



■ Preiļu pilsētas centrā durvis vērusi mājas virtuve «Eva». «Eva» par pavāri strādā Valentīna Soma, apmeklētājus laipni apkalpo bufetniece Faina Čumika, SIA «Eva-85» vada un apmeklētājus apkalpo Jānis Zdanovskis. Attēlā: mājas virtuves nelielais kolektīvs (no kreisās) V.Soma, J.Zdanovskis, F.Čumika. Foto - Jānis Silickis

## ● Intervija «Novadniekam»

# Izmaiņas skar arī rajonus

◆ Republikas Iekšlietu ministrijā notiek pārmaiņas. Tās skar arī rajonus. Par pēdējā laika aktualitātēm aicināju uz sarunu Preiļu rajona policijas daļas priekšnieku Imantu BEKEŠU.

— Republikā izveidota Imigrācijas policija. Vai tāda būs arī mūsu rajonā?

— Protams, ka mums jāstrādā saskaņā ar lēmumiem, kādi tiek pieņemti ministrijā. Tāpēc arī rajonā izveidota imigrācijas policijas grupa, kura iekļausies kārtības policijas sastāvā un strādās ciešā sadarbībā ar pilsonības un imigrācijas departamentu. Grupas uzmanības lokā būs ārvalstu pilsoņu nelikumīga uzturēšanās rajonā, kā arī citas ar imigrāciju saistītas problēmas.

Pagaidām grupā paredzēts tikai inspektora amats. Šī vieta vēl ir vakanta, jo mums vajadzīgs cilvēks ar augstāko izglītību. Protams, viņam jābūt Latvijas Republikas pilsonim, kas pilnībā pārvalda ne tikai valsts valodu, bet arī krievu valodu un vēl vienu no svešvalodām.

— Vai rajonā būs arī Drošības policija?

— Jā, tāda jau izveidota un ir pakļauta Iekšlietu ministrijas Drošības policijas pārvaldei. Tās darbu vadīs nu jau bijušais Preiļu policijas iecirkņa priekšnieks Nikolajs Maksimovs. Drošības policija nodarbošies ar informācijas vākšanu par valsts iekšējo politisko drošību un ārvalstu speciālajiem dienestiem.

— Kā jūs vērtējat kriminogēno situāciju rajonā?

— Esam jau pieraduši, ka ik rudenī situācija kļūst sarežģītāka. Pēdējā laika ievērojami pieaug zādzību skaits — īpaši laukos. Acīmredzot, viens no iemesliem ir bezdarbs, jo pagastos visvairāk zog lopus.

— Te nu lielā mērā vainojami arī paši zemnieki, jo savus ganāmpul-

kus pa nakti atstāj bez pieskatīšanas tālu no mājām.

Pārmērīga alkohola lietošana un bezdarbs cilvēkos rada depresiju, agresivitāti, kad «izlādēšanās» notiek ģimenes lokā. Nekad agrāk nav bijis reģistrēts tika daudz ģimenes skandālu kā šogad.

Kopš gada sākuma rajonā reģistrēti 2240 ziņojumi par likuma pārkāpumiem un noziegumiem.

— Kā tiekat galā ar šo darba apjomu? Vai esat pietiekami tehniski nodrošināti?

— Visgrūtāk klājas mūsu lauku iecirkņu inspektoriem. Kad vēl bija stabils kopsaimniecības, neviens neatleica palīdzēt ar transportu. Tagad palīdzību var lūgt vienīgi pagastiem vai arī braukt ar personīgo automobili vai motociklu. Katreiz aizsūtīt mašīnu no rajona centra nav iespējams.

Kadru mums pietiekami, atliek vēlēties vienīgi augstāku kvalifikāciju un profesionālo sagatavotību. Ik nedēļas ar vēlēšanos strādāt policijā pie mums nāk kādreizējie lauksaimniecības un inženiertehniskie darbinieki ar augstāko izglītību. Taču vajadzīgs vēl milzums līdzekļu un laika, lai viņus sagatavotu. Un nav nekādas garantijas, ka labs inženieris vai agronomis būs arī labs policists...

Tāpēc mēs daudz labprātāk ceram uz tiem jauniešiem, kuri tagad ar mūsu nosūtījumiem mācās Policijas akadēmijā. Ik gadus no rajona akadēmijā uzņem aptuveni desmit vidusskolu beidzējus. Starp citu, vismaz trešā daļa no viņiem ir meitenes.

Rajona policijas daļas materiālais nodrošinājums ir atbilstošs valsts budžeta iespējām. Algas mēs saņemam noteiktajā laikā un no-

teiktajā apjomā. Transporta un telpu uzturēšanai paredzētie līdzekļi gan varētu būt arī bagātāki, taču izdzīvot varam.

Pamazām mūsu darbā ienāk kompjūterizācija. Kompjūterā ievadām ziņas par ieroču reģistrāciju, par neatklātajiem noziegumiem, par tiesātajiem rajona iedzīvotājiem. Ceram, ka nākamajā gadā visi likuma pārkāpumi, ko tagad reģistrējam vienkāršā žurnālā, ies caur kompjūteru.

— Jūs minējāt ieroču reģistrāciju. Vai mūsu rajona iedzīvotājiem ir daudz šaujamo?

— Par iespējām iegādāties un reģistrēt ieroci interesējas ļoti bieži. Agrāk visi viņstobra medību ieroči bija jānoformē Rīgā policijas departamentā. Tagad šis uzdevums uzticēts rajona policijas daļai. Ar to nodarbojas ieroču reģistrācijas un uzskaites grupa.

Kopš 1. septembra Bauskas un Preiļu rajoniem eksperimentā kārtā atļauts organizēt to pilsoņu, kuri vēlas iegādāties pistoles, teorētisko un praktisko apmācību. Ir izveidots policijas sporta klubs, kuram ar republikas centrālā policijas sporta kluba atļauju izdota licence. Tagad mēs paši varam eksaminēt, un nevienam vairs nav jābrauc šīs lietas kārtot Daugavpilī.

Rajona iedzīvotājiem reģistrēti 1200 medību ieroči — bises un karabīnes. Nu jau ir arī vairāk nekā simts gāzes pistoļu un kaujas pistoļu. Esmu pārliecināts, ka iespēja iegādāties ieroci vērtējama tikai pozitīvi. It īpaši laukos katrā mājā būtu vēlamas reģistrēti ieroci, lai aizsargātu sevi un savu mantu.

— Paldies par stāstījumu!

Intervēja  
L.Kirillova

## Republikas ziņas

● LR Saeima izdarījusi grozījumus likumā par ienākuma nodokli. Ar ienākuma nodokli tagad netiks aplikti arodbiedrību piešķirtie pabalsti, kā arī ārvalstu arodbiedrību ziedojumi un dāvinājumi. Līdz šim neapliekamā minimuma atvieglojums nepienācās ģimenēm, kurās bija tikai viens no vecākiem un bērns saņēma sociālo vai apgādnieka zaudējuma pensiju. Turpmāk šīm ģimenēm būs ienākuma nodokļa atvieglojums.

● Valsts budžeta ieņēmumu un izdevumu izpilde šī gada deviņos mēnešos bijusi tikai 70 procenti no plānotā. Mazāk nekā prognozēts iekasēti muitas, akcīzes un peļņas nodokļa ieņēmumi. Valsts budžeta deficīts deviņos mēnešos sasniedzis gandrīz 30 miljonus latu.

● Ministru kabinets apstiprinājis 1995. gada valsts budžeta veidošanas koncepciju. Ieņēmumi valsts kopbudžetā nākamgad varētu būt 890 miljoni latu, pieļaujama budžeta deficīts — 50 miljoni latu. Tādējādi izdevumos varētu tērēt 940 miljonus latu. Nākamgad paredzēts no valsts budžeta atdalīt sociālo budžetu un sociālajiem mērķiem izlietot 270 miljonus latu.

● Nedaudz palielinājusies vidējā darba alga. Septembrī valsts sektorā strādājošajiem tā bija 79,95 lati (budžeta iestādēs 58,85 lati), saimniecības uzņēmumos un organizācijās — 96,73 lati. Valsts sektorā darba samaksa salīdzinājumā ar augustu septembrī palielinājusies par 0,5 procentiem, budžeta iestādēs par 5,3 procentiem, bet saimnieciskajos uzņēmumos un organizācijās tā samazinājusies par 1,2 procentiem.

● LR Saeimas priekšsēdētājs Anatolijs Gorbunovs nosūtījis vēstuli Krievijas Valsts domes spikeram Ivanam Ribkinam, kurā izteikts ielūgums Krievijas parlamentāriešiem apmeklēt Latviju. Līdz šim oficiālie kontakti starp Latviju un Krieviju lielākoties tika uzturēti valsts delegāciju līmenī.

● Finanšu ministrs A.Piebalgs par Latvijas muitas priekšnieku iecēlis «Stalģenes» zemnieku saimniecības īpašnieku Mārtiņu Arņi, kurš bija AP deputāts un viens no kandidātiem zemkopības ministra amatam M.Gaiļa valdībā. Līdzšinējais muitas priekšnieks V.Kursietis kļuvis par Valsts ieņēmumu dienesta priekšnieka J.Pupčenko padomnieku.

● Ministru kabineta Valsts un sociālo lietu komiteja atkārtoti izskatījusi un apstiprinājusi likumprojektu «Par tabakas izstrādājumu ražošanas, realizācijas, reklāmas un smēķēšanas ierobežošanu». Likumprojekts paredz ierobežot tabakas tirdzniecības vietu izvietojumu (tās varēs atrasties ne tuvāk par 100 metriem no mācību un sporta iestādēm), smēķēšanu iestādes, tiks aizliegta bezfiltra cigarešu ražošana. Tabakas izstrādājumu reklāma bus atļauta vienīgi tirdzniecības vietās. Paredzams, ka likums stāsies spēkā ar 1995. gada 1. janvāri.

● Nodibināts Saeimas Nacionālā bloka atbalsta fonds, kas drīzumā oficiāli tiks reģistrēts Tieslietu ministrijā. Tajā ir 12 biedru — pa trim pilnvarotajiem pārstāvjiem no katras NB frakcijas. Fonda galvenais mērķis būs NB sekretariāta (Ēnu kabineta) sekmīgas darbības nodrošināšana.

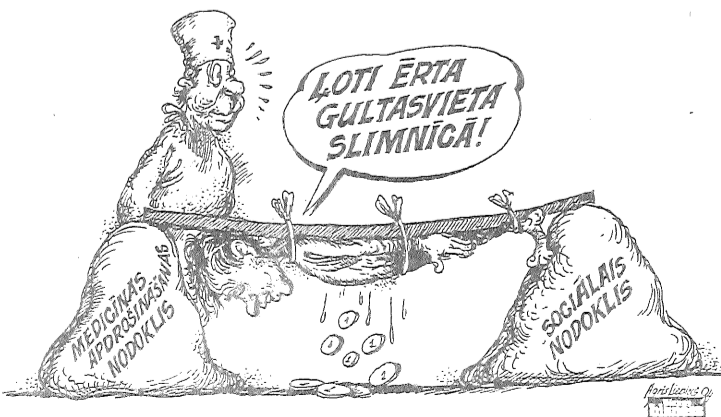
● Valsts prezidents Guntis Ulmanis iecēlis bijušo Aizsardzības spēku komandieri Daini Turlo par savu padomnieku aizsardzības un stratēģijas plānošanas jautājumos.

● Latvijas Zemnieku savienības Vecbiedru nodaļa par partijas disciplīnas pārkāpumiem (par iesaistīšanos M.Gaiļa valdībā) no LZS izslēgusi Jāni Riteni un Tupešu Jāni. J.Ritenis paziņojis, ka viņš nekad neesot bijis LZS biedrs, jo oficiālo iesniegumu nav aizpildījis, tāpēc viņa izslēgšana no LZS esot absurda.

● Rīgas Latgales priekšpilsētas tiesā sākusies prāva pret vienu no «čekas četriem» — Edvīnu Inkēnu. Tiesai jānoskaidro, vai viņš apzināti sadarbojies ar LPSR VDK un līdz ar to pārkāpis Saeimas vēlēšanu likumu. Tiesas sēde notiek aiz slēgtām durvīm.

● Pagājušās nedēļas nogalē Daugavpilī no Grīvas cietuma izbēga 16 ieslodzītie. Šogad tas ir jau otrais gadījums, kad Latvijā aizbēg liels skaits cietumnieku. Sakarā ar ieslodzīto masveida bēgšanu iekšlietu ministrs Ģirts Kristovskis paziņojis par savu demisiju. Ministru prezidents Māris Gailis kā iespējamo kandidātu iekšlietu ministra amatam nosaucis Jāni Adamsonu — robežsargu brigādes komandieri.

Pēc republikas preses materiāliem



■ Apspriežot budžetu 1995. gadam, izskanējis priekšlikums papildus sociālajam nodoklim ieviest jaunu — medicīnas apdrošināšanas nodokli. Cita ceļa, kā sagādāt līdzekļus veselības aprūpei, neesot...

Agra Liepiņa zīm. («Dienas Biznesa» karikatūru nodaļa)

Rajona iedzīvotāji un pašvaldību darbinieki 4. novembrī plkst. 16.00 rajona padomes sēžu zālē tiek aicināti uz tikšanos ar Latvijas

Republikas 5. Saeimas deputātu, LNNK priekšsēdētāju A.LAMBERGU, Centrālās zemes komisijas priekšsēdētāju A.SEILI.

## Par pavasari jādomā tagad

Kamēr vien zeme nav sasalusi, tā arama, lai pavasarī būtu mazāk darba. Cik šobrīd aparts rajonā, tādu ziņu lauksaimniecības departamentā nav. Spriežot no tā, ko var redzēt pagastos, gaužām maz. Pārāk niecīgi izskatās apvērstie pleķīši lauku māju tuvumā, salīdzinot ar milzīgajām, nenoplautajām un ar nezālēm aizaugušajām platībām, kurās nav manīts arklis. Iemesli tam dažādi, viens no tiem arī lielā maksa — par hektāra apvēršanu līdz diviem desmitiem latu. Vēl arī tas, ka nereti trūkst ziņu par sēkļu iegādi, grūti realizēt izaudzētos graudus.

«Novadnieka» korespondentam lauksaimniecības departamenta

galvenais agronoms Jānis Kivlenieks pastāstīja:

— Pavasarī zemnieki daudz taujāja pēc vasaras kviešiem, taču to sēkļu varēja dabūt tikai kādas piecas saimniecības. Tobriod mūsu rīcībā arī nebija vajadzīgās informācijas. Par pavasara sēju jādomā laikus un rudens ir istākais brīdis. Kondicionētu vasaras kviešu šķirnes 'Tjalve' I ataudzējuma sēkļu piedāvā Rušonas pagasta zemnieks Salimons Baško Kastīrē. Tās viņam ir 13 tonnas.

J.Kivlenieka kungs noskaidrojis, ka šajā saimniecībā var pagaidīt ar samaksu — naudu neprasa tūlīt, tikai jānoslēdz attiecīgs līgums. Kondicionēta vasarāju sēkla vēl ir

arī Preiļu pagasta zemnieci G.Lazovskai.

Tas tomēr nenozīmē, ka mūsu rajonā tikai divas vien saimniecības, kur var nopirkt sēkļu. Attiecībā uz citām, departamenta galvenais agronoms atgādināja:

— Visiem sēkļu audzētājiem, ja vēlas pārdot pārpalikumu, tie jāpārbauda valsts sēkļu inspekcijā un realizēt varēs tad, ja atbildīs kondīcijai. Par katru pārdoto tonnu šogad valsts paredzējusi 45 latu lielas subsīdijas un tas attiecināts uz jebkuru vasarāju šķirni. Vai šīs subsīdijas tiks saglabātas arī nākamajam gadam — nav zināms.

A.Rancāns

## Ko darīt ar privatizācijas sertifikātiem

Katram, kam ir privatizācijas sertifikātu un kas grib tos kaut kādā veidā izmantot, ir pavērušās vairākas iespējas. Tos var ieguldīt, iegādājoties zemi vai dzīvokli. Var arī tos pārdot un daudz zaudēt.

Cits sertifikātu izmantošanas veids — piedalīšanās valsts īpašumu privatizācijā.

Kādas pašlaik ir valsts īpašumu privatizācijas iespējas?

Ir iespējams pirkt valsts īpašumu par sertifikātiem. Lai to izdarītu, ir nepieciešams sekot privatizējamo objektu sarakstiem, ko Privatizācijas aģentūra publicē «Latvijas Vēstnesī» un rajonu laikrakstos. Kad ir atrasts piemērots objekts, Privatizācijas aģentūrā ir jāiesniedz privatizācijas priekšlikums atbilstoši likumam «Par valsts un pašvaldību īpašumu objektu privatizāciju», jāsaņemas konkrētā uzņēmuma privatizācijas noteikumi, kas tiek izstrādāti atbilstoši visiem iesniegtajiem priekšlikumiem, un jāmeģina izpildīt tajos izvirzītās prasības.

Privatizācijā var piedalīties gan fiziskas, gan juridiskas personas. Taču jāievēro, ka ir nepieciešams nopietns darbs, izstrādājot privatizācijas priekšlikumu. Protams, vajadzīgi arī papildu naudas līdzekļi, jo daļa no objekta vērtības jānomaksā naudā, kā arī jāapmaksā visi izdevumi, kas saistīti ar sertifikātu kontu apkalpošanu.

Sertifikātu skaits, kas ir piešķirts vienam cilvēkam, parasti izrādās par mazu, līdz ar to nepieciešams sertifikātus piepirkt klāt. Tādēļ šo valsts īpašumu privatizācijas ceļu parasti izvēlas juridiskas personas. Taču nekas neliedz apvienoties domubiedriem, dibinot savu SIA, un

veiksmīgi privatizēt valsts īpašuma objektu, to nopērkot.

Cilvēkiem, kas strādā privatizējamā valsts uzņēmumā, to pārveidojot par akciju sabiedrību, parasti ir iespēja iegādāties sava uzņēmuma akcijas par sertifikātiem. Bez tam šajā gadījumā visus izdevumus naudā parasti uzņemas pati jaunizveidotā akciju sabiedrība. Te nu katram pašam ir jāizlemj, vai uzņēmums ir tā vērts, lai tur ieguldītu savus sertifikātus.

Katrs var ar saviem sertifikātiem piedalīties kādā investīciju fondā vai kopieguldījuma fondā, kas piedalās valsts īpašumu privatizācijā. Šajā gadījumā vislielāko uzmanību prasa šā fonda drošības un uzticības novērtēšana, kas cilvēkam no malas varētu būt visai apgrūtināta. Latvijā vēl nav pilnībā izstrādāta attiecīga regulējoša likumdošana. Tāpat nav pilnīgi skaidrs, kādiem rādītājiem par šīm organizācijām jābūt publiski pieejamiem. Bez tam ir jāņem vērā šajos rādītājos. Pagaidām potenciālajiem investoriem ir jāuzticas šo fondu reklamām, kas ne vienmēr sniedz objektīvu ainu.

Tomēr šis ceļš parastajam cilvēkam laikam ir visdrošākais un izdevīgākais. Šajā gadījumā viņam atkrīt visas rūpes un izdevumi, kas saistīti ar akciju kontu apkalpošanu. Parasti šie fondi strādā ar «akciju portfeļiem», kas samazina riska iespēju.

Šā gada beigās Privatizācijas aģentūra un Rīgas Fondu birža sāks organizēt akciju izsoles. Katrs interesents varēs pierakstīties uz uzņēmuma akcijām tajā vietā, kur tam ir atvērts sertifikātu konts. Va-

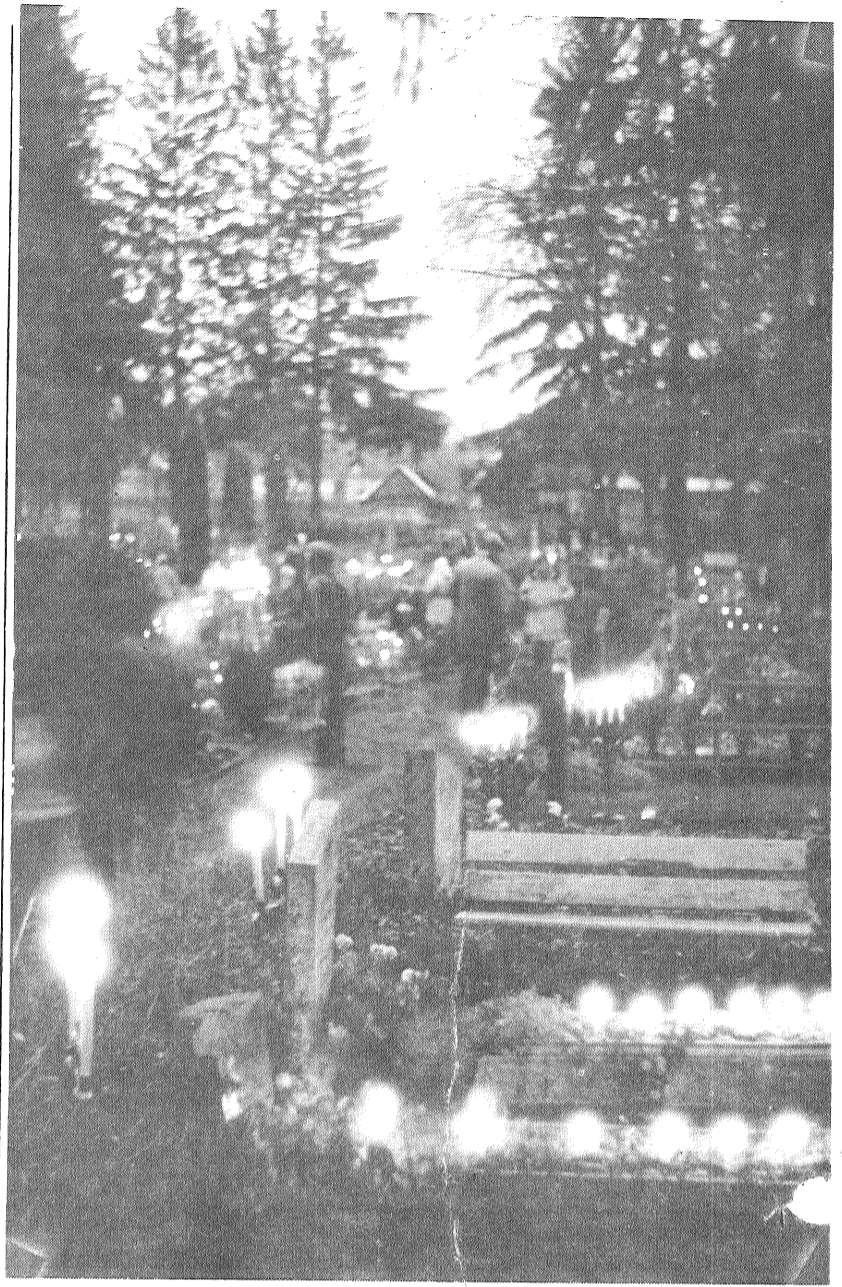
jadzēs tikai aizpildīt noteiktas formas veidlapu, kurā būs jānorāda, uz kāda uzņēmuma akcijām viņš piesakās un cik daudz ir gatavs maksāt par tām. Aizpildītā veidlapa tiks nosūtīta uz Rīgas Fondu biržu, kur apkopos datus. Tiks veikta izsole, noskaidroti uzvarētāji un zaudētāji.

Informācija par rezultātiem tiks nodota gan uz pieteikuma aizpildīšanas vietu, gan uz pagaidu reģistru. Pats investors pozitīva rezultāta gadījumā saņems pagaidu reģistra izdotu akciju apliecību par izsolē iegūtajām tiesībām uz konkrētā uzņēmuma akcijām un varēs atvērt vērtspapīru kontu izvēlētajai brokeru uzņēmumā. Kad tas būs izdarīts, viņš varēs pārdot šīs akcijas vērtspapīru otrreizējā tirgū vai arī paturēt tās savā īpašumā un gaidīt dividendes.

Ieguldītājam būs jāsedz maksa par bankas operācijām, kā arī izmaksas par vērtspapīru konta atvēršanu. Un, protams, jāņem vērā izvēlētais investīcijas uzņēmums, kurā investēt, kā arī noteikt un solīt pareizo cenu par šā uzņēmuma akcijām.

Cilvēkam, kas grib iegūt savā īpašumā valsts uzņēmumu fiziskā vai akciju veidā, būtu jāatceras, ka īpašums lielākoties gan nedod tūlītējus ienākumus, bet prasa darbu un zināšanas, kā arī uzliek papildu pienākumus. Par pienākumiem var sākt domāt tikai tad, kad ir veiksmīgi izpildīti visi nepieciešamie priekšnoteikumi.

U.Kalniņš,  
PA kontroles un metodoloģijas  
sektora vadītājs  
(«Lauku Avīze»)



■ Sestdien, kā tas veļu laikā pienākas, Preiļu kapsētā, atceroties no mums aizgājušos, notika Svecīšu vakars.

Foto — Jānis Silickis

### • Zinātnieka padoms zemniekiem

## Pienācis lielais mājdzīvnieku nobarošanas laiks

Beidzoties ganību periodam, mazvērtīgākos un vaislai nevajadzīgos dzīvniekus brāķē un intensīvi nobaro, jo jaunā raža dod barības pārpalinību. Aukstā laikā dzīvniekiem uzlabojas ēstgriba, ir labāki apstākļi gaļas saglabāšanai. Šinī laikā nobaro liellopus, cūkas, aitas, mājputnus, top tautā iecienītā Mārtiņu zoss, tiek gatavots tradicionālais cūkas šņukurs.

Mājdzīvniekus nobarojot, jāpārkāp, lai tie vairāk apēstu barības nekā fizioloģiski nepieciešams un lai mazāk kustētos. Šinī periodā dzīvniekiem pastiprināti nogulsņējas tauki, tādēļ uzlabojas gaļas garša, tā kļūst maigāka, sulīgāka.

Izēdot zirņus, pupas, viķus, miežus, bietes, var cerēt uz augstvērtīgu gaļu un taukiem. Īpaši tas attiecas uz cūkgaļu. Tādi barības līdzekļi kā auzas, kartupeļi, gremzdi, cukurbiešu grauzījumi, šķiedenis veicina irdenas gaļas iegūšanu, tādēļ tie jāizēdina nobarošanas sākumā. Protams, vajadzīgi arī minerālsāļi, vitamīni, īpaši D vitamīns. Kā minerālvielas var izēdināt koku pelnus, izkarsētus sasmalcinātus kaulus, izcils minerālvielu avots ir olu čaumalas. Taču visērtāk ar minerālvielām nodrošināt mājdzīvniekus, dodot Tukuma lopbarības ražošanas apvienības «Straume» minerālpremiksus, glicinātu minerālpremiksus, putniem arī vitamīnu premiksus u.c., kuri tiek ražoti pēc LVLVZI «Sigra» zinātnieku izstrādātām receptēm. Minēto piedevu izēdināšana dod lielu barības ietaupījumu. Faktiski bez šīm piedevām nedrīkstētu izēdināt ziemošanas periodā pašražoto barību — miltus, graudus, īpaši jauniem ātraudzīgiem dzīvniekiem, jo tie biežāk saslimst ar rahītu, broileri «sēž uz kājām», pieaugušie slimo ar kaulu trauslumu u.c. slimībām.

Jāievēro, ka bagātīga ēdināšana ir vislielākā barības taupīšana, bet

trūcīga — tīra izšķērdība. Nobarojamiem bulļiem, samazinot barības devu par 47%, dzīvmasas pieaugums samazinās 3,7 reizes.

Nobarošanas sākumā barības devā nav vēlams dot daudz ar enerģiju bagātu barības — spēkbarības, kas dažkārt veicina nevis augšanu, bet aptaukošanos, apetītes zudumu. Nobarošanas beigās gan vajadzīga bagātīga spēkbarības izēdināšana. Tas veicina ātrāku nobarošanu, gaļas kvalitātes uzlabošanu. Ja dzīvniekam zūd apetīte, reizi nedēļā var ieviest atslodzes dienu. Īpaši tas attiecas uz liellopiem. Pēc tam dzīvnieki kāri apēd barību, no kuras atteikušies. Ēstgribu uzlabo barības sagatavošana īsi pirms izēdināšanas — smalcināšana, sutināšana, iesalošana, bagātināšana, dīdēšana, garšvielu piedevas.

Lai iegūtu cauraugušu cūkgaļu, izmanto vājpienu, sienu smalkumus, sakņaugus. Atkarībā no pieprasījuma cūkas nobaro līdz beko- na vai spēka kondīcijai.

Gaļas kvalitāti ietekmē arī mājdzīvnieku šķirne, vecums, dzīvums, turēšanas tehnoloģija. Bullīšiem, turot bez piesiešanas, gaļa rupjšķiedraināka, tānī mazāk tauku. Pozitīvi gaļas kvalitāti ietekmē arī krustošana, kastrēšana. Tā vecākiem, kastrētiem dzīvniekiem, telītēm gaļa trekņāka nekā bullīšiem. Landras šķirnes cūkas dod cauraugušu gaļu un plānu spēka kārtu.

Pieaugušu dzīvnieku nobarošana ir mazāk izdevīga, jo dzīvmasa pieaug tikai uz tauku rēķina, kam divas reizes vairāk nepieciešams barības nekā muskuļu masas palielināšanai. Jauniem pieaugums nāk galvenokārt uz muskuļu masas palielināšanas.

J.Uzuleņš,  
veterinārmedicīnas doktors,  
prēmijas «Sējs» laureāts

Laikrakstu Latvijā ir daudz, bet

# "NOVADNIEKS"

- vienīgais, kas sniedz visvairāk ziņu un komentāru par politiskās, saimnieciskās, kultūras, skolu un sporta dzīves norisēm Preiļu rajonā!

Un vēl - kriminālronīku, derīgus padomus, izklaides materiālus!

Abonēšanas maksa  
1995.gadam  
(ieskaitot pasta izdevumus):

12 mēnešiem - Ls 6,72  
9 mēnešiem - Ls 5,04  
6 mēnešiem - Ls 3,36  
3 mēnešiem - Ls 1,68  
1 mēnesim - Ls 0,56

Parakstīšanos  
pieņem visās  
rajona pasta  
nodalēs un  
lauku pastnieki  
līdz 1994.gada  
10.decembrim.

Neatlieciet uz pēdējo brīdi to, ko var izdarīt tūlīt un bez steigas!



