



TV programma

28. februāris — 6. marts

# Paliatīvā aprūpe — iespēja kvalitatīvi nodzīvot sev atvēlēto laiku



● Divdesmit, trīsdesmit, četrdesmit gadi, — tik ilgs darba stāžs ir gandrīz visām uzņēmuma «Līvānu slimnīca» paliatīvās aprūpes māsām. Par zemo atalgojumu nedomājot, vairāk ar entuziasmu vien pūloties palīdzēt cilvēkiem nodzīvot viņiem atvēlēto laiku, darbabiedru un slimnieku cieņu iemantojušas paliatīvās nodaļas vecākā māsa Amanda Kristovska (no kreisās), pārsiešanas māsa Terēza Zudiņa, dežūrmāsa Ināra Kokina.

## Kad specifiskā ārstēšana nedod efektu

Pirmo pieredzi slimnieku kopšanā pusgada garumā ieguvuši Līvānu novada pašvaldības bezpeļņas uzņēmuma «Līvānu slimnīca» oficiāli sertificētās paliatīvās aprūpes nodaļas ārsti, māsas un pārējais medicīniskais personāls.

Pasaulē tā iekārtots, ka nevienam iepriekš nav zināmas melnās dienas un tas, ko dzīve nesīs tuvākajā laikā. Nedziedināmi saslimst kāds ģimenes loceklis, mīļš un tuvs cilvēks, un dzīve apgrībzās kājām gaisā. Daudziem nācies pieredzēt, kā, smagas fiziskās sāpes un garīgās mokas ciezdams, no dzīves aiziet radnieks vai paziņa, kuru pievarējusi onkoloģiska slimība. Civilizētajās pasaules valstīs ir augsti attīstīta paliatīvā aprūpe, kas slimajiem padara vieglākas ciešanas, palīdz viņiem arī psiholoģiskajā ziņā un lielā mērā atvieglo dzīvi cietēja tuviniekiem. Viņiem nav jāpārdzīvo par to, ka ir bezpalīdzīgi, un jāmokās vainas apziņā, ka nespēj savienot darbu ar pietiekamām un kvalitatīvām rūpēm par tuvinieku.

Latvijā paliatīvā aprūpe tikai pamazām ienāk medicīnas pakalpojumu jomā. Paliatīvā aprūpe ir medicīnas nozare, kuras uzdevums ir atvieglot slimnieku stāvokli, kad specifiskā ārstēšana vairs nav iespējama vai nedod vajadzīgo efektu. Ar paliatīvās aprūpes palīdzību iespējams uzlabot slimnieka dzīves kvalitāti viņam atvēlētajā laikā. Lielākā pieredze šajā ziņā uzkrāta Latvijas Onkoloģijas centrā, kur paliatīvās aprūpes nodaļa tika atklāta 1997. gadā. Centra poliklinikā ierīkots arī paliatīvās aprūpes kabinets, kurā sāktas ambulatoro pacientu konsultācijas. Tajā var vērsties slimnieki no visas Latvijas ar ģimenes ārstu nosūtījumu. Nodaļas vadītājs Vilnis Sosārs ir speciālists, uz kuru visbiežāk atsaucas arī Līvānu paliatīvās aprūpes nodaļas medicīnas darbinieki un kura pieredze ņemta vērā, iekārtojot šo nodaļu. Latvijas lauku rajonu slimnīcās ir tikai pāris šādu nodaļu.

## Apgūst jaunu pieredzi

Līvānu slimnīcas paliatīvās aprūpes nodaļas koridors ir

izkrāsots gaišās krāsās, izskatās svaigs un gaismas pieļi. Nodaļas vecākā māsa Amanda Kristovska izrāda palātas un pārējās telpas. Istabīņas gan pie jauna krāsojuma nav tikušas, tomēr rada tīrības, kārtības un glituma sajūtu.

Nodaļā ir paredzēta vieta 20 slimniekiem, visas gultas ir aizņemtas. Informācija par paliatīvo aprūpi jau ir izplatījusies diezgan tālu, tāpēc uz Līvāniem slimniekus ved gan no Preiļiem, gan arī no Rēzeknes, Jēkabpils un citām vietām. Apmēram puse no nodaļā esošajiem ir onkoloģiskie slimnieki. Tomēr šeit palīdzība tiek sniegta arī tiem, kas cieš no izglūjumiem, tiem, kam radušies sarežģījumi pēc operācijām, asinsvadu slimniekiem un citiem, kam jāpalīdz atkopties.

Daudziem no slimajiem nav tuvinieku, kas viņus mājās koptu. Par viņiem pēc izrakstīšanas gādā pašvaldību sociālie darbinieki. Reizēm šie cilvēki nonāk stāvoklī, kur ārstēšana nav paredzēta, un, ja stāvoklis pasliktinās, atkal atgriežas paliatīvās aprūpes nodaļā.

Onkoloģiskajiem slimniekiem par vienas dienas pavadīšanu šajā nodaļā jāmaksā 45 santīmi, pārējiem — 1,50 lati diennaktī, bet gultasvietas faktiskās izmaksas sastāda apmēram 13 latus. Valsts nepiešķir pat desmit latus. Starpība tiek segta, līdzekļus neiedalot citām būtiskām slimnīcas vajadzībām. Tomēr profila maiņa, ierīkojot paliatīvo un arī sociālo nodaļu slimnīcai bija vienīgais veids, kā pastāvēt, jo tā bija nolēmta slēgšanai. Diemžēl atbilstoši jaunajai medicīnas pakalpojumu apmaksāšanas sistēmai, sākot ar 1. aprīli, vēža slimniekiem noteiktā maksa par vienu dienu slimnīcā būs viens lats. Slimnieku maciņus tas krietni patukšos, ņemot vērā arī to, ka atsevišķi preparāti, kas maksā dārgi, jāpērk par slimnieku līdzekļiem.

Atsevišķā nodaļas telpā iekārtota satikšanās vieta. Gadās, ka nodaļas pacientam ar apciemot atbraukušajiem tuviniekiem jāpārrunā lietas, tā teikt, zem četrām acīm, bez palātas kaimiņu klātbūtnes. Tad viņi dodas uz satikšanās telpu.

*Turpinājums 2. lappusē.*

## ZIŅAS

### Turpinās sadarbība ar zviedru partneriem

14. februārī Rīgā un Jelgavā notika diskusijas par pieaugušo izglītības projektu izstrādāšanas iespējām, ko organizēja Preiļu rajona padomes attīstības plānošanas nodaļas vadītāja E. Jermolajeva un kurās piedalījās Zviedrijas Tautas universitātes pārstāvji, Latvijas Izglītības un Zinātnes ministrijas, Latvijas Augstākās izglītības padomes un Latvijas Lauksaimniecības universitātes amatpersonas.

Ir uzsākta sadarbība starp Preiļu rajonu un Lundas (Zviedrijā) Tautas universitāti pēc zviedru uzņēmēju un pašvaldības pārstāvju delegācijas vizītes Preiļu rajonā 2004. gada septembrī.

Tikšanās laikā Rīgā zviedru pārstāvji vēlējās tuvāk iepazīties ar kopējo situāciju pieaugušo izglītībā Latvijā, kā arī nodibināt kontaktus ar universitāti Jelgavā.

### Jaunieši iepazīst reālo darba dzīvi

23. februārī 74 skolēni no Līvānu 1. vidusskolas 11.a, 11.b un 11.c klases uz vienu dienu bija kļuvuši par dažādu nozaru darbinieku ēnām, pavadot viņus visās dienas gaitās. Kā informēja 1. vidusskolas ekonomikas un biznesa ekonomisko pamatu skolotāja Alvīne Rone, šogad ēnu dienā skolēni iepazīs ar 13 iestāžu un uzņēmumu darbu. Četriem jauniešiem bija iespēja iesaistīties pašu skolas vadošo darbinieku lomās. Līvānu novada domes darbu iepazīs 16 skolēni. Līvānu novada bibliotēkā kopā ar pieredzējušajiem bibliotekāriem darbosies desmit skolēni. Tikpat daudziem jauniešiem bija iespēja ēnot «Baltic Trust Bank» Līvānu filiāles darbiniekus. Trīs skolēni dienu pavadīja pilsētas slimnīcā, pa diviem — veterinārajā klinikā un Līvānu virsmehānicā. Viens no skolēniem devās uz Pārtikas un veterinārā dienesta pārvaldi Preiļos. Ēna bija arī Līvānu novada Turku pagasta pārvaldes speciālistam lauksaimniecības jautājumos. Vairākus skolēnus uzņēma a/s «Latvijas valsts meži» un uzņēmums «RNS – D». Astoņi skolēni tuvāk iepazīs ūdens attīrīšanas un kanalizācijas stacijas darbu ikdienu. Te viņi iejutās vadītāju, laboranta un operatora lomās.

Trīs skolēni bija kļuvuši par ēnām valdības iestāžu darbiniekiem Rīgā. Ievai Dreimanei bija iespēja iepazīties ar Finanšu ministrijas darbu, Renāte Pastare guva iespaidus par Ārlietu ministrijas ikdienu, bet Klīnta Vanaga ēnu dienu pavadīja Biznesa augstskolā «Turība».

Alvīne Rone atzina, ka jūtas gandarīta par iestāžu vadītāju un uzņēmēju pretimnākšanu, jo vienlaicīgi atrast vietu 74 skolēniem nav nemaz tik vienkārši. Diemžēl ne vienmēr tās atbilst jauniešu interesēm par nākotnes profesiju. Piemēram, jauniešiem nav iespēju uzturēties uzņēmumos, kas saistīti ar pārtikas ražošanu, jo šīs nozares prasības nepieļauj nepiederošu personu atrašanos ražotnē. Specifisko darbu apstākļu dēļ ēnu klātbūtne netiek pieļauta arī policijā, kaut arī daudzi zēni izteikusi tieši tādu vēlēšanos.

Ēnu dienas, kas šogad notika jau piekto reizi, organizēšana vidusskolu jauniešiem notiek visas valsts mērogā, februāris ir tās tradicionālais mēnesis. Jaunieši iepazīs ar dažādām profesijām, darbavietām, veicamajiem pienākumiem, ar reālo darba dzīvi un pārliecinās, kā tā atbilst teorētiskajam biznesa ekonomikas zināšanām. Ēnu dienas laikā skolēni aizpilda īpašas anketas, apstiprinot darbinieku, kuru ēno, pierakstot arī savus novērojumus. Pēc ēnu dienas notiek darbu prezentācija, kurā vidusskolēni stāsta par iegūtajām zināšanām un pieredzi, atklāj, ko ir saņēmuši un ko nav, kā arī novērtē pieaugušo darbu.

## Parlaments atbalsta privatizācijas «jumta» likumu

Saeimas Tautsaimniecības, agrārās, vides un reģionālās politikas komisijas sēdē bez iebildumiem par būtību nolemts virzīt izskatīšanai pirmajā lasījumā likumprojektu «Valsts un īpašuma privatizācijas un privatizācijas sertifikātu izmantošanas pabeigšanas likums». Komisijā nolemts, ka priekšlikumus otrajam lasījumam iesniegs līdz 9. martam, bet galējā lasījumā plānots likumu pieņemt līdz Lieldienu brīvdienām. Ministru kabinets 15. februārī akceptēja Ekonomikas ministrijas izstrādāto privatizācijas pabeigšanas likumprojektu, kurš kalpos kā ceļvedis privatizācijas procesa un sertifikātu izmantošanas pabeigšanā. Privatizācijas pabeigšanas likumā nav paredzētas privatizācijas sertifikātu kompensācijas pret naudu vai kompensācijas sertifikātiem, jo tas īpašumu apjoms, ko valsts un pašvaldības var piedāvāt privatizācijai, ir pietiekošs, lai tas sertifikātu daudzums, kas ir iedzīvotāju rīcībā, varētu tikt izlietots. Pašreiz ir izmantoti jau vairāk nekā 90% privatizācijas sertifikātu. Likumā ir skaidri definēti tie lielle valsts uzņēmumi, kas netiks nodoti privatizācijai — VAS «Latvenergo», Latvijas Pasts, VAS «Starptautiskā lidosta «Rīga»», VAS «Latvijas dzelzceļš», VAS «Latvijas gaisa satiksme» un VAS «Latvijas valsts meži». Šo sabiedrību akcijas nevarēs privatizēt. Tomēr laikraksts «Diena» pēdējā laikā vairākas publikācijas norādījis uz divām būtiskām neskaidribām šajā likumā. Pirmkārt, atšķirībā no valdības deklarācijas likumā nav skaidri norādīts, ka atlikušo lielo valsts uzņēmumu, kā, piemēram, «Ventpils nafta» un «Lattelekom» privatizācijā nedrīkst izmantot privatizācijas sertifikātus. Otrkārt, likumprojekts paredz normu, ka ar īpašu valdības lēmumu iespējams privatizēt neprivatizējamajiem valsts uzņēmumiem 100% piederošus meitas uzņēmumus.

Saeima vakar, 24. februārī, lielā vienprātībā nolēma nodot parlamenta komisijām izskatīšanai jauno privatizācijas pabeigšanas «jumta» likumu, ar kuru paredzēts pieņemt punktu privatizācijai Latvijā. Par likumprojekta nodošanu komisijām nobalsoja 82 deputāti, bet astoņi parlamentārieši balsojumā atturējās.

## «Statoil» uzlikta soda nauda par cenu vienošanos Zviedrijas degvielas tirgū

LETA ziņo, ka 23. februārī Oslo Zviedrijas konkurences uzraudzības institūcijas par nelegālu cenu vienošanos uzlika 112 miljonu Zviedrijas kronu (8,1 miliona latu) soda naudu piecām naftas kompānijām, kas darbojas Zviedrijas degvielas tirgū, tai skaitā Norvēģijas kompānijām «Statoil» un «Norsk Hydro», kā arī «Shell», «Preem» un «OKQ8», vēsta Norvēģijas laikraksts «Aftenposten». Par lielāko pārkāpēju ir atzīta «Statoil», kas ir bijusi iniciatore cenu sadarbībai minēto kompāniju degvielas uzpildes staciju tīklos. Norvēģijas kompānijai attiecīgi būs jāmaksā vislielākā soda nauda — 50 miljoni kronu (3,7 miljoni latu). «Norsk Hydro» ir uzlikta septiņu miljonu kronu soda nauda, «OKQ8» būs jāmaksā 25 miljoni kronu, «Shell» — 20 miljoni kronu un «Preem» — desmit miljoni kronu. Zviedrijas konkurences uzraudzības iestādes pārstāvis Klāss Norgrēns norādīja, ka minētā cenu sadarbība 1999. gadā ir bijusi «īpaši nopietns konkurences noteikumu pārkāpums, kas skāris lielu daļu tirgus».

Kā ziņots, situāciju Latvijas degvielas tirgū pagājušajā gadā vērtēja Konkurences padome (KP). Tā secināja, ka Latvijas degvielas tirgū, kurā «Statoil» ir līderis, nepastāv aizliegta vienošanās. Aizdomas par vienošanos cenu politikas izstrādē pērn pavasarī pauda toreizējais Saeimas Budžeta un nodokļu komisijas priekšsēdētājs Gūndars Bērziņš, norādot uz benzīna cenu saskaņotām izmaiņām Latvijas degvielas uzpildes stacijās. Lai gan KP vienreiz jau atzinumu ir devusi, satiksmes ministrs Ainārs Šlesers vērsās šajā institūcijā ar lūgumu izskatīt degvielas cenu pieauguma Latvijā atbilstību pasaules tirgus tendencēm un iespējamo vienošanos starp degvielas tirgotājiem. Satiksmes ministrijas sabiedrisko attiecību nodaļā aģentūru LETA informēja, ka Šlesers šādu lūgumu KP izteicis tādēļ, ka pēdējā laikā viņam ir nācies uzklaut auto pārvadājumu nozares pārstāvju bažas par iespējamo vienošanos starp degvielas tirdzniecības uzņēmumiem par degvielas mazumtirdzniecības cenu noteikšanu. Neatkarīgi no cenu pieauguma vai samazināšanās pasaules tirgū, degvielas cenas Latvijā tikai paaugstinās, kas savukārt negatīvi iespaido ekonomikas attīstību un Latvijas uzņēmumu konkurētspēju. Ziņas sagatavoja T.Elste

## NOVADNIEKS

Redaktore Tamāra Elste

Pasūtījuma indekss 3033.

Reģistrācijas apliecība nr. 000701018.

Izdevējs — SIA «Novadnieks. Redakcija».

Redakcijas adrese: Brīvības ielā 14, Preiļi, LV-5301.

Elektroniskais pasts: novadnieks@axel.lv

Tālr. 1-53-07056, mob. tel. 9410288 (redaktorei),

1-53-07057 (reklāmas un sludinājumu pieņemšana),

1-53-07058, 1-53-07059 (žurnālistiem). Fakss 1-53-07057.

Par sludinājumu saturu atbild to iesniedzējs.

Laikrakstā publicētie materiāli ne vienmēr atspoguļo

redakcijas viedokli.

Pārpublicējot atsauce uz «Novadnieku» obligāta.

Laikraksts iespiests SIA «Latgales druka» Rēzeknē.

Mājas lapa internetā: [www.novadnieks.lv](http://www.novadnieks.lv)

Laikraksts iznāk astoņas reizes mēnesī (otrdien, piektdien).

# INFORMĀCIJA

## Paliatīvā aprūpe — iespēja kvalitatīvi nodzīvot sev atvēlēto laiku

Sākums 1. lappusē.

Tai ir divdaļīgas durvis, kas plaši atveramas, lai iekļūt varētu arī ar invalīdu ratiņiem. Koridorā pie sienām skatāmi Līvānu mākslas skolas audzēkņu darbi. Ik pēc kāda laika tie tiek nomainīti ar jauniem.

### Teicams kolektīvs

Tas ir smags, ļoti smags darbs, teica Amanda Kristovska. Viņas darba mūžs 42 gadu garumā ir saistīts ar Līvānu slimnīcu. Iepriekš strādājusi ķirurģijas nodaļā. Kaut arī šajā nodaļā pieredzētais saistījās ar smagu slimnieku ārstēšanu, traumām, operācijām, asinīm, reizēm cīņu starp dzīvību un nāvi, tomēr ķirurģijas nodaļas medicīniskais personāls strādāja ar perspektīvu cilvēku atgriezt dzīvei, ar ticību un cerību dzīvībai. Gandrīz visi pacienti izveseļojās un devās mājup, ārstos un māsās radot gandarījumu par ieguldītajām pūlēm. Šeit ir savādāk. Galvenais pienākums — remdēt sāpes un palīdzēt vēl kādam dzīves posmam saglabāt spēkus. Nav paredzēts slimniekus nodaļā turēt ilgstoši. Apmēram pēc mēneša vai nedaudz garāka laika, kad veselības stāvoklis ir stabilizējies, viņi tiek izrakstīti uz mājām vai uz pansionātu, no kura ieradusies.

Patlaban nodaļā, ieskaitot grīdu mazgātājas un sanitāres, strādā 15 darbinieki. Amanda Kristovska augstu vērtē kolektīva īpašības — saskaņu, sapratni, satiecību, profesionālās zināšanas, sanitāru ideālo darbu, nodaļas ārsta profesionalitāti. Personāls

īpaši apmācīts darbam ar šādas kategorijas slimajiem, kas gan vairāk attiecas uz psiholoģisko saskarsmi, jo viss pārējais — pārsiešana, cilāšana, grozīšana, kopšana, norīvēšana, apmazgāšana, sēdināšana, sistēmu pielikšana — darīts gadu gadiem.

Par gadu vairāk nekā vecākā māsa medicīnas nozarei vēltījusi pārsiešanas māsa Terēza Zudiņa. Jauniņā medmāsiņa darba gaitas uzsākusi Rīgā, bet pēc apprecēšanās pārcēlusies uz Līvāniem. Visi grib dzīvot, viņa saka. Pat viskritiskākajā stāvoklī slimnieks lūdzas, palīdziet, dariet kaut ko. Nomācošā darba pārdzīvojumi un tiem neatbilstošais zemais atalgojums ir tas, kas atbaida jaunus cilvēkus. Pie mums vismaz gadus desmit praksē nav bijusi neviena jauna medmāsiņa, saka vecākā māsa.

Māsas un sanitāres ir tās, kurām jābūt klāt, kad cilvēks aiziet mūžībā. Amanda un Terēza pat pēc ilgajiem slimnīcā pavadītajiem gadiem par šādiem notikumiem nevar runāt vienaldzīgi. Melno un kaulaino, kas atnākusi pēc cietēja, savām acīm neesot nācies redzēt, bet pieļaujot, ka dažreiz slimnieks savas gultas kājgalī to saskatot. Bet, piemēram, dežūrmāsa Ināra Kokina, kurai darba stāžs ir garš, taču ne četrus gadus desmitos skaitāms kā viņas kolēģēm, pārliecinājusies, ka taisnība ir ticējumam par pēdējo brīžu vieglumu vai smagumu atkarībā no tā, vai aizgājējs dzīvē bijis labs vai ļauns. Dažreiz aizgājējam griboties, lai pie viņa būtu tuvinieki, taču dzīvē mīļtie cilvēki ne vienmēr šo brīdi vēloties redzēt

*Atcerieties — vārdam ir milzu spēks, tas ir trāpīgāks par lodi. Vārdi materializējas, tāpēc nesūkstieties — nevajag sev piesaukt nelaimi.*



● Līvānu slimnīcas vadība atzina, ka pagaidām nav izdevies pierādīt valstij, cik sabiedrībai vajadzīga un nozīmīga ir paliatīvā aprūpe, taču šiem cilvēkiem tā dod iespēju kvalitatīvi nodzīvot atvēlēto laiku.



● Paliatīvās nodaļas kapela ir vieta, kur var padomāt par garīgām lietām. Gadās, ka cilvēki tikai slimības laikā pievēršas reliģijai, meklējot mierinājumu un palīdzību. Nodaļas slimniekus pēc vajadzības apmeklē mācītājs, bet biežāk kapelā iegriežas mūķenes. Foto: M.Rukosujevs

savām acīm. Daži atved savus tuviniekus nomirt un jūtas laimīgi tikuši vaļā.

Lai arī kā veselajiem un dzīvajiem negribētos ne redzēt, ne dzirdēt, ne arī lasīt par šādām lietām, realitātē ir gan piedzīmšana, gan aiziešana, tāpēc dziļā pateicībā

nolicamas galvas medicīnā darbinieku priekšā, kas spēj cilvēci ar to visu tikt galā. Pateicība arī ir vienīgā kompensācija par šo ārkārtīgi smago, valsts nenovērtēto darbu.

L.Rancāne

## PREIĻU RAJONA PADOMĒ

23. februārī notika Preiļu rajona padomes kārtējā sēde. Par autoceļu (ielu) fonda līdzekļu izlietojumu 2004. gadā

Izskatīta rajona padomes ceļu (ielu) fonda galvenā speciālista A.Bilzēna sagatavotā atskaite par pašvaldības ceļu un ielu finansēšanai paredzētās valsts budžeta Valsts autoceļu fonda programmas mērķdotācijas izlietojumu.

Apstiprināts sekojošs fonda līdzekļu izlietojums. Ceļu un ielu būvprojektēšanai pērn iztērēti 2514,84 latu, ceļu un ielu ikdienas uzturēšanai — 169 870,68 latu, ceļu un ielu periodiskajai uzturēšanai (renovācijai) — 45 828,73 latu. Pārējiem izdevumiem pērn izlietoti 31 826,10 latu, tajā skaitā darbu tehniskajai uzraudzībai un autoruzraudzī-

bai — 787,98 latu, administrēšanas izdevumiem — 7193,64 latu, kredīta atmaksāšanai — 23 369,93 latu, krūmgrieža iegādei — 474,55 latu. Kopā ceļiem un ielām 2004. gadā izlietoti 250 040,35 latu.

Ceļu un ielu finansēšanai izlietotā mērķdotācija (latos) pašvaldībās

Aglonas pagasts	51 015,82
Galēnu pagasts	10 181,90
Jersikas pagasts	10 187,54
Pelēču pagasts	7574,56
Riebiņu pagasts	48 742,12
Rudzātu pagasts	12 179,37
Rušonas pagasts	12 472,60
Saunas pagasts	27 849,53
Silajāņu pagasts	3205,55
Sīlkalna pagasts	5302,39
Stabulnieku pagasts	16 219,06
Sutru pagasts	12 184,15
Vārkavas pagasts	11 998,41
Vārkavas novads	20 927,35

Izskata pagājušā gada budžetu izpildi

Atbilstoši likumam «Par pašvaldībām» un likumam «Par pašvaldību budžetiem» padomes sēdē apstiprināta Preiļu rajona padomes 2004. gada pamatbudžeta ieņēmumu izpilde 4 058 731 latu apmērā, kā arī apstiprināti budžeta izdevumi 4 110 119 latu apmērā.

Tāpat apstiprināta 2004. gada speciālā budžeta ieņēmumu izpilde 447 211 latu apmērā un izdevumi 447 421 latu apmērā.

Apstiprināja iekšējā audita revidenta atzinumu

Izskatīts Preiļu rajona padomes iekšējā audita revidentes A.Sunīpas atzinums

par 2004. gada noslēguma inventarizācijām rajona padomē un tās pakļautībā esošajās iestādēs.

Nolemts apstiprināt rajona padomes izpildinstitūcijas un tās pakļautībā esošo iestāžu pērnā gada noslēguma inventarizācijas rezultātus. Iestādēm, veicot gada noslēguma inventarizācijas, uzdots stingri ievērot LR Finanšu ministrijas norādījumus nr. 832 «Norādījumi par inventarizācijām». Rudzātu speciālās internātskolas direktoram uzdots noskaidrot Valsts policijā izmeklēšanas rezultātus sakarā ar ierosināto krimināllietu par automašīnas VW Passat Variant nozagšanu.

Pēc Preiļu rajona padomes sēdes materiāliem sagatavoja L.Kirillova

# REDAKCIJAS SLEJA, INFORMĀCIJA



**ZVANI!**

Katru darbdienu  
uzklausīsim jūs  
pa tālr. 53-07056.

Jebkurš var piezvanīt uz laikraksta redakciju un izsacīt savu sāpi, vienkārši parunāt vai arī izteikt priekšlikumus, jautāt. Varat norādīt uz dažādām neēdībām, kļūdām, jums nepieņemamām norisēm. Protams, neaizmirstiet pateikt arī ko labu.

## Stingrākas prasības traktortehnikas lietotājiem

Pamatojoties LR Ministru kabineta 2004. gada 25. augusta rīkojumu nr. 585 Valsts tehniskās uzraudzības inspekcija no pagājušā gada 1. novembra reorganizēta par Valsts tehniskās uzraudzības aģentūru. Šajā sakarā ir izdoti jauni Ministru kabineta noteikumi, ar kuriem būtu jāiepazīstas visiem traktortehnikas lietotājiem:

✓ noteikumi nr. 618 «Traktortehnikas un tās piekabju reģistrācijas noteikumi»;

✓ noteikumi nr. 602 «Par traktortehnikas Valsts tehnisko apskati un tehnisko kontroli»;

✓ noteikumi nr. 634 «Par traktortehnikas vadītāja kvalifikācijas iegūšanu un vadītāja apliecības izsniegšanas kārtību».

Pašlaik Valsts tehniskās uzraudzības aģentūrai uzdots arī nodrošināt:

— patērētāju tiesību aizsardzību, ja tirgū tiek piedāvāti traktori un satiksmē neizmantojamie mehānismi uzstādīti dzinēji;

— traktortehnikas atsavi-



nāšanas aizliegumu un komercķīlu atzīmju reģistrāciju un dzēšanu;

— traktortehnikas, tās piekabju un traktortehnikas vadītāju informatīvo sistēmu.

**Uzmanību!** Traktortehnikas īpašniekiem jāatceras sekojošas lietas. *Pirmā* — ierodoties uz reģistrāciju, jauniem traktoriem jābūt sertificētiem atbilstoši ES prasībām. *Otrā* — lietotiem traktoriem obligāti jābūt tehniskajai pasei vai reģistrācijas

apliecībai un īpašumu apliecinošam dokumentam. *Trešā* — traktortehniku, kas iepriekš nav noņemta no uzskaites vai ir norakstīta, reģistrēt aizliegts. *Ceturta* — tehnikai jābūt identificējamai (ar rūpnīcas un šasijas numuriem).

Veicot valsts tehnisko apskati vai kontroli, tiks izsniegts protokols (līdzīgi, kā tas notiek automašīnu tehniskās apskates laikā), kur pēc baļu sistēmas tiks novērtēts tehniskais stāvoklis sa-

skaņā ar jaunajiem Ministru kabineta noteikumiem.

Ja tehnika neatbilst noteiktajām prasībām, tiks aizturēta valsts numura zīme līdz brīdim, kad kļūmes tiks novērsta. Atkārtota pārbaude notiks par atsevišķu samaksu.

Pirms tehniskās apskates veikšanas ir jāuzrāda reģistrācijas dokumenti, vadītāja apliecība, apdrošināšanas polise, apmaksas kvīts. Ja ieraksti dokumentos neatbilst faktiskajiem, apskates uzlīmi izsniegs tikai pēc neatbilstību novēršanas. Pašlaik tehnikai tiek izvirzītas paaugstinātas prasības, īpaši tās tehniskajam stāvoklim, lai viss būtu saskaņā ar ceļu satiksmes likumu.

Traktortehnikas valsts tehniskā apskate sāksies marta beigās. Apskates vietas un laiki tiks izziņoti pašvaldībām, kā arī publicēti laikrakstā.

**J.Ručs,**  
Valsts tehniskās  
uzraudzības aģentūras  
vecākais inspektors

## Laimes lāci gaidīsim vai paši darīsim

«Novadnieka» redakcijā pienāk visu kaimiņu rajonu laikraksti. Arī Jēkabpils rajona «Brīvā Daugava». Kādā no pēdējiem numuriem izlasīju rakstu «Laimes lāča gaidās» par aktualitātēm pašvaldībās, gaidot 12. martā notiekošās pašvaldību vēlēšanas. Dažos pagastos pieteiktie deputātu kandidātu saraksti nosaukti visai amizanti, piemēram, «Pagasta šoferis», «Pēdējā cerība», «Laimes lācis» un tā tālāk. Ko lai saka, tuvojoties pavasarim, cilvēkiem optimisms un humora izjūta vēl nav zudusi, ja tik nopietnas lietas spēj uztvert netradicionāli un mazliet azartiski.

Arī Preiļu rajona pašvaldībās, gatavojoties jaunu tautas kalpu ievēlēšanai, kuriozu netrūkst. Esmu pārliecināta, ka nākamās pāris nedēļas būs vēl interesantākas un saistošākas, jo vēlētajiem, pirms atdod balsis kādam sarakstam, cerams, izlasīs arī deputātu kandidātu piedāvātās programmas (protams, ja aizies uz vietējo vēlēšanu komisiju un palūgs izsniegt vai iepazīties ar to internetā). Tas nekas, ka dažā labā solījumu lapinā vien dažā gramatiski kļūdaini uzrakstīti teikumi, tas nekas, ka ailiētās par kandidātu izglītību ierakstīts vārdiņš «pamata», bet pašreiz ieņemamo amatu vietā ievilkta svītriņa, tāpat bezdarbnieki. Gan jau atradīsies arī šādu piedāvājumu cienītāji, jo mūsu sabiedrībā diemžēl pārsvaru ņem nevis loģiskā domāšana, situācijas analīze, bet gan kaimiņu, radu un «savu čomu» būšana, kā arī kopš seniem laikiem latviešu tautai piemītošā tieksme uzķerties uz āķa. Kopš deviņdesmito gadu sākuma neatkarīgās Latvijas pastāvēšanas laikā šādu piemēru ir bijis bez gala. Te par galošu un banānu dāvinātāju Zīgeristu balsoja, te nākamajā reizē ar joni atdeva balsis par pilnīgi pretēja politiska novirziena politiķiem.

Tas gan vairāk attiecināms uz Saeimas vēlēšanām. Vietējās pašvaldībās ir savādāk, jo cilvēki labi zināmi un arī viņu domas un līdzšinējie darbi citu priekšā kā uz delnas nolikti. Laukos nenoslēpsi, cik tu strādīgs esi un kā savu pagalmu kārtībā uzturi, cik un kādus javtājumus, deputāts būdams, esi savā vai radu labā nokārtojies. Kaimiņi hronoloģiskā kārtībā izstāstīs, kad esi uz «točku» gājis un kādas ir tavas attiecības ar sievu. Tāpēc, braucot pa rajonu un runājoties ar cilvēkiem, žurnālistiem pēdējā laikā izdevies uzzināt daudz interesantu lietu, kas oficiāli ar dokumentiem gan nav pierādāmas, bet liekas gluži ticamas. Tas gan lai paliek, kā saka, iekšējai lietošanai, jo laikraksta uzdevums nav katras plāpu kules teikto par dzīvu patiesību pasniegt, bet gan palīdzēt cilvēkiem tikt skaidrībā ar tuvākajā apkārtnē notiekošo un pašiem pieņemt pareizos lēmumus.

Pēc pēdējo nedēļu laikā mūsu rajonā notikušajām daudzajām augsto Rīgas politiku vizītiem iedzīvotājiem kļuvis skaidrs viens – pašvaldību vēlēšanas un LIELĀ POLITIKA ir cieši saistīti jēdzieni. Vismaz novados noteikti. Citādi ir ar mazajiem pagastiem, tur deputātu kandidātiem pašiem jātiek galā ar sevis popularizēšanu, kā nu prot un var. Un tad nu iznāk gluži kā nesen redzētajā karikatūrā, kad zelta zivtiņa maksšķerņiekam saka: «Prasi, ko vien gribi! Līdz 12. martam izpildīšu visu!» Bet pēc tam? Pēc tam zivtiņa noplikšķinās ar asti un mēs viņu vairs neredzēsīm nākamās četras gadus.

Arā tik jauks laicīns... Saulīte rotājas un sniegs kļūst čaganāks. Nepavisam negribas par politiku domāt, bet gan par to, ka jāiet uz veikalu un kādu dārzenu sēklu paciņu jānopērk. Zemei ar vēlēšanām un partijām nav nekāda sakara. Tikko nokūsis sniegs, tā būs gatava jaunai dzīvei. Tai nevajadzēs nekādu Laimes lāci, nedz arī pēdējo cerību. Pietiks tikai ņemt lāpstu rokās, uzirdināt kādu vāgu, kur sēkliņas ierušināt. Un viss – zaļi spirti dzinumi drīz būs augšā.

**L.Kirillova**

## Nenokavējiet pieteikšanos uz valsts subsīdijām

Latvijas nacionālo subsīdiju nolikumā «Noteikumi par valsts atbalstu lauksaimniecībai 2005. gadā un tā piešķiršanas kārtību» ietvertie norādījumi ir galvenais, kas zemniekiem jāņem vērā pašlaik un tuvākajos mēnešos, lai tiktu realizēta iespēja zemniekiem saņemt atbalstu no Latvijas valsts nacionālo subsīdiju veidā.

Atšķirībā no iepriekšējiem gadiem (pirmās izmaiņas nacionālajās subsīdijās bija jau pērn) izmaiņas ir saistītas ar Latvijas iestāšanos Eiropas Savienībā. Tās aktivitātes, pasākumi, kas tiek subsidēti no

Eiropas Savienības līdzekļiem, nacionālajās subsīdijās nav ietverti. ES tiešie un papildinošie maksājumi šogad tiks saglabāti pērnā gada līmenī. Par pieteikšanās termiņiem zemnieki tiek aicināti sekot informācijai presē.

**TIKAI LĪDZ 1. MARTAM** iespējams vēl pieteikties uz atbalstu lauksaimniecības zemes ielabošanai. Šo subsīdiju mērķis ir atbalstīt augšņu agroķīmisko izpēti, skābo augšņu uzturošo kalķošanu un meliorācijas sistēmu rekonstrukciju un renovāciju, lai, optimizējot augsnes mitruma režīmu, augsnes reakciju (pH) un izmantojot datus par augsnes agroķīmiskajām īpašībām, veicinātu kvali-

tatīvas un konkurētspējīgas augkopības produkcijas ražošanu. Latgales rajoniem tas ir īpaši svarīgi.

Augsnes ielabošanai paredzēts finansējums 1 480 000 latu apmērā. Atšķirībā no iepriekšējā gada, subsīdijas šogad piešķir tikai **50% apmērā** no augšņu agroķīmiskās izpētes darbu, skābo augšņu uzturošās kalķošanas un meliorācijas sistēmu būvdarbu izmaksām. Šajā sadaļā ietvertos līdzekļus vētras postījumu novēršanai polderu aizsargdambjos un hidrotehnikajās būvēs subsīdijas segs 100% apmērā.

Jāņem vērā, ka augšņu agroķīmiskā izpēte un uzturošā kalķošana ir ļoti aktuāla arī

Preiļu rajonā, kur ir daudz skābo augšņu. Īpaši trūkst fosfora, kas ietekmē ne tikai lopbarības kultūru kvalitāti, bet arī govju veselību, ražību un pēcnācēju kvalitāti.

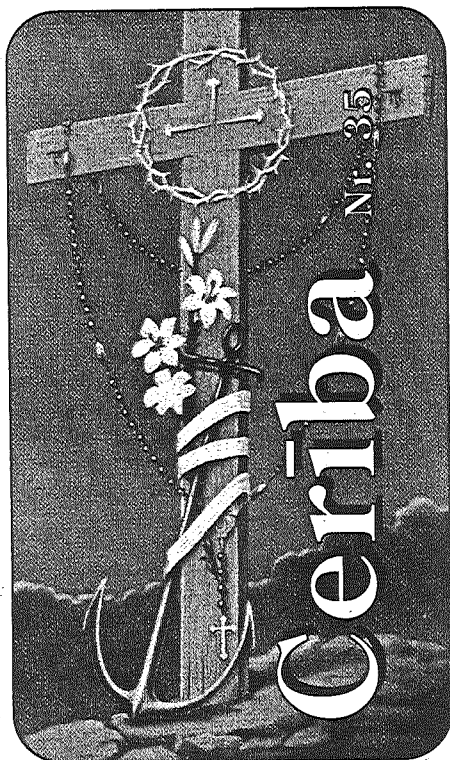
Platību izpētē no subsīdijām finansēs augsnes paraugu ņemšanas, augsnes agroķīmisko pamatrādītāju noteikšanas, analīžu izvērtēšanas, augšņu agroķīmiskās kartes izgatavošanas izmaksas.

Piesakoties uz atbalstu skābo augšņu uzturošajai kalķošanai, jāņem vērā, ka saimniecībā jābūt izstrādātai augšņu agroķīmiskajai kartei, veiktam aprēķinam par kalķu normu un izmaksām konkrētai platībai.

**L.Kirillova**

### Tirgus ziņas (Ls/kg)

	Livānos	Preiļos		Livānos	Preiļos		Livānos	Preiļos
<b>Gaļa, zivis, olas</b>			Tauki	—	0,70-0,80	Kāposti	0,15	0,12
Gurma gaļa	1,85	1,90-2,0	Maltā gaļa	—	1,75	Skābēti kāposti	0,40-0,50	0,35-0,40
Plecs	1,60-1,69	1,65	Liellopa gaļa	1,75	0,85-2,30	Puravi	1,0	0,70
Kakla karbonāde	2,20-2,35	2,0	Karpas	1,35	1,25	Lociņi	0,10 (bunt.)	—
Karbonāde	2,75	2,60	Svaigas renges	0,40	—	Sīpoli	0,20-0,25	0,25-0,30
Kārtaine	1,55-1,69	1,65	Paipalu olas	—	1,20 (20 gab.)	Kiploki	0,10-0,15	0,10 (galv.)
Speķis	1,29	1,30	Olas	0,70	—	Rāceņi, kāļi	0,40	0,30
Sālīta karbonāde	2,75	—	Piens	0,20	—	Rutki	—	0,30
Sālīta gaļa	1,69-2,75	—	Krējums	1,0	—	Seleriju saknes	—	0,50
Galva	0,70	0,70-0,80	Sviests	1,90	—	Pupiņas	0,60	0,70
Stilbiņi	1,0	1,10-1,20	Biezpiens	0,90	—	Cūku pupas	—	0,90 (l)
Kājas	—	0,75-0,80	Siers	1,80	—	Linsēklu eļļa	—	1,20 (0,5 l)
Ribiņas	1,45	1,10-1,20	<b>Dārzeņi, augļi, ogas</b>			Linsēklu rauši	—	0,19
Kauli	0,80	0,40-1,10	Kartupeļi	0,15	0,12-0,15	Auzas	—	0,10
Aknas	1,20-1,40	1,35-1,40	Bietes	0,20	0,15	Mieži, kvieši	0,10	0,10
Sirds	0,90	1,30	Vārītas bietes	0,30	—	Linsēklas	—	0,25
Plaušas	0,70	0,80	Burkāni	0,20	0,25	Medus	—	2,20-2,50
Nieres	0,80	0,70-0,80				Aloje	—	1,0
						Āboliņa sēklas	—	0,80



# Pārdomas par lūgšanu

**P**elnu dienas (9. februāris) dievkalpojumā Svēto rakstu lasījumā dzirdējam vārdus: «*Kad lūdziet Dievu, neesiet kā liekulji, kuriem patīk, sinagogās un ielu stūros stāvēt, Dievu lūgt, lai cilvēki redzētu! Patiesi, viņi savu algu saņēmuši. Bet, kad tu lūgsi Dievu, ieej savā kambarī un, durvis aizslēdzis, pielūdz savu Tēvu slepenībā, un tavs Tēvs, kas redz slepenībā, atalgos tevi.*» (Mt. 6,5-6) Dzirdot šos vārdus, dažam var nākt prātā doma, vai ir vajadzīga publiskā lūgšana, vai jāpiedalās dievkalpojumā?

Kas ir lūgšana? Katoļu baznīcas katehismā ir teikts: «Lūgšana ir dvēseles pacelšana pie Dieva.» Tā ir līdzeklis žēlastību saņemšanai no Dieva. Lūgties nozīmē tuvoties Dievam. Kad bērns izstieptām rociņām, mirdzošām actiņām un pukstošu sirsniņu steidzas pie mātes, viņš skrien pilnīgi viss. Tā arī lūgšanā cilvēkam visam ir jāpaceļas pie Dieva. Svētā Terēzija no Bērna Jēzus saka: «Lūgšana ir sirds trauksme uz augšu, vienkāršs skatiens, kas raidīts uz debesīm, patiecības un mīlestības sauciens – kā pārbaudījumus, tā arī prieka brīžos.» (K.B.K. 621. lpp.)

Lai tuvotos Dievam, ir jāizjūt savs niecīgums un Dieva lielā mīlestība un labestība. Lūgšanā nav svarīgs vārdu daudzums, bet cilvēka gribas pa-

kļaušana Dieva gribai. Neistas lūgšanas piemērs ir farizeja (farizeji – liekulji, svētuļi, red.) lūgšana, par kuru Kristus saka: «Kad jūs lūdzaties, neesiet kā liekulji, kas mīl, sinagogās un ielu stūros stāvēdami, lūgties, lai cilvēki tos redzētu. Patiesi Es jums saku: viņi savu algu jau saņēma.» (Mt. 6,5) Jēzus kritizēja farizejus, jo tiem nebija iekšējā lūgšanas gara. Viņi lūdzās, lai cilvēki tos redzētu. Publiska lūgšana uz ielas bija tāds kā lūgšanas demonstrējums, kam nebija nekāda lūgšanas gara.

Ista lūgšana ir labs un Dievam patīkams darbs, bet izlikšanās par dievbijīgu, kam nav lūgšanas gara, ir lielākais tukšums un lepnība. Tāpēc Jēzus nosodīja farizeju lūgšanas veidu.

«Bet, kad tu lūgsi Dievu, ieej savā istabā un, aizslēdzis durvis, lūdz savu Tēvu, kas ir slepenībā, un tavs Tēvs, kas redz slepenībā, atalgos tevi.» (Mt. 6,6)

Ar šiem vārdiem Kristus negrib mazināt publiskās, sabiedriskās lūgšanas nozīmi. Gluži pretēji – sabiedrisko lūgšanu Jēzus uzslavēja: «Kur divi vai trīs ir sapulcējušies manā vārdā, tur Es esmu viņu vidū.» (Mt. 18,20) Jēzus pats piedalījās kopējās lūgšanās. Beidzot Viņš atstāja mums lūgšanu «Tēvs mūsu» un Svēto Misi, kura tiek celebrēta tikai

sabiedriskās vietās – dievnamos.

Kādēļ tad Jēzus lika lūgties aiz aizslēgtām durvīm? Šī Jēzus pavēle neattiecās uz sabiedriskām, bet tikai uz privātām lūgšanām, kuras notiek starp dvēseli un Dievu. Ir savs laiks publiskai lūgšanai un laiks individuālai. Abas ir vajadzīgas, jo cilvēks ir sabiedrības loceklis un arī individuāls. Jēzus mums atstāja ne tikai sabiedriskas, bet arī privātas lūgšanas piemēru. Viņš atstāja savu mācekļus un viens pats naktīs pavadīja lūgšanās.

Jēzus saka: «Lūdzot Dievu, nerunājiet daudz kā pagāni, kas domā, ka daudzo vārdu dēļ tiks uzklauti.» (Mt. 6,7) Jēzus pamācība nerunāt lūgšanā daudz vārdu ir dziļa un nozīmīga. To vajag pareizi saprast. Nepareizi saprotot Jēzus vārdus, var rasties nepareizs uzskats par lūgšanu. Pestītājs saka, lai lūdzoties nelieto daudz vārdu. Varētu likties, ka jāatmet garas lūgšanas. Šāda doma būtu nepareiza. Jēzus, dzīvodams virs zemes, lūdzās un arī citus pamudināja vienmēr un nepārtraukti lūgties. (Lk. 18,1)

Jēzus nenopeļ istu lūgšanu, bet tikai tādu, kurā vārdi atkarojas mehāniski, bez sirds. Šo Jēzus domu īsi izsaka Svētais Augustīns: «Kaut kas cits ir daudz vārdu runāšana, un pavisam cits ir ilgstoša sirds ilgo-

šanās. Lai lūgšanā nav daudz vārdu, bet lai daudz ilgu pilnas sirds saucienu. Nevajag labu zināšanu, bet tikai veselu saprātu, ka Dievam patīk sirsniņa lūgšana.»

Ko mums dod lūgšana?

Lūgšana mūs vieno ar Dievu un rada mūsos cildenu noskaņu. Kad Mozus pēc sarunas ar Dievu nokāpa no Sinaja kalna, «viņa vaigs spīdēja, jo bija runājis ar Dievu.» (Izc. 34, 25)

Lūgšana mūs dara stiprus cīņā pret ļaunu un spējīgus uz labu. Kristus sacīja apustuļiem: «Esiet modri un lūdziet Dievu, lai jūs neiekristu kārdināšanā.» (Mt. 26,41)

Lūgšana mūs iepriecina bēdās un dod palīdzību grūtībās: «Piesauc Mani bēdu laikā, tad Es tevi izglābsu, un tev būs mani godāt.» (Ps. 50,15) saka Dievs.

Vērtēsim vienmēr gan privāto, gan publisko lūgšanu, jo tā mums palīdzēs sasniegt pestīšanu. Sv. Alfons Liguni sacīja, ka visi, kas ir debesis, ir debesis tādēļ, ka ir lūgušies. Un visi, kas ir ellē, ir ellē tādēļ,

ka nav lūgušies. Ja būtu lūgušies, tad viņi būtu debesis.



Dekāns J. Stepiņš



## Lūgšana

Varenais Mīlestības Dievs, Tu esi mūžīgais miera devējs un cerības uzturētājs. Tēvs, Tavs Dēls kļuva par vienu no mums, lai arī pats uzņemtos mūsu cīņas, ciešanas un vientulību. Viņš pazina kārdinājumus, Viņš iemācījās paklausību. Dāvā mums sekot Viņam, kopā ar Viņu cīnīties ar saviem grēkiem, savām vājībām. Dāvā, lai, Svētā Gara stiprināti, mēs kā uzvarētāji beigtu šo cīņu paši ar sevi.

Dievs Tēvs, uzklausi mūs un izlej pār mums savu spēku, pacietību un prieku tev sekot – arī uzņemties upurus Tavam godam. Jo Tu esi Dievs, kas vēlies, lai ik cilvēks tiktu glābts; Tu, kas dzīvo un valdi, Tu, kas mūs mīli no mūžības mūžībā. Amen.

Pienākums bez mīlestības padara drūmu. Atbildība bez mīlestības padara neiecietīgu.

Taisnīgums bez mīlestības padara cietsirdīgu.

Patiesība bez mīlestības padara kritisku.

Gudrība bez mīlestības padara iedomīgu.

Draudzīgums bez mīlestības padara nepatīšu.

Kārtība bez mīlestības padara sīkumainu.

Gods bez mīlestības padara augstprātīgu.

Ipašums bez mīlestības padara skopu.

Ticība bez mīlestības padara fanātisku.

Dzīves bez mīlestības ir bezjēdzīga.

Veselības, spēka un mīlestības pilnus turpmākos mūža gadus skaistajā

80. jubilejā cienījamajam dekānam

ALEKSANDRAM MADELĀNAM vēl

laikraksta «Novadnieks» kolektīvs

26. februārī plkst. 10.00

Preiļu Mūzikas un mākslas skolā

DIEVKALPOJUMS ar Dievgaldū.

Vadīs Līvānu evaņģēliski luterāniskās baznīcas mācītājs Ē. Bērziņš.

## Garīgā atjaunošanās

Ir Lielā Gavēņa laiks, kurā Baznīca aicina ticīgos uz garīgo atjaunošanos. Kā Svētais Pāvils atgādina: «Bet atjaunojieties savā prātā un garā, un ietērpjieties jaunā cilvēkā, kas radīts pēc Dieva līdzības taisnībā un patiesības svētumā!» (Ef. 4,23,24) Lai dievišķā sēkla – ticības patiesības – varētu izdīgt un nesa augļus dvēseles druvā, tad tā katru gadu no jauna jāuzar, jāiztīra no nezāļu saknēm, akmeņiem, jāizkopj un jāiesēj dievišķā sēkla.

Gavēņa laiks ir dvēseles izkopšanas un atjaunošanās laiks. Praviētis Isajs atgādina: «Mazgājieties, esiet tīri! Aizvāciet prom no manām acīm savu darbu ļaunumu. Beidziet nekrietni rīkoties, mācieties darīt labu: meklējiet taisnību, palīdziet apspiestam, atbalsiet bāreni, aizstāviet atraitni! Tad nāciet, spriedisim tiesu!» saka Kungs. «Kaut arī jūs grēki būtu kā karmīns, tie kļūs balti kā sniegs, un kaut arī tie būtu sarkani kā purpurs, tie kļūs kā vilna.» (Js. 10, 16-18)

Baznīca to grib panākt, lai mēs pārdomājam par Kristus vientulību, gavēni četrdesmit diennaktis, viņa mācību, ciešanām, nāvi un uzvaru Lieldienās.

Šajā laikā pienāktos atturēties no trokšņainām izpriecām, dzīrēm, dejām un pārākās televīzijas skatīšanās. Atturoties zināmās dienās no gaļas ēdieniem un gavējot, mēs cenšamies atbrīvoties no grēka ļaunuma. Šajā laikā liek mums apstāties kaut uz īsu brīdi no drudzainā darba steigās, nemiera un padomāt – vai tā tam vajadzētu notikt? Cik pašnāvnieku, cik alkoholiķu, cik narkomānu, cik toksikomānu, cik korumpētu, morāli

pagrimušu cilvēku? Kas tos var dziedināt? «Ja esi grēkojis, tad nedari vairs tā, un par saviem agrākiem grēkiem lūdzies, lai tev tiktu atlaisti.» (Sir. 21,1)

Kāds jauniets, lai aizpildītu savu garīgo tukšumu, aizceļoja uz Indiju pie kāda slavēta guru, cerot atrast dzīves jēgu. Viņš tomēr neieguva to, ko savas sirds dziļumos ilgojās. Garlaicības mudināts, jauniets iegāja kādā grāmatu veikalā un, neko daudz nedomādams, paņēma rokās Jauno Derību. Turpat veikalā stāvēt, viņš to atvēra un sāka lasīt. Jauniets bija atšķirīgs Jāņa Evaņģēliju. Kā zibens spēriens no skaidrām debesīm nāca apskaidrība un viņš iesaucās: «Tas ir tas, ko es meklēju! Tur taču ir rakstīts: «... pazīsi patiesību un patiesība jūs atbrīvos. Ikviens, kas grēko, ir grēka vergs.» (J. 8,32-34)

Ir daudz maldu sludinātāju, kas meklē attaisnojumu savai ļaunai rīcībai. Daudz ir arī grēka vergu: augsta stāvokļa, goda, mantas, varas, ļauno iekāru vergi. To visu cenšas atstāt brīvības vārdā. Lai dzīvo brīvība! Ja mēs brīvību sapratīsim kā visatļautību, tad brīvība mūs ne cels, bet grem-

dēs. Ar ko tad mēs atšķiramies no dzīvniekiem? Arī brīvība pareizi jāsaprot. Brīvība – labu darīt un darboties tās labā. «Nevienam cilvēkam nav dota atļauja grēkot.» (Sir. 15,1)

Dienvietā kāds tēvs mācīja savam dēlam pazīt indīgus augus un brīdināja no tiem. Viņš rādīja indīgo efejas krūmu un teica, — kas tam piešķaras, tas saindējas. Pēc dažām dienām dēls jutās slims. Viņa seja un uz rokām parādījās sarkani plankumi. Viņš bija saindējies no indīgā efejas krūma. Tēvs izbrīnā jautāja: «Kā tas varēja notikt, jo es tevi iepriekš brīdināju no šīs saindēšanās?» Tad dēls raudādams teica: «Es gribēju pārlicināties, vai tiešām saindēšos. Tāpēc nolauzu zaru un ierīvēju miesu.»

Tā tas ir ar grēku. Cik daudz-kārt brīdināts no grēka, bet cilvēks neklaus un saindējas. Svētie Raksti brīdina: «Bēdz no grēka kā no čūskas. Kad tu kļātu iesi, tad tev iedzels. Grēka zobi ir lauvas zobi, tie maitā cilvēka dvēseli.» (Sir. 18,22) «Tik tiešām, ka es dzīvoju,» saka Dievs, «man nav patīkama grēcinieku nāve, bet gan patīk, ja grēcinieks novēršas no saviem ļauniem ceļiem, lai dzīvotu. Atgriezieties no saviem ļauniem ceļiem! Kāpēc jūs gribat nāvē mirt?» (Rzd. 33,11) «Es pats dzēšu tavu vainu Manis dēļ.» (Is. 43,25) Svētais Don Bosko atgādina: «Vajag sargāties no vismazākā grēka un, ja gadītos tajā krist, tad visātrākā laikā iet pie grēk-

sūdes. Dažādi sevi mērdējot, tev jāgandara par padarītām vainām, lai varētu būt brīvs no šķīstīšanas uguns ciešanām. Tajā nodomā vajag pacietīgi panest dažādus krustņus: slimības un dažādas neveiksmes, kuras mūsu dzīvē atgadās.»

Viens padevīgs, nopietns cilvēks izteicās: «Es ne no kā nebīstos, bet tomēr man ir lielas bailes. Nebīstos slimību, nabadzības un pasaules izsmiekļus, jo Kungs Dievs tās sūtīja un Kungs Jēzus arī cietā. Nebīstos ļaunu, jo bez Dieva gribas nekas ļauns man nevar notikt. Nebīstos ļaunā gara, jo Jēzus uzvarēja to un arī saistīja; tas var kaitēt tikai tiem, kas labprātīgi pieļauj. Elles nebaidos, jo elle ir tikai Dieva ienaidniekiem. Nebaidos Dieva, jo Viņš ir vislabākais Tevs, kuru visvairāk mīloju. Vārdu sakot, nekā nebaidos. Tomēr man ir bailes, jo man ir bailes no grēka, kas mani vienīgi var padarīt nelaimīgu.» Kaut arī mēs tā domātu!

Lai gavēņa laiks ir garīgas atjaunošanās laiks, atgriešanās, nožēlas, gandarīšanas un labošanās laiks! Lai izpildās psalmu vārdi: «*Radi, Dievs, mani skaidru sirdi un patiesības garu atjauno mani!*»



Dekāns P. Vilcāns

# Atvadišanās no māsas Lūcijas – Dievmātes parādīšanās Fatimā pēdējās liecinieces

Koimbra. Portugāle. Kristīgo pasauli pāršalca sēru vēsts. Aizpagājušajā svētdienā, 13. februārī, Koimbras māsu karmelītu klosterī 98. dzīves gadā mirusi māsa Lūcija no Jēzus (laicīgajā vārdā Lūcija dos Santuša) – pēdējā un vienīgā dzīvā Fatimas Dievmātes parādīšanās lieciniece Fatimā.

Tas norisinājās tālajā 1917. gadā, kad Lūcijai bija 10 gadi. Viņa kopā ar brālēnu Francisku un māsiņu Jacintu kļuva par brīnumaino notikumu lieciniekiem. Saskaņā ar Dievmātes pareģojumu neilgi pēc tam Francisks un Jacinta mira gripas epidēmijas laikā. Lūcija palika vienīgā, kurai bija jāliecina, ka ir runājusi ar Dievmāti, kas viņai atklāja trīs noslēpumus. Šodien Fatimas Dievmātes svētnīca ir viena no visvairāk apmeklētajām svētoceļojumu vietām pasaulē.

«Viņa bija ļoti vienkārša, sabiedriska, vienmēr interesējās par dzīvi, sevišķi par trūcīgo ļaužu problēmām. Viņas ticība bija vienkārša un dziļa,» par māsu Lūciju saka Koimbras bīskaps Žaō Alvess Lisabonas patriarham Žoze Polikarpo. Māsa Lūcija «bija ļoti lēnprātīga un izrādīja savu paaicinājumu caur dzīves vienkāršību.» Viņa ar mīlestību uzņēma visus, kuri gribēja ar viņu tikties, bet izvairījās no publiskas uzstāšanās un oficiālām pieņemšanām. Pēdējā laikā 97 gadus vecās mūķenes veselība stipri pasliktinājās, viņa gandrīz vairs nevarēja ēst, un mira no spēku izsīkuma.

Īsi pirms nāves māsa Lūcija saņēma pa faksu vēstuli no pāvesta, ar kuru viņu saistīja ilgstoša draudzība. Pāvests savā vēstulē, izteikdams atbalstu un dodams savu svētību, rakstīja, ka lūdzas par viņu, lai viņa spētu «pārdzīvot šo sāpju, ciešanu un upuru pilno laiku Augšamcelšanās garā». Kardināls Hose Saraiva Martins, Svē-

to Kongregācijas prefekts paziņoja, ka «pāvestam tas bijis ļoti skumjš jaunums». «Mēs labi zinām, cik dziļas draudzības saites viņus vienoja», raksta aģentūra Ecclesia, viņi tikās vairākas reizes, un pāvestam tie vienmēr ir bijuši dziļa garīguma brīži.

Māsas Lūcijas bērnu dievkalpojums notika Koimbras katedrālē 15. februāra vakarā. Pēc sēru dievkalpojuma, kurā piedalījās vairāki simti garīdznieku un tūkstošiem ticīgo, māsa Lūcija tika apbedīta klostera kapsētā. Šajā klosterī māsa Lūcija pavadīja gandrīz 60 pēdējos savas dzīves gadus. Ir paredzēts, ka pēc gada māsas Lūcijas mirstīgās atliekas tiks pārvestas uz Fatimu, kur viņai ir sagatavota kapa vieta Dievmātes bazilikā blakus Jacintai un Franciskam Martu.

«Fatima zaudēja savu lielā brīnuma liecinieci,» pirms sēru dievkalpojuma sacīja Lisabonas kardināls Žoze da Kruš Polikarpo. «Lūcija vienmēr bija uzticīga savai misijai – nest cilvēkiem Fatimas vēstījumu, aicinot uz gandarīšanu,» sacīja kardināls sprediķa laikā. «Šodien mēs esam ļoti satraukti. Un ne tik daudz tāpēc, ka viņa ir mirusi, bet gan tāpēc, ka starp Fatimu un Debesīm šodien tika uzcelts jauns tilts.»

Sakarā ar māsas Lūcijas nāvi pāvests Jānis Pāvils II nosūtīja uz Portugāli vēstījumu, kas tika nolasīts pēc dievkalpojuma. Es ar sirds siltumu atceros mūsu tikšanās reizes ar viņu un mūsu garīgo draudzību, kas ar gadiem arvien pieauga,» raksta pāvests par mirušo mūķeni. «Es vienmēr sajutu viņas ikdienas lūgšanu atbalstu, sevišķi smagākajos dzīves brīžos. Lai Dievs atļūdzina viņai par lielo un noslēpumaino kalpošanu Baznīcai.»

Pāvesta uzdevumā sēru dievkalpojumu vadīja Dženovas arhibīskaps kardināls Tarčizio Bertone.



● No māsas Lūcijas viņas bērnu dienā atvadijās simtiem garīdznieku un tūkstošiem ticīgo.

Pirms tam kardināls strādāja par Vatikāna Ticības mācības kongregācijas sekretāru. Šini sakarā viņš vairākas reizes bija ticis ar māsu Lūciju, sevišķi tad, kad 2000. gadā tika sagatavots publicēšanai tā sauktais Fatimas trešais noslēpums. Kā pastāstīja kardināls, Dievmāte parādījusi un runājusi ar māsu Lūciju arī vēl pēc parādībām Fatimā.

Lūk, īsa tā laika hronoloģija. Lūcija, Francisks un Jacinta 1917.

gada 13. maijā ganīja aitas Kova da Iria ganībās, kad viņiem pirmo reizi parādījās jaunava Marija — «sieviete, kas mirdzēja spožāk kā saule, ar rožukroni rokās». Sieviete lika bērniem nākt sešas reizes uz to pašu vietu katra mēneša 13. datumā. Viņa pareģoja daudzus svarīgus 20. gadsimta vēstures notikumus, kā arī jaunāko bērnu – Franciska un Jacintas drīzu nāvi. Tikai pēc pēdējās parādīšanās laikā, 1917. gada 13. oktobrī, viņa

«stādījās priekšā», lai gan bērni jau agrāk saprata, ka tā ir pati Dievmāte. Kā apstiprinājumu savām vīzijām Dievmāte īstenoja apsolīto lielo saules brīnumu 1917. gada 13. oktobrī, kuram par lieciniekiem kļuva kādi divdesmit tūkstoši cilvēku. Neilgi pēc tam jaunākie bērni patiešām nomira, un Lūcija palika vienīgā pravietojuma glabātāja.

Savās atklāsmēs bērniem Dievmāte paredzēja drīzu Pirmā pasaules kara noslēgumu un Otrā pasaules kara sākšanos, komunistiskā režīma nodibināšanos Austrumeiropā un tā sabrukšanu. Jaunava Marija parādīja bērniem eļli, kā arī lūdza īpašo Krievijas vēltšanu Viņas Bezvainīgajai Sirdij. Šis vēstījums pasaulei tika atklāts 1960. gadā.

«Trešo noslēpumu» atklāt cilvēcei māsa Lūcija atteicās. Jau kļūvusi par mūķeni, Lūcija uzrakstīja šo noslēpumu vēstulē, kuru aizziņmogotā veidā nodeva savam bīskapam. 1957. gadā dokuments tika nogādāts Vatikānā. Visi Romas pāvesti ir izlasījuši šo vēstuli, bet uzskatīja par labāku to nepublicēt. 2000. gadā pāvests Jānis Pāvils II ieradās Fatimā, lai beatificētu Francisku un Jacintu. Un tad viņš atklāja pasaulei «trešā noslēpuma» saturu – pravietojums pareģoja uzbrukumu Jānim Pāvilam II. Un tas jau bija noticis 1981. gada 13. maijā, kad pāvestu smagi ievainoja terorists no Turcijas. Pāvests paziņoja, ka ir palicis dzīvs tikai pateicoties Fatimās Dievmātes aizbildniecībai, un vienu no viņam raidītajām lodēm, ar kuru viņš tika ievainots, ievietoja Jaunavas Marijas kroni statujai, kas atrodas Fatimā. Trešais vēstījums paredzēja arī kristiešu vajāšanu nacisma, komunisma un citu 20. gadsimta totalitāro režīmu laikos.

Sagatavoja priesteris A. Bernāns

## Gavēnis laiks atbrīvot sevi laimei

Lai ku pa laikam evaņģēliju autori runā par gavēni, ka Jēzus ir ieteicis gavēni kā izaugsmes līdzekli garīgajā dzīvē. Var apkopot visu, ko Jēzus šajā sakarā sacījis, — gavēnis ir tikpat nepieciešams kā lūgšana (Mt. 6,16) Nepieciešams, lai lēmuma gavēt (vai lūgties) pamatā būtu tīrs nodoms, kas brīvs no lepības vai paštaisnuma. Jāņem vērā stāsts par farizeju, kas izmantoja lūgšanu, lai izrādītu savu dievbijību un paustu savu nicinājumu pret muitnieku, patiesi pazemīgu cilvēku. (Lk. 18,9-14) Jēzus apliecināja, ka Viņa mācekļi gavēs tāpat kā Jāņa mācekļi, bet pēc tam, kad Viņš būs devies prom no šīs pasaules: «Kamēr līgavainis ir kopā ar viņiem, kāzu viesi gavē.» (Mt. 9,15-16) Kad Jēzus saviem mācekļiem izskaidroja, kādēļ tie nespēja atbrīvot cilvēku no jaunā gara varas, Viņš raksturoja īpašo spēku, kas piemīt gavēnim. Šajā sakarā Viņš uzsvēra, ka ir ļaunie, gari, kurus nevar izdzīt citādi, kā ar lūgšanu un gavēni. (Mk. 9,29) Saskaņā ar Lūkasa evaņģēliju Jēzus četrdesmit dienas bez ēšanas gavēja tuksnesī. Citiem vārdiem sakot, Jēzus gavēja pirms Evaņģēlija pasludināšanas. Kaut arī Jēzus saviem mācekļiem skaidri neizteica prasību gavēt, tas ir ne-

pārprotami redzams, ka Jēzus to no viņiem gaidīja.

Gavēnis ir jūdu tradīcijas sastāvdaļa, un ir zināms, ka tas praktizēts arī grieķu-romiešu civilizācijā. Jūdu tradīcija nosaka tikai vienu oficiālu gavēņa dienu – Gandarīšanas dienu. Tomēr ļaudis bieži vien gavēja divas reizes nedēļā – pirmdienās un ceturtdienās. (Lk. 18,22) No Vecās Derības zinām, ka lielu grūtību brīžos karāji un pravieši aicināja tautu gavēt un lūgties. (Jon. 3,7) Arī Psalmu grāmatā mēs atrodam rindas, kas par to liecina. «Bet es, kad viņi bija slimi, iegērbos maisā, ar gavēni mērdēju dvēseli, un mana lūgšana atgriezās pie manis.» (Ps. 35,13) Vai arī: «Mani ceļgali ir vāji no gavēņa un mana miesa sakalst bez treknuma.» (Ps. 109,24)

No teoloģiskā viedokļa raugoties, gavēnis pēc Kristus nākšanas vairs nav nepieciešams, jo tā kā līgavainis ir kopā ar viņiem, tad kāzu viesiem vairs nav iemesla gavēt. (Mt. 9,15) Bet kopš Jēzus ir atgriezies savā godībā, gavēnis ir nepieciešams kā zīmē mūsu gaidām. Šis skatījums gavēnim piešķir jaunu nozīmi, un tas mūs pievērš Kungam, kas nāk. Tātad mēs varam secināt, ka baznīca atzīst gavēni un ir to praktizējusi vēstures gaitā, piešķirot gavēnim patieso

jēgu. Atsevišķās kopienās gavēnis tiek praktizēts arī šodien. Lasot svēto dzīvesstāstus, mēs varam ievērot, ka viņi gavēnim piešķirusi lielu nozīmi. Mūsdienās Baznīcas prasības nav tik striktas: gavēnis jāievēro katras nedēļas piektdienā, kurā tiek pieminēta Kunga nāve, un klāt vēl tikai trīs dienas gadā, kad noteikts stingrs gavēnis – Ziemassvētku vigīlija, Pelnu trešdiena un Lielā Piektdiena.

Baznīca mūs aicina saglabāt garīgās dzīves praktizēšanas veidus, kas ir jau pazīstami un tradicionāli pastāv gadu simtiem. Mēs jāprojām esam aicināti neatlaidīgi turpināt savu dzīves svētoceļojumu, kura mērķis ir Dievs un aicinājums gavēt mums tikai atgādina Jēzus sacīto un to, ko pirmie kristieši dedzīgi savā dzīvē ir īstenojuši. Ja mēs iedzīlīnāsimies Vecajā Derībā un papētīsim dažādās situācijās, kurās Dieva tauta tajā laikā tika mudināta gavēt, mēs atklāsim, ka lūgšana un gavēnis varēja mainīt vai atvieglāt notikumu gaitu pat viskritiskākajās situācijās.

Priesteris A. Bernāns Turpinājums sekos.



## Priesteris – Itālijas varonis



● Itālijas dienvidu pilsētiņas Bodzano priesteris Stefāno Gordzenjo ar aptuveni 50 skolēniem, vecumā no 12 līdz 16 gadiem bija devies izbaurumā uz Termoli Adrijas jūras piekrastē. Bērni peldoties iekļuva spēcīgā straumē, un 44 gadus vecais priesteris sutanā metās viņus glābt. Viņam izdevās visus septiņus nelaimē nonākušos bērnus izglābt, taču pats priesteris gāja bojā. Tagad priesteris Stefāno Gordzenjo jau atzīts par Itālijas varoni.

GREKA DĒĻ CILVĒKS ZAUDĒ SAVU CIENU, PĒC TAM ARĪ DEBESU VALSTĪBU.

# APSVEIKUMI, VESELĪBA

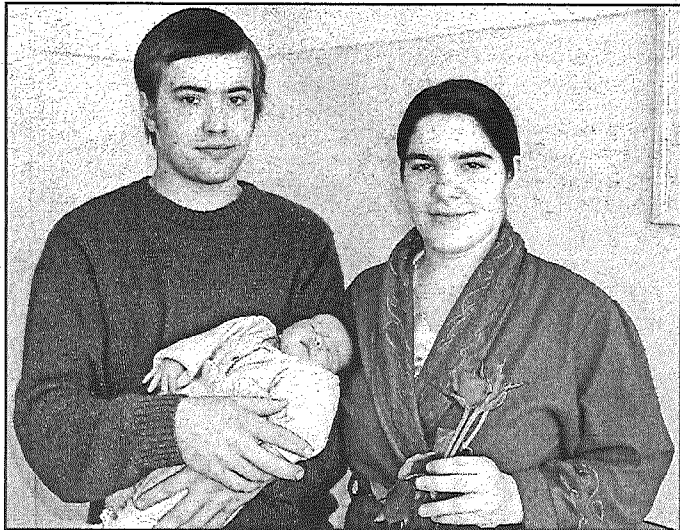
## Veselības ministrija atkal aicina nelietot askofēnu

Latvijā atkal kāda sieviete nogādāta slimnīcā pēc Baltkrievijas uzņēmumā «Belmedpreparati» ražotā medikamenta «Askofēns P» ar sērijas numuru 010104 lietošanas, tāpēc Veselības ministrija aicina šīs sērijas medikamentus nelietot. Pērnā gada pavasarī aptuveni 20 cilvēki saslima ar hipoglikēmiju jeb strauju cukura līmeņa pazemināšanos pēc Baltkrievijā ražoto medikamentu «Askofēns P» un «Citramons P» lietošanas. Lai līdzīgi gadījumi neatkārtotos un lai iedzīvotāji savu veselību nepakļautu briesmām, Veselības ministrija aicina mājās saglabātos Baltkrievijā uzņēmumā «Belmedpreparati» ražotos medikamentus «Askofēns P» un «Citramons P» ar sērijas numuru 010104 nelietot.

## Audz laimīgs, mazais!

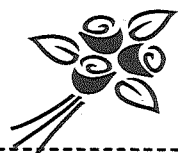


Līvānietes Ludmilas Baikas dēlens pasaulē nāca 18. februārī. Savai māmiņai un tētim Mārim viņš ir otrais bērns. Ģimenes pirmdzimtajam Antonam jau ir pieci gadi. Abi dēli dzimuši ģimenes dzemdībās, un bērnu māmiņa ir ļoti pateicīga savam vīram par morālo atbalstu. Par brašajiem mazdēliem priecājas arī vecmāmiņas Tatjana un Regīna, kā arī vectētiņš Aleksandrs. Jaundzimušo bērniņu paredzēts kristīt pēc pareizticīgo tradīcijām.



Jeļenas Trofimovas mazulīte par savu dzimšanas dienu izvēlējās 21. februārī. Meitiņas tētis Rolands bērniņam izvēlējies vārdu – Laura. Ģimene dzīvo Preiļos. Par mazo māsiņu priecājas arī sešgadīgais brālis Andris, vecmāmiņa Tatjana, kuras kuplajā mazbērnu pulciņā mazā Laura ir piecpadsmitā, un vecvecāki Anita un Jevģēnijs.

Meitiņu paredzēts kristīt pēc katoļu tradīcijām.



## Šis tas par sulām

Pēc ziemas jūtamies novārguši, āda kļuvusi pelēka un aizķēries arī kāds liekais kilograms. Īstais laiks attīrīt organismu, tāpēc uzturā ieteicams lietot visdažādākās sulas. Katrai no tām ir sava iedarbība.

**ĀBOLU** sula pazemina holesterīna līmeni asinīs un rūpējas par zarnu mikrofloru. Ābolu sulu ieteicams dzert pēcpusdienās.

**BUMBIERU** sula attīra organismu no vārāmās sāls, tāpēc laba nierēm. Mazina vēlmi pēc saldumiem.

**APELSĪNU** sula palīdz cīnīties pret pavasara nogurumu. Veselīgi dzert no rītiem, jo tā dod mundrumu.

**BURKĀNU** sula gādā par veselīgu sejas ādu un asins atjaunošanos. Lai organisms labāk uzņemtu tajā esošo A provitamīnu, tai var pievienot mazliet eļļas.

**TOMĀTU** sula veicina asinsradi un nieru darbību, stiprina imūnsistēmu. Arī šai sulai vajadzētu pievienot mazliet eļļas. Dzerot maziem malciņiem un lēnām, rodas sāta sajūta.



**SARKANO BIEŠU** sula stimulē organisma aizsargspējas. Īpaši labi to dzert starp ēdienreizēm.

**GURĶU** sula attīra ādu arī no iekšpuses, un tai ir urīndzenošā iedarbība.

**DĀRZĒNU** sulas kļūst garšīgākas un daudzveidīgākas, ja tām pievieno smalki sagrieztus zaļumus — pētersīļus (daudz C vitamīna) vai dilles. Savukārt **AUGĻU** sulas, kurām pievieno piparmētras, iegūst pikantu aromātu.

## Visiem zināmās, apnicīgās iesnas

### Pirmais filtrs

Deguna dobums ir pirmais filtrs, kas sasilda un arī attīra mūsu ieelpoto gaisu, bet deguna gļotāda aiztur mikrobus un putekļus, neļaujot tiem virzīties tālāk elpceļos. Var teikt, ka deguna dobums ir vieta, kur dzīve kūšā nepārtraukti. Daba parūpējusies, lai tas būtu ļoti aizsargāts, un elpošana caur deguna ejām noritētu brīvi. Taču situācijās, kad notiek saaukstēšanās vai pārkaršana, kad organisma imunitāte ir iedragāta, aktivizējas mikroflora, kas dzīvo degunā, rodas izdalījumi, gļotādas pietūkums un sākas iesnu jeb rinīta pazīmes.

### Akūts rinīts

Šī ir nepatīkama slimība jau tāpēc vien, ka tiek traucēta elpošana caur degunu. Deguna dobumā atrodas liels receptorais lauks, kas būtībā ir saistīts ar visu organismu, tāpēc arī iesnas var atstāt iespaidu ne vien uz elpceļiem, bet arī uz dažādām citām orgānu sistēmām. Iesnu dēļ zūd ēstgriba, un krasi pasliktinās oža. Mūsdienu civilizētajā pasaulē ožai cilvēka dzīvē šķietami vairs nav tik svarīgas lomas, tomēr no ožas ir atkarīgs vairāk nekā mēs paši apzināties. Piemēram, ikviens organisms izdala tā sauktos feromonus, kuriem ir tieša iedarbība uz smadzeņu centriem, kas regulē dzimumsfēru.

Kad elpošana caur deguna dobumu ir jūtami apgrūtināta vai pat neiespējama, cilvēks sāk elpot caur muti, apejot dabas doto filtru. Un tādējādi apaukstē rīkli,

arī tur aktivizējas mikroflora un veidojas tradicionāla kombinācija: iesnas un klepus.

### Hronisks rinīts

Visi zina teicienu: ja iesnas ārstē, tās pāriet septiņās dienās, bet, ja neārstē, tad ilgst nedēļu. Taču, ja gļotainie izdalījumi turpinās otro nedēļu, vajadzētu doties pie otolaringologa, lai saņemtu profesionālu un kvalitatīvu palīdzību, jo iesnas var pāriet hroniskā formā, un tam mēdz būt nopietnas sekas. Hroniskās iesnas bieži vien ir saistītas ar rīkles mandeļu loka bojājumiem, kas jau prasa pamatīgu ārstēšanu. Turklāt var sākties arī citas problēmas, kuras varbūt neienāk prātā saistīt ar iesnām: dzimumtieksmes mazināšanās, hroniski olņicu iekaisumi sievietēm, impotence vīriešiem, arī gastrīts, sirds darbības traucējumi u. c.

### Ne vienmēr vainīga saaukstēšanās

Der apdomāt, vai iesnas tiešām radušās saaukstēšanas dēļ. Tām var būt arī alerģiska daba, un tad vajadzīga pavisam cita ārstēšana un citi preparāti. Alerģiskās iesnas parasti sākas diezgan pēkšņi – iejot kādā telpā, saskaroties ar dzīvniekiem, mājas putekļu vai dažādu ķīmisku savienojumu un citu alergēnu ietekmē. Parasti tām raksturīga izteikta rinorāģija – šķidrš caurspīdīgs sekrets izdalās lielos daudzumos. Pēc tam, mainot atrašanās vietu, iesnas tikpat negaidīti pazūd.

### Kā sev palīdzēt

Visbiežāk iesnu piemeklētais iet uz tuvāko aptieku un iegādājas medikamentus, ko piedāvā aptiekārs. Pareizāk gan būtu meklēt pie LOR speciālista vai pie sava ģimenes ārsta, jo pastāv daudzi iesnu veidi un katram ir savas ārstēšanas nianses.

Ja nolemjat ārstēties paši, vajag sākt ar vienkāršām lietām. Pirmā no tām ir imūns sistēmas nostiprināšana, un te var palīdzēt ehinācija, šitakē sēnes, dažādi žensēna preparāti. Ja tos pareizi lieto, izdodas tikt vaļā no iesnām pat trīs dienu laikā.

Jāatceras, ka degunu un ausis savieno iekšējās ejas, tāpēc bieži vien iesnu gadījumā cieš arī ausis. Ja cilvēks jūt, ka aizkrīt deguns un ausis, var izmantot tautas medicīnas paņēmieni: ņem sīpolu, saberz to, lai izdalās sula, ieliek marlītē un ievieto ausī. Palīdz arī dažādas inhalācijas, vienas no labākajām ir sīpolu inhalācijas. Var iebīst, ka sīpolu smarža nav tikama apkārtējiem, taču patiesībā nenotiek nekā ļauns, ja līdzās esošais cilvēks kādu brīdi ož pēc šiem visnotaļ dabiskajiem produktiem.

Mazi bērni ar iesnām ļoti mokās, taču bieži vien negrib šņaukt degunu. Tādos gadījumos labi palīdz eikaliptu eļļa, kuru pirms gulētiešanas nedaudz uztriež uz spilvena, lai bērns naktī elpo tās ārstnieciskos izgarojumus. Nevajag bāzt degunā sasmalcinātus ķiplokus vai sīpolus, jo tas izraisa spēcīgu kairinājumu un rada ļoti nepatīkamas sajūtas. Labāk sa-

jaukt dažas pilītes ķiploku sulas ar lidokaīna šķīdumu, jo ķiploku fitoncīdi ir ļoti labs pretvīrusu līdzeklis, kas palīdz atbrīvot deguna ejas, savukārt lidokaīns padara šo procedūru tīkamāku.

### Kā pareizi pilināt degunā

Jāatceras, ka nav pareizi atgāzt galvu atpakaļ un tad pilināt degunā zāles. Galva jātur taisni, vispirms jāiepilina zāles vienā nāsī, tā viegli jāizspiež, jāpagoza galva pa labi un pa kreisi, bet jāraugās, lai preparāts netek rīklē, jo asinsvadu pinums, kurš ir visaktīvākais iesnu mehānismā, atrodas uz iekšējās deguna dobuma sienas diezgan tuvu deguna ieejai. Pēc tam līdzīgā veidā pilina otrā nāsī.

### Mazliet par deguna šņaukšanu

Pirms ķeraties pie šņaukšanas, lietojiet kādu no deguna mitrināšanas līdzekļiem, lai padarītu gļotas šķidrākas, palīdzētu izskalo mikrofloru un tā atvieglotu šo procedūru. To var darīt vairākas reizes dienā. Izšņaukt biezas gļotas ir grūti; ja to dara ar lielu spēku, var iedzīvoties deguna blakusdobumu iekaisumus, kas ir viena no biežākajām iesnu komplikācijām. Par to, ka procesā iesaistījušies deguna blakusdobumi, var liecināt deguna izdalījumu raksturs; tie vairs nav caurspīdīgi vai bālgani, bet dzeltenīgi un zaļgani, bieži vienlaikus novēro arī galvassāpes. Ņemot vērā masveidā

pavājināto imunitāti hroniskā stressa apstākļos, ar šādu situāciju ir jāstāpās diezgan bieži. Tādā gadījumā nekavējoties jāiet pie LOR speciālista.

Degunu skalo ar pipeti vai arī izmanto speciālos aerosolus, kas samērā plašā klāstā nopērkami aptiekās, ir ērti lietojami, farmaceutiski testēti un droši. Varat arī paši pagatavot sālsūdeni fizioloģiskā šķīduma koncentrācijā (0,9 procenti). Šķīdumiem, ko lietojam deguna mitrināšanai un skalošanai, vajadzētu būt ķermeņa temperatūrā. Ja šos nosacījumus ievēro, deguna atbrīvošana no gļotām nesagādā grūtības.

### Lai neinficētu citus

Infekcijas, kuras vainojamas iesnu izraisīšanā, izplatās gaisa pilienu ceļā. Ārsts jau varētu ieteikt, lai cilvēks ar iesnām labāk paliek mājās, taču diez vai daudzi to ņemtu vērā. No šī viedokļa ir labāk, lai kolēģis vai trolejbusā blakus sēdošais smaržo pēc sīpoliem un ķiplokiem, nevis apšņauda apkārtējos. Svarīgi ir arī pēc iespējas biežāk mainīt kabatlakatiņus, iesnu periodā ieteicams izmantot vienreizējās lietošanas salvetes, kuras var tūlīt izmest. Ja jums ir iesnas, lietojiet atsevišķus traukus un galda piederumus, nedzeriet ar citiem no vienas krūzītes. Savus traukus ne vien mazgājiet, bet arī noplaucējiet ar karstu ūdeni.

(«Neatkarīgā»  
pielikums «Māja»)



# SLUDINĀJUMI, REKLĀMAS, LĪDZJŪTĪBAS

## INSERVISS GROUP

PREČES UN PAKALPOJUMI UZ KREDĪTA

### 10 VEIKSMES GADI!

Pirmā līzina kompānija Latvijā INSERVISS GROUP martā svin savu desmitgades jubileju.

90.gadu sākumā, kad INSERVISS GROUP sāka šo pakalpojumu piedāvāt, Latvijā tas bija jaunums. Par Rietumu dzīvi uz kredīta bija tikai dzirdēts. Ja vēl varēja saprast mājas iegādi uz kredīta, tad tāda lieta kā zobu ārstēšana vai ceļošana uz kredīta šķita dīvaina. Šodien par to, protams, smejamies, jo kredīts mūsu dzīvē ir ienācis visās tās sfērās.

Tomēr tas, ka INSERVISS GROUP ir klienti, kuri apmaksājuši 20 - 40 kredīta līgumus, pārsteidz. Unikāls gadījums firmas vēsturē ir 60 kredīta līgumi, - sieviete kā balvu par šādu uzticību firmai no INSERVISS GROUP saņēma ceļojumu uz Parīzi. Ja pirmajos pastāvīšanas gados INSERVISS GROUP kreditēja tikai mēbeļu, sadzīves, TV, video, audio tehnikas un automašīnu iegādi, tad tagad preču un pakalpojumu klāsts ir ļoti plašs. Šobrīd uz kredīta var pirkt gan zeltlīetas un sporta preces, gan dzīvokļus un remontam nepieciešamos materiālus, datorus, mobilos telefonus, gan veikt plastiskās operācijas un zobu labošanu, gan doties ceļojumā vai mācīties, - ierobežojumi faktiski nepastāv.

Arvien pieprasītāks kļūst naudas kredīts. Ja ir nepieciešami līdzekļi mācībām, nekustamā īpašuma privatizācijas procesam vai citiem mērķiem, - variet saņemt naudas kredītu līdz 1000 Ls bez nekādām papildus ķīlām. Svarīgi arī tas, ka INSERVISS GROUP ir viena no retajām kredītiestādēm, kurai klienti var atdot aizņēmumu ātrāk nekā nolīgts, nemaksājot par to soda procentus, bet vēl ietaupot, jo kredīta procenti jāmaksā tikai par izmantoto termiņu.

Lai cik dīvaini tas šķiet, izrādās, ka viens no labākajiem klientiem ir pensionārs. Viņam ir regulāri ienākumi un kredītā parasti tiek ņemta sadzīves, TV tehnika vai mēbeles. Pirmā iemaksa ir minimāla,

ikmēneša maksājums var nepārsniegt Ls 10, ko pensionāru pāris bez problēmām arī samaksā. Arī aizdevuma % nav augstāks kā bankās. Daudziem ir ļoti būtiski, ka var noformēt kredītu, sākot no 50 latiem kopsummā. Lai arī kas būtu klients - deputāts, aktieris, slavens sportists vai, kā vairums gadījumos, vienkāršs cilvēks, raksturīgi, ka INSERVISS GROUP vienmēr meklē iespēju klientam sniegt pozitīvu atbildi par kredītu. Kopīgi ar klientu tiek rasts abpusēji labākais risinājums, lai norēķināšanās par kredītu nesagādātu rūpes.

Arī auto iegādāšanās procesu Jums ievērojami var atvieglot INSERVISS GROUP. Īpaša uzmanība jāpievērš tam, ka atšķirībā no citām līzina kompānijām INSERVISS GROUP var noformēt jebkura vecuma automašīnu. Gadījumā, ja automašīnas iegādei pietrūkst tikai daļa no auto cenas, arī tad varat nākt uz INSERVISS GROUP un noformēt kredītu automašīnas iegādei bez avansa. Tie, kas noformē automašīnas uz kredīta INSERVISS GROUP, saņem atlaides automašīnas remontam, auto piederumiem, mazgāšanai u.tml., kā arī 1 santīma atlaidi katram degvielas litram visos DUS "Statoil".

INSERVISS GROUP, kuru no paša sākuma līdz pat šim brīdim vada tās divi dibinātāji un īpašnieki, ir izaugusi par uzņēmumu, ko par savu sauc 260 darbinieki un kuras viena biroja vietā tagad ir 56 filiāles gandrīz visās Latvijas pilsētās, un kuras klienti ir gandrīz trešdaļa Latvijas ģimeņu, no 1. līdz 31. martam visā Latvijā rīko akciju - "Grandiozās kredīta dzimšanas dienas svinības", kuras laikā firma klientiem piedāvās ļoti, ļoti izdevīgus piedāvājumus visām precēm un pakalpojumiem.

Sekojet reklamai presē, televīzijā un radio!

**Preiļi**  
Brīvības iela 2, tālr. 53 81125

Miļš paldies Rožupes pamatskolas kolektīvam (personīgi A.Rimicānei) un skolēniem, viņu vecākiem, pagasta pārvaldes darbiniekiem un valdei (personīgi A.Usānei), Līvānu novada domes darbiniekiem un priekšsēdētājam A.Vaivodam, Jēkabpils katoļu draudzes dekānam J.Bratuškinam, mūsu kaimiņiem, darbabiedriem, radiem, draugiem un visiem atsaucīgajiem cilvēkiem, kuri atbalstīja materiāli un morāli un bija kopā ar mums, pavadot mūsu mīlo meitiņu Lindu mūžības ceļā. Lai Dievs jums palīdz visās dzīves gaitās!

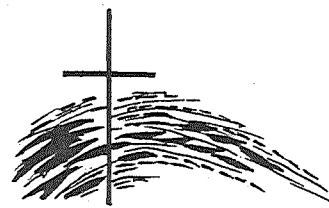
Stonkusu ģimene Rožupē

#### SIA «VILCĀNS V»

Līvānos, Alejas ielā 19  
(Ubaglīcī pie pilsētas stadiona)

izgatavo melnā zviedru granīta  
pieminekļus, apmales un  
melnās betona apmales.

Tālr. 6469426, 53 41555 pēc 20.00.



Nevar pazust tas, ko mīli,  
Nezūd darbs, kas krietni veikts.

Izsakām patiesu līdzjūtību  
Bronislavai Sondorei, atvadoties  
uz mūžu no VĪRA.

Folkloras kopa «Leiči»

Un galu galā — kas ir mūžs,  
Viens dzīpars laika liktenpūrā,  
Viens mirklis, un jau vēsums pūš  
No neatgriežamības jūras.  
Izsakām līdzjūtību Marutai Plivdai,  
TĒVU mūžībā izvadot.

SIA «EverssV»

#### PLASTIKĀTA LOGI par supercenu!

Līzings, montāža (-15°C), apdare.

Preiļos, Raiņa bulv. 7a.

Tālr. 5321411, 9822779.

Latgales Finanšu un investīciju kompānijas

Preiļu filiāle piedāvā

✓ kredītus pret nekustamo īpašuma ķīlu.  
Preiļi, Raiņa bulvāris 13, 300. kab. poliklīnikā.  
Līvānos (tikai otrdienās, iepriekš jāpiezvana)  
kultūras nama ēkā. Tālr. 5324164, 8345847.

Mazam uzņēmumam  
ar lielu mērķi

Mazo un vidējo uzņēmumu attīstībai  
īpaši piemēroti aizdevumi:

- līdz 120% no nodrošinājuma vērtības;
- līdzdalība, sākot ar 10%;
- pazeminātas procentu likmes;
- samazināta izskatīšanas maksa u.c. priekšrocības.

**Hipotēku banka**  
Tavas valsts banka

Preiļos, Brīvības ielā 2,  
tālr. 5307063  
www.hipo.lv

Visa Latvija

SIA ENIRO LATVIJA,  
veiksmīgi attīstoties strauji augošā  
uzziņu mediju biznesā,

#### AICINA SAVĀ KOMANDĀ KLIENTU KONSULTANTUS

PIEVĒNOJOTIES MŪSU KOMANDAI, TU IEGŪSI:

darba pieredzi vienā no starptautiska uzziņu medija koncerna meitas uzņēmumiem, kurš Latvijā veiksmīgi darbojas kopš 1992.gada, profesionālu apmācību pirms darba uzsākšanas Rīgā ENIRO birojā, iespēju pierādīt sevi, strādājot kā klientu konsultants savā rajonā, lieliskus darba kolēģus, labas sociālās garantijas un motivējošu apmaksas sistēmu atbilstoši ieguldījumam, kopīgus uzņēmuma pasākumus.

MĒS VĒLAMIES TEV UZTICĒT:

- konsultēt klientus par informācijas izvietojuma iespējām ENIRO produktos,
- sabalansēt kompānijas un klientu intereses, slēdzot līgumus,
- aktīvi meklēt un veidot ilgtermiņa sadarbības iespējas ar klientiem.

VEIKSMĪGI PRETENDĒT TEV PALĪDZĒS:

- prasme pārliecināt un argumentēt,
- augsta mērķtiecība rezultāta sasniegšanā,
- azartiska vēlēšanās pilnveidoties un attīstīties,
- prasme prezentēt savu un kompānijas viedokli,
- aizrautīgums apvienojumā ar spēju veikt rutīnas darbu,
- precizitāte, lojalitāte un augsta atbildības sajūta,
- labas latviešu un krievu valodas zināšanas.

**eniro**

CV un motivācijas vēstuli lūdzam sūtīt līdz 04.03.2005.  
pa e-pastu [darbs@eniro.lv](mailto:darbs@eniro.lv), pa faksu 7020823  
vai personīgi SIA ENIRO LATVIJA, Rīgā, Maskavas ielā 240, 3. stāvā.