informatīvās dienas. Pasākumā potenciālos projektu pieteicējus iepazīstinās ar atbalsta saņemšanas iespējām programmā 2021. gadā, konsultēs par projektu pieteikumu sagatavošanu un iesniegšanu, kā arī par projektu īstenošanas finansiālajiem aspektiem. EK pārstāvji stāstīs par politikas prioritātēm jaunajā programmas periodā, projektu pieteikumu iesniegšanas procedūru, vērtēšanas procesu un jauno finansēšanas mehānismu. Darba kārtība un reģistrēšanās forma pieejama **ŠEIT**. Reģistrēšanās atvērta līdz 22. martam.



EIROPAS ZINĀS



Eiropas Komisija ir pieņēmusi pirmo stratēģisko plānu jaunajai ES pētniecības un inovācijas pamatprogrammai “Apvārsnis Eiropa”, kuras budžets ir 95,5 miljardi eiro (pašreizējās cenās).

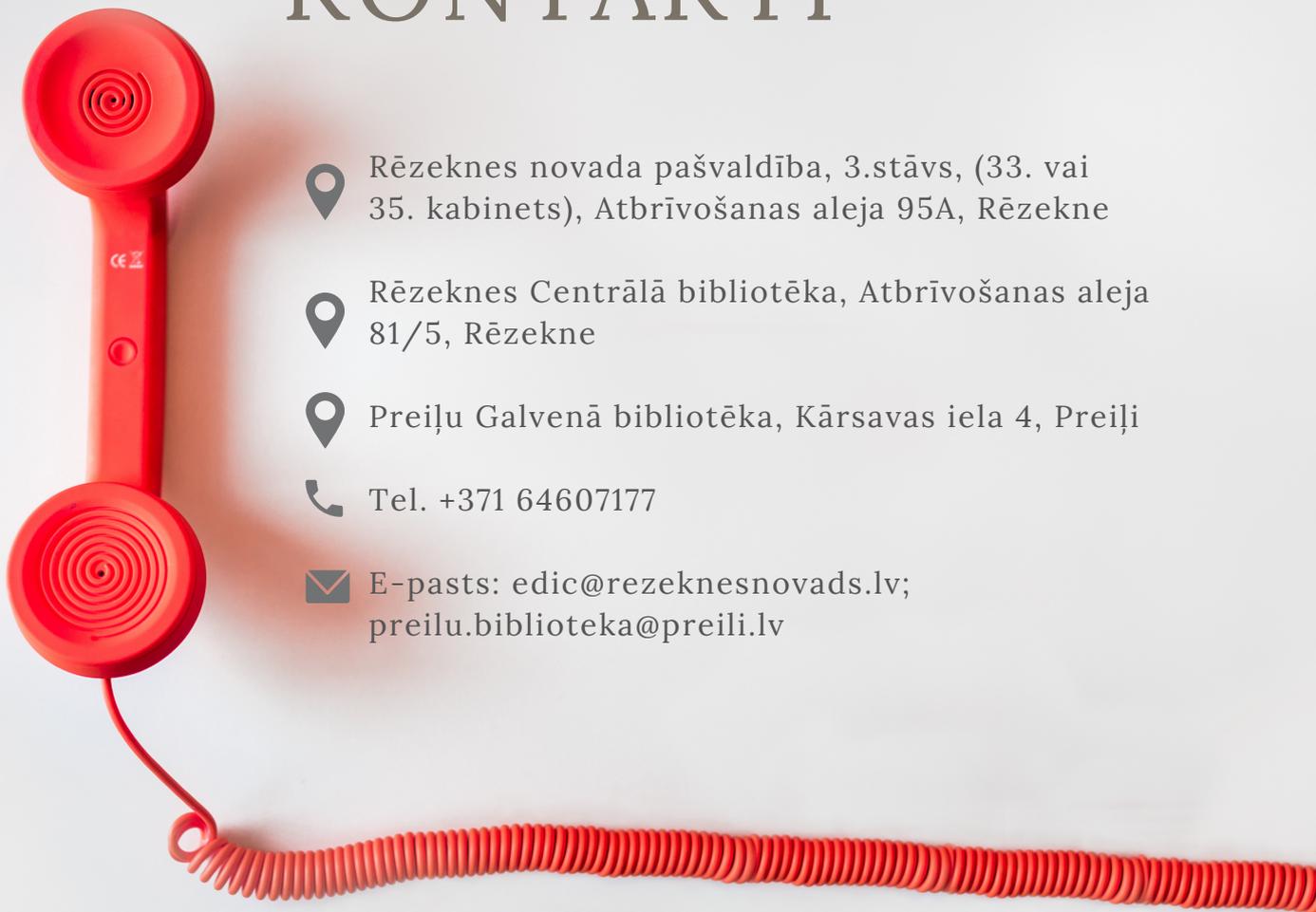
Stratēģiskais plāns ir programmas “Apvārsnis Eiropa” novitāte, un tajā ir noteiktas stratēģiskās ievirzes investīciju mērķtiecīgai virzīšanai programmas pirmajos četros gados. Tas nodrošina, ka ES pētniecības un inovācijas darbības palīdz īstenot ES prioritātes, to vidū “klimatneitrāla un zaļa Eiropa”, “digitālajam laikmetam gatava Eiropa” un “ekonomika, kas darbojas cilvēku labā”. Eiropas Komisijas (EK) Zinātnes un Inovāciju ģenerāldirektorāts 24. martā no 10:00 līdz 16:15 pēc Briseles laika aicina uz tiešsaistes vebināru “Kā sagatavot veiksmīgu Apvārsnis Eiropa pieteikumu”.

Pasākums atvērts ikvienam interesentam. Pasākumā dalībnieki varēs uzzināt par pieteikumu iesniegšanas un izvērtēšanas pamatprincipiem, kā arī to vērtēšanas kritērijiem. Vebināra programmā ir iekļauta EK Zinātnes un inovāciju ģenerāldirektora Žana Erika Paketa (Jean-Eric Paquet) uzruna un detalizēta informācija par the Model Grant Agreement.

Pasākuma dienā būs arī jautājumu un atbilžu sesijas, kurās tiešraides laikā būs iespēja uzdot interesējošos jautājumus, izmantojot Slido platformu un laukā “#Enter event code” ierakstīt pasākuma atslēgas vārdu “HORIZONSUCCESS”. Pasākums notiks tiešraidē EK Youtube kanālā. Reģistrētie dalībnieki saņems e-pastā pasākuma saiti un dalības noteikumus. Reģistrēšanās tiešsaistē EK mājaslapā. Plašāka informācija un lejuplādējama programma EK mājaslapā.



KONTAKTI



📍 Rēzeknes novada pašvaldība, 3.stāvs, (33. vai 35. kabinets), Atbrīvošanas aleja 95A, Rēzekne

📍 Rēzeknes Centrālā bibliotēka, Atbrīvošanas aleja 81/5, Rēzekne

📍 Preiļu Galvenā bibliotēka, Kārsavas iela 4, Preiļi

☎ Tel. +371 64607177

✉ E-pasts: edic@rezeknesnovads.lv;
preilu.biblioteka@preili.lv



[www.facebook.com/
EDAustrumlatgale/](http://www.facebook.com/EDAustrumlatgale/)