



ISSN 1407-9321

TELEVĪZIJAS
PROGRAMMA

17. — 23. oktobris

UZMANĪBU!

SĀKUSIES
PRESES
ABONĒŠANA
2012. GADAM!

NENOKAVĒJIET!

Kadastrālā
vērtība
savam mājoklim

2. lappusē

Baltā spieķa
dienā...

4. lappusē

Mednieku
mode

10. lappusē

Riebiņu novada zemnieki piedalījās protesta piketā Rīgā



● Latvijas zemnieki, kas trešdien pulcējās piketā pie Eiropas Savienības pārstāvniecības ēkas Rīgā, kategoriski iebligst pret Baltijas valstu zemniekus diskriminējošajiem mazajiem tiekšmaksājumiem, kas paredzēti arī pēc 2014. gada. Viņi pieprasa līdzvērtīgu attieksmi un maksājumu nosacījumus nevis pēc 2020. gada, bet nekavējoties. To apliecināja arī piketētāju plakāti.

Trešdien, 12. oktobrī, kad vienlaikus visās trijās Baltijas valstu galvaspilsētās un arī Briselē zemnieki rīkoja piketus, prasot vienlīdzīgus maksājumus lauksaimniekiem, līdzās citu novadu zemniekiem Rīgā bija ieradusies arī Riebiņu novada pārstāvji.

«Uz Rīgu devāmies optimistiskā noskaņojumā, bet atpakaļ — nedaudz sarūgīnāti un pārdomu mākti,» saka Riebiņu novada lauku attīstības speciālists **Arnis Opolais**. «Mums nācās secināt, ka Latvijas zemnieki patiesībā nav nemaz tik vienoti, kā gribējās ticēt. Pikets bija pašķidrs, cerējām uz daudz plašākām dalībnieku masām. Bēdīgi, ka lielle zemnieki uz notiekošo nereaģē, dažs, aicināts līdzī, atrunājās, ka neesot laika. Vai tā mēs panāksim to, ko vēlamies?..»

Arnis Opolais stāsta, ka uz Rīgu izteikt savu neapmierinātību ar Kopējās lauksaimniecības politikas reformas gaitu pie Eiropas Savienības pārstāvniecības ēkas Aspazijas bulvārī devās 15 Riebiņu novada zemnieki no Sīlukalna, Galēnu, Stabulnieku un Riebiņu pagasta. Pārsvārā tie bija mazie zemnieki, kuri nodarbojas gan ar graudkopību, gan lopkopību. Viņi daudz spēcīgāk nekā lielsaimnieki izjūt ekonomiskās



● Riebiņu novada lauksaimnieki apliecināja savu nostāju, ka nevēlas, lai Latvijas, tajā skaitā arī Latgales zemi un mežus paklusām izpērk ārzemnieki.

problēmas un prognozē situācijas pasliktināšanos, ja lauksaimniecības reformā netiks mainīti maksājumu nosacījumi. Starptautiskajā konferencē «Baltijas valstu sadarbība Eiropas Kopējās lauksaimniecības politikas veidošanā», kas 6. un 7. oktobrī notika Siguldā, tika pieņemta deklarācija. Tajā cita starpā teikts: «Latvijas lauksaimnieki kategoriski pieprasa politikai atrisināt šādus svarīgus jautājumus Kopējās lauksaimniecības politikas reformas ietvaros:

✓ izveidot tādu Kopējo lauksaim-

niecības politiku, lai visu ES dalībvalstu lauksaimnieki saņemtu vismaz 90% no ES vidējā tiešo maksājumu līmeņa;

✓ maksājumu nosacījumus balstīt uz jauniem, objektīviem kritērijiem;

✓ jauno tiešo maksājumu sistēmu ieviest bez pārejas perioda.»

Pikets pie Eiropas Savienības pārstāvniecības ēkas Rīgā rāda Latvijas zemnieku noskaņojumu — sarunām ar Eiropas Savienību no klusas diplomātijas formas jāklūst agresīvākām un nepieņemīgākām.

Turpinājums 2. lappusē.

Saka paldies par labi
aprakstītiem jaunumiem

Latvija ir ļoti ļoti skaista, sarunas noslēgumā saka **Helēna Mežajeva**, «Novadniekam» uzticīgā lasītāja, kas ieradusies redakcijā abonēt laikrakstu 2012. gadam. Latvija un arī citas valstis apskatītas, darba gados braucot ekskursijās. Lasītājam nevar nepieņemt. Latvija patie-

šām ir jauka ar saviem atturīgi gleznainajiem dabas skatiem, mežiem, saulrietiem, jūru, upju līčiem. Un skaista ar cilvēkiem. Ne tiem blausīgajiem, skandalozajiem, kas nepazūd no TV ekrāniem, tribīnēm, lozungiem, bet ar tiem, kas strādā un dara. Un ar tiem, kuru mūžs jau iegriežies otrajā pusē, bet tā pirmā puse — spēka gadi — atdoti godīgam darbam, vairojot savas zemes skaistumu. Dzimusi un augusi septiņu bērnu ģimenē tagadējā Saunas pagastā. Bija grūti, Helēna atceras savu tālo bērnību. Pavisam mazus atdeva pie svešiem saimniekiem ganīt govīs. Viņa kļuvusi par gani septiņu gadu vecumā, sešus gadus staigājusi pakaļ svešiem ganāmpulkiem. Klājies smagi, jo agri cēla, rasā sala kājas. Tikai viens saimnieks bijis labs, pažēlojis bērnu.

Kopš pirmajiem gadiem strādājusi Ždanova kolhozā, pēc tam pabeigusi Ošupes lauksaimniecības skolu (tāda bija Galēnos). Darba gaitas aizvedušas uz kolhozu Rēzeknes tuvumā, pie Vecstrūžāniem. Darba stāžs bijis liels, bet pensija gan sanākusi pamaza. Ne visas izstrādātās darbadienas, kā sākuma gados aprēķināja kolhozos nostrādāto laiku, ņemtas vērā, stāsta Helēnas kundze, un tagad vajadzētu pakonsultēties ar pensiju lietu speciālistiem, vai nekas nav labojams. Tik daudz vietējās varas un valdības goda rakstu, pateicību savulaik saņēms. Pēdējie 15 gadi nostrādāti lina fabrikā, caur rokām izlaists desmitiem tonnu ziemēlu zīda, taču darbs caurvējā atstājis sliktu iespaidu uz veselību.

Helēnas mājas tuvumā stadions, pa logu varot vērot dzīvespriecīgos sportistus. No netālās estrādes parkā arī visi koncerti saklausāmi. Rosme visapkārt neļaujot skumt. Augu gadu uz balkona zilītes un zvirbulus barojot. Zilītem garšojot biežpiens, zvirbuli kāri pēc putrainiem, — zina Helēna. Ja trauciņa saturs nav papildināts, zilītes klauvējot pie loga, sak, saimniec, proties!

Gribas zināt visus jaunumus, ko «Novadnieks» tik labi apraksta, pie tam redakcijā abonēt ir lētāk, noformējot pasūtīšanu, saka Helēna Mežajeva. Katru jauno «Novadnieku» pārļausot pat divas trīs reizes, no paša sākuma līdz beigām. Paldies žurnālistiem par tik labu avīzīti un paldies arī pastniecītei, kas jaunāko numuru vienmēr atnes laikā, viņa tencina. Helēna mājās ir vienīgā lasītāja. Virs jau labi sen, bet pirms gadiem — arī dēls, traģiskos satiksmes negadījumos gājuši bojā. Labi, ka vismaz māsas dzīvo Preiļos, var satīties ar viņām. Kopīgi tiek apstrādāts arī zemes gabaliņš, audzēti dārzeņi, puķes, ko pa reizei Helēna pārdod arī tirgū. Reizēm piedaloties arī pensionāru sarīkojumos.

L.Rancāne

NACIONĀLĀS ZIŅAS

«Dienu» patiesībā nopirka Šlesers, Šķēle un Lembergs

Laikraksta «Diena» patiesie īpašnieki jau vismaz brīdī, kad par tā kontrolpaketes īpašnieku 2010. gada vasarā formāli kļuva Viesturs Kozīols, patiesībā bija trīs latviešu oligarhi Ainārs Šlesers, Andris Šķēle un Aivars Lembergs, liecina pierādījumi, kurus tā dēvētās «oligarhu lietas» izmeklēšanas gaitā ieguvis Korupcijas novēršanas un apkarošanas birojs (KNAB), raksta portāls «Pietiek.com». Pēc portāla rīcībā esošās informācijas, laikraksta «Diena» pirkšanas darījums realizēts caur SIA «Rīgas tirdzniecības osta» (RTO), kas, kā ir pārliecināti izmeklētāji, caur starpniekfīrmām slēpti pieder Šleseram, Šķēlem un Lembergam. KNAB reizeslōkā laikraksta «Diena» pirkums nonācis, izmeklējot trīs oligarhu patiesās īpašumtiesības citos uzņēmumos, arī SIA «RTO». Visu trīs oligarhu slēptās īpašumtiesības šajā uzņēmumā vismaz daļēji atšifrē, kādā veidā noticis «Dienas» pirkšanas darījums. No tā dēvētās «oligarhu lietas» izmeklēšanā iegūtajiem pierādījumiem izriet, ka laikraksta «Diena» daļas starp trim oligarhiem sadalījušas šādās proporcijās: 36% Šleseram, 24% Šķēlem un 20% Lembergam, bet vēl 20% — caur SIA «RTO» tā valdes priekšsēdētājam un līdzīpašniekam Ralfam Kļaviņam. Sākotnēji, slēdzot slēpto darījumu par laikraksta «Diena» iegādi, starp trim oligarhiem mutiski apspriests plāns to apvienot ar Lemberga ietekmē esošo laikrakstu «Neatkarīgā». Tomēr, kā secināms no izmeklēšanas materiāliem «oligarhu lietā», vēlāk Lembergs šai idejai pretojies un, ņemot vērā laikraksta «Diena» lielos zaudējumus, rosinājis to likvidēt vai pārdot. Tāpat no Šlesera noklausītājam sarunām ar Kozīolu izriet, ka 2010. gada oktobrī sāktas sarunas ar Lembergu par iespēju pārējiem laikraksta slēptajiem īpašniekiem atpirt viņam slēpti piederošos 20%, bet šie plāni nav realizējušies. Par Lemberga ietekmi laikrakstā «Diena» vēl pašlaik liecina par «viņa cilvēku» uzskatītā kādreizējā a/s «Ventspils nafta» valdes locekļa Normunda Staņēviča atrašanās SIA «Dienas mediji» valdē un a/s «Diena» valdē.

Krievvalodīgie mediji publicē aicinājumu prezidentam: «Nē – etniskajai diskriminācijai!»

Trešdien virkne krievvalodīgo mediju publicējuši vienotu aicinājumu Valsts prezidentam Andrim Bērziņam. Uzsaucumā teikts: «Nē – etniskajai diskriminācijai!». «260 000 cilvēku nobalsoja par «Saskaņas centru». Absolūtais vairākums krievvalodīgo Latvijas pilsoņu atbalstīja tieši šo apvienību. Taču patlaban tiek darīts viss, lai vēlēšanu uzvarētājs tiktu atstāts opozīcijā, neskatoties uz visiem drosmīgajiem SC vadības soļiem, meklējot kompromisus,» teikts paziņojumā. Kāpēc valdībā aicināta Nacionālā apvienība, kas ievērojamo daļu iedzīvotāju var nodēvēt par kolonistiem? Šo jautājumu mums uzdod skatītāji, klausītāji un lasītāji. Tāpēc vērsamies pie Valsts prezidenta pārtraukt šo etnisko diskrimināciju. «Nodemonstrējiet drosmi un parādīt, ka visiem Latvijas pilsoņiem ir vienādas tiesības!» Šo aicinājumu publicēja laikraksti: «Telegraf», «Čas», «Vesti Segodnja», kā arī Pirmais Baltijas kanāls, radio «Baltkom», radio «Mix FM» un portāls «mixnews.lv».

SC uzdevums ir graut šo koalīciju

«Saskaņas centrs» (SC) turēties kopā, SC neapšaubāmi gaidīs konfliktu šobrīd izveidotajā koalīcijā, un SC uzdevums ir graut šo koalīciju, uzskata bijušais ilggadējais parlamenta deputāts Kārlis Leiškāns. Diskusijā Latvijas Televīzijas raidījumā «Jauna nedēļa» Leiškāns teica, ka viņa līdzšinējā politiskā pieredze liecina, ka koalīcijas šķelšanās ir neizbēgama. «SC uzdevums ir graut šo koalīciju. Vēlāk abas divas politiskās partijas – šajā gadījumā drīzāk Zatlera reformu partija un «Vienotība» jau varēs attaisnot SC pieaicināšanu valdībā,» uzskata Leiškāns. Uz jautājumu, vai šai koalīcijai varētu izdoties nostrādāt trīs gadus, Leiškāns atbildēja, ka to pateikt ir grūti: «Bet man liekas, ka radies iekšējais nesadzīvošanas problēmas, iekšēju ambīciju problēmas, iekšējās savstarpējā personīgā naida problēmas, iekšējās uzskatu nesaskaņu problēmas.»

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. 65307056, mob. tel. 29410288 (redaktorei),

65307057 (reklāmas un sludinājumu pieņemšana),

65307058, 65307059 (žurnālistiem). Fakss 65307057.

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.

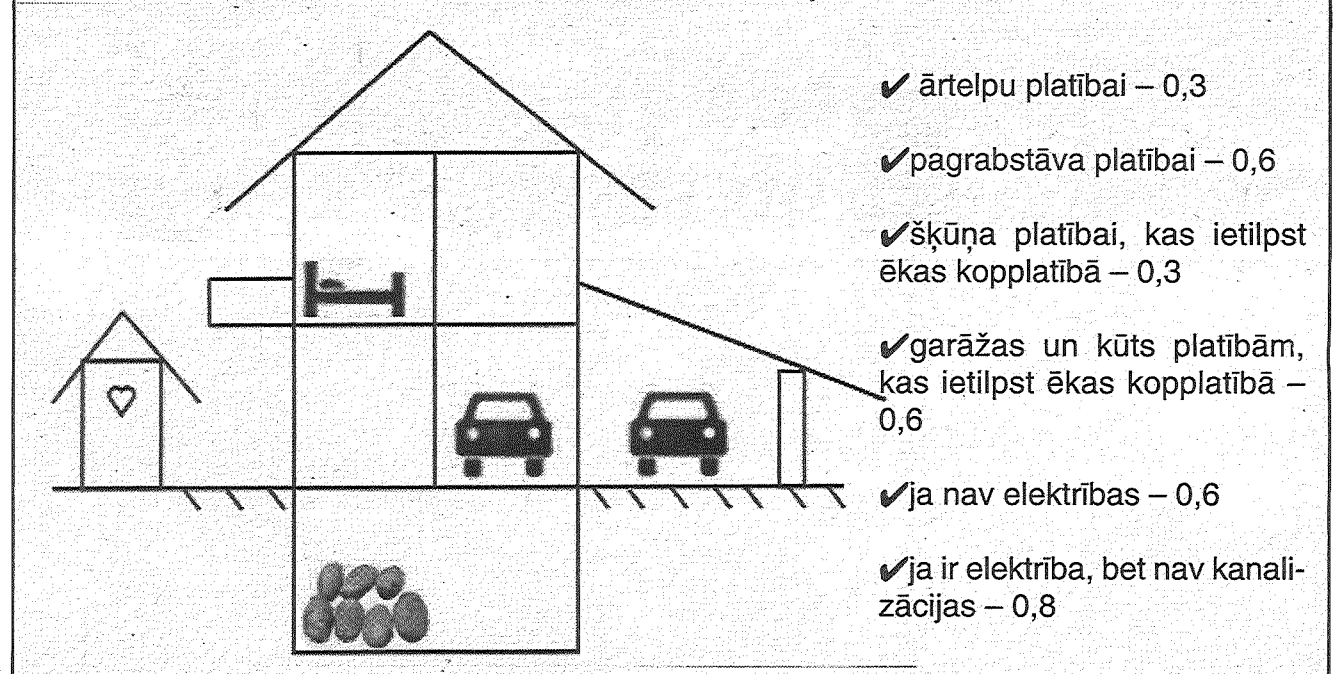
Mājas lapa internetā: www.novadnieks.lv

Laikraksts iznāk astoņas reizes mēnesī
(otrdien, piekdien).

*Teu skaidri jānolemj, ko īsti šajā dzīvē vēlies, —
neviens to tavā vietā neizdarīs.*

Nekustamo īpašumu nākamā gada prognozētās kadastrālās vērtības ir pieejamas portālā www.kadastrs.lv

KOREKCIJAS KOEFICIENTI, KO PIEMĒROS SAVRUPMĀJU VĒRTĪBAS APRĒKINĀ



Valsts zemes dienests (VZD) informē, ka no 20. septembra līdz gada beigām visu nekustamo īpašumu nākamajam gadam prognozētās kadastrālās vērtības būs pieejamas VZD datu izplatīšanas portālā www.kadastrs.lv autorizētajā sadaļā.

VZD ģenerāldirektore Elita Baklāne-Ansberga uzsver kadastrālās vērtēšanas galvenos uzdevumus – nodrošināt kadastrālo vērtību atbilstību īpašumu tirgus vērtībām, veicot automatizētu kadastrālās vērtības aprēķinu atbilstoši reģistrētajiem kadastra datiem. «Atbilstoši likumam tieši īpašniekiem jāierosina datu aktualizācija izmaiņu gadījumā un jāuzņemas atbildība par datu atbilstību reālai situācijai,» norādīja E.Baklāne-Ansberga.

No nākamā gada ir būtiski pilnveidoti zemes un ēku kadastrālās vērtēšanas modeļi (vērtības aprēķina formulas). Prognozētās kadastrālās vērtības ir aprēķinātas, pamatojoties uz jauno izstrādāto kadastrālo vērtību bāzi –

jauno dzīvojamās apbūves vērtību zonējumu un bāzes vērtībām visām nekustamo īpašumu grupām.

2012. gada 1. janvārī stāsies spēkā būtiski pilnveidojumi ēku kadastrālās vērtēšanas modeļi, aizstājot pašreiz spēkā esošo vienu modeli ar trīs jauniem ēku vērtēšanas modeļiem. Jaunie modeļi ļaus precīzāk un objektīvāk noteikt kadastrālo vērtību ēkām un telpu grupām. Tikš ņemta vērā ēku un to daļu izmantošana, labiekārtojuma līmenis visā ēkā vai kādā no ēkas daļām, platību sadalījums iekšējās un ārtelpās, piemērojot vērtību samazinošus koeficientus platībai, ko aizņem, piemēram, pagrabi, terases, garāžas. Vērtējot dzīvokļus, to vērtību ietekmēs novietojums ēkā – atbilstošā bāzes vērtība ar noteikta koeficienta palīdzību tiks samazināta dzīvokļiem pagrabstāvos un ēku pirmajos stāvos.

Veiktie pilnveidojumi tuvinās ēku kadastrālās vērtības atbilstību tirgus vērtībai, kas vienlaikus nozīmē, ka būs ēkas, kuru vērtības pieaugs un būs ēkas, kuru vērtības samazināsies. Salīdzinot ar šo gadu, 2012. gadam prognozētā kopējā

ēku kadastrālo vērtību summa valstī kopumā paliks nemainīga (~12 miljardi latu). Nākamajā gadā zemes kadastrālo vērtību summa valstī samazināsies par 5% (būs ~6,7 miljardi latu).

Tipisku 2 istabu (50 m²) dzīvokļu kadastrālās vērtības ir prognozētas: Rēzeknē (3500-6000 Ls), Cēsis (6000-10000 Ls), Mārupes novadā (7000-15 000 Ls), Rīgā, Teikas rajonā (20 000 Ls) un Pļavniekos (16 000 Ls), bet Jūrmalā, Kauguros (11 000 Ls) apmērā.

VZD atgādināja, ka, lai noteiktās kadastrālās vērtības būtu korektas un īpašnieki izvairītos no nepatīkamiem pārsteigumiem, visi īpašnieki ir aicināti sekot līdzi savu īpašumu datiem kadastrā, izmantojot datu izplatīšanas portālu vai bezmaksas pakalpojumu «Mani dati kadastrā» portālā www.latvija.lv un nepieciešamības gadījumā ierosināt to labošanu vai aktualizēšanu.

No 20. septembra iestādes mājas lapā ir pieejama ikmēneša statistika par nekustamā īpašuma tirgu. Turpmāk šo statistiku aktualizēs katru mēnesi, un ikviens varēs sekot līdzi izmaiņām un cenu tendencēm nekustamā īpašuma tirgū.

Riebiņu novada zemnieki piedalījās protesta piketā Rīgā

Sākums 1. lappusē.

Arnis Opolais stāsta, ka ap pulksten 16.30 pie piketētājiem iznākuši ES pārstāvniecības darbinieki: «Mēģināja mierināt mūs, ka tie jau esot vēl tikai likumdošanas aktu projekti, ka tos, iespējams, pārskatīšot. Iespējams, vienlīdzīgi maksājumi būšot ar 2028. gadu... Taču tas nozīmē pilnīgu Latvijas lauku lauku un lauksaimniecības iznīcību. Jau tagad ārzemnieki masveidā uzpērk mūsu zemi un mežus, rikojojies ar starpnieku, vietējo lauku, palīdzību. Arī Riebiņu novada zemnieki stāsta, ka viņiem esot pa telefonu zvanīts un

mēģināts pierunāt pārdot zemi. It īpaši liela interese no zviedru puses esot par mežiem. Par 500 latiem hektārā pērkot pat izstrādātu mežu platības, tāpat arī lauksaimniecībā izmantojamo zemi.»

Lauku attīstības speciālists atzīst, ka situācija ir smaga. Jaunas zemnieku saimniecības novadā neveidojas. Dažos retos gadījumos jaunā paaudze pārņem vecāku iekoptās saimniecības, kas stabili attīstās. Bet kopumā jaunu cilvēku laukos paliek arvien mazāk.

Šoreiz protesta akcijas dalībnieki bija izvēlējušies citu taktiku — bez smagās tehnikas, bez zārkiem, dirātām govju galvām un mēslu dakšām. Līdzī tika

ņemta pašaudzēta produkcija — gurķi, tomāti, burkāni, siers un citas gardas lietas. Ar veselīgajiem produktiem tika cienāti garāmgājēji ar vienu domu — ja tagad klusēsīm, pēc nedaudz gadiem šo produktu nebūs un nāksies iztikt ar importa pārtiku.

Riebiņu novada lauku attīstības speciālists Arnis Opolais saka paldies pašvaldības deputātiem, kuri atbalstīja protestētājus, piešķirot viņiem transportu braucienam uz Rīgu un apmaksājot ceļa izdevumus. «Tas nozīmē, ka pašvaldība ir kopā ar mums,» saka speciālists.

L.Kirillova

Skolai Galēnos — 145



Galēnu pamatskolas 145 gadu jubilejas svinībās piedalījās kupsli ciemiņu pulks.

8. oktobris šogad Riebiņu novada Galēnu pagastā bija īpašs. Pie Galēnu pamatskolas izveidotajās Latvijas kontūrās sagūla no tuvām un tālām vietām atgādāti ziedi. Skaisti rotājumi bija redzami arī skolas telpās, — gaitenēs, vestibilos, zālē gozējās dekoratīvas kāpostgalvas, ieejas durvis rotāja kļavlapu vitnes. Gaitenēs uz sienām bija redzamas fotogrāfijas ar skolas absolventiem no daudzu gadu izlaidumiem. Tā bija svētku diena, jo skola, atzīmējot savu 145. gadskārtu, ciemos aicināja gan bijušos absolventus, gan darbiniekus, gan ikvienu, kam bijusi saistība ar šo skolu.

Svētki sākās ar svēto Misi Vidsmuižas Romas katoļu baznīcā, to vadīja prāvests Česlavs Mikšto. Mises noslēgumā tika iesvētīts Galēnu pamatskolas karogs. Pēc tam visi tika miļi gaidīti skolas muzejā, kur varēja apskatīt skolas jubilejai veltīto izstādi un apmeklēt dzejnieka un filozofa Roberta Mūka (Avena) piemiņas istabu. Bet skolas otrā stāva zālē 1945. gada absolvente Marta Ence izvietoja savu rokdarbu izstādi. Apmeklētājus priecēja lina audumi — galdauti, dvieļi, sedziņas, tamborētas rotaslietas un plecu lakati, lātju rakstos austas segas, lupatu grīdceļi. Viss skaisti! Un vieglās, gaisīgās, baltās, smalki tamborētās sniegpārslīņas! Blakus gaiteni skolas viesus priecēja viņas dēla Jāņa Ences fotogrāfiju izstāde «Putni».

Katrs svētku dalībnieks saņēma nozīmīti ar skolas emblēmu un pildspalvu. Sarikojumu vadīja skolas absolventi Aleksandrs Zeimuļš-Prīzevoits un Inese Zuģicka (dzimusi Kupre). Viņi novadīja septiņas skolas vēstures mācību stundas. Tajās bija iespēja iepazīt skolas vēsturi no 1866. gada līdz pat mūsdienām, no drukas aizlieguma laika, intensīvās pārkrievošanas politikas līdz pirmajam Latvijas brīvvalsts periodam, no krievu okupācijas laika līdz neatkarības atjaunošanai. Visos laikos bērni alka mācīties, ciniņās ar nabadzību, pārvarot grūtības, īstenoja savus sapņus. Galēnu skolas absolventi ir kļuvuši mācītāji, skolotāji, mediķi, zinātnieki, lauksaimnieki, veterinārārsti, agronomi, mežkopji un citu cienjamu profesiju pārstāvji. Viņi visi ir krietni darba darītāji, savas dzimtas puses un skolas patrioti. Neapšaubāmi, tas lielā mērā ir pedagogu nopelns. Pagājība palikuši tie laiki, kad skolā strādāja viens skolotājs un mācījās 28 zēni. Pagājība arī laiks, kad Galēnos darbojās Vidsmuižas vi-

dusskola. Pašlaik Galēnu pamatskolā vairs nav pat 100 skolēnu. Tā ir mūsdienu iezīme, — Latvijas lauki kļūst aizvien tukšāki. Daudzi absolventi uz tikšanos ar savu pirmo skolu, skolotājiem, klasesbiedriem mēroja garu ceļu no Vācijas, Anglijas un Īrijas.

Daudz ražīga un nesavtīga darba gadu skolai atdevuši bijušie direktori: Anna Viļuma, Marciana Opule, Alberts Miškinis, Donots Valainis, Dzintra Priževote. Ar aplausiem, ovācijām un ziediem īpaši tika sveikti ilggadēja skolas direktore Agnese Gabrāne. Galēnu skolai šī talantīgā pedagoge atdeva 28 savas dzīves gadus, izveidojot profesionālu un radošu pedagogu kolektīvu, nostiprinot materiālo bāzi, organizējot augstvērtīgu mācību procesu, palīdzot ikvienam cilvēkbērnam iegūt kvalitatīvu un vispusīgu izglītību un atrast savu vietu dzīvē. Gadu no gada dažādās skatēs un konkursos skola bijusi labāko skaitā.

Kopš 2007. gada skolu vada direktore Gunita Strode. Vispusīga, radoša personība, apveltīta ar milzīgām darba spējām, izdomas bagāta, atvērta, talantīga, vienmēr seko novitātēm un ievieš tās skolā, organizē mācību un audzināšanas procesu, izstrādā un realizē projektus. Prot organizēt, vadīt, saliedēt, ieinteresēt, pārliecināt.

Pateicība pienākas arī skolotājiem Annai Kuprei, Elzai Leimanei, Ritai Upeniecei un Jānim Upeniekam, kuri Galēnu skolā strādā jau vairāk nekā 30 gadus. Bet skolas padome saka paldies visiem skolotājiem, tehniskajam personālam par godprātīgu darbu, sirds siltumu, labvēlību, sapratni, iecietību un ieinteresētību katra audzēkņa mācīšanās un audzināšanā. Skolas vēstures stundu starpbrīžos visus klātesošos priecēja



Vakara vadītājs, skolas absolvents Aleksandrs Zeimuļš-Prīzevoits un viena no bijušajiem skolas direktoriem — Agnese Gabrāne — dalās atmiņās.

skolotāju un skolēnu ansambļi, 7. — 9. klašu kolektīvi, sieviešu vokālais ansamblis, folkloras kopa «Vidsmuiža», absolventu dramatiskais kolektīvs un deju kopa, bijušo audzēkņu Marijas Dārznieces, Regīnas Šķesteres un Staņislava Bogdanova trio, kā arī absolventes Sintija un Evija Usānes, Ilona Kupre. Skolas darbinieku saimi svētkos sveica daudzi absolventi, Riebiņu novada domes un Galēnu pagasta teritoriālās pārvaldes pārstāvji, ciemiņi no citām novada skolām, no Preiļu novada izglītības pārvaldes, Viļānu mūzikas un mākslas skolas, Radapoles pirmsskolas izglītības iestādes un citi. Skolas jubileja bija skaisti svētki, kas pacīlā, sajūsmina, priecē un mudina neapstāties pie sasniegtā, bet turpināt ar jauniem labiem darbiem papildināt skolas vēsturi.

M.Binduka

Lappusi sagatavoja L.Rancāne

Kad ar kaijām sarunājas

Sobrīd, rakstot sleju, ir ceturtdiena, bet avīze iznāk piektdien. Kas lai zin, kādi notikumi pa šo laiku jau atkal notikuši tur, «augšā». Pauzes vai pēcpauzes, slepenas nakts sarunas un vienošanās, koalīcija pa labi vai kreisi, — tik neizlēmušu valdības veidošanu pēc Saeimas vēlēšanām nebija nācies redzēt. Te zatlerieši iepriecina saskāniešus ar ņemšanu koalīcijā un zvēr, ka pat ar tankiem šo lēmumu neizjaukt. Te bez jēlkādas tanku iejaukšanās SC uzgriezta mugura, un bildinājums tiek dots pavisam citai partijai. Ko atliek domāt parastam vēlētajam? Ka telefonzvans no Amerikas vēstniecības ir stiprāks kā no Krievijas vēstniecības? Nu vēl tādi brīnumi, kā želošanās «tētim», tas ir, — Rīgas mēra Ušakova vēstule jaunajam Latvijas prezidentam, apbīzota bērneļa raudulīgā tonī sudzoties, ka SC nav paņēms spēlēt — valdībā. Kaut ko tādu līdz šim vēl nav nācies piedzīvot. Tika vai netika valdībā, bet neviena partija negāja pie prezidenta ar prasību, lai valsts galva maina koalīcijas sastāvu. Viena no krievu valodā iznākošām avīzēm paspējusi pirmajā lappusē lielam burtiem nodrukāt, ka par SC nobalsojuši 260 miljoni (rakstīts — 260 000 tūkstoši). Tad nu gan — gan Krievija, gan Amerika būs piedalījusies Saeimas ārkārtas vēlēšanās! Bet pats interesantākais ir tas, ka jebkura partija, kas pirms vēlēšanām solās strādāt Latvijas labā, paliekot opozīcijā, krasi maina savu nostāju. Opozicionāru turpmākā darbošanās ir mērķtiecīgi virzīta uz to, lai nevis strādātu valsts labā, bet visādiem iespējamiem veidiem kaitētu koalīcijai. Arī pašreiz, kad SC tiek prognozēta opozicionāru loma, sākušās runas par to, ko darīs, lai pēc iespējas ātrāk sagrautu pašreizējo koalīciju un kā izmantot katras nesaskaņas vai plaisas savā labā. Kāpēc no nodokļu maksātāju naudas būtu jāuztur šāda Saeimas daļa? Kas līdz parādīt savas spējas strādāt valsts labā?

Vēstule prezidentam un sava elektorāta mudināšana uz protesta akcijām ir vairāk nekā divaina, — jo tad jau pašam Ušakovam būs jādod atļauja tām notikt Rīgā, un vai tad savā pilsētā, kas pretendē uz Eiropas kultūras galvaspilsētas statusu kurā tur gadā, vajadzīga šāda sevis pieteikšana?

Bet divaini šajā laikā netrūkst arī citviet. Varbūt tas planētu stāvoklis tāds savāds? Ventspilnieki tikuši pie savām naudas zīmēm — ventiem. Tās jau pat nodrukātas. Par vienu latu — simts ventī. Katram, kurš aizbraukšot uz šo piejūras pilsētu kā tūristis, tiksot uzdāvināti 300 ventī. Nez, ko ar tiem būs iesākt? Kā komentēja kāds no naudas nozares speciālistiem, — kas var aizliegt kaut vai katrai pilsētai lietot savus apmaiņas līdzekļus, nu, piemēram, alus pudeles vai konfekšu papīriņus? Nu, kā to dara bērni, spēlējot veikalu. Tiešām, cik skaisti būtu, ja arī Preiļos būtu sava naudiņa — preiļi, ar kraukļa bildīti virsū. Daugavpīlieši bija sarosījušies, šķiet, jau pirms ventiem, viņiem ar būšot sava naudiņa, ko dāvināt kā suvenīru. Droši vien rubļi vai rubeļi. Publiskajā telpā pieejama informācija, ka reģistrēts jauna enerģijas dzēriena nosaukums, kurš skan «Ar mani atkal runā kaijas». Laikam šis dzēriens jau nācis pārdošanā un daži salietojušies tik, ka ar kaijām runā. Citādi nevar izskaidrot, kā cilvēks, kurš vienā dienā gatavs uzņemties būt par Latvijas premjeru, tātad, jācer, — viņam ir plāns par valsts attīstību, ekonomiku, darbavietām, otrā dienā ķeras pie savu ventu izdomāšanas.

Bet oktobris pilnā sparā realizē savas tiesības — uzsūtīt lielus vējus, stipras lietavas, isināt dienas un garumā stiept naktis. Steidzināt ātrāk novākt kāpostus, burkānus, art zemi nākamajam gadam, pārvest lopus no āra ganībām uz siltām telpām. Pagaidām oktobris vēl pasaudzē pēdējos rudens ziedus — dālijas, asteres. Zina, ka tos vajadzēs ņemt līdzī, ejot pie saviem mīļajiem kapu kalniņā. Sācies sveču vakaru laiks. Šajās brīvdienās, un tāpat arī citās, simtiem Latvijas kapsētās iedegsies gaišas liesmiņas, pieminot aizgājušos. Savādi, bet viņi, tie tur — zem zemes, sūta kādu kopīgu enerģiju dzīvajiem un vēlējumam — izturēt.

Bitenieki diskutēja par problēmām un balsoja par garšīgāko medu

Trešdien, 12. oktobrī, apkārtejo novadu bitenieki, lielu dravu īpašnieki un tādi, kas ar medus nesējām nodarbojas hobija līmenī, Latvijas Lauku konsultāciju un izglītības centra Preiļu nodaļas zālē pulcējās uz diskusiju un lika galdā līdzatvestās medus burciņas. Pēc degustācijas un balsošanas tika noskaidrots, kādās dravās mīt garšīgākā aizvadītās vasaras medus vācējas.

Tā kā divi medus paraugi saņēma vienādu balsu skaitu, divi bitenieki devās mājās ar Atzinības rakstiem «Garšīgākais medus 2011». Tie ir preilietis Jānis Mežinskis, kura aprūpētās bites mīt Preiļu pagasta teritorijā, un Lidija Kriškāne no Rožkalnu pagasta Vārkavas novada.

Lidijas kundze stāsta, ka ar bitēm nopietni nodarbojoties tikai otro sezonu, tāpēc prieks par gūto atzinību: «Tas bija facēlijas medus. Iesējām ap pushektāru lielu lauciņu, labi ziedēja un bites citīgi strādāja. Ne tikai degustētājiem, arī man pašai facēlijas ziedu medus ļoti garšo. Dēls saka, esot jāturpina dravošana. Pašlaik ir 14 saimes, no kurām vasarā ražoja sešas.»

Savukārt Jānis Mežinskis atzīst, ka viņš ar bitēm draugos gadu desmitiem, kopš bērnības. Tāpēc jau pa gabalu varot pateikt, kas par medu varētu būt burciņā iekšā. «Šis, lūk, ir dažādu ziedu medus, skat, kāds tumšs. Vasaras vidū vākts, vēl šķidr un nav paspējis sacukuroties. Pircējiem dikti labi patīk. Tas medus, kas vākts pavasarī, ir pavisam savādāks. Divu mēnešu laikā jau sacukurojas, diemžēl cilvēki nesaprot, ka tā ir normāla tīra medus īpatnība. Garšīgs ir pūpolu, pieneņu medus, kas vēl druscīņ mājās palicis neizpārdots. Noteikti pirms Jāņiem jāizsviež, jo kavēšanas var nest bēdīgu rezultātu — no šūnām nevar dabūt laukā.» Pieredzējušā biškopja dravā ir 29 saimes. Protams, ka varētu turēt arī lielāku ganāmpulku, bet dārgi izmaksātos. Lieta tāda, ka visām bitēm tuvākajā apkārtnē ganību nepietiek. Tad saimes ar visiem stropiem jāved kilometrus divdesmit tālāk. Tas savukārt nozīmē, ka katru dienu kāpārlūko, ko šis dara, jāpapildina rāmiši, jāuzmana, vai netaisās spietot. Tieši tāda braukāšana šurpu turpu esot dārga, tāpēc iztikot vien ar tām saimēm, kas pie mājām tuvāk. Jaunie amatu mantot negribot, lai gan medus garšīgs, bites tomēr dzeļot, smejas Mežinska kungs.

Kopumā aizvadīto vasaru bitenieki vērtē kā ļoti labu. Medus ienesums krietni lielāks nekā pērn, kad salduma visiem pircējiem nepietika. Toties šogad atkal cena zemāka nekā pagājušajā gadā. Garšīgākā medus konkursam šoreiz tika piedāvāti 18 paraugi, vairāki bitenieki bija iesnieguši pat divus dažādus medus vākumus.

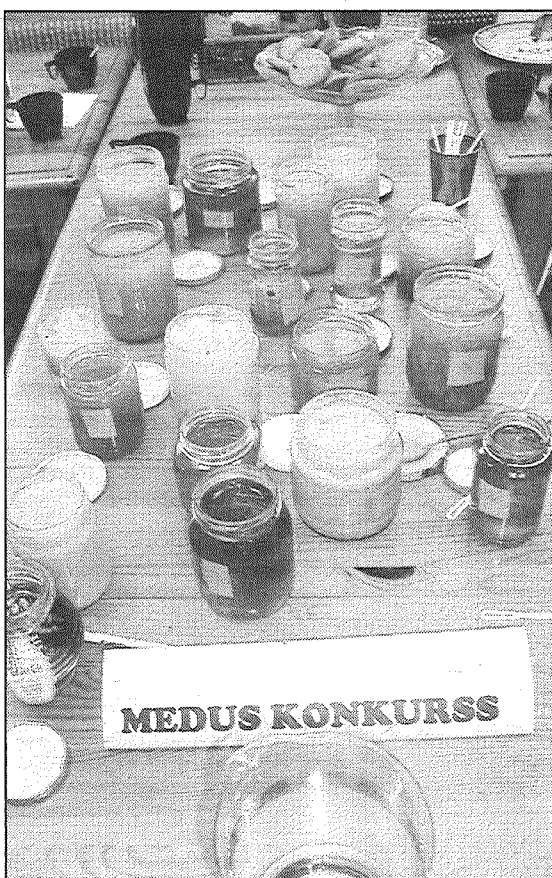


● Konkursā «Garšīgākais medus 2011» par uzvarētājiem ar vienādu balsu skaitu tika atzīti Jānis Mežinskis no Preiļiem un biteniece no Rožkalnu pagasta Lidija Kriškāne. Iesniegtajos paraugos bija facēlijas ziedu, kā arī dažādu ziedu medus, kas labi garšoja ne vien vērtētājiem, bet arī pašiem medus vācēju saimniekiem.

Vietējās biškopju biedrības vadītāja Māriete Vucenlāzdāne teic, ka pēdējā laikā dravu turētāju interese par nozari, tās problēmām un attīstības iespējām kļūstot arvien lielāka. Arī šoreiz uz diskusiju bija ieradušies 23 dalībnieki no Pelēcu, Rožkalnu, Stabulnieku, Riebiņu, Rožupes, Preiļu, Livānu, Saunas, Vārkavas pagastiem un arī no Viļānu novada.

Bitenieki diskusijas laikā atzina, ka Latvijai secen nav gājusi nopietnāka problēma, kas skar visu Eiropu — bišu saimju bojāeja gan ziemas periodā, gan vasarā. Zemnieki atbalsta, ka valsts to uzskata par pietiekamu argumentu, lai situāciju pētītu, analizētu un pēc tam rīkotos. Biškopji nesaņem atbalsta maksājumus, arī tā ir problēma un izpaužas kā nevienlīdzīga attieksme. Ļoti grūti ir saņemt bezakcīzes dieseldegvielu.

Ar izpratni tika pārrunāts jautājums, kā ražot medu bez piesārņojumiem, bez antibiotikām. Arvien vairāk dravu īpašnieku pāriet uz bioloģiskiem līdzekļiem cīņā ar varras ērcītēm. M. Vucenlāzdāne uzsver, ka biškopju biedrība tos popularizē. Arī šoreiz biškopjiem bez maksas tika



izdalīts bioloģisks produkts «Hive Clean», kas ražots Austrijā un aktivizē bišu saimes tīrības instinktu. Bitenieki saņēma biškopības produktu primārās ražošanas vadlīnijas un informatīvos materiālus par Amerikas peru puvi, kas var kļūt visai postoša.

sargājamo teritoriju statuss, ar to nepietiek, lai šie biotopi atjaunotos. Ieviešot Eiropas Komisijas direktīvas 2010/60/ES prasības, sēklaudzētājiem, kuri izpildīs noteiktas prasības, tiks dota iespēja ievākt un tirgot dabiskās vides saglabāšanai paredzētus lopbarības augu sēklu maisījumus.

Noteikumu projektā noteikti sēklu maisījumu ievākšanas veidi un teritorijas, no kurām tos atļauts ievākt. Noteikta arī kārtība, kādā izsniedz atļauju sēklu maisījumu tirdzniecībai, prasības sēklu maisījumu kvalitātei, kā arī prasības sēklu maisījumu saņošanai un etiķetēšanai. Direktīva jāievieš jau līdz šī gada 30. novembrim.

Pievērš uzmanību dabisko biotopu augu sēklām

Valsts sekretāru sanāsmē izsludināts Ministru kabineta noteikumu projekts «Noteikumi par lopbarības augu sēklu maisījumiem, kas paredzēti dabiskās vides saglabāšanai». Līdz šim Latvijā nebija normatīvo aktu, kas regulētu dabiskās vides saglabāšanai paredzētu lopbarības augu sēklu maisījumu ievākšanu un tirgošanu.

Lauksaimniecībai modernizējoties un intensificējoties, arvien aktuālāka ir kļuvusi to dabisko zālāju biotopu saglabāšana, kurus apdraud ģenētiskā erozija. Lai gan daudziem vērtīgiem dabisko zālāju biotopiem ir piešķirts īpaši aiz-

ĪSUMĀ

Līdz 1. novembrim jāpiesakās risku fondā

Lai pieteiktos Lauksaimniecības risku fondā, līdz 1. novembrim jāiesniedz iesniegums par visām vienas kultūras ziemāju sējumu platībām, kas tiks pieteiktas vienotajam platības maksājuma nākamā gada pavasarī. Tas jā dara, ja pieteiktās ziemāju sējumu platības tiek pārsētas, par tām izdarīto iemaksu attiecina uz attiecīgā gada vasarāju sējumu platībām, kas pieteiktas atbilstoši Ministru kabineta noteikumiem nr. 669 7.2. apakšpunktā minētajiem nosacījumiem. Vairāk informācijas Lauku atbalsta dienesta mājas lapā www.lad.gov.lv.

Grozījumi pievienotās vērtības radišanai

6. oktobrī stājās spēkā grozījumi Ministru kabineta noteikumos nr. 255 «Noteikumi par valsts un Eiropas Savienības atbalstu lauku attīstībai Latvijas lauku attīstības programmas pasākuma «Lauksaimniecības produktu pievienotās vērtības radišana» ietvaros».

Būtiskākie grozījumi — par pārstrādi uzskatāma arī dzīvnieku kaušana. Toties atbalsta pretendents, kas nodarbojas tikai ar dzīvnieku kaušanu, pasākumā ir tiesīgs pretendēt uz atbalstu vienīgi cūku liemeņu klasificēšanas iekārtas iegādei.

Sākas ikgadējā lauku saimniecību apsekošana

Līdzīgi kā iepriekšējos gados, arī šogad risināsies lauku saimniecību apsekošana. Centrālās statistikas pārvaldes izlases rezultātā iegūto lauku saimniecību apsekošanu veiks Latvijas Lauku konsultāciju un izglītības centra reģionālo nodaļu un novadu lauku attīstības speciālisti. Šogad jāapseko gandrīz 4000 lauku saimniecības.

Tiks veikti divi apsekojumi. Pirmais apsekojums attiecas uz lauku saimniecībām, kuras nodarbojas ar augkopības produkcijas ražošanu un realizāciju; to apsekošana notiks no 10. oktobra līdz 15. novembrim.

Līdz nākamā gada 15. janvārim ir jāveic otrs apsekojums, tas attiecas uz lauku saimniecībām, kurās notiek lopkopības produkcijas ražošanu un realizācija.

Lauksaimnieku sniegtajai informācijai tiek garantēta konfidencialitāte. Ziņas tiks izmantotas tikai statistikas vajadzībām.

Jauni atbalsta pasākumi

4. oktobrī valdība apstiprināja Zemkopības ministrijas izstrādāto noteikumu projektu, kas paredz vairākas izmaiņas konkurences veicināšanai un lauku ekonomikas dažādošanai. Jaunie noteikumi papildinās spēkā esošos noteikumus ar jaunām LEADER atbalsta aktivitātēm.

Lauku attīstības programmas pasākumā «Konkurētspējas veicināšana vietējo attīstības stratēģiju istenošanas teritorijā» tiks atbalstītas investīcijas lauksaimniecības produktu ražošanai, lai veicinātu lauksaimniecības uzņēmumu saimnieciskās darbības attīstību un konkurētspēju. Paredzēts atbalstīt lauksaimniecības produktu pārstrādi un pirmapstrādi mājās apstākļos, ieskaitot pašu ražotās produkcijas iepakojšanu. Tādā veidā tiks ražoti produkti ar pievienoto vērtību.

Atbalsts paredzēts arī iekārtu, tehnikas, aprīkojuma, informācijas tehnoloģiju un programmu nodrošinājuma iegādei un uzstādīšanai. Atbalsts paredzēts arī infrastruktūras izveidei, ilggadīgo auglīkopības kultūraugu (izņemot zemenes) stādu iegādei, stādījumu balstu sistēmu, žogu, žogu balstu iegādei, uzstādīšanai un stādījumu ierīkošanai.

Uz medībām — stilīgi, ērti, funkcionāli

Tikai pirms dažām nedēļām sākusies medību sezona. Vīriem vēl adrenalīna pārpārēm, katru nedēļas nogali raujas uz mežu. Visu nedēļu kā apmāti ņemas ap ieročiem un kārtu apģērbu. Izskatās, ka sākuši pucēties vairāk nekā sievas pirms svarīgas tikšanās. Kā tad patiesībā ir ar mednieku apģērbu? Vai tam ir savas modes tendences, savi stili?

Padomju laikos medībās ģērbās visādi, vēl tagad citiem esot nelāgs paradums uz mežu vilkt mugurā vissaplēstākas un visnetīrākās drēbes. Toties ulmaļlaikos no medniekiem meta laukā par to, ka atnāca nevižīgs. Katram kolektīvam esot bijusi sava štāte. Turīgākie vīri pat *šlīpses* sējuši.

Visai plašu materiālu klāstu saviem lasītājiem par šo tēmu piedāvā interneta mājaslapa www.safari.lv. Medību piederumu piedāvājums tik liels, ka nepieredzējis pircējs vienkārši apjūk no pārpilnības, ko piedāvā ārzemju ražotāji. Kvalitatīva, tajā pašā laikā ne pārāk dārga apģērba iegāde kļūst par sarežģītu uzdevumu, secina Safari kluba interneta vietne. Tiesa, mājaslapas lasītājiem ir savs forums, tāpēc mednieki un vienkārši interesenti var dalīties pārdomās, ieteikt vai, gluži otrādi, atrunāt ko pirkt.

Kā ģērbiesies, tā veiksies

Vēl pavisam nesen bija laiks, kad medniekam bija liela veiksmē dabūt armijas kamuflāžas jaku vai bikses. Tās ne pārāk labi pasargāja no aukstuma un mitruma, bet no vēja un lietus vajadzēja meklēt papildu aizsardzību kāda apmetņa vai mēteļa veidā. Tagad ir savādāk. Kungi izvēlas drēbes atbilstoši vairākiem kritērijiem. Pirmais, lai būtu ērti viegli kustēties. Otrais — lai būtu ūdens un vēja necaurlaidīgas. Trešais — lai odi nekož cauri, bet pie reizes arī elpojošas. Krāsa, fasons un tas, cik kabatu un kabatiņu jakai vai biksēm, tā jau ir gaumes lieta.

Mednieki teic, ka piemērota apģērba izvēle nav nemaz tik viegla, jo no drēbēm bieži vien ir atkarīgs arī medību rezultāts. (Piemēram, nevar iet uz bebrim, ja mugurā kas čaukstošs.) Pieredzējušie mednieki zina, ka medību apģērbam un piederumiem jābūt izturīgiem, viegliem un maksimāli ērtiem. Tāpēc medību apģērbs jāizvēlas, ņemot vērā laika apstākļus. Vēlme ir viena — nopirkt apģērbu, kas derētu itin visam. Tas ir, ziemā būtu silts, vasarā — elpojošs, rudenī — vēju nelaistu cauri. Ražotāji cenšas, kā māk, bet priekšā vēl garš ceļš. Tāpēc šobrīd apģērbs tiek iedalīts vasaras, pavasara/rudens un ziemas apģērbā.

Lai ērti kustēties un šaut

Var jau, protams, medībās ejot, uzvilkt vectēva kažoku. Silti būs, bet vai ērti? Kamēr noreagēs, tikmēr zvērs jau gabalā. Tāpēc šāds stils lai paliek nostāstiem un vecām filmām. Zinoši mednieki saka, ka istais apģērbs ir tas, kas siltā laikā jāpasargā no pārkaršanas, bet ziemā no aukstuma. Virsdrēbes, jakas, vēja aizsargā pret nelabvēlīgiem laika apstākļiem un netīrumiem. Pašlaik apģērba ražošanā tiek izmantoti sintētiskie materiāli savienojumā ar kokvilnu, līnu, vilnu un kokosa šķiedrām, kas nodrošina izturību.

Membrānas iestrāde virsdrēbēs nodrošina siltuma aizsardzību un pilnīgu ūdens necaurlaidību. Apģērba siltināšanai tiek izmantota īpaša *thinsulate* odere — viegls, plāns un siltinošs materiāls, kas koncentrē ķermeņa siltumu apģērba iekšpusē pat ļoti aukstā laikā.

Vējjaku īpašais piegriezums dod iespēju ērti kustēties un šaut jebkuros apstākļos. *Windstopper* sistēma aizsargā pret stipriem un aukstiem vējiem. Kvalitatīvu materiālu izvēle padara medību apģērbu izturīgu, ilgstoši nēsājamu.

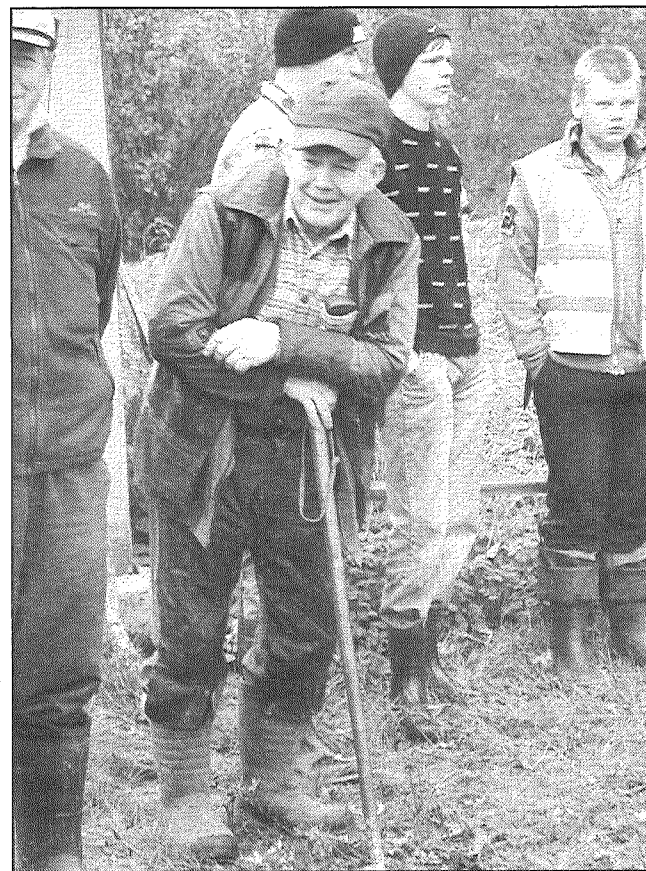
Kā ar apaviem?

Ne mazāk svarīga loma kā apģērbam ir arī apavu izvēlei. Medību apaviem jābūt ērtiem, viegliem, ar biezu zoli un membrānu, kas nodrošina kājām gaisa cirkulāciju un ūdens necaurlaidību. Vienīgi jāatceras, ka šādu apavu pielietojums tomēr atšķiras no gumijas zābakiem. Gumijas zābaki ir piemēroti staigāšanai pa ūdeni. Ar membrānas zābakiem var iziet cauri ūdenim, taču ilgstoši tajā atrasties nevar.

L.Kirillova



● Vērojot pirms medībām sapulcējušos vīrus, var secināt, ka apģērbā priekšroka tiek dota tumšiem toņiem — sūnu zaļajam, brūnajam vai kamuflāžai, kurai savukārt ir neskaitāmas krāsu gammas. Attēlā redzamo mednieku tērpos dominē kamuflāžas jeb tā sauktais Amerikas stils.



● Zinātāji to sauc par skandināvu stilu — bez raibinājumiem un ar ādas apdari, kas ķermeni labāk pasargā no mitruma, kad dzinējs laužas cauri pieļiņušiem brikšņiem.

Dzinējmedību sezona sākusies veiksmīgi

Dzinējmedību sezonas sākums daudzviet Latvijā bijis visai veiksmīgs. Par to ziņo portāls www.mezi.lv. Tā bijušā Ludzas rajona teritorijā diviem mednieku kolektīviem izdevies nomedīt vilkus.

Jau iepriekš rakstīts, ka Pušmucovas un Blontu apkaimē uzdarbojas vilki, aiznesot pa kādam sunītim vai saplosot aitas. Vasilija Stepanova Blontu mednieku kolektīvs savās platībās, Blontu pagasta Gudku ciema apkaimē, 1. oktobrī sastapa trīs vilkus. Jaunais mednieks Renārs Upenieks nošāva veco vilceni, bet diviem mazākajiem plēsoņām izdevās pa garo zāli

aiziet. Renāram tas ir pirmais nomeditais vilks viņa mednieka karjerā. Dzinēja gaitās Renārs ir gājis kopš 14 gadu vecuma, bet par pilntiesīgu mednieku kļuva pirms pieciem gadiem, kad sasniedza pilngadību. Šī sezona Renāram sākusies daudzsoļoši. Kā pastāstīja kolektīva vadītājs Vasilijš Stepanovs, jau sezonas pirmajā dienā mednieki redzējuši trīs aļņus, ir arī daudz mežacūku.

Vēl vairāk paveicies Jura Tabūna mednieku kolektīvam. Viņu kontā jau trīs Rogaižu apkaimē nomedīti vilki no bara, kurā bijuši pieci pelēči. Veiksmīgie mednieki ir Mihails Gusenkovs, Igors Matvenko un Kaspars Kazinieks. Sezonas

atklāšanas dienā mednieki nošāva arī aļni. Arī šajā teritorijā medijamo zvēru skaits ir pietiekams, jo ziemā mednieki regulāri tos piebaro.

Latvijā ar katru gadu ierodas arvien vairāk viesmednieku no ārzemēm. Viņus visvairāk saista neskartā daba lielās platībās — tas ārzemniekiem no valstīm, kur apsaimniekots vai katrs kvadrātmētrs, šķiet īpaša ekstra. Bet, ja šādās teritorijās atrodas kāda zemnieku saimniecība, tad mežazvēru vizītes apstrādātajos laukos vairs nešķiet nekas jauks, un sadarbība ar vietējiem medniekiem kļūst aktuāla.

L.Kirillova

HOROSKOPS NEDĒĻAI

(17. — 23. oktobris)



Auns. Izvērtējot līdz šim paveikto un piedzīvoto, varat nonākt pie secinājuma, kas patīkami pārsteigs. Emocionāli piesātinātākas un nozīmīgākas var kļūt nejausi aizsāktas attiecības. Nedēļas sākumā negaidiet, ka kāds pateiks priekšā, kā rīkoties. Paši lemiat un dariet, no vārdiem pārejiet pie darbiem.



Vērsis. Veiksmīgi būs naudas ieguldījumi, kas saistīti ar ģimenes labklājības celšanu. Tikai neaizraujieties ar vērienīgiem darījumiem, jo tad uz rezultātiem būs ilgi jāgaida. Nedēļas sākumā no sīkām sadzīvīskām nesaskaņām neizdosies izvairīties, taču vēlme dzīvot saskaņā mudinās nesamierināties un rast kompromisus.



Dvīņi. Aizņemība ar darbiem priecēs. Sarunas par dzīves nebūšanām uzskatīsiet tikai par tukšu laika nosīšanu, un tas būs lielisks iemesls, lai tajās nepiedalītos. Nedēļas pirmajās dienās attiecībās ar mīloto iespējami nozīmīgi pavērsieni. Esiet gatavi pieņemt pretēju viedokli, parādiet, ka spējat būt elastīgi savos uzskatos.



Vēzis. Nepieļaujiet, ka dzīves paletē izbāl košās krāsas. Izmantojiet katru iespēju tās atjaunot. Meklējiet spilgtus iespaidus, interesantus sarunbiedrus un aizraujošas izklaides. Nedēļas sākumā lieliski tiksiet galā ar ikdienas pienākumiem, taču pašiem tas neliksies nekas īpašs. Centieties rast prieku arī vienkāršās lietās.



Lauva. Uzturēšanās omulīgā atmosfērā palīdzēs atjaunot zudušo enerģiju un optimismu. Galvā var dzimt jaunas idejas un plāni, gara acīm skatītās vīzijas būs krāšņas un daudzsoļošas. Nedēļas sākumā, ķeroties pie ieceru īstenošanas, kļūs skaidrs, ko spējat izdarīt paši un kur būs vajadzīgi papildspēki.



Jaunava. Ja gribat pārsteigt apkārtnējos ar jaunām idejām, paļaujieties uz intuīciju. Toties baumām un intrīgām, ar kurām, iespējams, sastapsieties, nepievērsiet nekādu uzmanību — nepalīdziet no mušas uzpūst ziloni. Nedēļas sākumā esiet piesardzīgi savos izteikumos, taču neatsakieties no tā, kas tika solīts.



Svari. Iespējams, gribēsiet būt paši savas dzīves noteicēji, cita vadībā strādāsit nelabprāt. Veiksmīgi tiksiet galā ar darbu, kam nepieciešama liela pacietība, ja vien neatradīsiet kāds, kas visu sabojās ar savām pamācībām. Nedēļas sākumā nebiedējiet apkārtnējos ar savu pārākumu. Spriedumi ne vienmēr būs pamatoti.



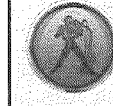
Skorpions. Spilgta, izteiksmīga publiskā uzstāšanās palīdzēs nostiprināt autoritāti. Nebaidieties izmantot trāpīgus salīdzinājumus un liriskas atkāpes, tas ļaus ilgāk piesaistīt klausītāju uzmanību. Nedēļas sākumā par bezcerīgām uzskatītās sarunas var ievirzīties vēlamajā gultnē. Tikai nesabojāiet visu ar savu nepacietību.



Strēlnieks. Nav svarīgi, ar kuru kāju izkāpsiet no gultas, problēmas būs jārisina tik un tā. Nebaidieties no gaidāmajām grūtībām, droši ķerieties klāt vissarežģītākajām lietām. Kamēr neatkāpsieties no aktīvas dzīves pozīcijas, veiksmē būs jūsu pusē. Nedēļas sākumā taupiet spēkus. Centieties maksimāli lietderīgi izmantot naudu un laiku.



Mežāzis. Nejausa iepazīšanās var pārvērsties auglīgā sadarbībā, bet isi darījuma braucieni sniegt daudz jaunas, lietderīgas informācijas. Ja rodas aizdomas, ka draugi mēģina iesaistīt negodīgā spēlē, esiet gatavi viņiem atteikt. Nedēļas sākumā, būdami kādas idejas pārņemti, varat kļūt pārlieku prasīgi pret sevi un citiem.



Ūdensvīrs. Uz dzīvi izdosies paraudzīties ar lielāku optimismu. Ja vēl blakus būs uzticams cilvēks, tad arī ierastais ikdienas ritms iegūs citu nozīmi. Tikai nepaļaujieties uz to, ka jūsu problēmas atrisinās kāds cits. Nedēļas pirmajās dienās labus rezultātus var dot lielāka iniciatīvas izrādīšana darbā.



Zivis. Ieteicams pievērst uzmanību juridiskām neprecizitātēm, noformējot dokumentus, īpaši tad, ja tie saistīti ar kopīgām finansēm vai mantojumu. Nepaļaujieties uz citu ieteikumiem vien, domājiet arī ar savu galvu. Nedēļas sākumā var valdīt radoša gaisotne. Varat saņemt daudz mīlestības no tuviem cilvēkiem.

Ceļā uz simtgadi

Dravnieku pamatskolas kolektīvs 2011. gada 29. oktobrī aicina kopā absolventus, kādreizējos pedagogus un skolas darbiniekus, lai svinētu skolas pastāvēšanas 90. jubileju. Priecāsimies par visiem, kas atsauksies un sanāks kopējā spietā, atcerēsies, dalīsies pārdomās par TOREIZ un TAGAD.

Bijušie dravniecieši! Jūs esat tik dažādās Latvijas vietās, un jūsu kopā sanākšana, jūsu pieredze un veiksmes stāsti, gara spēks stiprinātu mūs ceļā uz simtgadi.

Ceram uz aktivitāti, piedalīšanās prieku un savstarpēju sasaukšanos.

Pieteikšanās un ieteikumi pa tālruni 65326503 vai uz e-pasta adresi dravniekupsk@riebrini.lv.

Uz tikšanos 29. oktobrī Stabulnieku kultūras namā:

no plkst. 16.00 — reģistrācija

plkst. 17.00 — svinīgais pasākums

pēc pasākuma — groziņballe skolas sporta zālē;

dalības maksa — Ls 2,0, spēlēs Marchello

Skola gaidīs ikvienu no jums!

Dravnieku pamatskolas kolektīvs

NOVADNIEKS

RUBRIKAS: DAŽĀDI, PĒRK, PĀRDOD,
MAINA, MEKLĒJU DARBU.

PRIVĀTSLUDINĀJUMS (maksas).

Rubrika _____

Derīgs līdz 17. oktobrim.

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| T | ā | l | r | . | | | | | | | | | | | | | | | |

Aizpildīšanas noteikums:
viena rūtiņa — viena zīme.

Iesniedzēja vārds, uzvārds _____

Adrese, tālr. _____

Vai sludinājumu ievietot interneta mājas lapā? Jā Nē

Maksa Ls 0,40 (ar PVN).

Jāiesniedz tikai laikrakstā publicētais kupons, kopētus un pa faksu sūtītus nepieņemsim.

Sludinājumus «Novadniekā»
pieņem Preiļos, Brīvības ielā
14. Tālr./fakss 653-07057.

Kāda būs ziema, rīt prasiet Vēja Mātei



Rītdiena, 15. oktobris, ir viena no Vēja Mātes dienām. Ticējumi vēsta, ja šajā dienā gulbji iet projām vakarā, tad būs agrs rudens, bet, ja rīta pusē, tad būs vēls rudens.

Ja šajā dienā uzkrīt pirmais sniegš, tad gaidāma vētrains ziema, bet, ja gadās, ka ducina pārkons, tad silta. Jāpievērš uzmanība arī ošiem, kuriem lapas šogad nobirušas pavisam steidzīgi. Laika vērotāji zina teikt, ka, lūk, ja ošiem rudenī ilgi paliek lapas, tad būs dziļa un gara ziema. Ja sniegš uzkrīt nesasalušai zemei, būs silta ziema. Tāpēc ir cerības, ka šoreiz ziema diktī nesprēgās.

Atsauciet atmiņā 5. oktobri, kas arī bija viena no Vēja Mātes dienām. Ja 5. oktobrī bērziem un citiem kokiem lapas vēl salnas neskar tas un nebija bezveļa lapkriša, tas norāda, ka ziema nāks vēl un ar vairākiem atkušņiem. Bieza sniega kārtā var arī neveidoties. Par redzams, ka būs bezzobains sals, toties vējš ar nagiem.



“Labo darbu nedēļa 2011” tuvojas!

Visā Latvijā nedēļas garumā no 2011. gada 16. – 23. oktobrim jau trešo gadu tiks atzīmēta “Labo darbu nedēļa”, kuras laikā ikviens tiek aicināts sniegt palīdzību līdzcilvēkiem un veidot palīdzēšanas kultūru valstī. Akciju organizē labdarības organizācijas *Palīdzēsim.lv* un *Charity.lv*, un tās mērķi ir aizsāktās palīdzēšanas kustības popularizēšana un izvērsšana, cilvēku rosināšana uz savstarpēju atbalstu, tādējādi veidojot pozitīvos mirkļus gan devējiem, gan saņēmējiem, un projekta pārvēršana par tradīciju.

Palīdzēsim.lv vēlas vērēt uzmanību, ka palīdzības sniegšanai nav nepieciešami lieli finansiāli ieguldījumi, tikai vēlme palīdzēt – uzkopt pagalmu vai sarīkot rudens talku tuvējā apkārtnē, palīdzēt pensionāriem kaimiņos sakrāmēt šķūnīti malku vai atnest pirkumus no veikala, atdāvināt vairs nevajadzīgās mantas tiem, kam tās ir ļoti nepieciešamas, un citi vienkārši darbi.

Palīdzēsim.lv un *Charity.lv* aicina uzņēmumus, pašvaldību iestādes, nevalstiskās organizācijas un vienkārši ģimenes un draugu kompānijas iesaistīties “Labo darbu nedēļā” un ar savu piemēru uz labiem darbiem aicināt arī citus. Iedvesmu labiem darbiem ikviens var smelties no iepriekšējo gadu piemēriem:

✓ *Zilupes novada biedrība “Rupuciņi” aizveda uz baznīcu cilvēkus no tuvākiem un tālākiem ciemiem, palīdzēja apgādāt topošās māmiņas ar gultiņām, ratiņiem un drēbītēm.*

✓ *Daugavpils Universitātes darbinieki un studenti ciemojās Naujenes bērnu namā ar āboliem un kļiņģeri, dāvināja drēbes un apavus, iesaistīja bērnu dažādās aktivitātēs.*

✓ *Rīgas domes Labklājības departaments aktīvi aicināja savus darbiniekus un rīdniekus ziedot siltos apģērbus bezpajumtniekiem.*

✓ *Vaboles pagasta gaidu vienība palīdzēja vientuļajiem cilvēkiem ravēt puķu dobes, savest un sakraut malku, sakopt pagasta bērnu rotaļu laukumus un apkārtni.*

✓ *Aldis aicināja draugus savas dzimšanas dienas dāvanu vietā ziedot līdzekļus, lai bērni no Latgales audzūģimēnēm aizbrauktu uz Līvu Akvaparku.*

✓ *Tika organizētas kopīgas asins nodošanas akcijas, drēbju vākšana bezpajumtniekiem, vides sakopšanas talkas un daudzi, daudzi citi labi darbi.*

“Labo Darbu Nedēļas” laikā jau trešo gadu portālā *Draugiem.lv* darbosies Labo Darbu skaitītājs jeb saraksts ar nedēļas laikā paveiktajiem labajiem darbiem. Savu labo darbu skaitītājam pievienot varēs ikviens *Draugiem.lv* lietotājs “Labo Darbu Nedēļas” lapā http://www.draugiem.lv/labo_darbu_nedela/ vai arī sūtīt informāciju uz labie_darbi@palidzesim.lv.

Ipašie akcijas draugi šogad ir *Starptautiskās Labestības Akadēmijas fonds*, kas labo darbu ideju aktīvi izplata arī ārpus Latvijas robežām. Vairāk informācija: www.palidzesim.lv, www.draugiem.lv/labo_darbu_nedela.

Kamēr skolotāji atpūtās, skolēni strādāja

Ar nelielu kavēšanos, 7. oktobrī, Aglonas internātvīdusskolā tika atzīmēta Skolotāju diena. Kā ierasts, atbildīgie par notiekošo skolā bija 12. klases audzēkņi.

Diena sākās ar nelielu videoapsveikumu skolotājiem, kurā katra klase sveica savu audzinātāju ar dziesmu, dzejoli vai vienkārši siltiem vārdiem. Turpinājumā skolotāji devās ekskursijā uz Andrupenes lauku sētu, bet pa to laiku vecāko klašu skolēni ieņēma viņu vietas

mācību kabinetos un vadīja mācību priekšmetu stundas. Domāju, vis-sarežģītāk klājās 1. — 4. klašu jaunie audzinātājiem, jo bija nepieciešama ļoti liela uzmanība un izturība, strādājot ar sākumskolēniem. 1. klases audzinātāja bija Natālija Mickeviča (12. klase), 2. klases skolotāja — Sandra Tarvide (11. klase), 3. klases skolotājs — Iļģors Šņepsts (12. klase), 4. klases skolotājs — Iļģors Jaskovičs (12. klase). Tika ievēlēts arī skolas direktors, tas bija Žanis Timofejevs, kurš gādāja par kārtību skolā un klu-

sumu stundās.

Bija ļoti patīkami strādāt ar klasēm, kuru audzēkņi stundās citīgi sekoja līdzī, bez ierunām pildīja uzdots darbus un aktīvi iesaistījās sarunās par kādu noteiktu tematu. Varēja just, ka daudzām klasēm ļoti iepatīkās viņu jaunie skolotāji.

Paldies visiem Aglonas internātvīdusskolas pedagogiem par izturību, sapratni un ieguldīto darbu mūsu audzināšanā un izglītošanā!

Ž.Nikiforova,

Aglonas internātvīdusskolas
12. klases audzēkne

Jaunie Preiļu mākslinieki brauks uz Parīzi

Ar nepacietību rudens brīvlaiku gaida Preiļu mūzikas un mākslas skolas mākslas nodaļas audzēkņi. Skolas direktors Alberts Vucāns turējis jau pirms gada doto solījumu noorganizēt braucienu uz Parīzi. Tas nozīmē, ka 26 topošie mākslinieki un astoņi skolas pedagogi rudens brīvlaikā ar autobusu dosies ceļojumā uz visu mākslinieku sapņu zemi — Franciju.

A.Vucāns pastāstīja, ka pa ceļam bērni varēs tuvāk iepazīt Polijas galvaspilsētu Varšavu, Berlīni Vācijā, apmeklēt mākslas galeriju Drēzdenē. Taču visvairāk laika varēs pavadīt Parīzē, sajūsmīnāties par pasaulslaveniem mākslas darbiem Luvrā, vērot skaistos skatus no Eifeļa torņa un, protams, izbaudīt Disnejlendas jaukumus.

Direktors teic, ka priecies

Parīzē uzņems sens un labs draugs Bruno Davio. Bērniem pieteiks ņemt līdzī fotoaparātus, lai fiksētu pēc iespējas vairāk skaistu skatu. Pēc atgriešanās mājās to visu vajadzēs atsaukt atmiņā un no jauna radīt ar krāsām. Jauno mākslinieku braucienam atbalstu neliedz Preiļu novada dome, taču direktors vēl meklē atsaucīgus sponsorus.

L.Kirilova

Laikraksts Diena un TV3,
piedaloties draugiem.lv, meklē

Latvijas lepnumu 2011!

Pastāstiet mums par cilvēkiem,
ar kuriem jūs lepojaties!



Sūtiet vēstules: latvijaspnoms@dienasmediji.lv,
Latvijas lepnums, Mūkusalas iela 15, Rīga, LV-1004,
vai aizpildiet pieteikuma anketu portālā
www.draugiem.lv/latvijaspnoms, www.diena.lv, www.tv3.lv

SLUDINĀJUMI, REKLĀMAS, LĪDZJŪTĪBA



SIA „LATVIJAS GALA”
iepērk liellopus,
jaunlopus, aitas, zirgus.
Samaksa tūlītēja.
Tālr. 28761515.



SIA JANSSEN LIVESTOCK LATVIA
iepērk piena teļus, bulļus,
brākētās govīs un teles.
Samaksa tūlītēja vai ar pārskaitījumu
(pēc jūsu izvēles).
Tālr. 29698483, MIHAILS.

**PĒRK METĀLLŪŽNUS (no 1 kg)
LIETOTU LAUKU TEHNIKU
UN AUTO.
GRIEŽAM UZ VIETAS.**
Samaksa tūlītēja.
Darba laiks: 00-24. Tālr. 25969839.

**Pārdod zarus (pēc cirsmu
izstrādes mežā) šķeldošanai.**
4 km no Preiļiem.
Tālr. 22079169.

LPKS “Baltic Meat Standard”
iepērk liellopus, jaunlopus.
Sver uz elektroniskajiem svariem.
Samaksa tūlītēja.
Tālr. 63354097. Mob. tālr. 20250289.

Pārdod visa veida metāla jumta
segumus, sākot no 3 Ls/m²,
notek sistēmas un metāla konstrukcijas.
Piegāde. Garantija.
Tālr. 26360938.

Latgales finanšu kompānija
Jēkabpili, Jaunā ielā 16,
2. stāvā 101. kab.
**IZSNIEDZ AIZDEVUMUS
PENSIONĀRIEM.**
Tālr. 65233778, mob. tālr. 26253151.
Aizņemties atbildīgi un izvērtējiet
savas iespējas atmaksāt aizdevumu!

**SIA AIBI iepērk liellopus,
jaunlopus, aitas, zirgus, cūkas.**
Labas cenas. Samaksa tūlītēja.
Tālr. 26142514, 20238990.

**SIA Latvian Meat iepērk liellopus,
jaunlopus, zirgus, aitas.**
Samaksa tūlītēja.
Tālr. 29161121, Juris.

**SIA “Rudzāts” remontē visu veidu
lauksaimniecības tehniku,
pērk lietotu l/s tehniku un
inventāru.**
Tālr. 27090989.

SIA IBIZA pērk mežā pie ceļa
Preiļu raj.

| | |
|------------------|-----------------------|
| Priedes z/b | g. 4,9; 5,5; 6,1 |
| diam. 14 - 17 | 32 Ls |
| diam. 18 - 44 | 36 Ls |
| Egles z/b | g. 4,9; 5,5 |
| diam. 14 - 17 | 36 Ls |
| diam. 18 < | 41,50 Ls |
| Egles z/b | g. 6,1 |
| diam. 14 - 17 | 36 Ls |
| diam. 18 < | 45 Ls |
| Mieti (skujkoku) | g. 2,5 (koefic. 0,56) |
| diam. 6 - 11 | 27 Ls |
| Apses z/b | g. 2,5; 3,1; 5,0 |
| diam. 14 - 23 | 19 Ls |
| diam. 24 < | 23 Ls |

Transporta izmaksas netiek ieturētas.

Piedāvājam slēgt līgumus
ar fiksētām cenām.

Tālr. 28330750. Info: www.ibiza.lv

**SIA «SENLEJAS» iepērk
liellopus.**
Samaksa tūlītēja.
Tālr. 65322454, 26190124, 26604491.

**SIA “Govs centrs” iepērk
piena teļus līdz 42 d. vecus.**
Augstākās cenas. Tūlītēja samaksa.
Tālr.: 26609182.

Pērk metāllūžņus.
Tālr. 20056006.

✓ PVC logi par pasakainu cenu!
✓ Siltās durvis no Ls 109.
Pilns serviss. Bezprocentu kredīts.
Tālr. 28673992.

**Artēzisko aku urbšana, remonts,
tehniskā dokumentācija.**
SIA “Akva M”.
Tālr. 29254793.

**Pērk traktoros MTZ 50 / 52 /
80 / 82, T 16 / 25, JUMZ
jebkāda stāvokli.**
Tālr. 26344847.

**SIA “AIBI” Ērģļos
AICINA DARBĀ
šoferi lopu iepircēju.**
Tālr. 29478728.

**Pārdod sausu skaldītu
MALKU.**
Tālr. 26190978.

Par augstām cenām pērk visa veida
mežus un zemi.
Tūlītēja samaksa.
Tālr. 26544864, 29215325.

**AS “Strenču MRS” pērk
cirsmas un mežus īpašumā.**
Tālr. 29168689.

Piedāvā attīrīt lauksaimniecības
zemi, Upmalas pagastā,
no apauguma un pameža,
iegūstot iespaidīgu apjomu ar
malku vai materiālu šķeldai.
Tālr. 29119806.

A EXPRESS
SIA A EXPRESS
PĒRK visa veida cirsmas, mežus,
kā arī papimalku, zāgbaļķus,
taras klučus mežā pie ceļa.
TŪLĪTĒJA APMAKSA!
Tālr. 29809191.

Aku urbšana.
Tālr. 29142220.

Pārdod
Iopbarības kviešus 0,15 Ls/kg. Tālr.
20308216.

**IK “Skārdnieku darbnīca”
izgatavo
apaļo krāšņu apvalkus.**
Līvāni, Lāčplēša iela 16A. Tālr. 29267137.

Sertificēts dziednieks
Leonīds Kozlovs palīdz atjaunot
veselību. Izmanto SPA metodes.
Atbrīvo no atkarībām.
Dzelzceļa ielā 1, Līvānos.
Pieraksts pa tālr. 29919574.

Irē
1 istabu dzīvokli Preiļos, var būt ar daļējam
ērtībām. Zvanīt pēc plkst. 18.00.
Tālr. 29737908.

Uzpūš vējš un pārrauj sveces mūžu,
Aust diena un pārrauj zvaigznes
mūžu,
Krīt zvaigzne un pārrauj cilvēka
mūžu...
**Izsakām līdzjūtību skolotājai
Valentīnai Mičulei,
pavadot DZĪVESBIEDRU
pēdējā gaitā.**
Dravnieku pamatskolas
darbinieki

VESELĪBA

Ārstniecības augi cukurslimniekiem

Cukurslimībai ir vairāki paveidi, katrs no tiem izpaužas citādi. Tādēļ tās ārstēšanā nepieciešama individuāla pieeja, un tikai ārsts speciālists, kurš labi pazīst pacientu, izlemj un nosaka ārstēšanas veidu.

Ārstniecības augi, kā arī dažādi augļi un dārzeņi vienīgi papildina pamatārstēšanu. Sniedzam dažus medikū ieteikumus par zaļu tējām un augu, kas pazemina cukura koncentrāciju asinīs, lietošanu.

✓ **Melleņu lapas** (ieteicams vākt maijā un jūnijā) izžāvē. Ēdamkaroti lapu aplej ar glāzi verdoša ūdens. Dzer pa pusglāzi 3 — 4 reizes dienā.

✓ **Svaigu meža zemeņu sulu** dzer pa 4 — 5 ēdamkarotiem dienā. Var lietot arī kaltētas ogas un lapas: ņem apmēram ēdamkaroti, aplej ar glāzi karsta

ūdens, nostādina, izkāš, dzer pa 3 — 4 glāzēm dienā.

✓ **100 g auzu graudu** aplej ar trim glāzēm karsta ūdens. Dzer pa pusglāzi 3 — 4 reizes dienā pirms ēšanas.

✓ **10 g lauru lapu** aplej ar trim glāzēm verdoša ūdens un 2 — 3 stundas ļauj ievilkties. Dzer pa pusglāzi trīs reizes dienā.

Vairāku augu, kas pazemina cukura koncentrāciju asinīs, iedarbība ir veiksmīgāka, ja tos lieto kopā ar citiem augiem, kuriem pašiem par sevi šādas iedarbības nav.

✓ **Sajauc pa 20 g melleņu un nātru lapas un pieneņu saknes**, uzlej pusotras glāzes verdoša ūdens. Ļauj ievilkties, tad izkāš. Dzer pa pusglāzi trīs reizes dienā pirms ēšanas.

✓ **Nem pa 20 g melleņu, nātru un melnā plūškoka lapu,**

pārlej 150 ml karsta ūdens. Izlieto vienā dienā vairākos paņēmienos.

✓ **Sajauc 25 g melleņu lapu ar tādu pašu daudzumu dadžu sakņu**, pārlej 100 ml karsta ūdens, atdzesē. Lieto 3 — 4 reizes dienā pa ēdamkarotei pirms ēšanas.

✓ **Ņem pa 50 g lauku kosu un zemeņu mētru**, pievieno 100 g sūreņu un visu pārlej ar litru karsta ūdens. Dzer pa 3 — 4 glāzēm dienā.

Cukura daudzumu asinīs pazemina arī **kāpostu lapu un zaļu kartupeļu sula**, tāpat **svaiga aveņu un humbieru sula, zirņu, lucernas, sēņu salāti**. Sulas var lietot arī atšķaidītas ar ūdeni (1 : 1). Sāk dzert pa ceturtdaļai vai trešdaļai glāzes 30 — 40 minūtes pirms ēšanas. Ja organisms tās panes labi, devu palielina līdz pilnai glāzei.

Zelta padomi sāls lietošanai

Kur lieto? Pirmo vietu no visām garšvielām ieņem vārāmā sāls. To lieto visur, arī saldajos ēdienos. Liela nozīme sāļi ir kā sevišķi labam konservēšanas līdzeklim.

Cik veselīgi? Cilvēka organismam sāli vajag. Tagad gan virsroku ņem uzskats, ka to vajag lietot prātīgi.

Dienas norma. Vēl pirms 100 gadiem uzskatīja, ka dienā vajag uzņemt 10 — 15 gramus. Daļu no šī daudzuma organisms iegūst pats no dzīvnieku valsts barības līdzekļiem. Mūsdienās lietojam dažādus izstrādājumus, kuros jau ir klāt daudz sāls. Bet — jo tā mazāk, jo labāk.

Sākt ar sāļu vai saldu? Ēdienreizi vienmēr sāk ar sāļiem ēdieniem un beidz ar desertu vai augļiem. Mērenā vairumā ēdieniem sāls padara tos vieglāk sagremojamus un kairina arī mūsu ēstgribu.

Kad pievienot sāli? Sāli zupai pieber, kad tā jau gatava, jo, sāls klātbūtnē vāroties, zupa zaudē daļu no savas vērtības.

Gaļas zupai sāli liek pusstundu pirms vārīšanās beigām.

Gaļu apkaisa ar sāli tieši pirms gatavošanas sākuma, jo, apkaisot agrāk, sāls izvelk gaļas sulu un tā top sausāka un sīkstāka.

Zivju zupai sāli pievieno vārīšanās sākumā.

Dārzeņu zupai — beigās. Ja grib kartupeļus mikstākus un irdenākus, tad vārīšanās laikā, jo kartupeļi uzsūc sāli.

Vārot kartupeļus, sāli pieber sākumā.

Vārot zirņus un pupas — beigās, jo citādi tie būs cieti.

Gaļu, zivis, dārzeņus sāla pirms cepšanas, bet ceptus kartupeļus beigās, kad tie jau gatavi.