



# NOVADNIEKS

## PREIĻU RAJONA LAIKRAKSTS

● Nr. 31 (6940)

● Sestdiena, 1999. gada 24. aprīlis

● Cena Ls 0,22

### Preiļu rajonā divpadsmit jauni pilsoņi



**22. aprīlī Latvijas Republikas Naturalizācijas pārvaldes Rēzeknes reģionālās nodaļas vadītāja Rita Zommere Preiļu rajona padomes priekšsēdētāja kabinetā svinīgos apstākļos nolasiya izrakstu no LR Ministru kabineta šī gada 24. marta rīkojuma nr. 144 «Par uzņemšanu Latvijas pilsonībā naturalizācijas kārtībā» divpadsmit Preiļu rajona iedzīvotājiem.**

Līdz tā sauktajai naturalizācijas logu atvēršanai, tas ir, 1995., 1996., 1997. un arī 1998. gadā Naturalizācijas pārvaldes Rēzeknes reģionālās nodaļas Preiļu filiālē tika saņemti tikai 79 iesniegumi. Taču kopš pagājušā gada novembra, kad naturalizācijas logi tika atvērti, filiālē saņemti jau 66 iesniegumi.

Rita Zommere pastāstīja, ka pēdējā laikā arvien biežāk vēlēšanos naturalizēties izsaka abi laulātie, par pilsoņiem kļūst arī viņu nepilngadīgie bērni. Arī 22. aprīlī izrakstus par savu un bērnu uzņemšanu Latvijas pilsonībā saņēma divas māmiņas.

Aprīlī Preiļu filiālē ik nedēļas tiek saņemti 3 līdz 7 iesniegumi. Dokumentu iesniegšana un pārbaudījumu kārtošana notiek bez aizķeršanās. R. Zommere uzsvēra, ka sakarā ar to, ka Rīgā Naturalizācijas pārvaldes nodaļas ir ļoti noslogotas, tika izdarītas izmaiņas dokumentu iesniegšanas kārtībā. Ja kāds no tiem, kuri vēlas kļūt par LR pilsoņiem, pierakstīs Rīgā, bet patiesībā dzīvo un strādā Preiļos, dokumen-

tus iespējams iesniegt un arī pārbaudījumus var nokārtot tepat Preiļos. Šajā gadījumā vienīgi jāraksta iesniegums un jāsaņem rakstiska atļauja no Naturalizācijas pārvaldes direktores Eiženijas Aldermanes.

Lai Latvijas pilsonības saņemšanas fakts ceļ jūsu pašapziņu, vairo labklājību, lai tas palīdz realizēt dzīvē daudzas ieceres, izsniedzot MK izrakstus, jauniejiem pilsoņiem vēlēja Rita Zommere. Apsveikumiem pievienojās arī rajona padomes izpilddirektore Aina Pastore un izteica vēlēšanos, lai visi jaunie pilsoņi turpmāk aktīvi iesaistītos rajona sabiedriskajā dzīvē, vairotu tā ekonomisko labklājību.

Dokumentu par uzņemšanu Latvijas pilsonībā naturalizācijas kārtībā saņēma Nadežda Balabanova un viņas meitiņas Sandra un Valērija, Žanna Kufina un meitiņa Karīna, Valentīna Litvinova, Žanna Matuseviča, Vladimirs Mickevičs, Tamāra Moroza, Viktorija Neištade, Jeļena Vaļkoviča un Aleksandrs Nahalovs, kurš gan svinīgajā brīdī nebija klāt, jo mācās Rīgā.

Svinīgā brīža pārdomās dalās jaunie pilsoņi.



**Vladimirs Mickevičs, Līvānu 2. vidusskolas 12. klases audzēknis:**

— Es saprotu, ka man turpmāk būs vajadzīga augstākā izglītība, lai es varētu dzīvē arī ko sasniegt. Tieši tāpēc izvēlējos iespēju saņemt Latvijas pilsonību. Mans

mērķis ir iestāties Policijas akadēmijā. Tagad tas būs iespējams.

**Valentīna Litvinova, pediatre Preiļos:**

— Es dzimusi Rīgā, tur ilgus gadus dzīvojusi, bet pilsonē nebiju. Ja nebūtu izmaiņu Naturalizācijas likumā, mani pie naturalizācijas pielaistu tikai pēc pāris gadiem. Patiesību sakot, es visu mūžu uzskatīju, ka jau esmu Latvijas pilsonē, jo man taču nav citas dzimtenes. Esmu ļoti priecīga, ka tam visam ir pielikts punkts, ka ar pilnām tiesībām varu saukt sevi par Latvijas pilsoni.

**Nadežda Balabanova un viņas astoņus un piecus gadus vecās meitiņas:**

— Tas, ka kļuva par pilsoni, lielā mērā ir manu bērnu nopelns. Gan jau es pati arī būtu mūžu nodzīvojusi kā nepilsonē, bet bija jādodomā par viņu nākotni. Arī mana profesija — farmaceits — virzīja pilsonības iegūšanai. Tagad esmu droša, ka man būs vieglāk profesionālajā darbībā, protams, gribu iesaistīties arī pilsētas un rajona sabiedriskajā dzīvē. Te ir mana dzimtene, nekur citur netaisos braukt un darbu meklēt.



**L. Kirillova  
J. Silicka foto**

### Kultūras ziņas

#### «Aiviekstes lakstīgalas» arī Preiļos

Ar izciliem panākumiem no J. Zābera piemiņai veltītā zēnu vokālistu konkursa «Aiviekstes lakstīgalas» atgriezušies Preiļu rajona zēni. 80 dalībnieku konkurencē no iespējamām deviņām godalgotām vietām Preiļu rajona zēni ieguva trīs godalgotas vietas. Pirmo vietu savā vecuma grupā, kurā dziedāja septiņus līdz deviņus gadus veci zēni, ieguva Preiļu 1. pamatskolas 2. klases audzēknis Andis Livdāns (skolotājs Arvīds Gžibovskis). Trešo vietu starp zēniem vecumā no deviņiem līdz 11 gadiem ieguva Priekuļu pamatskolas audzēknis Edijs Pastars (Anita Fedotova). Bet nākamajā grupā, kurā konkurēja 11-13 gadus veci dziedātāji, otro vietu kā arī atzinību par artistisku izpildījumu ieguva Dainis Skutelis (Jāzeps Skutelis) no Salas pamatskolas.

Pirmo triju vietu ieguvējiem piecas dziesmas jāieraksta kasetē, pēc to noklausīšanās žūrija lems, kuri dziedātāji izpildīs solo, bet kuri dziedās kopā ar operas solistiem Operas svētkos. Tie augusta sākumā notiks Madonā. Bez tam pirmās vietas ieguvēji kā dāvanu saņēma biļetes uz operas vai baleta izrādēm. Andim Livdānam kopā ar vecākiem un skolotāju uzdāvinātas biļetes uz baleta izrādi «Pepija Garzeķe».

#### Izstādes bibliotēku nedēļas ietvaros

Turpinās bibliotēku nedēļa, un šajā sakarībā bibliotēkas rīko pasākumus, lai iedzīvotājiem par sevi sniegtu plašāku informāciju.

Rožupes pagasta bibliotēkā sarīkota izstāde «Bibliotēka — garīgo vērtību krātuve», Saunā — «Bibliotēka manā dzīvē», Aizkalnes pagasta bibliotēkā — «No bibliotēkas vēstures» un retu dokumentu kopiju izstāde, kurā skatāmi 19. gadsimta beigās un 20. gadsimta sākumā tapuši dokumenti. Jersikas pagasta Rīta bibliotēkā izveidota izstāde ar nosaukumu «Lai rītdiena varētu ielūkoties šodienā». Divas izstādes: «Mana pagasta bibliotēka vakar, šodien, rīt» un «Bibliotēka — cilvēku fantāzijas veikals» aplūkojamas Aglonas pagastā. Savukārt Sutrū pagasta bibliotēkas darbinieki organizēja ekskursijas uz rajona galveno un Preiļu bērnu bibliotēku.

#### Bērnu folkloras kopu salidojums

Starptautiskā bērnu un jauniešu folkloras festivāla «Pulkā eimu, pulkā teku» ietvaros šodien Rožupes pagastā notiek Dienvidlatgales bērnu folkloras kopu salidojums. Kā informēja Dienvidlatgales folkloras kopu koordinatore Anna Kārkle, festivāla tēma šogad ir «Es pats». Salidojums, kas laika ziņā saistīts ar Jurgū dienu, veltīts pieguļnieku tēmai. Paredzēta sadziedāšanās pie ugunsкура. Rožupes kultūras namā folkloras kopas no Rīgas aicinās arī uz «Lielo rotaļnieku».

Bet 22. maijā Riebiņos paredzēts visu Latgales bērnu folkloras kopu festivāls.

**L. Rancāne**

### Izziņas

■ Šonedēļ Rīgā ražīga darba gada jubileju nosvinēja Valsts sabiedrība ar ierobežotu atbildību «Reģionu attīstība». Pasākumā piedalījās arī Preiļu rajona padomes attīstības plānošanas nodaļas galvenā speciāliste Irēna Šaitere. Viņa pastāstīja «Novadniekam», ka pašlaik «Reģionu attīstība» noslēgusi jau 130 līgumus ar īpaši atbalstāmo reģionu uzņēmējdarbības projektu iesniedzējiem. Tajā skaitā ir 20 pašvaldības, 110 uzņēmēji no astoņpadsmit rajoniem.

«Reģionu attīstības» mērķis — paātrināt īpaši atbalstāmo reģionu attīstību, nodrošināt papildus iespējas finansēt projektus, kuru īstenošana attiecīgajā teritorijā dod iespējas sekmēt jaunu darba vietu rašanos un iedzīvotāju dzīves līmeņa celšanos. I. Šaitere uzsvēra, ka Preiļu rajonā vienīgi no Aizkalnes un Siļukalna pagastiem nav ienācis neviens projekts. Ja tuvākajā laikā tos neiesniegs, iespējams, šīm pašvaldībām nāksies šķirties no īpaši atbalstāmo pašvaldību statusa.

■ Preiļu, Krāslavas un Daugavpils rajons (Daugavpils rajonā tiek īpaši atbalstītas sešas pašvaldības) nolēmuši izveidot īpaši atbalstāmā reģiona padomi «Daugava», lai varētu tepat uz vietas izskatīt uzņēmēju iesniegtos projektus, lai potenciālajiem projektu iesniedzējiem būtu mazāk problēmu, kas saistītas ar dokumentu kārtošānu. Arī finansējumu atbalstītie projekti saņems tepat. Pašlaik top īpaši atbalstāmā reģiona padomes «Daugava» nolikums un statūti.

**L. Kirillova**

## Nacionālās ziņas

### Latvija sarūpējusi segas Kosovas bēgļiem

Iespējams, ka jau tuvākajā laikā Kosovas bēgļiem tiks nosūtīta humānās palīdzības krava no Latvijas. Labklājības ministrijas speciālisti apzinājuši iestādes, no kurām varētu paņemt segas sūtījumam. Patlaban tiek gaidīti norādījumi no Latvijas pārstāvniecības Ženēvā. 15000 nelietotu segu kosoviešiem nosūtīs no valsts rezerves fonda, kuras Ugunsdzēsības un glābšanas dienesta noliktavās glabājušās desmit gadus. Iekšlietu ministrija piekritusi ziedot šos dekus ar nosacījumu, ka valsts piešķirs līdzekļus jaunu segu iegādei. Arī Sarkanais Krusts ir sācis vākt palīdzību albāņiem, taču, kā atzīst organizācijas prezidents Uldis Laucis, cilvēku atsaucība ir niecīga. Ziedojumu konts «Hansabank - Latvija» ir atvērts jau nedēļu, un pagaidām neviens neko nav ziedojis. Sarkanais Krusts par saviem līdzekļiem ir sagādājis 150 segu un 300 gultas veļas komplektus.

### Modernizēs Saeimas namu

Iespējams, jau šogad Saeimas ēkas tiks aprīkotas ar modernām ārējās apgaismes ierīcēm, bet parlamenta centrālajā ēkā tiks uzstādīts metāla detektors. Šie pasākumi esot nepieciešami, lai garantētu drošību Saeimas namā. Arī ārējās apgaismes ierīces ir nepieciešamas ne tikai tāpēc, lai naktī skaisti izgaismotu parlamenta ēkas, bet lai tās tumsā būtu labi pārrēdzamas. Nākotnē ir paredzēts veikt vēl vairākus pasākumus, lai garantētu drošību, proti, ir plānots metāla detektoru uzstādīt arī citās parlamenta ēkās un ierīkot novērošanas kameras. Šī gada Saeimas budžetā drošības pasākumiem ir piešķirti 5 tūkstoši latu, un Saeimas kancleris direktors Māris Steins prognozē, ka ar šo naudu varētu pietikt, lai uzstādītu vienu metāla detektoru un ierīkotu ārējās apgaismes ierīces.

### Lietuvai samazina robežcenas

Zemkopības ministrs Pēteris Salkazanovs parakstījis rīkojumu par Lietuvai noteikto robežcenu samazināšanu lauksaimniecības precēm no 21. aprīļa atbilstoši Lietuvas robežcenu samazinājumam. Būtiskākais robežcenu samazinājums skaršot importētās olas, mainītas robežcenas arī citām lauksaimniecības precēm, piemēram, tiks iepirkti lētāki graudi.

### Prezidents jāievēl līdz Jāņiem

Valsts prezidenta kandidāti jāizvirza līdz 29. maijam, bet vēlēšanām jānotiek līdz Jāņiem, paredz Saeimas juridiskās komisijas atbalstītais likumprojekts. Prezidenta kandidātiem izvirzītas stingrākas prasības nekā Saeimas deputātiem. Valsts prezidenta Gunta Ulmaņa pilnvaru pēdējā diena ir 7. jūlijs. Vēlēšanas būs aizkļātas, ar balsošanas zīmēm, un prezidenta ievēlēšanai nepieciešama vismaz 51 deputāta balss. Ja pirmajā kārtā neviens nebūs ievēlēts, tad par visiem kandidātiem jābalso otrreiz. Ja arī tad neviens negūst nepieciešamo atbalstu, vēlēšanas turpina, ikvienā turpmākajā kārtā izslēdzot vismazāko balsu skaitu ieguvušo kandidātu. Arī pēdējā vēlēšanu kārtā prezidents nav ievēlēts, tad tiek rīkotas jaunas vēlēšanas, kurām iespējams izvirzīt gan tos pašus, gan citus kandidātus.

### Par sociālā nodokļa iekasēšanu būs jā rūpējas ieņēmumu valsts ministrei

Lai uzlabotu Valsts ieņēmumu dienesta (VID) darbu sociālā nodokļa iekasēšanā, tiks izveidota darba grupa, par kuras vadītāju paredzēts iecelt ieņēmumu valsts ministri Aiju Poču. Par to lemts premjera Viļa Krištopāna un labklājības ministra Vladimira Makarova tikšanās laikā otrdien, pārrunājot Labklājības ministrijas darbu. Sociālās apdrošināšanas iemaksu iekasēšanu V.Makarovs uzskata kā aktuālāko šībrīža problēmu. Tāpēc lemts par īpašas darba grupas izveidošanu, kas veiks VID darba optimizāciju iemaksu iekasēšanas, kā arī iemaksu individualizētās uzskaites jomā.

### Atkal apstiprina atceltos Lattelekom tarifus

Telekomunikāciju tarifu padome (TTP) trešdien atkārtoti apstiprināja jaunos Lattelekom tarifus, paredzot, ka tie stāsies spēkā 1. jūnijā. Atšķirībā no 6. janvāra sēdes, kad jaunie tarifi tika apstiprināti pirmoreiz, šoreiz TTP izteikusi priekšlikumu Lattelekom bez tarifu plāna «Izvēle Nr. 1» klientiem piedāvāt citus tarifu izvēles plānus. Satiksmes ministrs Anatolijs Gorbunovs trešdien preseī atzina, ka rūpīgi izanalizēšot padomes jaunā lēmuma motivāciju un iepriasišot precīzu informāciju par to, kur šī nauda «aizies» un cik liels labums no tarifu maiņas būs lauku iedzīvotājiem.

### Būs galīgās apsūdzības Latveņergo 3 miljonu lietā

Apsūdzības galīgos variantus Latveņergo pazudušo 3 miljonu latu lietā prokuratūra plāno uzrādīt maijā, trešdien intervijā Latvijas radio teica ģenerālprokurors Jānis Skrastiņš. Viņš gan nekonkretizēja, vai apsūdzības tiks celtas vēl kādai personai, izņemot Latveņergo bijušos vadītājus Edgaru Birkānu un Kārlī Purni, kuri tiek apsūdzēti par ļaunprātīgu dienesta stāvokļa izmantošanu. Prokuratūra joprojām nodarbojas ar trīs miljonu naudas ceļa meklēšanu, kas, ja paveiksies, varētu novest pie afēras organizētājiem.

### Irestiesu Latvijā nebūs

Valdības sēdē akceptēts irestiesu likuma īstenošanas otrais variants, kas paredz palielināt tiesnešu skaitu par 43. Tas nodrošinātu ne tikai dzīvokļu lietu ātrāku izskatīšanu, bet arī samazinātu citu kategoriju lietu izskatīšanas termiņus. Tāpēc Tieslietu ministrijai uzdots iesniegt likumprojektu «Par irestiesu likuma atzīšanu par spēkā neesošu», kā arī grozījumu likumos «Par tiesu varu», «Par dzīvojamu telpu īri», «Par pašvaldībām» un «Par nodokļiem un nodevām», kā arī Civilprocesa kodeksā. Bez tam Finanšu ministrijai uzdots sagatavot 2000. gada budžeta projektu, kurā Tieslietu ministrijai paredzēts piešķirt 2,452 miljonus latu koncepcijas īstenošanai (lai varētu iedzīvotājiem pašreizējo irestiesu likumu, būtu nepieciešami apmēram 7 miljoni latu, kā arī ikgadējais irestiesu darbības nodrošinājums).

### Finanšu izlīdzināšanas fonda maksājumi

Valdības sēdē akceptēti noteikumi, kas nosaka katrai pašvaldībai aprēķināto no pašvaldību finanšu izlīdzināšanas fonda izmaksājamo dotāciju un izlīdzināšanas fondā veicamās iemaksas, kā arī kārtību, kādā izmaksājama minētā dotācija un veicamās iemaksas. Šie noteikumi attiecināmi uz visu saimniecisko gadu. Jāatgādina, ka pašvaldību izlīdzināšanas fonda izdevumi un ieņēmumi 1999. gadā plānoti 30,154 miljoni latu, no kuriem 24,051 miljoni latu ir pašvaldību atskaitījumi šim fondam un 6,103 miljoni latu valsts budžeta dotācija.

Ziņas sagatavoja T.Elste

## Sociālā nodokļa lielākie parādnieki Preiļu rajonā

Nodokļu maksātājs	Nodokļu maksātāja reģistrācijas nr.	Kopā	Soc.apdr.obl. iemaksas	Soc. nodoklis
1. Nikolaja Ļeonova zemnieku saimniecība «Jaunaglona»	770100524	39961,68	—	39961,68
2. SIA «Dubna-92»	770300124	29296,98	—	29296,98
3. Preiļu pilsētas pašvaldības uzņēmums «Siltums»	47703001951	28557,85	28557,85	—
4. SIA «Līvānu būvmateriāli-R»	40003084315	22601,42	4900,58	17700,84
5. Paju sabiedrība «Preiļu SCO»	40003039311	11700,0	11700,0	—
6. SIA «Vajar»	40003353394	9594,62	9594,62	—
7. Preiļu kooperatīvā sabiedrība	40003060764	9272,64	9272,64	—
8. SIA «Tauma-Eikša»	47703001171	6639,78	6639,78	—
9. Līvānu slimnīca	40003231451	4298,91	—	4298,91
10. Romāna Ļeonova z.s. «Ezerkrasti»	40001003432	2986,90	—	2986,90

**Samērā bieži «Novadnieka» korespondentiem nācies runāt ar satrauktiem un apbēdinātiem cilvēkiem, kuri pēkšņi zaudējuši darbu, bet nevar saņemt arī bezdarbnieka pabalstu, jo līdzšinējais darba devējs nav maksājis sociālo nodokli un nav izdarījis sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas.**

Tajā laikā, kad darbinieks saņēma algu, viņu īpaši neuztrauca jautājums par to, vai uzņēmuma vadība pilnībā izpilda nodokļu likumus. Iespējams, cilvēks pat priecājās, ka daļu algas viņš saņēma oficiāli, bet pārējo, iespējams, lielāko summu, aploksnē. Tajā brīdī viņam bija vienalga, ka tikai ir ko samaksāt par komunālajiem pakalpojumiem un sagādāt ēdienu. Problēmas radās vēlāk.

Pēc «Novadnieka» lūguma Valsts ieņēmumu dienesta rajona nodaļa sagatavoja ziņas par desmit lielākajiem sociālās apdrošināšanas obligāto iemaksu un sociālā nodokļa parādniekiem Preiļu rajonā (ziņas šī gada 1. aprīlī).

Šos skaitļus «Novadnieks» lūdza komentēt VID Preiļu rajona nodaļas nodokļu inspektori Māriti Joksti.

— Sarakstā minēti tikai desmit uzņēmumi un analizētas to parādu summas. Tāpēc jāņem vērā, ka to starpā nav minēti uzņēmumi, kas:

— atzīti par maksātnespējīgiem (tieši šo uzņēmumu vidū ir nodokļu parādnieki ar vislielākajām parādu summām, bet ziņas par šo uzņēmumu parādiem mēs neesam tiesīgi publicēt),

— atrodas privatizācijas procesā,

— saņēmuši nodokļu parāda samaksas termiņa pagarinājumu uz vienu gadu, ko piešķirusi nodokļu inspekcija, pamatojoties uz Latvijas Republikas likuma «Par nodokļiem un nodevām» pārejas noteikumu 20. punktu. Līdz ar to vienam otram no minētajiem uzņēmumiem parādi patiesībā ir krietni lielāki.

— Kāpēc parādi sadalīti divās sadaļās?

— Lai varētu saprast, kāpēc parādi izkārtoti divās ailēs — sociālās apdrošināšanas obligātās iemaksas un sociālais nodoklis — jāzina, ka Valsts ieņēmumu dienests administrē sociālās apdrošināšanas obligāto iemaksu uzskaiti un iekasēšanu tikai no 1998. gada 1. janvāra. Tieši tad mainījās likumi attiecībā uz šiem maksājumiem. Pēc summu saskaņošanas Valsts ieņēmumu die-

neests no Valsts sociālās apdrošināšanas pārņēma arī sociālā nodokļa parādu.

— Ko Valsts ieņēmumu dienests dara, lai iekasētu lielās parādu summas?

— Ar katru no šiem parādniekiem VID nodaļas piedziņas daļa veic maksājumu piedziņas darbu. Pret atsevišķiem uzņēmumiem — sniedzot prasības tiesā, attiecībā pret citiem — vācot materiālus krimināllietu ierosināšanai vai sniedzot informāciju finansu policijas pārvaldes darbiniekiem, kā arī vērsot piedziņu pret nodokļu maksātāju mantu.

Darbs tiek organizēts un veikts saskaņā ar Latvijas Republikas likumiem. Tomēr atšķiras pieeja tiem uzņēmumiem, kuri nonākuši finansiālās grūtībās objektīvu iemeslu dēļ, un uzņēmumiem, kuri ir ļaunprātīgi nodokļu nemaksātāji.

— Ko jūs gribat teikt visiem rajona strādājošajiem iedzīvotājiem?

— Gribu teikt, ka cilvēkiem nevajag būt bezrūpīgiem, bet arī pašiem sekot līdzī nodokļu nomaksai.

■ Darba devēja grāmatvedībā pārliecinieties, vai jūsu darba devējs ir nomaksājis par jums valsts obligāto sociālās apdrošināšanas iemaksu summas.

■ Konstatējot, ka tas netiek darīts vispār vai tiek veikts nepietiekamos apmēros, ziņojiet par to Valsts ieņēmumu dienesta rajona nodaļai. Vēlams, lai jūs to darītu rakstiski.

Ja šādas darba devēja rīcības dēļ esat cietis materiālos zaudējumus, vienlaikus ziņojumam VID iestādei, sniedziet prasību pret uzņēmuma administrāciju tiesā, lai saskaņā ar Civillikumu piedzītu no darba devēja zaudējumus, kuri darbiniekam nodarīti darba devēja vainas dēļ.

■ Ja uzņēmums, kurā esat līdz šim strādājis un kurš nav veicis par jums iemaksas, atzīts par maksātnespējīgu, griezties pie uzņēmuma administrātora, lai noskaidrotu šo jautājumu.

Sadarbojoties ar Valsts ieņēmumu dienesta rajona nodaļu šīs problēmas risināšanā, jūs palīdzēsiet veikt darbu, kas saistīts ar valsts sociālās apdrošināšanas iemaksu patiesā apmērā apzināšanu un iekasēšanu. Jūs palīdzēsiet arī paši sev, aizstāvot savas tiesības uz sociālajām garantijām. Bet gala rezultātā ieguvēji būs visi: gan strādājošie, gan bezdarbnieki, gan pensionāri, gan invalīdi.

Sagatavoja L.Kirillova

## Maijā saņemsim aptaujas anketas

**Turpinās administratīvi teritoriālās reformas pirmais posms. Par tās gaitu pagastu priekšsēdētāji tika informēti kārtējās seminārnodarībās, kurās piedalījās arī SIA «Projekts-21» direktors Jānis Kauliņš (viņš šo projektu vada Preiļu rajonā). Seminārā atzīmēja, ka mūsu novads ir viens no retajiem valstī, kur likuma par administratīvo reformu īstenošanā paveikts daudz.**

«Novadniekam» J.Kauliņš pastāstīja, ka sabiedriskās domas izpēte, kas iekļauta šajā projektā, pagājušajā gadā sāka Ogres rajonā. Šogad darbs aptvers vēl trīs — Preiļu un kaimiņos esošos Jēkabpils un Madonas rajonus. No tiek teritorijas izpēte, kādā veidā un cik mērķtiecīga ir pāreja uz jauno administratīvo dalījumu, kāds var būt galarezultāts, ja mazās pašval-

dības apvieno lielākās, kāds varētu būt teritoriju ieteicamais dalījums. Pamatā būs informācija, kas nāk no rajona iedzīvotājiem, kādi ir pašvaldību vadītāju un speciālistu viedokļi. Rūpīgi un pamatīgi tiks pētīti divi informācijas avoti: ziņas, kas ir Valsts statistikas orgānu rīcībā, pagastos un rajona padomē, kā arī iedzīvotāju aptaujas anketās sniegtā informācija.

Kā juridiskas personas tiks anketētas pagastu padomes, iedzīvotāji saņems lapas ar jautājumiem par viņu vēlmēm, vajadzībām, priekšlikumiem administratīvo teritoriju veidošanā. J.Kauliņa darba grupā ietilps divi viņa sabiedrības pārstāvji un četri speciālisti no rajona. Katram būs savs noteikts uzdevums. Grupa izplatīs un savāks anketas, apkopos iegūtos datus. Mērķis — ievākt ziņas no visiem iedzīvotājiem.

Anketēšanu uzsāks 10. maijā, projekta realizācijas termiņš ir augusta beigas.

A.Rancāns

## Vai izvēlēties savu ārstu?

Turpinās iedzīvotāju reģistrēšanās pie primārās aprūpes ārstiem. Sabiedrības lielākā daļa jau ir apradusi ar domu, ka jāizvēlas viens no ārstiem, ko turpmāk saukt par savu. Daudziem visā šajā lietā vēl joprojām ir neskaidribs, un viņiem grūti izlemt par labu Bērziņam, Kārklīnam vai Prieditim, jo līdz šim pa reizei apmeklēts katrs no šiem ārstiem. Vēl jo grūtāk, ka būtībā jāizvēlas nevis par labu ārstam, bet — par labu pašam sev. Ārstu, kuru varēs saukt par savu ne tikai tāpēc, ka pie viņa esat reģistrējušies, bet arī tāpēc, ka ar viņu ir izveidojies savstarpējs kontakts un sapratne.

Kāda situācija primārās aprūpes ārstu izvēlē ir rajonā? Par to informēja Daugavas slimokases Preiļu filiāles vadītāja Viktorija Šmukste:

— Līdz 15. aprīlim pie primārās aprūpes ārstiem reģistrējušies deviņi tūkstoši, tas ir, 15 procenti no rajona iedzīvotājiem. Uzskatu, ka šis skaits ir apmierinošs, jo iedzīvotāji uz tādu medicīniskās aprūpes jauninājumu nevar strauji reaģēt, un arī pašiem ārstiem līdz galam daudzas lietas nav skaidras. Iespēja katram pašam izvēlēties savu primārās aprūpes ārstu ir līdz šī gada 1. jūnijam. Pēc tam pie ne-reģistrējušos iedzīvotājus slimokase reģistrēs pie ārstiem pēc saviem ieskatiem.

— Pie kuriem ārstiem pierakstījies visvairāk iedzīvotāju?

— Varu minēt dažus datus. Ģimenes ārstu Anatoliju Ruskuli izvēlējušies 733 iedzīvotāji, Skaidrīti Valaini, kuras prak-

ses vieta ir Aglonā, — 611, Margaritu Kroli (Galēni) — 534, Ļubovu Kirsanovu — 373, Valentīnu Litvinovu — 317, Jāni Petrānu — 316. Pie Līvānu terapeites Ludmilas Jemeljanovas pierakstījušies 311, pie terapeites Mudītes Kalniņas — 265, Reginas Stares — 296 iedzīvotāji.

Iedzīvotāji izvēlējušies arī citus rajonā strādājošus ārstus. Pie mums nav ārstu pārprodukcijas, un neviens no viņiem nepaliks bez pacientiem.

Iezīmējas vēl kāda aina. Pie viena otra ārsta iedzīvotāji pierakstās no visai tālām rajona vietām. Grūti iedomāties, kā ārsts varēs viņus apkalpot lielas saslimstības periodā. Pat laika ziņā ārsts nevar paspēt vienlaicīgi apmeklēt slimnieku Jersikā, Rušonā un Vārkavā. Tāpēc mans padoms būtu tomēr izvēlēties ārstus, kuru prakses vieta ir tuvāk jūsu dzīves vietai.

Daļa iedzīvotāju ir neizlēmīgi, viņi paši nevēlas izšķirties par vienu vai otru ārstu un atstāj galīgo lēmumu slimokases ziņā. Jāatgādina, ka savu ārstu varēs mainīt ne biežāk kā reizi pusgadā.

— Kad iedzīvotājs ir izvēlējis ārstu un aizpildījis poliklinikā vai pie sava ārsta saņemto anketu, kas notiek tālāk?

— Anketa nonāk slimokasē, ziņas tiek salīdzinātas ar datu bāzi Aizkrauklē. Atklājas tādi gadījumi, kad iedzīvotājs pierakstījis arī pie cita ārsta kādā citā zonā. Pēc tam ziņas nonāk Rīgā, kur tiek pārbaudīts, vai iedzīvotājs nav pierakstījis pie kāda no Rīgas ārstiem. Ir gadījies, ka iedzīvotāji, kuri apmeklējuši ārstu konsultācijas Rīgā, tikuši pie šiem ārstiem reģistrēti kā pie primārās aprūpes ārstiem.

Tikai pēc tam, kad visas ziņas salīdzinātas, tiek sagatavota pacienta karte. Tās

var saņemt pie sava izvēlēta ārsta. Rajonā ir saņemti četri tūkstoši pacientu karšu, bet, iespējams, ka daļa iedzīvotāju tās pie saviem ārstiem nav saņēmuši.

— Kad sāks darboties medicīniskā aprūpe pēc jaunās sistēmas?

— Slimokasei iedzīvotāju reģistrēšana jābeidz līdz nākošā gada 1. janvārim.

— Tie, kuri iepazinušies ar jauno medicīniskās aprūpes sistēmu, visvairāk bažijas par to, ka brīvi nevarēs apmeklēt dažādus speciālistus. Tam būs vajadzīgs primārās aprūpes ārsta norikojums. Vai ir paredzēti kādi izņēmumi?

— Bez primārās aprūpes ārsta norikojuma katrs patients varēs apmeklēt šādus speciālistus: ftiziātru, psihiātru, venerologu, narkologu, cukura diabēta slimnieki — endokrinologu, bērni līdz 18 gadu vecumam — zobārstu. Notika plašas diskusijas par iespēju bez primārās aprūpes ārsta norikojuma apmeklēt ginekologu, tomēr galīgais lēmums ir tāds, ka vispirms būs jāgriežas pie primārās aprūpes ārsta.

Acīmredzot, pastāvēs arī iespēja katram pašam apmeklēt ikvienu speciālistu, taču tādā gadījumā būs jāšķiras no krietnas summiņas.

Pašlaik visa šī jaunā medicīniskās aprūpes sistēma vēl tikai top. Valsts obligātās apdrošināšanas aģentūrā izveidota darba grupa, kas izstrādā primārās aprūpes modeļus. Neskaidru jautājumu višiem — gan iedzīvotājiem, gan ārstiem vēl diezgan daudz.

Ir plānots, ka no 1. jūlija dažās vietās: Viduslatvijā, Latgales apvienotajā, Ziemeļaustrumu slimokasu teritorijā sāks darboties jaunais medicīniskās aprūpes modelis.

L.Rancāne

## Par pagastu energosaimniecību attīstību

Uz kārtējo semināru, ko rīkoja rajona padomes attīstības plānošanas nodaļa un kas bija veltīts siltumapgādes reģionālās plānošanas metodēm, bija saaicināti pagastu priekšsēdētāji. Semināru ievadīja rajona padomes attīstības plānošanas nodaļas speciālists A.Pizelis. Priekšlasījumus sniedza SIA «Strasa konsultanti» siltumapgādes plānošanas nodaļas vadītājs J.Jakušonoks un Ekonomikas ministrijas Enerģētikas departamenta pārstāvis M. Gedrovičs, kuri izklāstīja valsts investīciju programmas un projektu gatavošanas praktiskās prasības, iepazīstināja ar Daugavpils un citu rajonu pieredzi.

«Novadnieka» korespondents dažiem semināra dalībniekiem palūdzā dalīties iespaidos par dzirdēto, pastāstīt, ko jau izdevies panākt pagastos.

**Juris Leicis, Siļukalna pagasta padomes priekšsēdētājs:**

— Atziņas guvu par projektu dokumentācijas gatavošanu iespējamo investīciju piesaistīšanai. Bet tas ir nākotnes ziņā. Pagasta budžets tik plāns, ka neko lielu nevaram uzsākt, grūti sagādāt pat kurināmo. Pašlaik lielā katlu māja nedarbojas, paredzēta rekonstrukcija. Uzstādīsim jaunu katlu ar malkas apkuri un tad pieslēgsim kultūras namu, bibliotēku, pagasta iestādes un vienu pamatskolas korpusu (otrajam korpusam jau ir autonoma apkure). Šim mērķim pagaidām varam atļauties četrus tūkstošus latu. Darbus plānojam pabeigt līdz jaunajai apkures sezonai.

**Antons Bēķis, Aglonas pagasta padomes priekšsēdētājs:**

— Informācija ir dārgākā prece pasaulē, tāpēc jāizmanto viss pieejamais. Pašlaik pagastā energosaimniecībā īpašu problēmu nav, bet jādomā par perspektīvu. Aglona kā apdzīvota vieta izstiepusies šķēršļotā apvidū un vienotu sistēmu nav iespējams izveidot. Attīstīsim decentralizētu. Ciematā iederas autonomas, nelielas katlu mājas. Pašvaldība pagaidām nav izlēmusi bijušās centrālās katlu mājas likteni. Laiks rādis, vai to atjaunot vai kā citādi izmantot. Esam norūpējušies par vidusskolas un tās internāta apsildīšanu, izstrādāti divi paralēli projekti un kāda no tiem īstenošana būs viens no svarīgākajiem tuvākajiem uzdevumiem. Pagājušā gada beigās sākām un tagad turpinām internātgimnāzijas katlu mājas rekonstrukciju, tā apsildīs arī divas skolotāju dzīvojamās mājas.

**Staņislavs Korsaks, Sutru pagasta padomes priekšsēdētāja vietnieks:**

— Tāds seminārs bija vajadzīgs, lai mēs būtu lietas kursā par aktualitātēm valstī. Mums ir tikai viena katlu māja un apsilda pagasta namu, tā iestādes. Izmantojam malku. Derētu modernizēt katlu māju. Centralizēta apkure vajadzīga skolai. Projekta vēl nav, ir tikai iecere.

**Astrīda Spuriņa, Rožkalnu pagasta padomes priekšsēdētāja:**

— Mācības ir mācības — vienmēr var iegūt ko derīgu. Pagājušajā gadā ēkā, kur atrodas kultūras nams, uzstādījām Līvānos ražoto apsildes katlu, šogad saredzīsim kārtībā arī bijušās kopsaimniecības kantora telpas otrajā stāvā. Uz turieni pārcelsies pagasta padome ar savām institūcijām.

**Pēteris Rožinskis, Aizkalnes pagasta padomes priekšsēdētājs:**

— Šo to derīgu dzirdēju, bet tādai mazai pašvaldībai kā mūsu centrālā apkure nav aktuāla. Pašlaik apdzīvota tikai viena divpadsmit dzīvokļu māja, tajā uzstādīts Tukumā ražots «Komforta» katls. Skolā iztikam ar malkas apkuri, tāpat tiek apsildīta arī sporta zāle.

□□□

Kā teica rajona padomes attīstības un plānošanas nodaļas vadītājs P.Romanovs, seminārs sarīkots pagastu vadītājiem, lai orientētu viņus energosaimniecību attīstīšanai. Gada otrajā pusē līdzīgs seminārs par aktuāliem jautājumiem notiks vēlreiz.

A.Rancāns

## Svarīgākais zemnieka saimniecībā — govys

Rajonā pašlaik reģistrēti 24017 liellopi, tajā skaitā 12573 govys. Līdz 1. aprīlim apzīmēti, tas ir, numurēti 19382 vai 81 procenti. Krotālijas vēl nav saņēmuši tie ganāmpulki, kuri reģistrēti rudenī.

### Ievieš kārtību liellopu uzskaitē

Lauksaimniecības departamenta vecākā referente zootehniskajos jautājumos Silvija Repše «Novadnieku» informēja, ka katram numurētajam liellopam tiek izsniegta pase. Rajonā jau saņemti 60 procenti no vajadzīgajām pasēm, pārējās saņems tuvākajos mēnešos. Pagastos ir darbinieki, kas liellopu pases lopu turētājiem nogādā kopā ar apzīmēšanas aktiem, ierakstot saņemšanas datumu. Likvidējot liellopu, pasē ieraksta likvidācijas datumu un iemeslu. Tad šo dokumentu izsniedzējs patur pie sevis. Pārdošanas gadījumos iedaļā «īpašas atzīmes» ierak-

sta «pārdots» un pasi kopā ar vienu pārvietošanas akta eksemplāru nodod pircējam. Visos neskaidrajos jautājumos Silvija Repše aicināja griezties pie lauksaimniecības organizatoriem pagastos, kuri izsniedz šīs pases, vai arī tieši lauksaimniecības departamentā.

### Top govju lielferma

Šajās dienās Preiļu pagasta lauksaimniecības organizatore un lopkopības pārvalde Lidija Veigule nodeva devīnpadsmit liellopu pases zemkopjiem Silvijai un Ilgonim Skrivlām Plivdās. Silvija ir veterinārā ārste, bet dzīvesbiedra profesija — metinātājs. Kopā ar viņiem saimniecībā strādā arī Silvijas mamma Antoina Gorenko — lopkope ar kopsaimniecības darba pieredzi, kā arī divi viņu pašu puikas un Silvijas brāļa dēls.

### Latvijas brūnaļa pārāka

Lopkopēju ģimene, kad fermas privatizētāji nolēma par labāku pievērst katrs

savu daļu un šķirties no kopīgā apsaimniekotāju goda, palika pie tā, ka patur tukšu novietni, neļauj jautk nost. Saveida to kārtībā un nu pamazām piepilda ar govīm, vispirms tur novietoja savas, nu jau izaudzējuši arī jaunus. Daudz līdzekļu jāiegulda telpu uzturēšanā. Mītne celta 1952. gadā, tajā ir ūdensvads un kūtsmēslu transportieris, uzstādīta slaukšanas iekārta ar piena vadu, ko sāks izmantot, kad būs aizņemta vismaz puse no 100 govju vietām. Jaunajiem saimniekiem fermā valda kārtība. Kā stāstīja Silvija Skrivļa, pašu izaudzētās Latvijas brūnaļas, kas pielāgojušas vietējiem apstākļiem, ir veselīgas un spēcīgas, dod veselīgu, treknu un olbaltumvielām bagātu pienu. Tās nemainītu ne pret kādām superražīgajām ārzemniecēm.

### Tēva zemei godu dara

Antoina Gorenko kopā ar Domicellu Rubinu šajā fermā sākušas strādāt pirmās, kad iesākumā te viss bija jāpaveic ar rokām, strādājušas vējlukturu gaismā. Vēlāk un pamazām «saradušies» mehānismi, iekārtas, mainījusies darba tehnoloģija. Atnākušas strādāt jaunas, dzīvespriecīgas un enerģiskas slaucējas. Ferma uzcelta uz tēva zemes un kāds būtu tai izskats, ja pēc nojaukšanas rēģotos stabi, kā tas ir visur citur rajonā?.. To nedrīkstējis pieļaut. Ferma pagaidām vairāk nesot zaudējumus, nekā ienākumus, bet galvenais panākts: nav nonievāta tēva zeme, visiem ir darbs.

□□□

Preiļu pagastā kopā uzskaitītas 567 slaucamās govys un ap 900 jaunlopiem. Krotālijas ausis saliktas, jāpabeidz pasu izsniegšanu, no kurām daļa vēl nav saņemta.

A.Rancāns  
J.Silicka foto



● Silvija un Ilgonis saņem savu liellopu pases, ko atvedusi Lidija Veigule.

# Progresīvs lēmums mācību valodas izvēlē

Preiļu 2. vidusskolā sākusies ārpuskārtas akreditācija, kaut gan skola nesēn tika akreditēta, un tas dod iespējas pat pirmos jaunās tūkstošgades gadus darboties atbilstoši piešķirtajām skolas tiesībām. Ārpuskārtas akreditācija saistīta ar to, ka skola gatavojas un tai ir iespējas kļūt par divplūsmu skolu, proti, izglītību šeit varētu iegūt latviešu un krievu valodās. Līdz šim mācības Preiļu 2. vidusskolā notika vienīgi krievu valodā.

Sekojošā laikā, vēsturiskajām pārmaiņām, ņemot vērā vietējās sabiedrības vēlmēs, jau pagājušā mācību gada nogalē skolā uzsāks nopietns darbs. Tā rezultātā 1. septembrī viena no skolas klasēm — 10.a — uzsāka visus mācību priekšmetus mācīties latviešu valodā. Pirmais, neapšaubāmi grūtais, mācību gads nu tuvojas no beigumam, var saskaitīt plusus un atcerēties mīnusos, un mēģināt atbildēt uz jautājumu — vai tas uzskatāms par eksperimentu, vai par būtiskām un radikālām izmaiņām visā skolas darbībā.

Kā radās šī iecere, kas bija vajadzīgs tās īstenošanai un kādi rezultāti sasniegti, par to pastāstīja Preiļu 2. vidusskolas 10.a klases audzinātāja Vilhelmīne Jakimova, skolēni, kā arī direktors Oļegs Hļebņikovs.

## Vilhelmīne Jakimova:

— Sākot no 1992. gada, mācībās spējīgākie skolas audzēkņi masveidīgi sāka pāriet uz Preiļu 1. vidusskolu (tagad pamatskolu). To noteica dzīves nepieciešamība. Tie vecāki, kas daudz maz apzinājās reālo dzīves situāciju un domāja par savu bērnu nākotni, savā ziņā varbūt pat bija spiesti to darīt. Iespēja sarunāties visās stundās latviešu valodā, apkārtējā vide, kurā skan latviešu valoda, sekmējot tās apguvi, lika vecākiem izšķirties par bērnu turpmākām mācībām latviešu skolā. Skolas pedagogi sāka domāt par to, ko darīt, lai apturētu šo procesu — audzēkņu aizplūšanu uz latviešu skolu. Pirmais solis bija bilingvālās klases atvēršana. Tā ir 5. klase, kurā puse no mācību priekšmetiem tiek pasniegti latviešu, bet otra puse — krievu valodā.

Vienlaikus skolas administrācija pieņēma arī lēmumu atvērt vidusskolas klasi, kurā mācības notiktu latviešu valodā. Tas atbilda daudzu vecāku vēlmēm. Jau iepriekšējā mācību gada beigās skola sāka meklēt skolotājus, kas varētu šajā klasē mācību priekšmetus pasniegt latviešu



● Preiļu 2. vidusskolas 10.a klase, par kuru audzinātāja Vilhelmīne Jakimova saka, — cepuri nost! Šo atzinību desmitā klase izpelnījies par drosmi mainīt savu mācību valodu.

valodā. Skolēni, kuri gribēja turpināt mācības vidusskolā, varēja izvēlēties starp 10.a un 10.b klasi, kura tika paredzēta mācībām krievu valodā. Klases audzināšanu skolas administrācija piedāvāja man, jo audzinātājam vajadzēja būt latvietei. Priekšmetu mācīšanā iesaistīja tos skolotājus, kas perfekti pārvalda latviešu valodu, — Lilitu Baško, Olgu Siliņu, Ļubovu Stepanovu, kā arī pieaicināja darbā amatu savienošanas kārtībā citus pedagogus — no rajona skolu valdes Valentīnu Karpušenko, Anitu Džeriņu, Anitru Sondore uz psiholoģijas stundām ierodas no Aizkalnes. Arī fiziku, informātiku, biznesa pamatus māca pieaicināti skolotāji.

Skola sagādāja nepieciešamās mācību grāmatas latviešu valodā.

Pats sākums bija ļoti smags. Tomēr jāsaprot, ka tad, kad pieņemts lēmums par mācīšanos latviešu valodā, smaguma ziņā nav atšķirību — vai skolēns to dara, pārcēlies uz 1. pamatskolu, iestājies ģimnāzijā, vai šeit — latviešu valodas klasē. Galvenais ir gribēt. Jāpiezīmē, ka izvēle un iestāšanās bija brīvprātīga, arī mācību gada laikā atgādināju audzēkņiem, — ja viņiem liekas, ka ir pārāk smagi, pastāv iespēja pāriet uz paralēlklasi. Šo iespēju izmantoja tika viena skolniece, jo viņai kopējais sekmības līmenis bija visai neapmierinošs un latviešu valodā grūti nācās tikt līdz pārejiem.

Pašlaik varu teikt vienu, bērnu priekšā — cepuri nost. Pirmkārt, par to, ka viņi uzdrošinājās, otrkārt, ka izturēja šo, pašu grūtāko, mācību gadu. Ne reizi vien

mācību stundu laikā vielu vajadzēja pārtulkot arī krievu valodā, jo, piemēram, fizikas, ķīmijas terminoloģija latviešu valodā bija sveša.

Pa šo laiku ir noskaidrojušies arī visi uzdevumi, kas būtu veicami pirms nākošās klases veidošanas. Esmu sagatavojusi projektu par vasaras nometni ar radošu latviešu valodas apmācību. Tajā varētu iesaistīt tos bērnus, kas izvēlēšies 10. klasi ar mācībām latviešu valodā. Projekta liktenis atkarīgs no tā, vai Izglītības un zinātnes ministrija piešķirs tam finansējumu.

Ne tikai mācību stundas, bet arī klases pasākumi notiek latviešu valodā. Braucām divu dienu ekskursijā uz Kurzemi, lai izjustu īsti latvisku vidi.

10.a klasē vairākiem audzēkņiem uzdevu jautājumus par to, kā viņiem klājas, vai nav grūti mācīties latviešu valodā, kā viņu izvēli vērtējuši vecāki, vai palīdz. Apmēram trešajai daļai no klases — 21 skolēna ģimenē runā tikai krieviski, un tas sarežģī situāciju, jo vecāki gan avīzes, gan televīzijas un radio programmas izvēlas krievu valodā, kas nesekmē apgūto latviešu valodas iemaņu nostiprināšanu. Un tomēr jaunieši ļoti pārliecinoši apstiprināja, ka nav nožēlojuši savu izvēli.

## Ilona Marhileviča:

— Šo klasi izvēlējos tādēļ, lai pēc vidusskolas būtu iespējams sekmīgi mācīties kādā no Latvijas augstskolām. Savu izvēli ne brīdī neesmu nožēlojusi.

## Viktoriņa Štole:

— Mācību gada sākumā likās pagrūti,

bet tagad vairs nē. Ne vienmēr visu varēja stundā saprast. Tomēr mēs stipri cenāmies, mācījāties un tagad arī stundās viss ir saprotams. Skolotājam vairs nekas nav jāpārtulko krievu valodā.

## Romāns Uļjanovs:

— Ar latviešu valodu iet normāli. Šo klasi izvēlējos tāpēc, ka augstskolās jā-mācās latviešu valodā. Man līdz ar to būs vieglāk. Pats izvēlējos, bet tētis un mamma teica: dari, kā gribi, tās būs tavas problēmas. Ar mammu mājās runāju krieviski, bet ar tēti un brāli latviski. Mans brālis studē Daugavpils augstskolā, mācības notiek latviešu valodā. Kaut arī viņam tā nekādus sarežģījumus nerada, tomēr man ieteica latviešu valodu apgūt labāk.

## Andrejs Mihailovs:

— Uzskatu, ka bija vērts izvēlēties mācības latviešu klasē, to neesmu nožēlojis.

## Maksims Solovjovs:

— Mācību gada sākumā starpbrīžos runājām krieviski, bet tagad lielākoties latviski. Arī klases vakaros sarunas notiek latviski. Man nelielas, ka mācīties latviešu valodā ir smagi. Vēl es apgūstu angļu un vācu valodas.

## Aļona Stepanova:

— Tagad priecājos par to, ka izvēlējos klasi, kur mācības notiek latviešu valodā. Mājās sarunas notiek krieviski, tomēr mamma var runāt latviski un man palīdz mācīties.

## Ilona Kuņicka:

— Visiem krievu un citu tautību jauniešiem ieteiktu nākt mācīties mūsu skolā. Sākumā būs grūtāk, bet vēlāk ies vieglāk. Latviešu valodu es saprotu labi, bet sarežģītāk bija izteikties. Dažiem atzīmes kļuva zemākas, jo ne vienmēr varēja pareizi atbildēt. Tagad stāvoklis pakāpeniski uzlabojas.

Preiļu 2. vidusskolas direktors Oļegs Hļebņikovs:

— Mēs pildījām skolēnu vecāku gribu. Preiļos galvenokārt dzīvo maznodrošināti cilvēki, kuri nevar atļauties savus bērnus skolot ārzemju augstskolās. Viņiem būs jā-mācās tepat, Latvijā. Līdz ar to sekmīgai studēšanai nepieciešamas labas latviešu valodas zināšanas. Ja mūs akreditēs kā divu plūsmu skolu, tad mēs atvērsim jaunu latviešu valodas desmito klasi. Tomēr nav nemaz ilgi līdz tam laikam, kad visās vidusskolās mācībām būs jānotiek latviešu valodā, kā to paredz jaunais izglītības likums. Mēs vienkārši esam soli tam priekšā.

L.Rancāne

J.Silicka foto

# Suns Funs un viņa draugi

Vārkavas vidusskolā notika mājas suņu izstāde. To varētu nosaukt arī par mazitiņām sacensībām, jo katrs suns Funs, katrs sunītis Pifs un komisārs Reksis ieguva kādu titulu.

Izstādei par godu saimnieki bija īpaši uzposuši un sabužinājuši savus mīluļus, tāpēc žūrijai nācās rūpīgi vērtēt ne vien izstādes dalībnieku prasmi iet cauri vingrošanas riņķiem, kāpt pa kāpnītēm, soļot pāri vingrošanas solam, bet arī izskatu un talantu. Četrkājaino draugu vidū bija arī veterāni, piemēram, Vitas Griņevičas suns Baikāls, kam jau ir desmit gadi. Piedalījās arī Tatjanas Rokjānes trīs mēnešus vecais suniņš Puika. Par talantīgiem tika atzīti visi izstādes dalībnieki, taču gudrākā suņa tituls tika piešķirts Vaivodu ģimenes mīlulim Reno. Kranču, vilku sugas pārstāvju un takšu vidū bija arī kāda pavisam smalka un dižcilvēģīga «jaunkundze» — dalmāciešu šķirnes kucīte Fane, kuru skatītājiem izrādīja Sanita Bogdanova un viņas krustmāte Renāte.

Bez ievēribas nepalika neviens suns, jo par balvām rūpējās sponsors — Upmalas veterinārā aptieka. Mīluļiem tika dāvināti speciāli šampūni un suņu barība, ikvienam



● Sanitas Bogdanovas demonstrētā Fane izpelnījās skatītāju simpātiju titulu.

izstādes dalībniekam tika dāvāta iespēja bez maksas vakcinēties.

Egita Kancāne,  
Vārkavas vidusskolas 11. klases skolniece



● Pavasarīgo jampadraci papildināja arī zirdziņš Aura. Tā mugurā Ilmārs Vaivods.

# «Cālis '99»

Pagājušo sestdien Līvānu kultūras namā notika tradicionālais konkurss «Cālis '99». Savu dziedātprasmi tajā rādīja desmit bērni no Līvāniem un Rožupes pagasta. Šogad dziedāšanas izrādījās «cālītes», visas konkursa dalībnieces bija meitenes vecumā no trīs līdz pieciem gadiem. Katra konkursa dalībniece bija sagatavojusi divas dziesmiņas, bet dziesmu starplaikos skatītājus priecēja sporta deju kluba «Dvesma» (prezidents Sergejs Stepanovs) un Līvānu 1. vidusskolas meiteņu ansambļa «Laimiņas» (pedagoģe Līga Vuškārniece) priekšnesumi.

Konkursa dalībnieču sniegumu vērtēja žūrija — Preiļu rajona kultūras darba organizatore Elvira Brovacka, Līvānu mūzikas skolas pedagoģe Biruta Šalajeva, Līvānu 2. vidusskolas mūzikas pedagoģe Katrīna Podoprigorova un Līvānu 1. vidusskolas mūzikas pedagoģe Līga Vuškārniece.

Ikviens priekšnesums bija savdabīgs, tādēļ žūrija apbalvoja visas desmit konkursa dalībnieces, katrai tika tituls un miksta rotallīta. Titulu Vice Cālis '99 ieguva Lūcija Neicgale (pedagoģe Skaidrīte Bulmeistere), bet par Preiļu rajona Cāli '99 kļuva piecgadīgā Laura Gribonika (pedagoģe



● Par rajona Cāli '99 kļuva Laura Gribonika.

Skaidrīte Bulmeistere). Laurai šis bijis jau otrais konkurss un, tāpat kā pagājušogad, arī šogad viņa dosies uz Rīgu, lai piedalītos valsts mēroga konkursā Cālis '99. Laura dzied jau no triju gadu vecuma, tādēļ uz skatuves jutās brīvi un atraisīti.

Lielu pateicību bērnu vecāki izteica pedagoģei Skaidrītei Bulmeisterei, kura ar aizrautību un sirdsdegsmi jau septīto gadu gatavo mazos dziedātājus šim konkursam.



● Dziedošās «cālītes» konkursa noslēgumā.

Konkursu Cālis '99 atbalstīja Preiļu rajona padome, kā arī SIA «Salang — Preiļi» un personīgi Gunārs Svilāns. Konkursa galvenā uzvarētāja saņēma lielu, košu un mikstu balvu — oranžu lāci.

Pasākuma noslēgumā žūrijas priekšsēd-

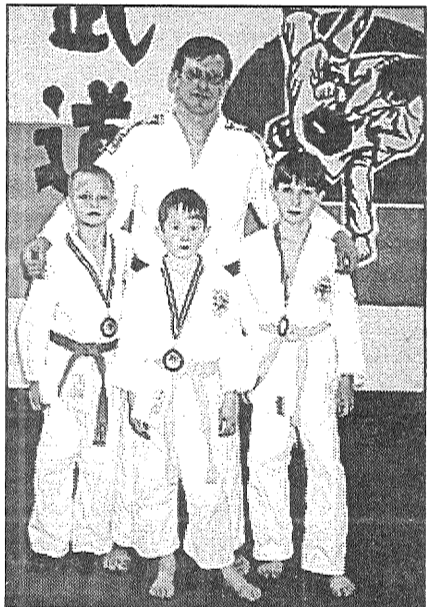
tāja Elvira Brovacka pateicās konkursa dalībniekiem, viņu pedagoģiem un vecākiem par ieguldīto darbu, kā arī izteica cerību, ka turpmāk aktīvāki būs arī Preiļu «cāļi».

Ginta Kraukle  
J. Magdaļenoka foto

## Jauno džudo cīnītāju panākumi Beļģijā

Beļģijā notika atklātais jaunatnes džudo čempionāts, kurā kopā ar Anglijas, Šveices, Vācijas, Holandes, Francijas un citu valstu cīkstoņiem sacentās Latvijas izlase. Tās sastāvā bija 49 bērni no sporta kluba «Makkabi», viņu vidū arī trīs preiļieši: Jānis Lemešs, Jānis Rubinis un Vadims Prikulis Pastars.

Vecuma grupā no 1982. līdz 1985. gadam zelta medaļu ieguva Latvijas izlases pārstāvis Kaspars Rutkis, sudraba — Kon-



● Katra džudo cīnītāja sapnis — trenēties pasaulslavenā džudo cīkstoņa Aleksandra Jackeviča vadībā. (No kreisās) Jānis Lemešs, Jānis Rubinis, Vadims Prikulis Pastars.



● Džudo cīnītāji no Preiļiem kopā ar treneri Viktoru Lemešu Berlīnes zooloģiskajā dārzā.

stantīns Lavriks, bet bronza — Ilja Prokopcics. Šādās Eiropas līmeņa sacensībās tie ir ļoti labi rādītāji. Zēni no Preiļiem cīnījās jaunākajā vecuma grupā un ieguva trīs uzvaras. Pats jaunākais izlases dalībnieks Jānis Rubinis (1991. dzimšanas gads) guva tik skaistu, ātru un tīru uzvaru, ka saņēma aplausus pat no pretiniekiem — beļģiem.

Kā pastāstīja Preiļu zēnu treneris Viktors Lemešs, kurš pavadīja braucienā uz šīm sacensībām, Beļģijā pirms sacensībām notikuši vairāki treniņi. Sacensību dalībniekus trenēja Aleksandrs Jackevičs, rīdzinieks, četrcārtējs Eiropas čempions, pasaules junioru čempions, Maskavas olimpiādes bronza medaļas ieguvējs, kurš tagad trenē Beļģijas izlasi. Treniņi notikuši vienlaicīgi krievu, angļu, flāmu valodās. Latvijas izlasei palīdzējusi flāmu džudo federācija, nodrošinot brīvu ēdināšanu un mītnes. Preiļu zēnu vecāki paši seguši ceļa izdevumus. Sacensību un treniņu starplaikā notikušas neaizmirstamas ekskursijas pa Beļģijas pilsētām. Arī astoņas stundas, ko braucienā uz sacensībām nācies pavadīt Berlīnē, izmantotas lietderīgi, aplūkojot zooloģisko dārzu. Zēni apguvuši angļu valodu, tādēļ ļoti varējuši kontaktēties ar citu valstu cīnītājiem, ar treneriem, varējuši patstāvīgi iepirkties, galvenokārt suvenīrus vecākiem. Turp un atpakaļ braucienis kopā pārvarēti pieci ar pusi tūkstoši kilometru.

Arī pats treneris Viktors Lemešs pilns dažādiem iespaidiem. Ka Beļģijā darbojas simtos skaitāmi sporta klubi, ka citu valstu komandu tērpi, ekipējums un nodrošinājums bijis tāds, uz kā fona Latvijas izlase izskatījies vienkārši nabadzīga, ka atmiņā palikuši lieliski koptie un uzturētie ceļi.

Vēl Viktors Lemešs teica lielu paldies vecākiem, kā arī sporta kluba «Cerība» direktoram Imantam Babrim, kurš atvēlēja zāli džudo treniņiem.

Pašlaik džudo cīnītāji gatavojas Liepājas atklātajam čempionātam, kā arī turnīram Polijā.

L.Rancāne  
V.Lemeša  
foto

## Sporta ziņas: basketbols

### Konkurss par Dienvidaustrumlatvijas basketbola līgas emblēmām

Ar mazu nokavēšanos paziņojam konkursa rezultātus. Par uzvarētāju atzīta Dana Voronkina (Preiļu Valsts ģimnāzija), otro vietu ieguva Aina Karlsona (Jēkabpils), trešo — Raimonds Bricis (Rēzekne). Liels paldies visiem par piedalīšanos. Atgādināšu, ka tika iesniegti 65 darbi, kuri joprojām ir apskatāmi sporta kluba «Cerība» foajē. Un gaidiet jaunus konkursus.

### Sporta kluba «Cerība» kausa izcīņa basketbolā

Pilnā sparā rit «Cerības» kausa izcīņas sacensības, un jau šajās dienās kļūs zināmas komandas, kuras turpinās spēles ceturtdaļfinālā. Pagaidām turnīra tabula izskatās šādi:

<b>Dāmas</b>	
Ģimnāzija	5 — 0
Līvāni	4 — 1
1. pamatskola	1 — 4
Mežniecība	0 — 5
<b>Virieši</b>	
Līvāni	9 — 1
Ģimnāzija	9 — 1
«Arka»	8 — 1
PVĢ/«Grifs»	7 — 2
PVĢ/«Krauklis»	6 — 4
«Ķenguri»	5 — 5
Rožupe	5 — 5
«Latgales ceļi»	5 — 5
Riebiņi	4 — 5
«Mērniki»	2 — 7
2. vidusskola	1 — 10
Policija	1 — 9
«Kodols»	1 — 8

I.Babris,  
rajona sporta kluba «Cerība»  
direktors

### Jauno basketbolistu kausa izcīņa

Preiļos sacentās Latgales rajonu skolu basketbolistu (1985. dzimšanas gads) komandas, kas bija kļuvošas par uzvarētājām vietējā mēroga spēlēs. Preiļu rajonu pārstāvēja Preiļu 1. pamatskolas meiteņu un Līvānu 1. vidusskolas zēnu komandas.

Septiņu meiteņu komandu konkurencē uzvaru guva Daugavpils 12. vidusskolas basketbolistes. Otro vietu ieguva Preiļu 1. pamatskolas meitenes. Preiļiešu komandā, ko sagatavoja Jānis Ondzulis, spēlēja Marta Potapova, Viktorija Ņečaļeva, Inga Ma-



● Preiļu 1. pamatskolas basketbola komanda.



● Līvāniešu komanda spēlē ar Krāslavas basketbolistiem.

delāne, Alīna Savicka, Daiga Sparāne, Kristīne Didriksone, Baiba Šmukste.

Starp sešām zēnu komandām uzvarēja Rēzeknes 5. vidusskolas basketbolisti. Līvānu 1. vidusskolas zēnu komanda ierindojās otrajā vietā. Pētera Ozoliņa trenētājā komandā spēlēja Artūrs Zarāns, Edgars Stikāns, Māris Zundāns, Guntis Vilcāns, Māris Vitkovskis, Kaspars Stikāns, Raitis Rode, Mārcis Baltmanis, Gatis Gabrāns, Raitis Kokins, Jānis Tērauds un Uldis Maskalāns.

L.Rancāne  
J.Silicka foto

**Pirmdiena, 26. aprīlis**

<b>LATVIJAS TV I</b>	23.10 Afiša.	13.00 Gadsimta sievietes.	9.40 Multfilma.	6.45 Raidījumu programma.
6.58 Rīts.	23.45 Zootrops.	12., 13. sērija.	10.00 Brīnumu lauks.	TV spēle.
9.00 Dāmu valstība. Serāls.	<b>LATVIJAS TV II</b>	14.00 6. jautājums.	11.00 Ziņas.	7.00 Labrīt!
6. sērija.	16.15 Kristīgā programma.	14.45 Egila Zariņa mikslis.	11.15 Kopā!	8.45 TV veikals.
10.00 Dvēsele ikdienā.	16.45 Zviedru valoda.	15.15 Zvaigžņu stunda.	11.55 Atmiņu ceļš.	9.00 Preces nosūtām pa pastu.
10.30 Province.	17.05 Palīgā!	16.00 Multfilma.	12.20 Deribasovkā labs laiks jeb Braitonbiča atkal list. M. f.	9.10 Milēdija. Serāls.
10.55 TV lielveikals.	17.35 Lats pie lata.	16.30 Latvijas mūzikas stunda.	14.00 Ziņas.	10.00 Vēstis.
15.45 TV lielveikals.	17.50 LBL meistarsacīkstes.	16.55 LNT ziņas.	14.15 Kosmiskā policija. Serāls.	10.35 Tumšo dzungļu noslēpums.
16.00 Dāmu valstība. Serāls.	Pārtraukumā — ap 18.35	17.00 Esmeralda. 137. sērija.	14.45 Multfilma.	Seriāls.
6. sērija.	Karstā studija.	17.55 LNT ziņas.	14.55 Zvaigžņu stunda.	11.30 Spogulis.
16.55 Lielā balva.	19.40 Novadu ziņas.	18.00 Dinastija. 164. sērija.	15.30 Lidz 16 un...	12.30 Veikals.
17.30 Kā mēs augam.	20.00 Modeļu skola. 102. sērija.	18.55 LNT ziņas.	16.00 Milestības vārdā. Serāls.	13.00 Vēstis.
17.45 Pie Oto.	20.30 Panorāma.	19.00 Dzīve Notslendingā.	17.00 Ziņas.	13.30 Brīnumdaris. Serāls.
18.00 Ziņas.	21.00 Laiks 02.	99. sērija.	17.15 Uzmini melodiju!	14.25 Bagātie un slavenie.
18.10 Nākotnes parks.	21.30 Pārbaudes spēle hokekā.	20.00 LNT ziņas.	17.45 Šeit un tagad.	Seriāls.
18.30 Skolas soma.	Latvija — Ukraina.	20.30 Veronikas salons. 2. sērija.	18.15 Cilvēks maskā.	15.15 Mūzika, mūzika.
18.45 Hameleonu rotaļas.	Pārtraukumā —	21.00 LNT ziņas.	18.55 E.Radzinskis. «Krievu juku	15.25 Pirmie skūpstī. Serāls.
1045. sērija.	ap 22.10 Ziņas.	21.05 Renegāts 2. 36. sērija.	laiku rēgi un asinis». 1. filma.	16.00 Vēstis.
19.15 Krustpunkti.	23.30 Māja. Dzvoklis.	22.00 Profesionāle. 34. sērija.	19.45 Labu nakti, mazuļi!	16.30 Tornis.
19.45 No pusvārda.	23.50 TV lielveikals.	22.50 LNT ziņas.	20.00 Laiks.	17.00 Homeopātija un veselība.
20.15 Vakara pasaciņa.	<b>LNT</b>	23.00 Iebrucēji. M. f. 2. sērija.	20.45 Kalnietis 4. Serāls.	17.10 Teātris. M. f. 1. sērija.
20.30 Panorāma.	6.30 Ticīgo uzvaras balss.	0.35 Brokeri. 19. sērija.	21.45 Skatiens.	18.25 Melnā Čūska 4. Serāls.
21.00 Čikāgas cerība.	7.00 LNT brokastis.	1.20 TV veikals.	22.30 Tomēr...	19.00 Vēstis.
82. sērija.	10.00 Mājas akadēmija.	<b>KRIEVIJAS SABIEDRISKĀ TV</b>	22.45 Pilnā spēle. M. f.	19.40 Tuvāk par...
22.00 «Unibankas» lietišķās ziņas.	10.30 TV veikals.	5.00 Labrīt!	22.45 Pilnā spēle. M. f.	19.55 Jurijs Bašmets piedāvā...
22.05 Mebiusa ceļš.	11.00 Makgaivers. 19. sērija.	8.00 Ziņas.	<b>KRIEVIJAS TV</b>	23.10 Dežūmodaļa.
22.40 Kriminālais ekspressis.	12.00 Dežūrējošais eņģelis	8.15 Milestības vārdā. Serāls.	6.00 Labrīt!	23.25 Vēstis.
23.00 Ziņas.	Stefānija. 80. sērija.	9.15 Veselība.	6.20 Uzmanības centrā.	23.55 Veikals.

**Otrdiena, 27. aprīlis**

<b>LATVIJAS TV I</b>	17.40 Franču valoda.	15.15 Zvaigžņu stunda.	10.50 Mājas bibliotēka.	6.25 Labrīt!
6.58 Rīts.	18.00 Ziņas.	16.00 Multfilma.	11.00 Ziņas.	6.45 Raidījumu programma.
9.00 Dāmu valstība. 7. sērija.	18.10 Tavs laiks.	16.30 Latvijas mūzikas stunda.	11.15 Kopā!	TV spēle.
10.00 Skolas soma.	18.30 LTS ziņas.	16.55 LNT ziņas.	12.00 Prinča Florizeļa	7.00 Labrīt!
10.15 Krustpunkti.	19.00 Novadu ziņas.	17.00 Tiesības milēt. 1. sērija.	piezīvojumi. M. f. 1. sērija.	8.45 TV veikals.
10.40 Aizkadri.	19.20 Dzīvīte.	17.55 LNT ziņas.	13.05 Tretjakova galerijas	9.10 Milēdija. Serāls.
10.55 TV lielveikals.	Karstā studija.	18.00 Dinastija. 165. sērija.	atgriešanās.	10.00 Vēstis.
15.45 TV lielveikals.	20.00 Lauku saimnieks.	18.55 LNT ziņas.	13.25 Multfilma.	10.35 Tumšo dzungļu noslēpumi.
16.00 Dāmu valstība. 7. sērija.	20.30 Panorāma.	19.00 Dzīve Notslendingā.	14.00 Ziņas.	Seriāls. 6. sērija.
17.00 Nošu spēles.	21.00 Ciemos pie Tofika.	100. sērija.	14.15 Kosmiskā policija. Serāls.	13.00 Vēstis.
17.30 Skaties un mācies!	21.15 Viltvārzi. 10. sērija.	20.00 LNT ziņas.	14.45 Laimīgs gadījums.	13.30 Brīnumdaris. M. f.
17.45 Alfona māja.	21.45 Personīgi zināms.	20.30 Veronikas salons. 3. sērija.	15.30 Lidz 16 un...	14.25 Bagātie un slavenie. Serāls.
18.00 Ziņas.	22.15 Ziņas.	21.00 LNT ziņas.	16.00 Milestības vārdā. Serāls.	15.15 Mūzika, mūzika.
18.10 Mare Balticum.	22.30 100% sporta laiks.	21.05 Virs, vārdā Benito. M. f.	17.00 Ziņas.	15.25 Pirmie skūpstī. Serāls.
18.45 Hameleonu rotaļas.	22.45 Autosporta programma nr. 1.	2. sērija.	17.15 Uzmini melodiju!	16.00 Vēstis.
19.15 Skats no malas.	23.15 Spārni.	22.55 LNT ziņas.	17.45 Šeit un tagad.	16.30 Tornis.
19.45 Zebra.	23.40 Hallo, garāža!	23.05 Bistamais. 21., 22. sērija.	18.15 Tēma.	17.00 Homeopātija un veselība.
20.15 Vakara pasaciņa.	24.00 TV lielveikals.	24.00 Šanhajas pārsteigums.	18.55 E.Radzinskis. «Krievu juku	17.05 Teātris. M. f. 2. sērija.
20.30 Panorāma.	<b>LNT</b>	Mākslas filma.	laiku rēgi un asinis». 2. filma.	18.25 Melnā Čūska 4. Serāls.
21.00 Beverlīhilsa. 180. sērija.	6.30 Ticīgo uzvaras balss.	1.35 TV veikals.	19.45 Labu nakti, mazuļi!	19.00 Vēstis.
22.00 «Unibankas» lietišķās ziņas.	7.00 LNT brokastis.	<b>KRIEVIJAS SABIEDRISKĀ TV</b>	20.00 Laiks.	19.40 Tuvāk par...
22.05 Vakara intervija.	10.00 Mājas akadēmija.	5.00 Labrīt!	20.45 Karaliskās medības.	19.55 Brīvu vietu nav!
22.30 Oranžā vanna.	10.30 TV veikals.	8.00 Ziņas.	1., 2. sērija.	20.30 Atvadas no lielvalsts. Dok. f.
23.00 Ziņas.	11.00 Makgaivers. 20. sērija.	8.15 Milestības vārdā. Serāls.	23.05 Tomēr...	1., 2. sērija.
23.10 Kultūras stunda.	12.00 Gadalaiku maiņa. M. f.	9.20 Skatiens.	<b>KRIEVIJAS TV</b>	22.30 Urmass Ots un...
<b>LATVIJAS TV II</b>	14.00 6. jautājums.	10.00 Multfilma.	6.00 Labrīt!	23.35 Dežūmodaļa.
17.10 Kristīgā programma.	14.45 Garais starpbrīdis. 3. sērija.	10.15 Smieklu panorāma.	6.20 Uzmanības centrā.	23.50 Vēstis.

**Trešdiena, 28. aprīlis**

<b>LATVIJAS TV I</b>	17.10 Kristīgā programma.	16.55 LNT ziņas.	12.00 Prinča Florizeļa	8.45 TV veikals.
6.58 Rīts.	17.40 Franču valoda.	17.00 Tiesības milēt.	piezīvojumi. M. f. 2. sērija.	9.10 Milēdija. Serāls.
9.00 Dāmu valstība. 8. sērija.	18.00 Ziņas.	2. sērija.	13.05 Tretjakova galerijas	10.00 Vēstis.
10.00 Cilvēks zvēru pasaulē.	18.10 Mans būs mans.	17.55 LNT ziņas.	atgriešanās.	10.35 Krievija karā. Asinis uz
10.15 Zebra.	18.20 Veselības piecminūte.	18.00 Dinastija. 166. sērija.	13.25 Multfilma.	sniega. Dok. f. 1. sērija.
10.40 Skats no malas.	18.30 Autosporta programma nr. 1.	18.55 LNT ziņas.	14.00 Ziņas.	11.30 Dialogi par dzīvniekiem.
11.05 TV lielveikals.	18.55 Eiropas meistarsacīkšu	19.00 Dzīve Notslendingā.	14.15 Kosmiskā policija. Serāls.	12.30 Veikals.
15.45 TV lielveikals.	atlases spēle futbolā.	101. sērija.	14.45 Jaukā kompānija.	13.00 Vēstis.
16.00 Dāmu valstība. 8. sērija.	Latvija — Albānija.	20.00 LNT ziņas.	15.00 Dzūngļu aicinājums.	13.30 Brīnumdaris. Serāls.
17.00 Juniors TV.	21.00 LBL meistarsacīkstes.	20.30 Veronikas salons. 4. sērija.	15.30 Lidz 16 un...	14.25 Bagātie un slavenie.
17.30 Atgriešanās uz Jupitera.	22.30 Vermisāžas dienas un naktsis.	21.00 LNT ziņas.	16.00 Milestības vārdā. Serāls.	Seriāls.
11. sērija.	23.00 Motorēvija.	21.05 13 pie pusdienām. M. f.	17.00 Ziņas.	15.15 Mūzika, mūzika.
18.00 Ziņas.	23.30 TV lielveikals.	22.50 LNT ziņas.	17.15 Maskas.	15.25 Pirmie skūpstī. Serāls.
18.10 Mūzikas laiks.	<b>LNT</b>	23.00 Slepēnais dienests.	17.45 Šeit un tagad.	16.00 Vēstis.
18.45 Hameleonu rotaļas.	6.30 Ticīgo uzvaras balss.	5. sērija.	18.15 Cilvēks un likums.	16.30 Tornis.
1047. sērija.	7.00 LNT brokastis.	23.50 Jauns un pārgalvīgs.	18.55 E.Radzinskis. «Krievu juku	17.00 Homeopātija un veselība.
19.15 Nedējas vidū.	10.00 Mājas akadēmija.	4. sērija.	laiku rēgi un asinis». 3. filma.	17.05 Šarlotes kaklarota. M. f.
19.45 Laimes spēle.	10.30 TV veikals.	1.10 TV veikals.	19.45 Labu nakti, mazuļi!	1. sērija.
20.15 Vakara pasaciņa.	11.00 Makgaivers. 21. sērija.	<b>KRIEVIJAS SABIEDRISKĀ TV</b>	20.00 Laiks.	18.25 Melnā Čūska 4. Serāls.
20.30 Panorāma.	12.00 Teksasas reindžers.	5.00 Labrīt!	20.45 Vilciens apstājies... M. f.	19.00 Vēstis.
21.00 Izmeklēšanas nodaļa — 2.	91. sērija.	8.00 Ziņas.	22.30 Tomēr...	19.40 Tuvāk par...
2. sērija.	13.00 Daktere Kvina. 78. sērija.	8.15 Milestības vārdā. Serāls.	22.45 Maldu izlase.	19.55 Esmu pats sev režisors.
22.00 «Unibankas» lietišķās ziņas.	14.00 6. jautājums.	9.20 Tēma.	<b>KRIEVIJAS TV</b>	20.25 Atvadas no lielvalsts. Dok. f.
22.05 Vides fakti.	14.45 Nepieradinātā Amazone.	9.55 Multfilma.	6.00 Labrīt!	3., 4. sērija.
22.20 Siena šķūnis.	15.15 Zvaigžņu stunda.	10.10 Dzīvnieku pasaulē.	6.20 Uzmanības centrā.	22.25 Krievijas nacionālās mūzikas
23.00 Ziņas.	16.00 Multfilma.	10.50 Mājas bibliotēka.	6.25 Labrīt!	prēmijas «Ovācija»
23.10 Teātris un dzīve.	16.30 Latvijas mūzikas stunda.	11.00 Ziņas.	6.45 Raidījumu programma.	8 piešķiršanas ceremonija.
23.45 Projekts «Rīgai — 800».		11.15 Kopā!	7.00 Labrīt!	1.45 Dežūmodaļa.

**Ceturtdiena, 29. aprīlis**

<b>LATVIJAS TV I</b>	16.00 Alizea un sapņu princis.	16.30 Latvijas mūzikas stunda.	13.05 Tretjakova galerijas	8.15 Dežūmodaļa.
6.58 Rīts.	1. sērija.	16.55 LNT ziņas.	bagātības.	8.30 Labrīt!
9.00 Dāmu valstība. 9. sērija.	17.40 Konkurenti.	17.00 Tiesības milēt. 3. sērija.	13.25 Multfilma.	8.45 TV veikals.
10.00 Vides fakti.	18.10 Skatpunkts.	17.55 LNT ziņas.	14.00 Ziņas.	9.10 Milēdija. Serāls.
10.15 Nedējas vidū.	18.30 LTS ziņas.	18.00 Dinastija. 167. sērija.	14.15 Kosmiskā policija. Serāls.	10.00 Vēstis.
10.40 TV lielveikals.	19.00 Novadu ziņas.	18.55 LNT ziņas.	14.45 Kino brīnumainā pasaule.	10.35 Krievija karā. Asinis uz
15.45 Dāmu valstība. 9. sērija.	19.20 Cilvēks zvēru pasaulē.	19.00 Dzīve Notslendingā.	15.00 Sezama iela.	sniega. Dok. f. 2. sērija.
17.00 Ģimnāzisti.	19.35 Cope un jakts.	102. sērija.	15.30 Lidz 16 un...	11.30 Dialogi par dzīvniekiem.
17.30 Mana ģimene un citi zvēri.	19.50 Karstā studija.	20.00 LNT ziņas.	16.00 Milestības vārdā. Serāls.	12.30 Veikals.
17.45 Zaļā taka.	20.00 Modeļu skola. 103. sērija.	20.30 Veronikas salons. 5. sērija.	17.00 Ziņas.	13.00 Vēstis.
18.00 Ziņas.	20.30 Panorāma.	21.00 LNT ziņas.	17.15 Uzmini melodiju!	13.30 Brīnumdaris. Serāls.
18.10 Teātris un dzīve.	21.00 Ciemos pie Tofika.	21.05 Dežūrējošais eņģelis	17.45 Šeit un tagad.	15.15 Mūzika, mūzika.
18.45 Hameleonu rotaļas.	21.15 Viltvārzi. 11. sērija.	Stefānija. 82. sērija.	18.10 Līgavainis no vinpasaules.	15.25 Pirmie skūpstī. Serāls.
1048. sērija.	21.45 Karjera.	22.05 Brokeri. M. f. 20. sērija.	Mākslas filma.	16.00 Vēstis.
19.15 Tādi esam.	22.15 Ziņas.	22.55 LNT ziņas.	19.05 Lai atcerētos...	16.30 Tornis.
19.45 Zootrops.	22.30 100% sporta laiks.	23.05 JAM.	19.45 Labu nakti, mazuļi!	17.00 Homeopātija un veselība.
20.15 Vakara pasaciņa.	22.45 Gillette.	23.35 Cietsirdīgās spēles. M. f.	20.00 Laiks.	17.10 Šarlotes kaklarota. M. f.
20.30 Panorāma.	23.15 TV lielveikals.	1.05 TV veikals.	20.45 Krievu lauks. M. f.	2. sērija.
21.00 Agata Kristi un Puario.	<b>LNT</b>	<b>KRIEVIJAS SABIEDRISKĀ TV</b>	22.20 Tomēr...	18.25 Melnā Čūska 4. Serāls.
22. sērija.	6.30 Ticīgo uzvaras balss.	5.00 Labrīt!	22.25 Dziesma '99.	19.00 Vēstis.
22.00 «Unibankas» lietišķās ziņas.	7.00 LNT brokastis.	8.00 Ziņas.	<b>KRIEVIJAS TV</b>	19.40 Tuvāk par...
22.05 Mans būs mans.	10.00 Mājas akadēmija.	8.15 Milestības vārdā. Serāls.	6.00 Labrīt!	19.55 Divas klavieres.
22.15 Jaunie faili.	10.30 TV veikals.	9.15 Cilvēks un likums.	6.20 Uzmanības centrā.	20.45 Atvadas no lielvalsts. Dok. f.
22.30 Kailā patiesība. 52. sērija.	11.00 Makgaivers. 22. sērija.	10.05 Ceļotāju klubs.	6.25 Labrīt!	5., 6. sērija.
23.00 Ziņas.	12.00 Ilgās atvadas. M. f.	10.50 Mājas bibliotēka.	6.45 Raidījumu programma.	22.40 Losandželozas tvice.
23.10 Baltic IT&T '99.	14.00 6. jautājums.	11.00 Ziņas.	TV spēle.	Seriāls.
23.40 Mūzikas laiks.	14.45 2 x 2.	11.15 Kopā!	7.00 Labrīt!	23.40 Dežūmodaļa.
<b>LATVIJAS TV II</b>	15.15 Zvaigžņu stunda.	12.00 Prinča Florizeļa	7.20 Tirdzniecības nams.	23.55 Vēstis.
15.30 Kristīgā programma.	16.00 Multfilma.	piezīvojumi. M. f. 3. sērija.	7.30 Labrīt!	0.25 Autošovs.

<b>Piektdiena, 30. aprīlis</b>	<b>LATVIJAS TV I</b>	17.35 Objektīvs.	15.15 Zvaigžņu stunda.	11.00 Ziņas.	9.10 Milēdija. Seriāls.
	6.58 Rīts.	18.05 TV motors.	16.00 Garais starpbrīdis. Seriāls.	11.15 Kopā!	10.00 Vēstis.
	9.00 Dāmu valstība. 10. sērija.	18.20 LBL meistarsacīkstes.	4. sērija.	12.05 Vecā Arbata pasakas.	10.35 Krievija karā. Asinis uz sniega. Dok. f. 3. sērija.
	10.00 Tādi esam.	Pārtraukumā — ap 19.05 Karstā studija.	16.30 Latvijas mūzikas stunda.	Mākslas filma.	11.30 Dialogi par dzīvniekiem.
	10.25 TV lielveikals.	20.10 Novadu ziņas.	16.55 LNT ziņas.	14.00 Ziņas.	12.30 Veikals.
	15.45 TV lielveikals.	20.30 Panorāma.	17.00 Tiesības mīlēt.	14.15 Multfilma.	13.00 Vēstis.
	16.00 Dāmu valstība. 10. sērija.	21.00 Ciemos pie Tofika.	17.55 LNT ziņas.	16.00 Mīlestības vārdā. Seriāls.	13.30 Brīnumdaris. Seriāls.
	17.00 Žurnāla «National Geographic» kinopielikums.	21.15 Viltvārzi. 12. sērija.	18.00 Dinastija. 168. sērija.	17.00 Ziņas.	14.25 Bagātie un slavenie. Seriāls.
	18.00 Ziņas.	21.45 Varas viedoklis.	18.55 LNT ziņas.	17.15 Džentilmeņu šovs.	15.15 Mūzika, mūzika.
	18.10 Afiša.	22.15 Ziņas.	19.00 Dzīve Notslendingā.	17.45 Spēlējiet, harmonikas!	15.25 Pirmie skūpstī. Seriāls.
	18.45 Hameleonu rotaļas. 1049. sērija.	22.30 100% sporta laiks.	103. sērija.	18.15 Veselība.	16.00 Vēstis.
	19.15 Globuss.	22.45 NBA apskats.	20.00 LNT ziņas.	18.45 Brīnumu lauks.	16.30 Tornis.
	19.45 Brīnumrats.	23.15 Tvaiks.	20.30 2 x 2.	19.45 Labu nakti, mazuļi!	17.00 Homeopātija un veselība.
	20.15 Vakara pasaciņa.	23.45 Cope un jaktis.	21.00 LNT ziņas.	20.00 Laiks.	17.10 Šarlotes kaklarota. M. f. 3. sērija.
	20.30 Panorāma.	24.00 TV lielveikals.	22.50 LNT ziņas.	20.45 Nike '99. Pārtraukumā — Nedēļas tēma.	18.25 Melnā Čūska 4. Seriāls.
	21.00 Slepēnās lietas. 81. sērija.	<b>LNT</b>	23.00 Krekera metode.	<b>KRIEVIJAS TV</b>	19.00 Vēstis.
	22.00 «Unibankas» lietišķās ziņas.	6.30 Ticīgo uzvaras balss.	10. sērija.	6.00 Labrīt!	19.40 Tuvāk par...
	22.05 «Unibankas» lietišķās ziņas.	7.00 LNT brokastis.	23.55 Tikai pieaugušajiem.	6.20 Uzmanības centrā.	19.55 Pilsētiņa.
	22.45 Viņām prātā tikai tas. M. f.	10.00 Mājas akadēmija.	0.10 Džastina. 5. sērija.	6.25 Labrīt!	21.35 Atvadas no lielvalsts. Dok. f. 7., 8. sērija.
	23.00 Ziņas.	10.30 TV veikals.	1.40 TV veikals.	6.45 Raidījumu programma. TV spēle.	22.30 Podijs.
	23.10 Viņām prātā tikai tas. Filmas turpinājums.	11.00 Makgaivers. 23. sērija.	<b>KRIEVIJAS SABIEDRISKĀ TV</b>	7.15 Tūkstoš un viena diena.	23.00 Dežurnodaļa.
	<b>LATVIJAS TV II</b>	12.00 Eņģeļa pieskāriens. 8. sērija.	5.00 Labrīt!	7.30 Labrīt!	23.20 Vēstis.
	15.30 Kristīgā programma.	13.00 Specefektu ilūzija. 22. sērija.	8.00 Ziņas.	8.15 Dežurnodaļa.	23.50 Mana paauzde. M. f.
	16.00 Alizea un sapņu princis. 2. sērija.	14.00 6. jautājums.	8.15 Mīlestības vārdā. Seriāls.	8.30 Labrīt!	1.25 Veikals.
		14.45 JAM.	9.15 Cilvēks maskā.	8.45 TV veikals.	
			10.00 Lai atcerētos...	9.00 Precēs nosūtām pa pastu.	
		10.40 Padomi kulinārijā.			

<b>Sestdiena, 1. maijs</b>	<b>LATVIJAS TV I</b>	19.45 Labākie draugi.	19.00 Daudz laimes!	19.00 Ātrā palīdzība — ER 3.	16.05 Pasaules meistarsacīkstes hokejā. Slovākijas izlase — Kanādas izlase.
	8.00 Kļavu pilsētas stāstiņi. 4. sērija.	20.15 Kakšiņa zābaki.	20.00 Palīgā!	65. sērija.	18.30 Kad finanses dzied romances.
	8.30 Mini mani!	20.30 Panorāma.	20.30 Panorāma.	20.00 LNT ziņas.	20.00 Laiks.
	9.00 Hameleonu rotaļas. 1045., 1046. sērija.	21.00 «Latloto» izloze.	21.00 Kapteiņa Granta bērni.	20.30 Atgriešanās Ēdenē. M. f. 4. sērija.	20.50 Kad finanses dzied romances. Izrādes turpinājums.
	9.50 Hallo? Labrīt!	21.05 Prezidenta laiks.	Mākslas filma.	21.30 Par mīlestību un slavu. M. f.	22.40 Neprātīgais Makss. M. f.
	10.30 Mielasts ar Mārtiņu.	21.25 Latvijas Nacionālajai operai — 80.	22.15 Ziņas.	23.25 Burvju slēdzītis. M. f. 4. sērija.	<b>KRIEVIJAS TV</b>
	10.50 TV — puikām un meitenēm.	22.45 TV motors.	22.30 Kapteiņa Granta bērni.	1.00 TV veikals.	7.00 Laimīgais neveiksmnieks. Mākslas filma.
	11.20 Beverlilhilsa. 180. sērija.	23.00 Žaklīnas zvaigžņu tops.	Filmas turpinājums.	<b>KRIEVIJAS SABIEDRISKĀ TV</b>	8.25 Jubileja draugu lokā.
	12.10 Lielā balva.	23.30 Pirmais vilnis. Seriāls. 4. sērija.	22.40 Slepēnās lietas. 81. sērija.	6.00 Labrīt!	11.15 Zelta atslēga.
	12.45 Laimis spēle.	<b>LATVIJAS TV II</b>	23.25 Džordžs Maikls.	9.00 Ziņas.	11.30 Jubileja draugu lokā.
	13.15 Oranžā vanna.	8.30 TV lielveikals.	<b>LNT</b>	9.15 Simts procenti.	13.00 Vēstis.
	13.45 Gada labākais mākslinieciskais raidījums Latvijas televīzijā.	9.00 «Tele 1» piedāvā...	7.30 TV veikals.	9.45 Rita pasts.	13.35 Cerīgu migla.
	16.05 K.Zariņš — Latvijas pilnvarotais vēstnieks.	10.00 Vēstures veidotāji.	8.00 Multfilma.	10.20 Kalambūrs.	14.35 Teātra kabarē «Sikspārnis» jubileja.
	16.35 Rainis, M.Brauns. «Daugava».	11.00 Vertikāle.	8.30 Neiespējamā misija. 34. sērija.	10.50 Padomi kulinārijā.	16.05 Pavasaris. M. f.
	17.15 Jaunie faili.	11.30 Baudīt dzīvi.	9.30 Lesija. 18. sērija.	11.10 Trešjaka galerijas bagātības.	18.00 Mana ģimene.
	17.30 Dzīvnieku pasaule.	12.00 Viltvārzi. 10., 11. sērija.	10.00 Soli pa solim. 17., 18. sērija.	11.25 Viktora Astafjeva miers un karš.	19.00 Vēstis.
	18.00 Ziņas.	13.00 Basketbola apskats.	11.00 Dika Emerija šovs. 41. sērija.	12.00 Atbrīvojiet Villiju!	19.35 Atvadas no lielvalsts. Dok. f. 9., 10. sērija.
	18.10 Senās rakstu zīmes.	13.30 Lielbritānija šodien.	11.30 Egila Zariņa mikslis.	Mākslas filma.	21.45 Pareģojums. M. f.
	18.30 Rīgas bulvāris.	14.00 Zviedru valoda.	12.00 Ebots un Kostello Holivudā. Mākslas filma.	13.50 Multfilma.	23.25 Skaņu celiņš.
	18.45 Kā jums pakalpot? 5. sērija.	14.15 Franču valoda.	14.00 Nepieradinātā Amazone.	14.00 Ziņas.	
	19.15 Kinogadsimts Latvijā.	14.50 Velotūre uz Sanremo. Mākslas filma.	15.00 Zvaigžņu komanda. M. f.	14.15 Šurumburums.	
		16.30 Rietumkrasts.	17.00 Nakts cilvēks. M. f. 8. sērija.	14.30 Pavasaris Pārupes ielā. Mākslas filma.	
		17.00 NBA sacīkstes. Hjustonas «Rockets» — Jūtas «Jazz».	18.00 Eņģeļa pieskāriens. Seriāls. 12. sērija.		

<b>Svētdiena, 2. maijs</b>	<b>LATVIJAS TV I</b>	20.15 Kakšiņa zābaki.	20.30 Panorāma.	0.15 Profesionāle. 15. sērija.	22.40 Balle. M. f.
	8.00 Atgriešanās uz Jupitera. 11. sērija.	20.30 Panorāma.	21.10 Šokējošais šovs.	1.00 TV veikals.	<b>KRIEVIJAS TV</b>
	8.30 Brīnumrats.	21.15 Mīlestības uzvara. M. f. 3. sērija.	21.50 Eiropas meistarsacīkstes motokrosā.	<b>KRIEVIJAS SABIEDRISKĀ TV</b>	7.00 Multfilma.
	9.00 Hameleonu rotaļas. 1047., 1048., 1049. sērija.	22.50 Mēs — trīsstūrī.	<b>LNT</b>	6.55 Ifas pils gūsteknis. M. f.	7.35 Piecdesmit pret piecdesmit — būšu zvaigzne!
	10.10 Žaklīnas zvaigžņu tops.	23.20 Labākie draugi.	7.30 TV veikals.	8.05 Multfilma.	8.30 Multfilma.
	10.40 TV — puikām un meitenēm.	<b>LATVIJAS TV II</b>	8.00 Multfilma.	8.25 Pasaules meistarsacīkstes hokejā.	9.00 Labrīt!
	11.10 Minotauris.	8.30 TV lielveikals.	8.30 Ķīlu zīmes. 11. sērija.	9.00 Ziņas.	9.35 Esmu pats sev režisors.
	11.40 Jauns un varens.	9.00 Spāmi, kājas, astes.	9.30 Lesija. 19. sērija.	9.15 Kamēr visi ir mājās.	10.00 Simts pie viena.
	12.10 Čikāgas cerība. 82. sērija.	9.30 Sarunas par kulināriju.	10.00 Amerikāņu vidusskola. 51., 52. sērija.	9.50 Dmitrija Krilova piezīmes.	10.45 Multfilma.
	12.55 Bilde '98.	10.00 Dzīvnieku mazuļi.	11.00 Dika Emerija šovs. 42. sērija.	10.05 Rita zvaigzne.	11.00 Krievu loto.
	13.25 Klēts.	11.00 Kristietība šodien.	11.30 Rīgas balzams dvēselei.	11.00 Armijas veikals.	11.40 Grāmatu pasaule.
	13.55 Im.Kalniņš, I.Ziedonis. «Dzejnieks un nāra».	11.25 Kristīgais komentārs.	12.00 Baltā tūksneša saule. M. f.	11.30 Spēlējiet, harmonikas!	11.55 Sahāras noslēpums. Seriāls.
	14.35 No pusvārda.	11.35 Mēmais kliedziens.	13.30 2 x 2.	12.00 Atbrīvojiet Villiju 2. M. f.	13.00 Vēstis.
	15.05 Agata Kristī un Puaro. 22. sērija.	12.10 Kontakts.	14.00 Mūsu laikmeta cilvēki.	13.35 Multfilma.	13.30 Varas nedēļa.
	16.00 Kultūras stunda.	12.40 Programma nedzirdīgajiem.	14.50 F-1.	14.00 Ziņas.	14.00 Upe — upīte.
	17.00 Mazajā pilsētā. M. f.	13.00 Agro '99.	17.00 Luīsa un Klarks. 35. sērija.	14.15 Dzīvnieku pasaulē.	15.40 Zelta teļa valsis.
	18.00 Ziņas.	13.20 Latvijas TV — 45.	18.00 Daktere Kvina. 80. sērija.	14.55 Pasaules meistarsacīkstes hokejā. Krievija — Baltkrievija. Pārtraukumā — 16.30 Ziņas.	16.55 Krievijas meistarsacīkstes futbolā. Maskavas «Torpedo» — Vladikaukāzas «Alānija».
	18.10 Mazajā pilsētā. Filmas turpinājums.	14.45 Pasaules meistarsacīkstes hokejā. Latvija — Šveice.	19.00 Teksasas reindžers. 93. sērija.	17.30 Šurumburums.	19.00 Spogulis.
	18.45 Kā jums pakalpot? 6. sērija.	17.45 Vai tu zini?	20.00 Nedēļa.	17.40 Lieliskais septiņnieks. M. f.	20.00 Es atnāku.
	19.15 Savai zemei.	18.15 «TV Dzintare» piedāvā...	20.30 Mis Feijerkrekere. M. f.	20.00 Laiks.	21.45 K-2 piedāvā...
	19.45 Mini mani!	18.45 Džonijs Holidejs.	22.20 Nikita. 35. sērija.	20.35 Jautro un atjautīgo klubs '99.	23.40 Dežurnodaļa.
		19.30 Viltvārzi. 12. sērija.	23.15 Kopsaviikums.		23.05 Tēvs — saimnieks. M. f.
		20.00 8. stāvs.			

## Ūdens nozīme normālas vielmaiņas uzturēšanā

Pēdējā laikā arvien vairāk runā un raksta par ūdens nozīmi cilvēka organismā. Tas ir saprotami, jo kā gaiss, tā arī ūdens ir vissvarīgākās dzīvības uzturētāji. Daļa cilvēku ir sapratuši šo svarīgo patiesību, daļa to uztver kā modes lietu. Taču cilvēki nezina, cik katru dienu nepieciešams dzert ūdeni, un tāpēc bieži vien cieš no nepietiekama ūdens daudzuma organismā.

Maldīgs ir uzskats, ka jādzer tikai tad, kad slāpst. Slāpju sajūta gan ir signāls, ka ūdens daudzums organismā ir nepietiekams. Ūdens ir nepieciešams visiem vielmaiņas procesiem. Pat bez īpašas fiziskas slodzes cilvēks zaudē diennaktī no 2 līdz 3 l ūdens, bet profesionālie sportisti intensīvu treniņu laikā vienā stundā

var zaudēt pat 5 l ūdens. Ūdens zudums ir jāatjauno. Kā to izdarīt? Protams, var izmantot dažādus atspirdzinošus dzērienus, tēju, kafiju, sulas, minerālūdeni u.c., bet tie uzliek organismam papildslodzi un dos arī papildkalorijas. Tāpēc ievērojamaļai daļai jābūt tīram ūdenim.

Amerikāņu zinātnieks Harvards Flons, kurš pētīja cilvēkus ar palielinātu svaru, secināja, ka nepietiekams ūdens daudzums veicina aptaukošanos, samazina muskuļu spēku un elastīgumu, uzkrāj organismā šlakvielas, līdz ar to izraisošas sāpes locītavās un muskuļos, kā arī veicina šķidruma aizturi organismā. Svara samazināšana izdodas tikai tad, ja ūdens tiek izdzerts pietiekamā daudzumā. Pētīnieks Harvards Flons uzskata, ka veselam cilvēkam dienā jāizdzēris no 8 līdz 10 glāzēm vai 2,5 l ūdens. Pie fiziskas aktivitātes un karstā laikā šis šķidruma

patēriņš jāpalielina. Cilvēkam ar palielinātu svaru uz katru kilogramu 10 kg ķermeņa masas papildus jāizdzēris glāze ūdens. Ūdens jādzēris visas dienas laikā, arī vakarā.

Protams, ūzņemot šādu ūdens daudzumu, pastiprināsies arī ūdens izdalīšanās caur nierēm. Neraizējieties, jo dažu nedēļu laikā jūsu urīnpūslis būs pielāgojies jaunajai situācijai.

Kā piespiest sevi lietot vairāk ūdens, ja dzerat samērā maz? Pieradiniet sevi pakāpeniski, sākot ar 2 glāzēm, līdz saņiegsiet vajadzīgo daudzumu, un jūs pārliecināsieties, ka jau pēc nedēļas organisms jūtīs vajadzību pēc ūdens.

Ūdens nav brīnumlīdzeklis pret visām kaitēm un slimībām, bet gan līdzeklis, kā uzturēt labu pašsajūtu, līdz ar to možu garastāvokli.

Pēc preses materiāliem

## Tomāti palīdz izvairīties no priekšdziedzera audzēja

Tomātu lietošana uzturā var palīdzēt izvairīties no priekšdziedzera audzēja attīstības. Par to liecina pētījuma dati, kas tika demonstrēti ASV Audzēju izpētes asociācijas konferencē.

Likopēns — viela, kas dara tomātus sarkanus, — varot pasargāt no slimības attīstības.

Pētījuma dati liecina, ka 12 pacientiem, kuriem bija priekšdziedzera audzējs, trīs nedēļas pirms operācijas tika dots likopēns. 67 procentos gadījumu audzējs tālāk neizplatījās.

Pierādīts, ka tomātiem un tiem līdzīgiem dārzeņiem ir pozitīvs efekts arī pret plaušu, zarnu un aizkuņģa dziedzera audzējiem.

Pēc BNS

Šodien vārdadienu svin — Visvaldis, Nameda, Rītvaldis.  
**25. aprīlī** — Liksma, Bārbala.  
**26. aprīlī** — Alīna, Sandris, Rūsiņš.  
**27. aprīlī** — Raimonda, Raina, Tāle, Klementīne.

Pasaulē ir divas laimes:  
 Viena maza — būt pašam laimīgam,  
 Otra liela — padarīt laimīgus citus.  
 Mijš sveiciens Ārijai Skutelei 45 gadu jubilejā!  
 Drongu ģimene

**A/s «Preiļu siers»**  
 ✓ pieņem pasūtījumus vainagiem (Ls 5-12), sēru pušķiem.  
 ✓ Iepērk sīpolus, 0,20 Ls/kg.  
 ✓ No 29. aprīļa pārdos agros kāpostus.  
 Tālr. 21136, 21124 dienā, 23609, 21806 pēc 17.

Firma «Foneks Metāls» (lic. nr. 28-407) no iedzīvotājiem par izdevīgām cenām iepērk krāsainos metālūžņus. Samaksa tūlītēja. Tālr. 21424 vakaros.

**Pērk zāģbaļķus.**  
 Ir transports.  
 Mob. tel. 9466768.

IU «Vidzemes tekstils» vilnas maiņas punkts rīko izbraukumu 26. aprīlī 9.00 Grugulēs, 9.30 Turkos, 10.00 Rudzātos, 10.30 Priekuļos, 11.00 Smelteros, 11.30 Galēnos, 12.00 Stabulniekos, 12.30 Riebiņos, 13.00 Aizkalnē, 13.30 Pelēcos, 14.00 Arendolē, 14.30 Vecvārkavā, 15.00 Vanagos.

Visās pasta nodaļās un pie lauku pastniekiem «Novadnieku» jūnijam var pasūtīt līdz 20. maijam.  
 Pasūtiet savu avīzi un piedalieties balvu izlozē.

Speciāls piedāvājums preiļiešiem!  
 «Novadnieka» abonements tikai par Ls 1,20! Tas būs iespējams, ja avīzi pasūtīsiet un trešdienās paši nāksiet to saņemt redakcijā, Aglonas ielā 1. Sestdienas avīzi redakcija piegādās jums mājās jau piektdienas vakarā.

## Latvijas Loto ziņas

- 1** Šogad laimestos izmaksāti jau Ls 260 000. Vai Tu arī esi starp laimējušajiem?
- 2** Janvārī kāda rīdziniece «LATLOTO 5/35» papildspēlē «Džokers» laimēja Ls 50 000. Tas ir lielākais laimests Latvijas vēsturē.
- 3** Šonedēļ loterijā «LATLOTO 5/35» ir lielākais uzkrājums Latvijas Loto vēsturē Ls 31 031. Steidzies izmantot šo izdevību.
- 4** Skaties Latvijas Loto ziņas LTV2 raidījumā «Ikdiena» reizi mēnesī. Uzzināsi arī to, kas laimē Ls 500 loterijā «Blūzs».
- 5** Loterijā «Moments» – jauns laimests – SONY mūzikas sistēma ar minidisku atskaņotāju.



**BALTA**  
APRODINĀŠANAS SIA



**ALTERNA**



**PAREX**  
APRODINĀŠANAS KOMPĀNIJA

### APDROŠINĪES UN VINNĒ 4 MĒNEŠU POLISI

**Preiļu CSDD**  
Brīvības iela 76, tālr. ....

**IZLOZĒ PIEDALĀS MARTĀ, APRĪLĪ UN MAIJĀ IEGĀDĀTĀS POLISES**

• Darba laiks 8.30 - 17.00  
/brīvdienas - sest. un svētd./



**FIRMA pārdod:**  
 ✓ taras dēļišu izgatavošanas darbgaldū,  
 ✓ galu apstrādes darbgaldū,  
 ✓ brusotāju,  
 ✓ stādāmo mašīnu vagotāju.  
 Tālr. 1-5621134, 1-5622249.

Firma pārdod jaunus ledusskapjus, saldētavas MINSKA, SNAIGE, gāzes plītis. Piegāde, garantija 3 gadi.  
 Tālr. 22576, mob. tel. 9347204.

**29. aprīlī pārdos melnus un raibus dienakti vecus cāļus, broilēru cāļus un cāļu barību** Ārdavā 7.50, Aglonā 8.00, Jaunaglonā 8.20, Aglonas stac. 8.30, Baškos pie autobusu pieturas 8.40, Kastīrē 8.50, Preiļos 9.00, Riebiņos 10.00, Stabulniekos 10.20, Galēnos 10.30, Polkoronā 11.10, Pieniņos 11.30, Smelteros 11.50, L. Anspokos 12.00, Priekuļos 12.10, Rudzātos 12.30, Turkos 13.00, Lūzeniekos 12.40, Līvānos pie universālveikala 13.10, Rožupē pie pasta 13.40, Vanagos 14.00, Upmalā 14.40, L. Klaparos 14.40, Rimicānos 14.30, Pilišķos 15.00, Pelēcos 15.10, Nidermuižā 15.20.

**Firma Aglonas stacijā iepērk**  
 x finierklučus (garums 2,75 m, 3,30 m):  
 A klase (diam. no 26 cm) — Ls 22, 23,  
 B klase (diam. no 20 cm) — Ls 10.  
 x Skujkoku sīkbaļķus (diam. no 12 cm, garums 3,10 m).  
 x Papīrmalku.  
 Sniedz kokvedēja pakalpojumus.  
 Tālr. 65015.

Virtuves iekārtas, sekcijas, atpūtas stūriši, priekšnama iekārtas, žurnālu galdiņi, rakstāmgaldi, divāni, atpūtas krēslī, guļamistabas garnitūras. Piegāde uz mājām, iespējama salikšana. Mob. tel. 9480776, tel. 21728 pēc 16.

**Iepērkam mājlopus gaļai.**  
 Samaksa uz vietas.  
 Tālr. 21973.

Sakarā ar Vārkavas novada veidošanos, pašvaldību sadarbības apvienība izsludina konkursu par Vārkavas novada simbolikas ģerboņa metu izstrādāšanu. Izstrādātos pieteikumus iesniegt Rožkalnu, Upmalas un Vārkavas pagastu padomēs līdz 15. jūnijam. Labākajam projektam paredzēta prēmija 50 latu apmērā.  
 Pašvaldību sadarbības padome

Šī gada 30. aprīlī plkst. 17.00 Preiļu slimnīcas jaunā korpusa sēžu zālē notiks LATVIJAS DIABĒTA ASOCIĀCIJAS Preiļu nodaļas sapulce. Pirms un pēc sapulces — glikozes noteikšana asinīs un asinsspiediena mērīšana (bezmaksas). Cukura diabēta pacientu aprūpes līdzekļu izstāde, pārdošana.  
 Sīkāka informācija pa tālr. 22091.

**VAIRUMTIRDZNICĪBA**  
**DEMPERS**  
 PĀRTIKAS PRECES UN IEPAKOJAMIE MATERIĀLI, PREČU PIEGĀDE PĒC PASŪTĪJUMA  
 PREIĻOS, PILS IELĀ 14, tālr. 53-22870, tel./fakss 53-23385.

**Cienījamie pircēji!**  
 Svaigu gaļu un subproduktus Preiļos jūs varat iegādāties gastronomā nr. 1 Tīrgus lauk. 5, kā arī gastronomā nr. 4 Aglonas ielā 27.  
 SIA «Preiļu pārtika» administrācija

**Iepērk egles zāģbaļķus un sīkbaļķus.**  
 Nodrošina ar transportu. Tālr. 44133 vakaros vai mob. tel. 9340177.

**Pārdod**  
 Audi-90, 1985. g., 2 l-i; VW Passat, 1985. g., dīzelis; DT-75; T-74; T-150 K jaunu uzkarī. Mob. tel. 9247454, tel. 36525 vakaros;  
 Opel Kadett 1,3. Tālr. 37583;  
 VAZ-21063, 1991. g., 86000 km, labā tehniskā kārtībā. Tālr. 21111;  
 VAZ-2105, motociklu «Jawa-350». Tālr. 44735;  
 Moskvīč 412, 1987. g. Tālr. 37557;  
 M-2140, Ls 200. Tālr. 21610;  
 ZAZ-968 M. Tālr. 65049;  
 ZIL-131 ar manipulatoru. Tālr. 44133 vai mob. tel. 9340177;  
 ZIL-554. Tālr. 39544;  
 DT-75 BN un arklū, T-40 AM priekšējo tiltu rezerves daļām, GAZ-21 dzinēju pēc kapitālā remonta, bisi IŽ-58 (16 kalibrs), Ford Escort 1,3 l, 1981. g. Tālr. 39569 ap 8;  
 DT-75 ar agregātiem, T-25, GAZ-53 pašizgāzēju, jaunu bloku lejamo iekārtu, mežu īpašumā (14 ha). Mob. tel. 9484477;  
 traktoru JUMZ-6, piekabi PRT-7. Tālr. 37430, mob. tel. 9413637;  
 traktoru T 25A, 1983. g. Starptiekus lūdz netraucēt. Tālr. 77664 līdz 20;  
 5-rindu vagotāju vai maina pret linu kombainu. Tālr. 57619;  
 siena grābekli «Jula». Tālr. 55678;  
 runkuļu sējmašīnu, govī, melnu telīti (1,5 mēn.). Tālr. 30510;  
 vācu šasijas ātrumkārbu ar aizmugurējo tiltu, DT-75 trīskorpusu arklū, bisi IŽ-58. Mob. tel. 9470739;  
 graudu dzirnavas. Tālr. 78236;  
 šaurās aizmugurējās riepas traktoram MTZ; T-40. Tālr. 48553;  
 jaunu (iepakojumā) slaukšanas agregātu AID-2, ražots 1992. g. Tālr. 58420;  
 jaunu slaukšanas agregātu AID-1 un rokas šujmašīnu. Tālr. 42198 vakaros;  
 lietotu kases aparātu «OMRON». Tālr. 21403;  
 televizoru, muzikālo centru. Tālr. 22029;  
 vienistabas dzīvokli Riebiņos. Tālr. 56909 vakaros;  
 divistabu dzīvokli Preiļos, Rancāna 2-26, IŽ Jupiter rezerves daļām. Tālr. 54730 rītos, vakaros;  
 divistabu dzīvokli Liepu ielā 1. Tālr. 24105;  
 māju Līvānos. Tālr. 41338;  
 māju Vanagos, Ribule;  
 māju, zemi, mežu. Tālr. 22073 darbdiēnās;  
 māju, zemi. Tālr. 21172;  
 kūtsmēslus. Tālr. 73434;  
 sienu. Tālr. 24509 pēc 19;  
 sienu rulonos, sēklas kartupeļus, zirga pļaujmašīnu, zirga grābekļus. Tālr. 56850;  
 rudzus, sēklas kartupeļus. Tālr. 50429;  
 sēklas kartupeļus un griķus. Tālr. 22138;  
 kviešus, 0,08 Ls/kg. Tālr. 24496;  
 kviešus. Tālr. 50359;  
 miežus, rudzus. Tālr. 48545;  
 lopbarības miltus, sēklas auzas. Tālr. 39542;  
 grūsnu melnraibu teli. Tālr. 59341 vakaros;  
 govī. Tālr. 50489;  
 govī. Tālr. 58448;  
 govīs Daugavpils raj. Dubnas pag. L. Stradišķos, V. Teivāns. Tālr. 22809 darbdiēnās (vakaros);  
 labas govīs. Tālr. 76256;  
 govī. Tālr. 50306.

**Pērk**  
 vagotāju Sigulda. Tālr. 36682;  
 pamata blokus. Tālr. 50359.

**Maina**  
 VAZ-2103 pret Jawa-638. Mob. tel. 9533941;  
 jaunu MTZ-82 UK pret mežu. Tālr. 21963 vakaros.

**Dažādi**  
 Apar zemi. Tālr. 22906.  
 Mūrē krāsnis, kamīnus. Tālr. 23269 vakaros.  
 Remontē Krievijā ražotas automašīnas. Tālr. 24561 vakaros.  
 Taksometra pakalpojumi. Mob. tel. 8-29-347204, tel. 22576.