

Eiropas  
Savienības  
aktualitātes

3. lappusē

Skolēnu  
veselības  
sardzē

5. lappusē

Latgalieši  
Austrālijā

8. lappusē

## Balsojiet par «Ultimate Jump» Zelta talantu pusfinālā!



● Ielu akrobātu grupa saņēma ceļazīmi uz pusfinālu. Attēlā no kreisās — Andrejs Linds, Arvids Pudāns, Genādijs Zarāns, Kaspars Patmalnieks, Stanislavs Lazdāns un Sergejs Stoļaruks. Viens no grupas aktīvākajiem dalībniekiem Vjačeslavs Kirilovs pašlaik dzīvo un trenējas Lielbritānijā.

Preiļu puse ir bagāta ar talantīgiem jauniešiem. Par to liecina ne tikai Daiņa Skuteļa panākumi, bet arī nesen saņemtā ziņa, ka šī gada konkursa «Latvijas Zelta talanti 2012» pusfinālā startēs Preiļu 2. vidusskolas skolēnu apvienība «Ultimate Jump».

Komanda nodarbojas ar freerun un parkour stila vingrošanu, ir tās piekritēji un savās prasmēs sasniedz akrobātu un kaskadieru cienīgas iemaņas. Lēkājās komandas sastāvā, kas 19. februārī LNT kanālā atlases raidījuma tiešraidē izcīnīja vienu no trim ceļazīmēm uz pusfinālu, ir seši sportiski, neatlaidīgi puīši — Sergejs Stoļaruks, Genādijs Zarāns, Kaspars Patmalnieks, Stanislavs Lazdāns, Arvids Pudāns un Andrejs Linds. Tā kā šis nedēļas nogalē viņiem jāstartē Zelta talantu pusfinālā, istais brīdis iepazīstināt ar sportiskajiem jauniešiem tuvāk.

Sergejs un Genādijs labprāt pastāstīja par savu aizraušanos. Izrādās, doma piedalīties konkursā bijusi jau pagājušajā gadā, bet banālā veidā nokavējuši pieteikšanos. Šogad saņēmušies pieteikties tikai divas dienas pirms atlases, kas rīkota Daugavpilī. Iepriekšējā vakarā vienojušies par priekšnesumu un

pēc atlases ar satraukumu gaidījuši — uzaicinās uz televīziju vai ne. Gandrīz vai cerības zudušas, kad beidzot piezvanījuši — jauzstājas konkursā pēc divām nedēļām.

Sākums lēkšanai un šķēršļu pārvarēšanai skrējienā (tā īsumā var raksturot visu, ko viņi dara) bijis pirms gadiem četriem pieciem, kad sākuši trenēties un trikus izdomāt kopā. Kā līdz tādai domai nonāks? Kā jau visi puikas, bērnībā skatījušies filmas, jo vairāk triku, jo interesantāk. Ļoti iedvesmojušas Džekija Čana filmas. Bet pēc tam internetā ieraudzījuši video — kā cilvēki lēkā no jumta uz jumtu, taisa salto. Tas licies tik interesanti un mazliet nereāli, ka radusies vēlme sākt pašiem nodarboties. Licies, ka nekas nesanāks, bet ar laiku sākuši trenēties kopā, filmējuši savus trikus, analizējuši, uzlabojuši un ievietojuši internetā.

Tagad puīši atceras, ka vecākiem viņu aizraušanās droši vien radījusi ne vienu vien sirmu matu. «Mēs mēģinājām, mācījāmies, kritām — bija ļoti bīstami, šausmīgi kritieni, bija traumas, gulējām slimnīcās, notika operācijas. Lai vai kā, bet tas neapturēja, mēs turpinājām trenēties un nodarboties ar to, kas patīk un tuvs sirdij,» atminas Sergejs.

Pēdējā laikā trenēties sanāk retāk, jo gandrīz visu laiku aizņem mācības un darbs. Viens no grupas aktīvākajiem puīšiem kādu laiku dzīvo un strādā Lielbritānijā. Arī tur savu nodarbi nav metis malā, nodibinājis kontaktus ar vietējiem ielu akrobātiem un trenējas. Tā kā freerun un parkour stila sekotāji parasti savas uzstāšanās filmē un ievieto internetā, tāpēc Anglijā zinājuši arī par Latviju un Preiļiem. Sergejs un Genādijs ir visai paškritiski un teic, ka «Ultimate Jump» līmeni, salīdzinot ar profesionāļiem, varot vērtēt kā vidēju. Līdz augstākajam līmenim vēl tālu. Vasarā viņiem treniņi notiek trīs līdz četras reizes nedēļā, bet ziemā aizņemties un piemērotas treniņu vietas trūkuma dēļ retāk. Vislielāko paldies Sergejs un Genādijs šaka džudo kluba «Jaunība.LV» trenerim Aleksejam Sapeginam, kurš izrādījis pretimnākšanu un ļauj viņiem trenēties džudistu zālē, kur ir paklāji. Patiesībā sporta veids ir viens no lētākajiem, kāds vien iespējams. Nepieciešams tikai treniņtērps, mierīgi var iziet laukā un trenēties jebkur. Puīši smejas — «kur tevi nepadzīs, jo gadījies arī tā, ka cilvēki nesaprot mūs. Viņi domā, ka mēs kaut ko salauzīsim, sa bojāsim kādu sētu vai sienu.»

Turpinājums 2. lappusē.

Nepaspēji abonēt  
"NOVADNIEKU"?

Dari to šodien un  
saņem laikrakstu pēc  
piecām dienām!

## ZIŅAS

### Notāru dienās jautāja ne tikai par sākumdeklarēšanos

Pagājušajā nedēļā notikušajās Notāru dienās valsti kopumā speciālistus apmeklējuši vairāk nekā seši tūkstoši iedzīvotāju, divas trešdaļas no viņiem lūguši skaidrojumu par dažādiem «Sākumdeklarēšanas likuma» aspektiem, informē Latvijas Zvērinātu notāru padomes rīkotājdirektore Vija Piziča.

Līvānos praktizējošā zvērinātā notāre Gunta Daugaviete atzina, ka akcijas laikā pie viņas griezušies 37 iedzīvotāji, aptuveni pusei no viņiem bijušas neskaidrības ar tā saukto nulles deklarāciju nesaistītos jautājumos, piemēram, testamenti, dāvinājumi, laulību šķiršanas, īpašumtiesības, mantojumi un citi. Notāre pārliecinājusies, ka saistībā ar «Sākumdeklarēšanas likumu» iedzīvotājiem ir ļoti daudz neskaidrību.

Pirmās Notāru dienas tika rīkotas 2006. gadā. Kopumā sešu gadu laikā 120 notāri visā Latvijā bezmaksas konsultācijas par dažādām juridiskā rakstura tēmām snieguši aptuveni 20 tūkstošiem iedzīvotāju.

### Rosinās paaugstināt valsts iemaksas sociālās apdrošināšanas sistēmā māmiņām

Labklājības ministre Ilze Viņķele rosinās paaugstināt valsts iemaksas sociālās apdrošināšanas sistēmā māmiņām, kuras audzina bērnu līdz 1,5 gadu vecumam, kas nākotnē palielinātu viņu pensijas.

Kā aģentūru LETA informēja ministres padomniece sabiedrisko attiecību jautājumos Sabine Puķe, pašlaik, māmiņai atrodoties bērna kopšanas atvaļinājumā, valsts veic iemaksas no 50 latiem.

Kā ziņots, Ministru Kabinets atbalstīja Labklājības ministrijas (LM) izstrādātos grozījumus Konceptijā par sociālās apdrošināšanas sistēmas stabilitāti ilgtermiņā, kas paredz pensionēšanās vecuma pakāpenisku paaugstināšanu jau no 2014. gada. Viņķele uzsver, ka sabalansēts sociālais budžets jau tuvākajā nākotnē dos iespēju atbalstīt vairākas sabiedrības grupas.

LM uzsver, ka sociālā politika, it īpaši pensiju sistēma, Latvijā, tāpat kā citās Eiropas Savienības (ES) valstīs, ir nesaraļamā saistīta ar valsts demogrāfisko un ekonomisko attīstību. Ekonomiskā krīze un sabiedrības novecošanās ir nopietns risks valsts sociālās apdrošināšanas sistēmas stabilitātei ne tikai pašlaik, bet arī turpmākajos gados.

Nemot vērā sabiedrības novecošanās problēmas, pensijas vecuma paaugstināšana ir aktuāla gandrīz visās ES dalībvalstīs, piemēram, Igaunijā līdz 2016. gadam pensionēšanās vecums sievietēm tiks palielināts līdz 63 gadiem, bet, sākot ar 2017. gadu, pensionēšanās vecums sievietēm un vīriešiem pakāpeniski paaugstināsies — ik gadu par trīs mēnešiem, līdz tas sasniegs 65 gadus 2024. gadā. Lietuvā pensionēšanās vecums tiks pakāpeniski paaugstināts no 2012. gada, līdz tas sasniegs 65 gadus, sievietēm tas ik gadu tiks paaugstināts par četriem mēnešiem, bet vīriešiem — par diviem mēnešiem.

## NACIONĀLĀS ZIŅAS

### Referenduma mēnesī visvairāk saziēdota "Vienotībai"

Februārī, kad valstī norisinājās referendums par valsts valodas statusu, būtiski pieaudzis ziedojumu apmērs tieši latviešu elektorāta partijām, liecina Korupcijas novēršanas un apkarošanas biroja mājaslapā pieejamā informācija par partiju dāvinājumiem un ziedojumiem. Janvārī ziedojumu apmēra ziņā līdere bija sociāldemokrātiskā partija "Saskaņa", kurai tika ziedoti 5625 lati, bet februārī līdera pozīcijas ieņēma partija "Vienotība", kurai ziedoti 21 765 lati. Februārī lielākais ziedotājs "Vienotībai" bijis Ministru prezidenta ārštata padomnieks Pēteris Viņķelis, kurš atvēlējis 6600 latus. 4450 latu ziedojs Edgars Krūmiņš, 4000 latu — Juris Zvirbulis, bet vēl 3000 latu "Vienotībai" ziedojs Saeimas deputāts Arvils Ašeradens. Janvārī "Vienotībai" tika ziedoti vien 1659 lati. Otrajā vietā ziedojumu apmēra ziņā pagājušajā mēnesī ierindojusies "Zaļo un zemnieku savienība" (ZZS), kuras kasē "ierīpojis" 11 681 lats. Starp ZSS lielākajiem ziedotājiem ir uzņēmējs Valdis Kalnozols, kurš ziedojs 4848 latus, bet Jānis Ledīšs — 3540 latu. Jāpiebilst, ka ZZS janvārī tika ziedoti tikai 2000 latu. Partijai "Visu Latvījā!", kurai janvārī tika ziedoti tikai 357 lati, februārī kase papildinājās ar 8877 latiem. No tiem 8000 latu ziedojs Māris Sprūds. Nacionālā apvienība "Visu Latvījā!" "Tēvzemei un brīvībai"/LNNK februārī ziedojumos saņēmusi 670 latus, bet partija "Tēvzemei un brīvībai"/LNNK, tāpat kā janvārī, ziedojumus nav saņēmusi. "Zatlera reformu partijai" februārī bijis tikai viens ziedojums — 7,50 latu apmērā no Elīnas Čuderes. Savukārt "Saskaņa" februārī ziedojumos saņēmusi 3050 latus, no tiem 1200 latu atvēlējis Juris Gliņskis, bet katrs pa 500 latiem — Nikolajs Čadovs un Jurijs Zotovs. Partijai "Par cilvēka tiesībām vienotā Latvijā" gada otrajā mēnesī saziēdota 520 lati, kas ir tikai par 70 latiem vairāk nekā janvārī.

### Latvijas armijai par miljonu eiro piegādās 24 ložmetējus

Aizsardzības ministrija (AM) par gandrīz miljonu eiro (aptuveni 700 tūkstošiem latu) no sava budžeta iegādāsies ložmetējus. AM preses nodaļas vadītāja Dace Ankipāne aģentūrai BNS pastāstīja, ka konkurss ir noslēdzies un tajā par NATO standartiem esošu ložmetēju piegādi uzvarējis Beļģijas ieroču kompānija «FN Herstal». Saskaņā ar plānīem uzņēmumam būs jāpiegādā 991 838 eiro (697 tūkstošus latu) vērti 24 ložmetēju komplekti. Pilnībā nokomplektēts viens 7,62 milimetru ložmetējs «Minimi» ar rezerves daļām maksā aptuveni 40 tūkstošus eiro. Šos ložmetējus izmantos starptautiskā operācijā Afganistānā dienotie Latvijas karavīri.

### Zatleram vēl arvien meklē dzīvokli

Bijušajam Valsts prezidentam Valdim Zatleram tiek meklēti 180 līdz 250 kvadrātmetru plašs dzīvoklis Rīgas centrā, liecina speciāli izveidotās komisijas ekspresidenta dzīvesvietas izvēlei apstiprinātās prasības meklējamajam nekustamajam īpašumam. Valsts prezidenta Andra Bērziņa preses sekretāre Līga Krāpāne aģentūru LETA informēja, ka minimālās prasības nekustamajam īpašumam pirms apstiprināšanas tikušas nosūtītas Zatleram, kurš par tām nav sniedzis ne iebildumus, ne priekšlikumus. Jau ziņots, ka Zatlera pagaidu dzīvoklis tiek īrēts no uzņēmējas Irēnas Pulkīnenas. Dzīvokli Smiļšu ielā 7 iepriekš izmantoja ASV vēstniecības diplomāti, un dzīvoklis atbrīvotās, kad ASV vēstniecība pārcēlās uz jaunajām telpām Remtes ielā 1. Dzīvoklim Smiļšu ielā 7 ir 288 kvadrātmetru platība, un tas ir divstāvēgs.

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 drukā» Rēzeknē.

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

Laikraksts iznāk astoņas reizes mēnesī (otrdien, piektdien).

*Dari pārsteidzošas lietas! Drošāk ir virzīties uz priekšu nekā stāvēt!*

## Balsojiet par «Ultimate Jump» Zelta talantu pusfinālā!

Sākums 1. lappusē.

Kādas rakstura īpašības nepieciešamas, lai varētu veiksmīgi nodarboties ar freerun un parkour? Jaunieši ir pārliecinājušies, ka tas ir gribasspēks un mērķtiecība, pat zināma spītība un spēja pārvarēt bailes. Kad sākotnējās iemaņas apgūtas, lieliskas esot adrenalīna un brīvības sajūtas lēciena laikā. «Kad tu kādu triku nevari veikt, bet trenējies, trenējies, kamēr sanāk, tad rodas interese mēģināt vēl kaut ko sarežģītāku. Cilvēki parasti brīnās par mūsu salto lēcieniem, bet ne mazāk interesanti ir rāpot pa sienām un lekt no jumta uz jumtu.»

Puišiem ļoti patīk uzstāties, piedalīties dažādos pasākumos. Sergejs stāsta, ka uzaicinājumus piedalīties saņemot diezgan bieži. Esot braukuši ar saviem priekšnesumiem kuplīnāt arī kādu automašīnu izstādi Rīgā. Nekādu samaksu par to gan nav saņēmuši, taču lielāku atpazīstamību un pieredzi gan.

Apvienība «Ultimate Jump» daudz ko dara par saviem līdzekļiem, neprasot pašvaldībai nekādu finansējumu. Vienreiz uzrakstījuši iesniegumu Riebiņu novada domei, jo vēlējušies, lai ierāda vietu, kur vasarā trenēties. Tādu, lai varētu nākt mācīties arī citi interesenti. Nepieciešams, lai iesācējiem būtu miksts pamats zem kājām, piemēram, smiļšu vai grants karjerā. Toreiz saņēmuši atteikumu un savā pašvaldībā arī vairs neesot jautājuši. Nu viņi cer, ka ir pamanīti. Par to liecina, ka Preiļu no-



● Apvienības «Ultimate Jump» uzstāšanās «Latvijas Zelta talanti 2012» atlases raidījumā. Salto atmuguriski veic Kaspars Patmalnieks.

vada dome iedevusi autobusu, lai komanda aizbrauktu uz Zelta talantu atlases raidījuma filmēšanu, piešķirusi pusdienu naudu un sponsorējusi krekliņu iegādi.

Atceroties uzstāšanos televīzijā, Sergejs saka, neesot varējuši sevi pilnībā parādīt viena iemesla dēļ — uzstāšanās laukums pārāk mazs. Jau mēģinājuma laikā televīzijas viri ne pa jokam

satraukušies, ka iespaidīgo lēcienus laikā netiktu skarts kāds griestos iekarīnāts prožektors vai monitors uz sienas.

Pusfināla priekšnesumam ielu akrobāti gatavo šo to jaunu. Ko, to redzēsīm **LATVIJAS NEATKARĪGAJĀ TELEVĪZIJĀ 11. MARTĀ PULKSTEN 20.20.** Novēlēsim puišiem izdošanos un balsosim par savējiem!

## RIEBIŅU NOVADĀ

# Apstiprināja budžetu, plāno piedalīties projektos

**Riebiņu novada domes ārkārtas sēdē 16. februārī apstiprināts 2012. gada budžets. Pašvaldības pamatbudžeta šī gada ieņēmumi plānoti 2 806 289 latu apmērā, arī izdevumi — 2 806 289 latu apmērā (ar līdzekļu atlikumu uz gada sākumu 156 896 latu apmērā), informē Riebiņu novada domes sabiedrisko attiecību speciālists Rolands Naglis.**

No gaidāmajiem budžeta ieņēmumiem nodokļu un nodevu ieņēmumi 870 860 latu apmērā, ieņēmumi no sniegtajiem maksas pakalpojumiem un citi pašu ieņēmumi 286 500 latu, valsts un pašvaldību budžetu transferti, dotācija no pašvaldību izlīdzināšanas fonda un citas mērķdotācijas 1 492 033 latu apmērā. Nodokļu ieņēmumos lielākais īpatsvars ir iedzīvotāju ienākuma nodoklim. Nenodokļu ieņēmumus galvenokārt veido ieņēmumi no dzīvokļu un komunālajiem pakalpojumiem, ieņēmumi no pašvaldības īpašuma nomas un citiem maksas pakalpojumiem.

Speciālā budžeta plānotie ieņēmumi 2012. gadā prognozēti 114 073 apmērā, kur 16 318 latu ir atlikums 2012. gada 1. janvārī un 5000 latu — ieņēmumi no dabas resursu nodokļa. Būtiskākais ienē-

mumu veids — autoceļu (ielu) fonda līdzekļi, kas plānoti 92 755 latu apmērā.

Riebiņu novada uzturēšanas izdevumi novada struktūrvienībām, ieskaitot novada administrāciju, pagastu teritoriālās pārvaldes, skolas, kultūras namus, bibliotēkas un citas pakļautībā esošās iestādes, plānoti 209 325 latu apmērā. Novada domei un sešām pagastu teritoriālajām pārvaldēm atvēlēti 100 867 latu, komunālajai saimniecībai kopumā paredzēti 50 080 latu, novada bibliotēkām — 11 040 latu, kultūras namiem — 32 591 lats, bet skolu un pirmsskolas izglītības iestādes uzturēšanas izdevumiem atvēlēti 55 103 latu.

Apstiprinot šī gada budžetu, 8500 latu piešķirti novada sporta pasākumu organizēšanai un inventāra iegādei. 9000 latu atvēlēti kultūras pasākumiem novadā. Novada sociālajam dienestam atvēlēti 1850 latu, sociālajam centram "Rušona" — 6720 latu un sociālās aprūpes mājas "Rudenāji" uzturēšanai — 6000 latu.

Savukārt ēdināšanai izglītības iestādēm un sociālajam centram "Rušona" piešķirti 66 200 latu, bet pārvaldījumiem mācību iestādēm — 13 600 latu. Jāpiebilst, ka pašvaldība nodrošina bērnu nokļūšanu līdz pašvaldības izglītības iestādēm, apmaksājot mēnešbiļetes.

Maznodrošināto ģimeņu bērniem skolā tiek piešķirtas brīvpusdienas, pārējiem skolēniem tiek kompensētas ēdināšanas izmaksas Ls 2,50 latu apmērā. Apstiprinot 2012. gada budžetu, nolemts piešķirt 6000 latu brīvpusdienu nodrošināšanai daudz bērnu ģimeņu bērniem. Tāpat 6000 latu atbalsts piešķirts veselības aprūpei jeb dotācija medicīniskā aprīkojuma iegādei ārstu praksēm un feldšerpunktiem, kuri darbojas Riebiņu novada teritorijā — viens lats uz vienu iedzīvotāju. 2012. gadā GMI, komunālajiem un citiem pabalstiem kopumā atvēlēti 100 000 latu.

Algu fondam šogad atvēlēti 772 720 latu. Nolemts, ka, sākot ar 2012. gada 1. martu, Riebiņu novada domes un struktūrvienību darbinieki strādā 40 stundas nedēļā.

Apstiprinot šī gada budžetu, domes priekšsēdētājs I.Meluškāns uzsvēra, ka pašvaldības būtiskākais uzstādījums ir piedalīšanās dažādos, īpaši ES finansētos, projektos. Gan aizvadītajā — 2011. gadā, gan arī šogad pašvaldība turpinās piedalīties projektu izstrādē un realizācijā gan projektu iesniedzējas organizācijas statusā, gan sadarbībā ar citām publiskām personām. Budžeta izdevumu sadaļā — projektu realizācijai šogad atvēlēti 144 347 latu.

## SVF: Latvijai ir labas izredzes ieviest eiro

Latvijai ir labas izredzes 2014. gadā ieviest vienoto ES valūtu eiro, 1. martā Eiropas Komisijas Ekonomikas un finanšu lietu ģenerāldirektorāta un Latvijas Bankas rīkotajā seminārā Briselē par to, kā Latvija pārvarējusi krīzi, pavēstīja Starptautiskā Valūtas fonda (SVF) misijas Latvijā vadītājs Marks Grifits.

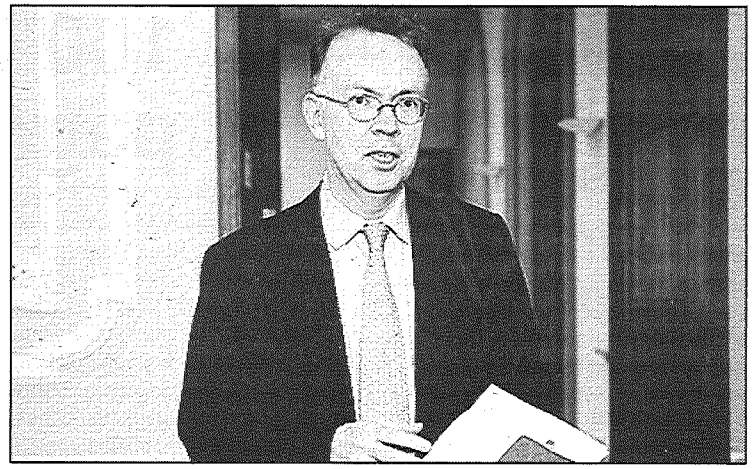
«Labas ziņas ir, ka Latvija ir ceļā uz Māstrihtas kritēriju izpildi. Skatoties uz skaitļiem no to perspektīvas, kritēriju izpilde izskatās labi,» sacīja Grifits un norādīja, ka Latvijas budžeta deficīts pērn bija zem aizdevēju prasītā līmeņa un šogad ir labas

izredzes to samazināt līdz plānotajiem 2,5% no iekšzemes kopprodukta (IKP).

Runājot par inflāciju, Grifits pastāstīja, ka saskaņā ar pašreizējām prognozēm Latvija varētu izpildīt šo kritēriju, proti, patērētāju cenu līmenis varētu būt zem triju valstu ar zemāko inflāciju plus 1,5 procentpunkti rādītāja.

Vienlaikus Grifits atzina, ka Latvija varētu vēl vairāk strādāt, lai ieviestu strukturālās reformas. Taču, pēc viņa teiktā, pašreizējā situācijā būtiskākais ir tas, ka Latvija ļoti nopietni izturas pret krīzes pārvarēšanu ar fiksētu valūtas kursu.

Latvija pašlaik plāno pievienoties eiro 2014. gada 1. janvārī.



● SVF tehniskās palīdzības misijas vadītājs Marks Grifits (Mark Griffiths).

## ES paraksta fiskālās disciplīnas līgumu

Briselē 2. martā notiekošā Eiropas Savienības (ES) samita otrajā dienā 25 bloka dalībvalstis, tostarp Latvija, parakstīja starptautisku līgumu par Ekonomiskās un monetārās savienības stabilitāti, koordināciju un pārvaldību.

Parakstot Līgumu par stabilitāti, koordināciju un pārvaldību ekonomiskajā un monetārajā savienībā, valstis apņemas pakāpeniski samazināt budžeta deficītu, veidot sabalansētu budžetu un tikties uz budžetu ar pārpalikumu. Līguma mērķis ir noteikt stingrāku fiskālo disciplīnu eirozonā, kas kalpos par pamatu tās

stabilitātes nodrošināšanai nākotnē.

ES prezidents Hermans van Rompejs pirms līguma parakstīšanas norādīja, ka tas paredz stabilitāti, koordināciju un pārvaldību, valstīm apņemoties panākt ekonomisko stabilitāti un padziļinot koordināciju.

Van Rompejs uzsvēra, ka šī līguma parakstīšana ir milzīgs solis tuvāk atbildībai un solidaritātei, taču valstīm to vēl nepieciešams ratificēt un tās sagaida grūts uzdevums pārliecināt valdības un iedzīvotājus par tā nozīmību.

Savukārt Eiropas Komisijas prezidents Žozē Manuels Barrozu sacīja, ka šī līguma izveide bijusi grūta un sarežģīta, taču ir

panākta tā atbilstība ES normām.

Ari Barrozu uzsvēra, ka līgums ir nozīmīgs, lai panāktu stabilitāti pasaules ekonomikā un ilgtspējīgu izaugsmi, turklāt tā parakstīšana demonstrē uzticēšanos eiro, kas nav tikai eirozonas valūta, bet visas ES valūta.

Kā ziņots, par fiskālās disciplīnas līgumu ES dalībvalstis vienojās 31. janvārī, tam izvēloties nepievienoties vien Čehijai un Lielbritānijai.

Savukārt 28. februārī Latvijas Ministru kabinets atbalstīja šī līguma likumprojektu, kurā norādīts, ka tā mērķis ir stiprināt Ekonomikas un monetārās savienības ekonomikas pilāru, vienojoties par noteikumiem, kas veicinās budžeta disciplīnu, no-

stiprinās ekonomikas politiku koordināciju un uzlabos eirozonas pārvaldību. Tādējādi tiks veicināta ES ilgtspējīgas izaugsmes, nodarbinātības, konkurētspējas un sociālās kohēzijas mērķu sasniegšana.

ES fiskālās disciplīnas līgums, par kuru pamata vienošanās tika panākta decembrī, paredz ieviest tā dēvēto zelta likumu, kas pieprasa dalībvalstu konstitūcijās iekļaut prasību par sabalansētu budžetu.

Jaunais līgums obligāti tiek attiecināts uz 17 eirozonas valstīm, taču tam var pievienoties arī ikviens no pārējām ES dalībvalstīm.

Līgums ir jāratificē līgumslēdzējam pusēm atbilstoši katras

valsts nacionālajām procedūrām.

Līgums stāsies spēkā, kad to būs ratificējušas vismaz 12 eirozonas dalībvalstis, kas plānots līdz 2013. gada 1. janvārim.

Prasība par fiskālās disciplīnas noteikumu iestrādāšanu valstu nacionālajās tiesību normās jāizpilda gada laikā pēc līguma stāšanās spēkā.

Eirozonā neieklātajās valstīs līgums stāsies spēkā tad, kad tās līgumu būs ratificējušas un pievienojušas eirozonai. Ja valsts ārpus eirozonas to vēlas, tā var paziņot, ka piemēros līguma sadaļas par fiskālo disciplīnu un ekonomikas politikas koordināciju ātrāk.

## ES piešķir Serbijai kandidātvalsts statusu

Briselē 2. martā notikušā ES samita pirmajā dienā piešķirts oficiāls kandidātvalsts statuss Serbijai, paziņoja bloka prezidents Hermans van Rompejs.

Bloka līderu lēmumu atzinīgi novērtēja Serbijas prezidents Boriss Tadičs, norādot, ka tas viņa vadītajai valstij paver durvis uz "ekonomisko izaugsmi un labklājību". "Serbijas pilsoņi ir nesuši smagāko reformu nastu, kas bija nepieciešama, lai mūsu valsts kļūtu par demokrātisku sabiedrību, kas balstīta uz likuma varu

un kurā tiek ievērotas cilvēku un minoritāšu tiesības un apstiprinātas Eiropas vērtības," teikts Tadiča biroja izplatītajā paziņojumā. Vienlaikus Tadičs uzsvēra, ka "mūs vēl sagaida liels darbs, lai uzsāktu sarunas par dalību ES, kas ir nākamais solis pēc (kandidātvalsts) statusa iegūšanas".

"Neraugoties uz visiem kārdinājumiem un šķēršļiem, mūsu politika nokārtojusi starptautisku pārbaudījumu (...). Mums ir jāparūpējas par saviem pilsoņiem, un, aizsargājot savas nacionālās intereses, arī jāveicina izlīgums un jāturpina virzība uz ES,"

nākotnes uzdevumus ieskicēja Serbijas prezidents.

Sākotnēji lēmums par Serbijas kandidātūru tika gaidīts februāra beigās, taču to bloķēja Rumānija. Serbija bija cerējusi kandidātvalsts statusu iegūt jau pēc bijušā Bosnijas serbu armijas komandiera Ratko Mladiča aizturēšanas un izdošanas Hāgas tribunālam. Taču pērnā gada decembrī kandidātvalsts statusa piešķiršanu Serbijai bloķēja Vācija, pieprasot lielāku progresu Serbijas un Kosovas sarunās.

Kosovas neatkarību atzinušas vairāk nekā 80 valstis, tostarp 22 no 27 ES dalībvalstīm. Tomēr

Belgrada neatzīst Kosovas neatkarību un joprojām uzskata to par savas valsts daļu.

Van Rompejs pavēstīja, ka ES samitā dalībvalstu vadītāji galvenokārt koncentrējušies uz jautājumiem, kā fiskālo konsolidāciju savienot ar izaugsmes perspektīvām, tostarp darba tirgū, un kā uzlabot konkurētspēju.

Tāpat valstu līderi aplūkojuši situāciju eirozonā un Grieķijas jautājumu, atzinīgi novērtējot Atēnu pēdējās desmit dienās paveikto un atbalstot valsts īstenotos pasākumus, kuru mērķis ir stabilizēt tās ekonomiku.

Eirozonas līderi arī apstiprināja to apņemšanos līdz mēneša beigām izvērtēt Eiropas Finanšu stabilitātes fonda (ESFS) un Eiropas Stabilitātes mehānisma (ESM) resursa apjoma palielināšanu.

"Panākts arī ievērojams progress par Bulgārijas un Rumānijas uzņemšanu Senģenas zonā. Pēc intensīviem sagatavošanas darbiem un konsultācijām pēdējo nedēļu laikā, mums tagad ir rīcības plāns," sacīja van Rompejs, norādot, ka lēmums šajā jautājumā tiks pieņemts septembrī.

## 2. marts – darba samaksas atšķirības diena Eiropā

Gan Latvijā, gan ES sievietes vidēji saņem zemāku atalgojumu nekā vīrieši, secinājusi Labklājības ministrija (LM), sagaidot 2. martu, darba samaksas atšķirības dienu ES.

Tā, piemēram, sievietes ES dalībvalstīs vidēji pelna par 17% mazāk nekā vīrieši. Vislielākās darba samaksas atšķirības 2009. gadā ir konstatētas Igaunijā — 30,9%, Čehijā — 25,9%, Austrijā — 25,4%, Vācijā — 23%, Grieķijā — 22%, Slovākijā — 21,9%, Kiprā — 21%, Somijā — 20,4%, Lielbritānijā — 20,4%. Savukārt vismazākās darba samaksas atšķirības

pastāv Slovēnijā — 3,2% Itālijā — 5,5%, Maltā — 6,9%, Rumānijā 8,1%, Beļģijā — 9%, Portugālē — 10%.

Nemot vērā iepriekšminēto, uz citu ES valstu fona Latvijā ir vidēji labi rādītāji. Proti, pēc 2010. gada datiem, sievietes vidēji pelna par 17,6% mazāk nekā vīrieši.

"Sievietes, saņemot mazākas algas nekā vīrieši, vecumdienās ir pakļautas lielākam nabadzības riskam, jo viņas nākotnē attiecīgi saņems zemākas pensijas. Darba samaksu atšķirība negatīvi ietekmē arī tās sievietes, kas vienas pašas apgādā bērnus, jo, saņemot zemākus ienākumus, gan pašas, gan bērni ir pakļauti

nabadzības riskam," norāda LM speciālisti.

Galvenie iemesli atšķirībām darba samaksā sievietēm un vīriešiem:

- ✓ sievietes un vīrieši veic atšķirīgus darbus, atšķirīgās nozarēs, piemēram, veselības un sociālā darba nozarē ne tikai Latvijā, bet vidēji arī ES strādā 80% sieviešu;
- ✓ nozares, kurās koncentrējas sievietes, ir zemāk apmaksātas;
- ✓ sievietes retāk ieņem vadošus amatus (sabiedrībā valdošie stereotipi par vīrietiem kā labāku vadītāju u.c.);
- ✓ sievietēm pārsvarā ir pārrāvumi karjerā bērnu piedzimša-

nas dēļ un atgriežoties darbā — grūtības saskaņot darbu un ģimenes dzīvi, kas liecina par nevienlīdzīgu bērnu aprūpes un mājāsaimniecības darbu sadali starp sievietēm un vīriešiem, u.c.;
- ✓ par vienas un tās pašas vērtības darbu sievietes nereti saņem zemāku atalgojumu nekā vīrieši, piemēram finanšu sektorā, bankās utt., Latvijā sievietes par vienādas vērtības darbu ar vīriešiem saņem tikai 61% no vīriešu algas;
- ✓ tendence — jo vairāk kādā jomā sievietes, jo zemāks atalgojums, piemēram, pirmsskolas

skolotājas, medmāsas, kultūras darbinieces u.c., savukārt vīriešiem — pretēji, jo vairāk kādā jomā vīrieši, jo augstāks atalgojums.

Atgādinām, ka 2. marts šogad tika noteikts par Eiropas Savienības darba samaksas starp sievietēm un vīriešiem atšķirības dienu. Šādu dienu ES oficiāli atzīmē otro gadu. Pirmā ES valsts, kura jau 2005. gadā ieviesa darba atšķirību samaksas dienu ir Beļģija. Šādas dienas ieviestas arī Igaunijā, Polijā, Grieķijā, Zviedrijā, Francijā, Šveicē, Vācijā.

## Nākamajā tautas skaitīšanā rosina datus iegūt no administratīvajiem reģistriem

Izvērtējot 2011. gada tautas skaitīšanas norisi un rezultātus, kā arī vairāku Eiropas Savienības valstu pieredzi, Ekonomikas ministrija un Centrālā statistikas pārvalde rosina 2021. gada tautas skaitīšanu veikt, visu nepieciešamo informāciju iegūstot no administratīvajiem reģistriem un citām datu bāzēm, atsakoties no iedzīvotāju aptaujas internetā vai viņu dzīvesvietās. Tomēr priekšnoteikums tam būtu administratīvajos reģistros pieejamās informācijas precizitātes uzlabošana.

Viena no lielākajām administratīvo reģistru datu izmantošanas priekšrocībām salīdzinājumā ar tradicionālajām skaitīšanas metodēm ir samazinātās izmaksas. Ieviešot reģistra sistēmu, noteiktu skaitīšanas statistiku (piemēram, par iedzīvotāju dzimuma un vecuma sastāvu, teritoriālo izvietojumu, nodarbinātību, izglītību, mājošajiem un to labiekārtošanu) varētu apkopot biežāk nekā reizi desmit gados, turklāt šādos gadījumos būtu nepieciešams tikai aktualizēt datus, kuri ir mainījušies.

Ar jaunām tehnoloģijām iespējams ne tikai samazināt tautas skaitīšanas izmaksas, bet arī uzlabot iegūto datu kvalitāti, vienlaikus izvairoties no neatbildētības problēmas.

Vienlaikus EM rosina izveidot un vadīt starpministriju (starpinstitūciju) darba grupu, lai varētu savlaicīgi izstrādāt priekšlikumus nākamās tautas skaitīšanas organizēšanas pilnveidošanai, un 2021. gada tautas skaitīšanu varētu veikt, visu nepieciešamo informāciju iegūstot no administratīvajiem reģistriem un citām datu bāzēm, atsakoties no iedzīvotāju aptaujas internetā vai viņu dzīvesvietās.

Lai 2021. gada tautas skaitīšanu varētu veikt, visu nepieciešamo informāciju iegūstot no administratīvajiem reģistriem, nepieciešams veikt pasākumu kompleksu, tostarp, organizāciju un komercsabiedrību Valsts ieņēmumu dienestam (VID) iesniedzamajos pārskatos iekļaujot katra darbinieka profesijas kodu, VID datu bāzē nodrošinot informāciju par saimnieciskās darbības veidu pēc NACE klasifikatora visām pašnodarbinātām personām.

Vienlaikus nepieciešams izstrādāt un ieviest likumdošanā mehānismus, kas stimulētu iedzīvotājus sniegt pašvaldību dzīvesvietas deklarēšanas iestādēm vai Pilsonības un migrācijas lietu pārvaldei (PMLP) informāciju par pastāvīgās dzīvesvietas maiņu, ieskaitot emigrāciju no Latvijas un atgriešanos Latvijā. Tāpat būtu svarīgi, ka iedzīvotāju reģistrs pašvaldību iesniegtās ziņas par personas dzīvesvietu reģistrētu tikai adresēs, kas piešķirtas dzīvošanai piemērotiem objektiem un iedzīvotāju deklarētās dzīvesvietas adreses atbilstu Valsts adrešu reģistra datiem.

Būtu vēlams arī sakārtot un sistemātiski atjaunot informāciju Nekustamā īpašuma valsts kadastra informācijas sistēmā, jāturpina precizēt informāciju un kļūdu novēršanu Adrešu reģistrā, kā arī jāizveido profesionālās izglītības iestāžu, koledžu un augstskolu audzēkņu, studentu un absolventu reģistrs.

Vienlaikus uz administratīvo reģistru un citu valstu informācijas sistēmu pamata būtu jāattīsta arī demogrāfiskā un iedzīvotāju migrācijas statistika.

Ekonomikas ministrija 21. februārī informēja Ministru kabinetu par 2011. gada tautas skaitīšanas gaitu un galvenajiem rezultātiem, kā arī iepazīstināja ar priekšlikumiem par nākamās Latvijas tautas skaitīšanas norisi un nepieciešamajiem tās sagatavošanas pasākumiem. EM rosina darba grupas izstrādāt informatīvo ziņojumu, paredzot konkrētus pasākumus un indikatīvo finansējumu, iesniegt izskatīšanai Ministru kabinetā līdz 2012. gada 1. decembrim.

Detalizētāk ar EM un CSP sagatavoto informatīvo ziņojumu "Par 2011. gada tautas skaitīšanas gaitu un galvenajiem rezultātiem" var iepazīties Ministru kabineta interneta mājaslapā.

## 100 gadu jubileju svinēja Preiļu pagasta iedzīvotāja Tekla Pastare

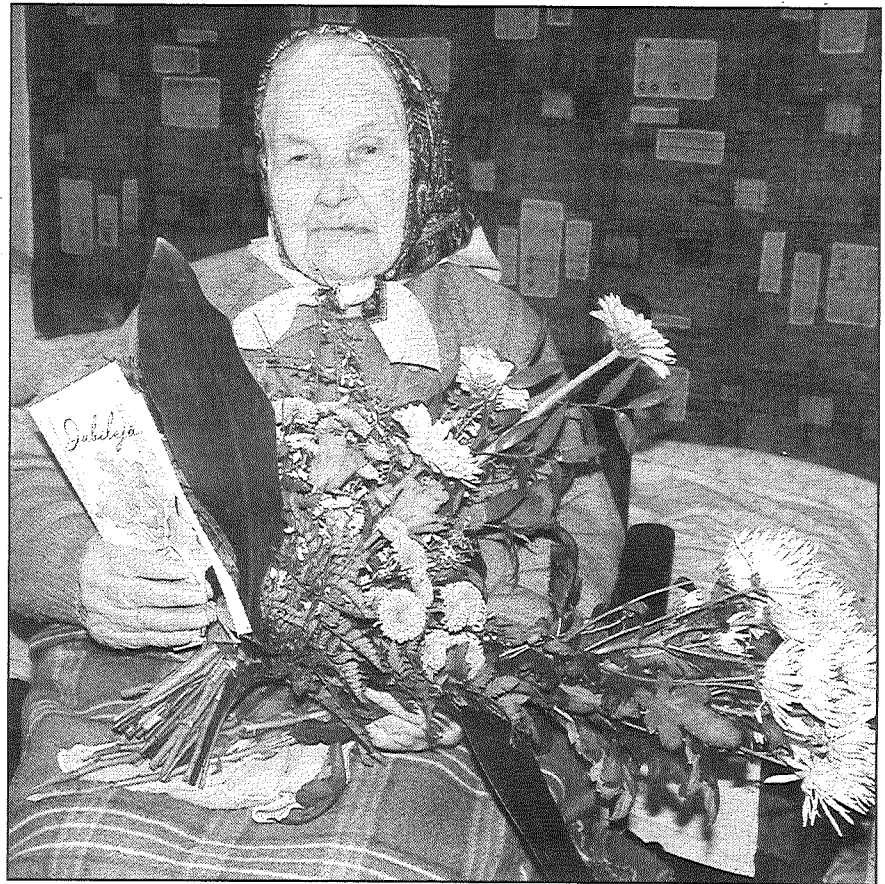
26. februārī Preiļu novadā bijām ielicināti svinēt 100. dzimšanas dienu Teklas Pastares dzīves jubilejai, kuru viņa dienu vēlāk kopā ar radiem un tuvajiem cilvēkiem svinēja dzimtas mājās Preiļu pagasta Bukos. Lai atsauktu atmiņā bagātās dzīves notikumus, jubilāres mājās bija sagatavotas fotogrāfijas no dažādiem notikumiem viņas dzīvē.

Jubilāri sveica Preiļu novada domes izpilddirektors Vladimirs Ivanovs, domes deputāts, sociālā dienesta pārstāvis Lauris Pastars, Preiļu novada Pensionāru biedrības valdes locekle Veneranda Utināne. Simtgadniece saņēma apsveikumu arī no Valsts prezidenta.

Tekla Pastare dzimusi tagadējā Preiļu pagastā un turpat pavadījusi visu līdzšinējo darbīgo mūžu, strādājot Ļeņina kolhozā par telkopēju un slaucēju, tikai uz neilgu laiku kopā ar vīru pārceļoties uz pierobežu, kad vīrs strādāja par robežsargu Zilupē.

Tagad jubilāre dzīvo kopā ar meitu Moniku un znotu Viktoru Plociņu. Galvenā vērtība ģimenē ir darbs, no 2000. gada ir iekopta spēcīga zemnieku saimniecība. Svētku reizē meita Monika daudz stāstīja par savu māmmu, uzsverot, ka viņa saviem bērniem un mazbērniem mācīja pašu svarīgāko — darba mīlestību. Darbs Teklu Pastari ir pavadījis ik uz soļa, jo, viņai pavisam mazai vēl esot, nomira tēvs. Kad ne daudz paaugusies, bija jāsāk pelnīt iztiku. Tā sākās ganu gaitas, bet arī tad, kad meitene izauga par gliu jaun kundzi un apprecējās, dzīve nebija viegla. Viņai bija jābūt stiprai, jāaudzina pieci bērni — trīs meitas un divi dēli, un daudz jāstrādā. Meita Monika saka paldies mammai par iemācīto darba tikumu un ļoti gaida atgriešanos dzimtajās mājās arī savus dēlus Andri un Valdi, kuri šobrīd strādā ārpus Latvijas.

Jubilāre daudz palīdzējusi saviem astoņiem mazbērniem, bet tagad viņai jau ir arī seši mazmazbērni. Visi vecmammai mil un ciena, jo, kā pastāstīja jubilāres mazmeita Ineta Anspoka, vecmamma dzīvē ir mainījušās iekārtas un bijuši dažādi laiki, bet gadsimta garumā palikušas nemainīgas cilvēciskās vērtības. Smagajā kara laikā gal-



● Mammu, vecmammu un vecvecmammu Teklu Pastari, kura nule nosvinēja 100. dzimšanas dienu, ģimenē visi sauc par dzimtas sargeņģeli.

venais balsts ir bijusi lūgšana, bet visu dzīvi vislielākā vērtība — ģimene. Ineta salīdzina vecmammu ar sargeņģeli zemes virsū, jo, kamēr vecmamma ir blakus, visi dzimtā jūtas droši. Vecmamma Tekla savu viedokli un atieksmi pret dažādām lietām vienmēr ir pratusi izteikt ar vārda spēku, savu domu pārverst atziņā tā, ka jaunā paaudze ieklausījās. Un varbūt tāpēc tagad viņas bērniem ir stabilas ģimenes.

Kad jautāju Inetai, kas vēl viņai šķiet liela vērtība vecmamma dzīvē, mazmeita atbildēja, ka vecmamma prata ne tikai strādāt, bet pēc rūpīgi padarīta darba arī svinēt svētkus — ar bagātīgi klātiem galdiem, liksmību radu pulkā un istu atpūtu. Tiem, kas prot svinēt svētkus, darbi labāk sokas. Mazmeita ir pārliecināta, ka ilga mūža ķīla ir arī nesavtīga mīlestība, humors un pozitīva

attieksme vienam pret otru. Jubilāres dzīves balsts bija arī ticība Dievam un nemitīga atrašanās kustībā.

Ineta atzīst, ka liela loma vecmamma veselības saglabāšanā ir krustmātei Monikai ar ģimeni, jo viņi ikdienā rūpējas par vecmammu, un šīs rūpes nāk no sirds.

Ineta iesākusi savas dzimtas izpēti, vairāk ir izdarīts tēva dzimtas sakņu izziņāšanā, bet visās tikšanās reizēs ar radiem tiek iegūta informācija arī par mammas senču saknēm. Iespējams, Ineta to visu nākotnē apkopos, un tas būs jauns stāsts.

Jubilārei Teklai Pastarei novēlam veselību, lielu gara spēku, arvien rūpējoties par saviem tuvajiem cilvēkiem, kuru viņai ir daudz!

M.Paegle,  
Preiļu novada domes  
sabiedrisko attiecību speciāliste

## AGLONAS NOVADĀ

### Gatavojas ielu un tilta rekonstrukcijai

Lai sakārtotu un atjaunotu Aglonas novada ielu un tiltu infrastruktūru, novada iedzīvotājiem uzlabotu satiksmes organizāciju — īstenotu energoefektīvu ielu apgaismošanu, ietvju, tiltu un ielu rekonstrukciju — pašvaldība šogad cer realizēt projektu «Ielu un tilta rekonstrukcija Aglonas novadā», informē pašvaldības sabiedrisko attiecību speciāliste Zane Ločmele.

Paredzēts, ka līdz 2013. gada jūlijam tiks ierīkotas ietves un apgaismojums Šķeltovas pagastā, veikti tilta renovācijas darbi Grāveru pagastā, uzklāts asfaltbetona segums Skolas, Pasta un Dārzu ielās Šķeltovas pagastā. Tāpat paredzēts veikt Liepājas ielas rekonstrukciju Kastuļinas pagastā, kā arī Alejas ielas rekonstrukciju Aglonā.

Projekts jau saņēmis Lauku atbalsta dienesta atbalstu ELFLA projektu konkursa pasākuma «Pamatpakalpojumi ekonomikai un iedzīvotājiem» ietvaros.

Šobrīd uzsākta iepirkuma procedūra un informācija pieejama arī novada domes mājas lapā [www.aglona.lv](http://www.aglona.lv). Projekta kopējās izmaksas paredzētas 313 857,54 latu apmērā.

### Sāks darboties «Māmiņu klubs»

Aglonas bērnu brīvā laika pavadīšanas centrs «Strops» īsteno jaunu ideju — aprīlī sāks darboties «Māmiņu klubs». Māmiņu pašizglītošanās, pašpilnveidošanās, savstarpējais atbalsts ir lietas, ko centra darbinieki izvērējuši kā mērķi.

Pirmā tikšanās paredzēta 20. aprīlī, kad tiks runāts par bērnu emocionālo audzināšanu un māmiņu vēlmi iepazīšanos. Centra speciālisti gatavi sniegt nepieciešamās zināšanas un praktiskās iemaņas pozitīvā bērnu disciplinēšanā. Tiks piedāvāts teorētisks pārskats par bērnu uzvedības mērķiem, tādām iedzīmtajām īpašībām kā temperaments, kā arī paņēmieniem, kas palīdz šim

bērnam temperamentam pielāgoties. Kamēr māmiņas izglītosies, viņu mazuļi varēs radoši darboties turpat centrā.

### Uz ceļa gar Cirišu HES uzstādīs drošības barjeras

Līdz vasaras sākumam, visticamāk, jau maijā uz ceļa gar Cirišu hidroelektrostacijas ūdenskrātuvi tiks uzstādītas metāla drošības barjeras, informē Aglonas novada domes sabiedrisko attiecību speciāliste Zane Ločmele.

Lai uzlabotu transportlīdzekļu kustības drošību, veikt šādus uzlabojumus bija lūgusi Aglonas novada dome. Saņemts Valsts akciju sabiedrības «Latvijas Valsts ceļi» Latgales reģiona speciālistu pozitīvs atzinums. Tas liecina, ka valsts vietējā autoceļa Krāslava — Izvalta — Šķeltova — Aglona posmā no 28,333. līdz 29,0. kilometram, tas ir, 681 metra garumā būs metāla drošības barjeras.

L.Kirillova

# Skolēnu veselības sardzē

Ir pēcpusdiena, un Livānu 2. vidusskolā skolēnu čalas pamazām sāk kļūt klusākas. Mazākie jau devušies uz mājām, arī pamatskolas klasēs stundas beidzas, un gaitenēs sastopami pārsvarā vidusskolēni. Mierīga diena, atzist arī skolas māsa VENERANDA UŠACKA, savā svaigajā, nesen remontētājā medicīnas kabinetā. Iepriekš kabinets atradās citā vietā un citā stāvā, nu viņa iedzīvojas pirmā stāva gaisotnē, pavisam tuvu skolas galvenajai ieejai.

Veneranda savu saimniecību — skolas telpas un dzīvespriecīgo audzēkņu saimi pārzina labi, cik labi vien to var cilvēks, kuram šeit aizvadīts gandrīz viss darba mūžs. Novērtējot viņas ieguldījumu rūpēs par skolēnu veselību, Livānu novada dome viņai piešķir nomināciju «Gada darbinieks», kas tika pasniegta pašvaldības darbinieku sarīkojumā.

## 20 gadi vienā darba vietā

Veneranda teic, ka īstenībā ir «Preiļu meitene», absolvējusi Preiļu 1. vidusskolu, un šajā pilsētā joprojām dzīvo viņas māmuļa. Rīgas 2. medicīnas skolā apgūvusi profesiju, pēc norikojuma sākusī strādāt Rožupes feldšeru un vecmāšu punktā. Tajā aizvadīti gadi seši, bet no 1981. gada darbavietā bijusi māju būves kombināta veselības punktā. Sākās pārmaiņu laiki, pasaulē nāca arī pašas bērniņi — dēls un meita, kas bija jāaudzina. Vēl kāds pusotrs gads aizvadīts poliklinikā. Šogad 1. septembrī apritēs 20 gadi, kopš Veneranda strādā Livānu 2. vidusskolā. Pērn atzīmēts arī ievērojams notikums ģimenes dzīvē — kāzu 30. gadadiena, sagaidīti mazbērni — Elīza un Ernests. Elīzītei jau ir gandrīz trīs ar pusi gadiņi, bet Ernestiņš ir Ziemassvētku bērns, piedzimis pērn, 24. decembrī. Kad darbi skolā beigušies, Veneranda pa ceļam uz mājām iegriežas pie dēla ģimenes, kur vienmēr ir kas miļi paauglējams, pieskatāms. Savas rūpes un uzmanība vajadzīga arī laukos dzīvojošai vīramātei, kura aizvien vairāk izjūt gadu nastu, un visbiežāk pie viņas dodas Venerandas dzīvesbiedrs, bet vasarā visa ģimene labprāt izbaida lauku jaukumus.

Darba biogrāfijā atmiņā visvairāk saglabāties Rožupē pavadītais laiks. Toreiz pastāvēja kolhozi, laukos dzīvoja un strādāja daudz jaunu ļaužu, notika balles. Tomēr visvairāk dzīves gadu veltīts skolai, Livānu jaunajai paaudzei. Tīri ārstnieciskais darbs Venerandai nav jāveic, izņemot pirmās palīdzības sniegšanu nepieciešamības gadījumos, kuri, par laimi, ir samērā reti. No skolas māsas vairāk tiek gaidīts profilaktiskais darbs — sekošana, lai kopējais higiēniskais stāvoklis iestādē būtu vajadzīgā līmenī, pārrunas ar skolēniem klasēs, viņu veselības stāvokļa noteikšana mācību gada sākumā, redzes un stājas pārbaude. Ik gadus jaunākajās klasēs jāmarķē skolas soli atbilstoši bērnu augumam. Tiek sekots, lai skolas somas nebūtu pārmērīgi smagas. Viņas pienākumos ietilpst arī skolēnu ēdināšanas pārraudzīšana. Jāstāda kalkulācijas.

## Kāpēc mazie neēd?

Tieši par ēšanas paradumiem skolas māsa ir uztraucies, varētu pat teikt — sašutusi visvairāk. Ēdnīcas darbinieki ļoti cenšoties, pusdienas, kas izmaksā tikai 50 santīmus, esot labas un daudzveidīgas, tiek piedāvāti gan gaļas ēdieni, gan graudaugu biezputras, kas tik nepieciešamas bērnu attīstībai, gan arī dārzeņi un augļi. Taču bērni ēdot slīkti, un nepiedodami daudz ēdiena nonākot atkritumos. Tas nav normāli, teic Veneranda, vēl jo vairāk tāpēc, ka daudzi bērni nāk no mazturīgām un trūcīgām ģimenēm, un viņu pusdienas ap-



● Veneranda Ušacka teic, ka skolas māsas darbā vispozitīvākais ir tas, ka apkārt ik dienas staro daudz pozitīvas enerģijas, valda dzīvesprieks un jaunība. Foto: A.Šņepsts

maksā dome. Brīvpusdienas saņem gandrīz 70 skolēni. Protams, šī situācija tiek pētīta un analizēta, un skolas mātai par to ir gandrīz vai kuriozi stāsti, kas gan drīzāk rada rūgtumu. Uz jautājumu, kāpēc tu neēd, visbiežāk tiekot saņemtas atbildes — negaršo. Bet uz nākamā jautājuma, ko tu ēd mājās, atbilde esot — mājas zupas. Tālāk skaidrošanā izrādīties, ka mājas zupas nozīmē — «roltonus», — ar karstu ūdeni aplejamos, ātri gatavojamos makaronus, pie kā bērni no agrīnas bērnības pieradināti. Skolā cenšas bērniem iemācīt pareizu ēšanu, ievēro tās prasības, kas pēdējā laikā izvirzītas skolu ēdnīcām, lai ēdienkartē ierobežotu sārdeļu, ķetčupu, majonēzes, zivju pirkstiņu, konservu daudzumu. Pavāres gatavo pašas — gaļas mērces, kotletes, gulašus, karbonādes, ceptas zivis, plovu, dārzeņu sautējumus. Mazākie bērni šādus ēdienus nemaz nemākot ēst. Par saldajiem ēdieniem pat nezino, kas tie tādi, uz ķīseli ar putukrējumu skatoties kā uz brīnumu. Īpaši šajā ziņā izceļoties jaunāko klašu skolēni. Lielajiem saprašana savādāka, un šķīvi lielākoties izēsti tīri. Vai nebūtu lietderīgi uz skolu uzaicināt viņu mamas un parādīt, kā tiek atkritumos izgāzta bērnu neapēstās pusdienas? Jautājumi par ēdināšanu apspriesti vecāku sapulcēs, sarīkota pat aptauja «Kas garšo jūsu bērniem», kurā vairums rakstījis, ka «makaroni», bet minēti arī daudzi tādi ēdieni, kas skolas ēdienkartē ir regulāri. Medmāsa klasēs rīko pārrunas par veselīga ēdiena nozīmi organisma attīstībā, aptaujas, organizē zīmēšanu par noteiktu tematu, piemēram, «ko es liktu iepirkuma grozā». Skolā darbojas arī bufete ar saldumiem, našķiem un salātiņiem. Vienai daļai no skolēniem vecāki līdzī dodot daudz kabatas naudas, par ko tiekot pirkti ne vienmēr veselīgie gardumi, kam sekojot atteikšanās no skolas pusdienām. Ēdināšanas jautājums skolā ir aktuāls, un, acimredzot, kādu laiku joprojām tāds būs, uzskata skolas māsa. Mācību iestāde iesaistījusi programmās «Skolas auglis» un «Skolas piens», pirmklasnieku ēdināšanu apmaksā valsts, un viņu ēdienkarte ir vēl bagātāka.

## Sporta vietā dators

Aktualizējies arī jautājums par bērnu stāju, sevišķi jaunākajās klasēs. Skolēnu muguras sabojā smagās somas, jo mazie ir centīgi un ik dienas līdzī stiepj visas

mācībām vajadzīgās lietas atšķirībā no lielajiem, kuri prot sevi pataupīt. Projekta ietvaros janvārī skolā izveidots stājas koriģēšanas pulciņš, kurā nodarbojas 16 skolēni. Diemžēl kopumā skolēniem pēdējā laikā ne pārāk patīkot sporta nodarbības, un viņi lielākoties brīvo laiku pavada pie datoriem. Svaigā gaisā neiet, sportot un kustēties negribas, bet sēdēšana pie datoriem veido šķības un greizas muguras, — šāds situācijas raksturojums attiecas ne tikai uz Livānu 2. vidusskolas, bet uz visiem valsts skolēniem kopumā.

## Svarīga nozīme profilaksei

Skolā tiek veikta arī hronisko slimību uzskaitē, taču tagad to darīt ir grūtāk, jo ģimenes ārsti slimības lapās bieži vien diagnozi vairs nenorāda. Kad bērns uzsāk mācīties 1. klasē, viņa uzskaites lapā tiek atzīmētas hroniskās slimības, ja tādas ir, lai viņam būtu nodrošināta vajadzīgā atbilstība. 39 skolēniem noteikta bronhiālā astma, kas attiecīgi pret kopējo audzēkņu daudzumu — 260 — ir liels skaits. Mediķe uzskata, ka pie tā vainojama neveselīgā pārtika ar daudzajām «E» piedevām, krāsvielām, konservantiem, garšas uzlabotājiem, irdinātājiem un citām piedevām, kas ir mūsdienu produktos un kas izraisa alerģiju, no kuras vēlāk rodas bronhiālā astma. Diviem bērniem ir celiakija, un viņiem ēdiens jāgatavo atsevišķi. Dažiem skolēniem ir gastrīts, urīnceļu infekcijas, vienam veikta smaga nieru operācija. Ir arī skolēni ar cita veida iedzimtiem veselības traucējumiem, kas prasa īpašu uzmanību.

Sanitārās higiēnas jautājumos skolas māsa stingri seko bērnu roku mazgāšanai pirms ēšanas. Tiras rokas ir viens no galvenajiem priekšnoteikumiem, lai izsargātos no vīrusu infekcijām. Regulāri tiek pārbaudītas tualetes, lai tajās būtu papīrs, šķidrās ziepes. Tāpat viņa seko telpu vēdināšanas režīma ievērošanai. Pēc skolas brīvlaikiem sākumskolēniem pārbauda matus, apskata roku tīrību. Tas tiek darīts māsas kabinetā, apskatot arī attiecīgus materiālus, veicot pārrunas par higiēnu.

Ar vecāko klašu jauniešiem medmāsa pārrunā lietas par dzimuma jautājumiem. Stipri nobažījies par jauniešu vidū izplatīto smēķēšanu. Īpaši šajā ziņā grēkojot meitenes. Neticot teiktajam, ka pieaugušo dzīvē par to nožēlos, jo virieši kārtīgai ģimenes dzīvei pīpmanes neizvēlēšies.

## “Aprunājas” ar vēderiņu

Paldies Dievam, tādu negadījumu skolā, kad jāizsauc «ātrie», ir bijis maz, tikai atsevišķos gadījumos, priecājas medmāsa. Pirmās palīdzības sniegšana nereti ierobežojas ar medmāsas kabineta apmeklēšanu, kad jāsaarstē nobrāzums, jāaptur deguna asiņošana, gadijies izmežģīt kāju. Ja veselības stāvokļa dēļ, piemēram, ar temperatūru, skolēns tiek atbrīvots no stundām un viņam jādodas mājās, tiek pazīnīts vecākiem un nodots viņiem, jo slims bērns viens pats no skolas netiek palaists. Bieži vien kabinetā ierodas ar sūdzībām par galvas vai vēdera sāpēm, un daudzos gadījumos tas saistīts ar stresu un bailēm no kontroldarba vai par neizpildītu mājas darbu, vai arī tāpēc, ka skolā ieradusies neēduši, neizgulējušies datorspēju dēļ. Nebaroju ar tabletēm, bet piedāvāju tējas dzeršanas pauzi, iedodu «brīnumtableti» — vitamīnu, ko skola nopērk reizē ar pārsienamajiem materiāliem un medikamentiem. Mierīga saruna par uztraukuma cēloni un «sasveicināšanās» ar sāpošo vēderiņu, vitamīns, tēja, miers, svaigais gaiss māsas kabinetā daudzos gadījumos palīdz uzlabot pašsajūtu, un, skat, slimnieks jau ar smaidu atkal iekļaujas skolas ikdienā.

Vai mūsdienu bērni slimo vairāk? Skolas māsa tā nedomā, tomēr viņas pieredze liecina, ka agrākos gados, kaut skolā audzēkņu skaits bijis daudz lielāks, pie viņas ar sūdzībām griezās mazāk (ja salīdzina procentos). Bērni laikam bijuši pacietīgāki, nepievērsa uzmanību kādām slimības pazīmēm, tās pārcieta. Tagad tiklīdz kas iesāpās, iet aprunāties ar mediķi, rūpīgāk seko savai pašsajūtai. Iepriekšējos gados gan skolu medmāsas bija vairāk aizņemtas, bija jāveic visa potēšana, mērīšana un svēršana. Arī tagad viņa seko tam, vai potēšanas kalendārs tiek ievērots, bet potē ģimenes ārsti.

Veneranda regulāri papildina zināšanas, mācoties skolu māsu semināros, jo piecu gadu laikā par apmeklētajām mācībām jāsavāc noteikts punktu skaits un pēc tam jākārt eksāmens, kas dod tiesības saņemt sertifikātu tālākam darbam. Venerandai patīk savs darbs, zinātkārā un enerģiskā skolēnu saime, atsaucīgie kolēģi, skolas vadība, kas vienmēr atbalsta visu, kas saistīts ar skolēnu veselību.

L.Rancāne

## Paaugstināts holesterīna līmenis apdraud veselību

**Mūsdienās sirds un asinsvadu slimības un nāvi visbiežāk izraisa paaugstināts holesterīna līmenis asinīs jeb hiperholesterinēmija.**

Holesterīns ir lipīds, taukveida viela, neaizvietojams «materiāls» katras dzīvās šūnas veidošanai. Lai lipīdi ar asins plūsmu nonāktu šūnās, ir vajadzīgs «pārnesējs» — olbaltumvielu un tauku savienojums — lipoproteīni. Augsta blīvuma lipoproteīns (ABL) ir «labais» holesterīns, kas nodrošina šūnu elastīgumu, izturību un šūnu membrānu caurlaidību. «Labais» holesterīns piedalās svarīgu hormonu, piemēram, dzimumhormonu sintēzē. No

holesterīna aknās veidojas žultsskābes, kas palīdz tievajās zarnās pārstrādāt taukus. Neliels holesterīna daudzums vajadzīgs arī D vitamīna sintēzei. «Labais» holesterīns no šūnām izvada «slikto» zema blīvuma lipoproteīnu (ZBL). Kopējais holesterīns ir «labā» un «slikta» holesterīna summa.

Holesterīns veidojas aknās un nelielā daudzumā nonāk organismā arī ar treknu gaļu, olas dzeltenumu, jūras veltēm, sviestu un citiem trekniem piena produktiem. Dienā mums vajadzīgs ne vairāk kā 300 mg holesterīna.

Ja holesterīna daudzums ir pazemināts, eritrocīti jeb sarkanās asins šūnas sāk

noārdīties intensīvāk, nekā būtu vajadzīgs. To atjaunošanās notiek lēnāk, nekā organismam nepieciešams. Holesterīna trūkums var izraisīt mazasinību.

Ja holesterīna līmenis ir paaugstināts, tas var sākt izgulsnēt asinsvados. Šī ir pati izplatītākā un patiesībā ļoti bīstama saslimšana. «Sliktais» holesterīns uz asinsvadu sienām rada pacēlumus jeb sabiezējumus, kas apgrūtina asins cirkulāciju. Smagākā formā holesterīns izgulsnējas tauku plātnišu veidā, kas var būtami traucēt asins plūsmu. Šādu holesterīna radītu problēmu asinsvados sauc par aterosklerozi, kad asinis arvien sliktāk apgādā sirds muskuli ar skābekli un

barības vielām. Paaugstināts holesterīna līmenis ietekmē arī citus, piemēram, galvas, nieru, kāju asinsvadus un miega artēriju.

**Uzmanību!** Medicīniski pierādīts, ka ateroskleroze var sākties jau bērnībā un turpināties mūža garumā, tāpēc holesterīna līmenim ir jāseko līdzi. Jāatceras, ka kopējā holesterīna līmenis asinīs nedrīkst pārsniegt 5 mmol/l.

Zinot savu holesterīna līmeni un nepieciešamības gadījumā to normalizējot, var uzlabot sirds, galvas smadzeņu un citu dzīvībai svarīgu orgānu veselību un samazināt risku kļūt par invalīdu vai pat zaudēt dzīvību.

## Latvijā mirstība no sirds un asinsvadu slimībām — augstākā pasaulē

Visbiežāk ar pacientiem, kuriem ilgstoši paaugstināta holesterīna līmeņa dēļ konstatētas sirds un asinsvadu problēmas, ikdienā tiekas ģimenes ārsti un speciālisti. Ārste kardioloģe **Tatjana Ljova** dalās savā ilgajā pieredzē un uzsver, ka Latvijas iedzīvotājiem būtu pēdējais laiks padomāt par savas veselības uzlabošanu.

— Pētījumu statistika liecina, ka 78 procenti Latvijas iedzīvotāju zina vai arī domā, ka zina, kas ir holesterīns. 13 procenti to nezina, bet septiņiem procentiem iedzīvotāju uz šo jautājumu grūti atbildēt. Realitāte ir tāda, ka valstī **vismaz 65 procentiem vīriešu un 62 procentiem sieviešu ir paaugstināts holesterīna līmenis.** No sirds un asinsvadu slimībām gadā mirst **55 — 56 procenti** no kopējā mirušo skaita Latvijā.

Tas ir ļoti ļoti daudz! Šāda mirstība jau labu laiku Latvijā izvirzījusi pirmajā vietā ne tikai Eiropā, bet visā pasaulē. Par to būtu jākaunas un pamatīgi jāsatraucas ne tikai par sabiedrības veselības jomu atbildīgajām valsts institūcijām, bet arī pašiem cilvēkiem.

Holesterīns atrodas visās dzīvnieku un cilvēku organisma šūnās, darbojas kā šūnu membrānas stabilizators, tātad nepieciešams komponents dzīvības procesos organismā. Taču visam ir savas robežas. Ja holesterīns ir par daudz, sākas problēmas — galvenokārt sirds un asinsvadu slimības. Tāpēc noskaidrosim, kādi ir sva-

rīgākie cēloņi. Pirmais — nepareizs uzturs, respektīvi, ar taukiem bagāta diēta. Otrais — dažādas slimības, tajā skaitā hipotīrioze jeb samazināta vairogdziedzera funkcija, cukura diabēts, hroniskas aknu slimības, iedzimta patoloģija, kā arī dažādu medikamentu lietošana (piemēram, urīndzenoši medikamenti, hormonālā terapija u.c.). Paaugstinātam holesterīna līmenim ir arī savi riska faktori, piemēram, augsts asinsspiediens, smēķēšana, mazkustīgs dzīvesveids, aptaukošanās, cukura diabēts.

Pastāv zema blīvuma jeb sliktais holesterīns, augsta blīvuma jeb labais holesterīns un triglicerīdi jeb neitrālie tauki. Veselam cilvēkam kopējā holesterīna norma ir mazāk kā pieci milimoli uz litru. **Labā** holesterīna norma ir vairāk kā 1,1 milimols uz litru, bet zemā blīvuma jeb **sliktā** holesterīna norma — mazāk kā trīs milimoli uz litru, triglicerīdi — mazāk kā 1,7 milimoli uz litru. Ja cilvēkam ir veselības problēmas, sevišķi ar asinsvadiem, ja ir dažādi riska faktori (cukura diabēts, augsts asinsspiediens), pieļaujami savādāki holesterīna rādītāji, ko vislabāk var izskaidrot medicīniskā.

Ja zema blīvuma jeb sliktā holesterīna līmenis asinīs ilgstoši ir pārlieku augsts, veidojas **aterosklerotiskas izmaiņas asinsvados.** Tas nozīmē, ka uz asinsvadu iekšējām sienām veidojas tā sauktās plāksnes. Pie tam ne tikai sirds asinsvados, bet arī citur, piemēram, galvas smadzeņu

asinsvados, nierēs. Un tā pamazām asinsvads arvien vairāk aizaug, kamēr tas vairs nepilda savas tiešās funkcijas. Rezultātā, ja tas bijis sirds asinsvads, cilvēkam notiek infarkts, ja galvas smadzeņu asinsvads — insults. Var būt arī citas asinsvadu patoloģijas. Būtu maldīgi uzskatīt, ka holesterīns bīstams tikai sirdij un smadzenēm. Aterosklerotiskas izmaiņas nierēs vai citur tāpat draud ar operatīvu iejaukšanos. Tomēr tieši sirds un smadzeņu asinsvadi ir visjutīgākie, tāpēc bieži iznākums var būt letāls.

Pacienti man bieži jautā — **ko es pats varu darīt** lietas labā? **Pirmkārt**, izvēlēties pārtikas produktus ar zemu holesterīna saturu. **Otrkārt**, regulāras fiziskas aktivitātes. **Treškārt**, citu riska faktoru mazināšana, tajā skaitā atbrīvošanās no liekās ķermeņa masas, asinsspiediena pazemināšana, smēķēšanas pārtraukšana un regulāra holesterīna un cukura līmeņa kontrole.

Lai samazinātu holesterīna līmeni asinīs, jāsāk ar revīziju savā brokastu, pusdienu un vakariņu galdā. Ir pieejama ļoti plaša literatūra par produktiem, kas satur daudz holesterīna un no kuriem jāizvairās, kā arī gluži otrādi — kādi ir ieteicamie produkti. Pilnībā jāmaina dienas režīms, vairāk laika atvēlot fiziskām aktivitātēm. Nodarbību minimums ir trīs reizes nedēļā pa 30 minūtēm plus regulāras ikdienas pastaigas (ar ātrumu divi soļi sekundē) pa 30 līdz 40 minūtēm. Ir pavisam elementāras lietas, ko esam aizmirsuši — uz darbu doties kājām nevis automašīnā vai savā

darba vietā kāpt pa trepēm no pirmā uz otro stāvu. Protams, holesterīna līmeni var samazināt arī medikamentozā ceļā, lietojot attiecīgus preparātus — statīnus. Pašlaik plaši tiek izmantoti jaunas paaudzes statīni, kas pazemina kopējo holesterīna, triglicerīdu līmeni un zema blīvuma holesterīnu, vienlaikus paaugstinot augsta blīvuma holesterīna līmeni.

No savas prakses varu teikt, ka mani pacienti būtībā ir slimi cilvēki ar dažādām komplikācijām. Reti kuram holesterīns ir normas robežās. Pirms trim gadiem pie manis ārstējās divas vidusskolnieces — slaidas, pat tieviņas, bet ar ļoti augstu holesterīnu — astoņi milimoli uz litru. Protams, nozīmēju medikamentozo terapiju. Taču galvenais, ko ar to gribu teikt — sirds un asinsvadu problēmas (tajā skaitā arī paaugstināta holesterīna līmeņa dēļ) kļūst arvien gados jaunākas. Ja agrāk infarkti notika pacientiem pēc 60 gadu vecuma sasniegšanas, tagad — jau četrdesmitgadniekiem. Gan vīriešiem, gan sievietēm.

Sirsnīgi iesaku katram pašam par sevi rūpēties, pēc iespējas regulāri veikt veselības pārbaudes, pēc iespējas novērst riska faktorus. Ja augsto holesterīna līmeni citādi nav izdevies samazināt un ģimenes ārsts jums izrakstījis medikamentus, atcerieties, ka statīni nav antibiotikas vai aspirīns, kura pietiek ar kādu konkrētu devu. Šie **medikamenti jālieto ilgstoši vai visu mūžu!**

## Rekomendējamie, ierobežojamie un nevēlamie produkti holesterīna līmeņa normalizēšanai

### IETEICAMIE produkti

**Graudu produkti:** graudu maize, rudzu maize, brokastis graudu produkti (griķi, rīsi, auzu pārslas, grūbas, viss gatavots bez taukiem, eļļas un pilnpiena), produkti ar kliju piedevu.

**Piena produkti:** vājpiens, zema (zem 20%) tauku satura siers, biezpiena siers, vājpiena biezpiens, ļoti zema tauku satura jogurts, kefīrs, paniņas.

**Zupas:** stiprs buljons (konsume), dārzeņu zupas.

**Zivis:** visas liesās un trekņās zivis (vāriņas, sautētas, ceptas uz restēm) minimāli 2 — 3 reizes nedēļā. Nelietot zivs ādu.

**Ģaļa:** titars, netrekna vista, cālis (bez ādas), teļa gaļa, medījumi, truša gaļa.

**Tauki:** olīveļļa.

**Olas:** olu baltums.

**Saldie ēdieni:** želejas, vājpiena pudiņi un ar mazu cukura piedevu, augļu salāti.

**Rieksti:** valrieksti, mandeļi.

**Augļi, dārzeņi:** visi svaigi un saldēti dārzeņi, pākšaugi (pupas, zaļie zirnīši, kukurūza), ar mizu vāriti kartupeļi, visi svaigie un žāvētie augļi, bez cukura konservēti augļi.

**Dzērieni:** tēja, filtrēta un šķīstošā kafija bez cukura, minerālūdens, nesaldinātas sulas.

**Piedevas:** pipari, sinepes, garšvielas, māruti.

### IEROBEŽOJAMIE produkti

**Graudu produkti:** manna, baltmaize, makaroni.

**Piena produkti:** pilnpiens, siers ar samazinātu tauku saturu (kimeņu siers), jogurts, kefīrs ar samazinātu tauku saturu.

**Zivis:** eļļā ceptas zivis, krabji, gameles.

**Ģaļa:** liesa vērsa gaļa, cūkgaļa, jaunlopa un jēra gaļa (ne vairāk nekā 150 g dienā 1 — 3 reizes nedēļā), teļa vai cāļa gaļas desas, aknas (ne vairāk kā trīs reizes mēnesī).

**Tauki:** augu eļļas (saulespuķu, kukurūzas, rapšu), mīkstsais

margarīns, kas satur šīs eļļas.

**Olas:** ne vairāk kā divas olas nedēļā, ieskaitot tās, ko lieto ēdiena gatavošanai.

**Saldie ēdieni:** netrekni cepumi bez cukura, marcipāns, halva, bezē kūkas.

**Rieksti:** zemesrieksti, pistācijas.

**Augļi un dārzeņi:** eļļā cepti kartupeļi, augļu kompoti ar nelielu cukura piedevu.

**Dzērieni:** alkohols ne vairāk kā 20 gramu dienā, pārrēķinot tīrā etilspirtā.

**Piedevas:** tādas, kas satur daudz tauku.

### Produkti, kuru lietošana NAV IETEICAMA

**Graudu produkti:** smalkmaizītes, siera radziņi.

**Piena produkti:** trekns piens, kondensētais piens, krējums, sviests, trekns jogurts, trekns biezpiens, treknie, saldie biezpiena sieriņi.

**Zupas:** treknas zupas, īpaši krējuma zupas.

**Zivis:** ikri, eļļā ceptas treknas zivis, kalmāri.

**Ģaļa:** pīles, zosis, vistas, trekna gaļa, desas, dūmdesa, putnu ādiņas, subprodukti (smadzenes, nieres, aknas, sirdis).

**Tauki:** dzīvnieku tauki, sviests, taukos caurmircis ēdiens, cietais margarīns.

**Olas:** olu dzeltenums.

**Saldie ēdieni:** saldējums, pudiņi, klimpas, mērces ar krējuma sviestu, treknie cepumi, šokolāde, konfektes, ievārijumi, dzēmi, treknas, saldās kūkas, tortes.

**Rieksti:** kokosrieksti un sāļtie riekstiņi.

**Augļi un dārzeņi:** taukos cepti kartupeļi un dārzeņi, sāļtie un ļoti sāļie konservēti augļi.

**Dzērieni:** šokolādes dzēriens, vārīta kafija, saldie dzērieni.

**Piedevas:** krējums un majonēze kā piedeva salātiem, arī sāls.

(Produktu saraksts sastādīts pēc Eiropas Kardiologu biedrības rekomendācijām)

## Dabiski līdzekļi holesterīna samazināšanai

Ja holesterīna līmenis nav pārāk liels, speciālisti tā samazināšanai iesaka nevis medikamentus, bet dabiskus līdzekļus. Tie ir labi ar to, ka tāds drīkst lietot visi — gan grūtnieces, gan bērni, gan vecāki cilvēki, kas jau lieto citas zāles. Tiem ir mazāks blakusparādību risks.

**Zivju eļļa.** Zivju eļļas nepiesātinātajam taukskābēm piemīt holesterīnu pazeminošs efekts. Savukārt cilvēkiem, kas jau lieto holesterīnu pazeminošus preparātus, zivju eļļa palīdz efektīvāk pazemināt lipīdu līmeni. Omega-3 nepiesātināto taukskābju pievienošana holesterīnu pazeminošajam preparātam veicina «labā» holesterīna paaugstināšanos. Svarīgi, ka zivju eļļai piemīt aizsargājoša darbība uz aknām, jo ilgstoša zāļu lietošana noslogo aknas un var apgrūtināt to darbību.

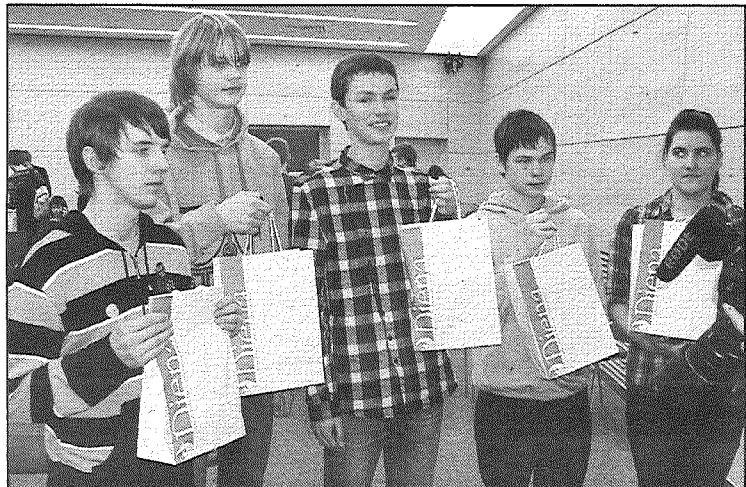
**Lecitīns.** Tas ir savienojums, kas spēj uztvert un izšķīdināt taukus, līdz ar to veicina liekā holesterīna izvadīšanu no aknām un asinsvadiem. Aptiekās lecitīns pieejams kombinācijā ar zivju eļļu.

**Kiņģu preparāti.** Kiņģu ekstraktam galvenokārt piemīt holesterīnu pazeminošs efekts, tas mazina aterosklerozes attīstību, veicina aterosklerotisko pangu (nogulsnētais holesterīns uz asinsvadu sienām) samazināšanu, padara asinis šķidrākas. Ilgstoši lietojot, uzlabojas asinsvadu elastība, palielinās asinsplūsmas un uzlabojas orgānu apgāde ar skābekli. Kiņģu ekstrakts veicina asinsspiediena pazemināšanu. Būtbūt šim preparātam jābūt katra sirds slimnieka mājas aptieciņā.

**Šķiedrvielas.** Tie ir dārzeņi un augļi. Jo vairāk ēd, jo labāk. Šķiedrvielas spēj absorbēt, tas ir, uzsūkt sevi un izvadīt ārā no organisma holesterīnu, darbojoties zarnu traktā, saistot žultsskābes un holesterīnu, neļaujot tiem uzsūkties atpakaļ asinīs. Šādi šķiedrvielas spēj samazināt holesterīna līmeni. Pēdējā laikā veiktie pētījumi pierāda, ka, papildinot racionu par 10 g šķiedrvielu, infarkta iespējamības risks mazinās par 20%. Šķiedrvielas spēj pazemināt arī cukura līmeni organismā, kas būtiski diabēta pacientiem. Papildus tās mazina apetīti un ļauj kontrolēt un mazināt ķermeņa lieko svaru.

Lappusi sagatavoja L. Kirillova

# Konkursa «Kas notiek?» uzvarētāji Latgales reģionā — Riebiņu novada skolēni



● Edgars Mičulis (no kreisās) kopā ar pārējo Latvijas reģionu uzvarētājiem konkursā «Kas notiek?».

Laikraksta «Diena» organizētajā mūsdienu zināšanu konkursā «Kas notiek?» devītklasniekiem par zinošāko klasi Latgalē atzīta Riebiņu novada Siļukalna pamatskolas 9. klase, par zinošāko skolēnu — Riebiņu novada Galēnu pamatskolas 9. klases skolēns Edgars Mičulis.

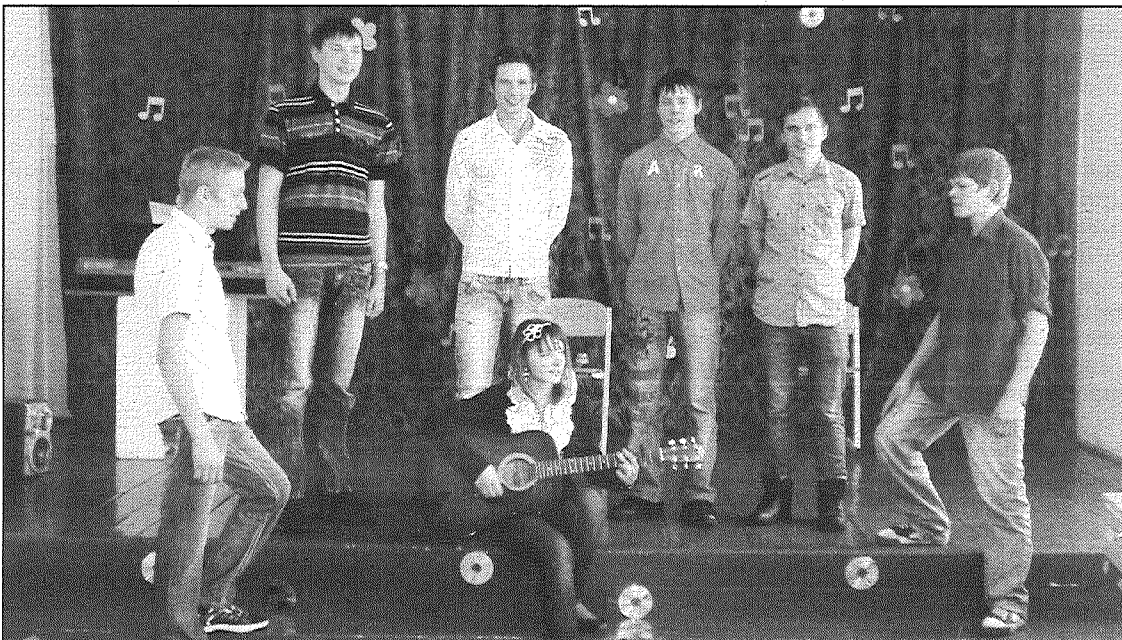
Konkurss risinājās 2011. gada 21. oktobrī, un tajā piedalījās 9. klases 680 Latvijas skolās. Uzvarētājas klases tika noteiktas uzreiz pēc konkursa, taču individuālo konkursu uzvarētāju noskaidrošanai nācās rīkot otro kārtu, jo vairāki desmiti skolēnu bija ieguvuši gandrīz vienādu rezultātu. 13 gadu laikā, kopš šāds konkurss tiek rīkots, otrā kārtā šoreiz organizēta pirmo reizi. Arī otrajā kārtā, kas notika klātienē Rīgā, «Swedbank» ēkā, notika vairāki posmi, kuru laikā tika noskaidroti paši zinošākie skolēni.

Kad pēc atbildēm kļuva zināmi uzvarētāji reģionos un Rīgā, sacensības ar to vēl nebeidzās, jo visiem pieciem skolēniem vajadzēja atbildēt uz žurnāla «Ilustrētā Zinātne» redaktora vietnieka Venta Zvaigznes sagatavotajiem īpaši āķīgiem jautājumiem. Piemēram, viens no jautājumiem bija par Gregora kalendāru: «Kad pēc kārtas seko septiņi isie gadi?». Uz šo jautājumu pareizi atbildēja zēns no Ventpils un Edgars Mičulis no Galēniem. Apkopojot visus rezultātus par viszinošāko Latvijas skolēnu tomēr tika atzīts Ventpils pārstāvis. Savukārt Edgars Mičulis ieguva vislabāko rezultātu Latgalē.

Visi konkursa uzvarētāji vēlreiz tiks aicināti uz Rīgu svinēt uzvarētāju dienu, kurā skolēniem paredzēti jauki pārsteigumi.

Konkursa otrajā kārtā par individuālo uzvarētāju titulu piedalījās arī Preiļu novada Salas pamatskolas skolniece Simona Rubine.

Siļukalna pamatskolas devīt-



● Esam radoši, zinoši un izdomas bagāti, — tā Siļukalna pamatskolas pasākumos sevi vienmēr pieteic 9. klase.

klasnieki konkursā «Kas notiek?» piedalās regulāri, gandrīz no pašiem pirmssākumiem, bet uzvara gūta pirmo reizi, par ko neveltots prieks ir gan pašiem 9. klases skolēniem, gan arī visai skolai, stāstīja skolas direktora vietniece mācību un ārpusklases darbā Iveta Broka. Viņa atzinīgi novērtēja šajā klasē valdošo saliedētības garu, daudzpusīgās intereses, tajā skaitā arī par notikumiem un jaunumiem valsts dzīvē. Klases skolēni mācās sekmīgi, aizraujas ar sportu. Ja skolēni laiku pavada ne tikai interneta sociālajos portālos, bet lasa laikrakstus, skatās ziņu pārraides televīzijā, tad atbildēšana uz konkursa jautājumiem pārāk lielas grūtības neradīja, uzskata pedagoge. Tā sanācis, ka 9. klasē mācās tikai viena meitene, bet pārējie ir zēni, kas nepalīdz ga-

rām sporta pārraides, labi pārzina šo jomu un varēja pareizi atbildēt uz daudziem jautājumiem saistībā ar sportistiem. 9. klasē mācās Intars Aizpurvietis, Kristīne Bruzgulē, Rinalds Baltgalvis, Juris Meža-Eriņš, Andris Sporāns, Artūrs Teilāns, Agnis Upenieks. Klases audzinātāja — Aina Vovere.

Arī ar Galēnu pamatskolas devītklasnieka Edgara Mičuļa uzvaru individuālajā vērtējumā lepojas gan visa skolas saime, gan klases biedri, gan audzinātājs Jānis Upenieks. Uz konkursa otro kārtu Rīgā Edgaru pavadīja viņa mamma, skolotāja Valentīna Mičule. Jautājumi bijuši samērā sarežģīti, arī tādi, uz kuriem viņa pati nebūtu varējusi atbildēt, pēc atgriešanās pedagoge stāstīja «Novadniekam». Sekojusi līdzī konkursa norisei un priecājusies

par dēla zināšanām.

Edgars mācās ļoti labi, piedalās olimpiādēs, kopš 1. klases deļo skolas deļu kolektīvā, spēlē basketbola komandā, — šādu raksturojumu par zēnu deva Galēnu pamatskolas direktora pienākumu izpildītāja Anna Kupre. Zēns ir ieguvis pirmo vietu starpnozaru ķīmijas olimpiādē, atzinīgu vērtējumu matemātikas un fizikas olimpiādēs.

Konkursa «Kas notiek?» mērķis ir veicināt jauniešu interesi par politiskajiem, sabiedriskajiem, kultūras, sporta un citiem notikumiem Latvijā un pasaulē, kuri pēdējā gada laikā bijuši atspoguļoti masu medijos. Atbildot individuāli uz konkursa jautājumiem, katram devītklasniekam ir iespēja pārbaudīt savas zināšanas.

L.Rancāne

## Diena aerobikai

Livānu 1. vidusskolā atraktīvi, dzīvespriecīgi un krāšņi aizritēja tradicionālais aerobikas festivāls, kas šogad notika jau 18. reizi. Aerobikas dienas rīkošanai skolā ir vairāki mērķi: mudināt skolēnus deļot un vingrot mūzikas ritmos, modināt skolēnu fantāziju, dažādi attēļot priekšnesumu tēmu, veicināt klašu kolektīvu saliedēšanos priekšnesumu sagatavošanas laikā, apvienot visus skolēnus no 1. līdz 12. klasei kopīgā pasākumā, popularizēt veselīgu dzīves veidu un pozitīvas emocijas.

Šogad aerobikas festivāls tika saistīts ar gada laiku un mēnešu burvību. Katra no klasēm savos priekšnesumos ievija attiecīgā mēneša svētku motīvus, piemēram, 2. klase savu uzstāšanos saistīja ar februāra, 3. klase — ar marta, 8. klase — ar augusta svētkiem un tamlīdzīgi. Savus priekšnesumus rādīja arī Laimiņas sākumskolas bērni. Pārsteigumu dalībniekiem un skatītājiem sagādāja skolotāju un vecāku klubīņa kopīgi sagatavotā uzstāšanās, apliecinot, ka vecāki ir draudzīgi un aktīvi.

Kā ik gadus, pieaicinot neatkarīgo žūriju, skolēnu sniegums tika vērtēts trijās vecuma grupās. Pirmās vietas ieguva 6.b, 8.b un 12.a klase, bet dziļi sirdī pēc dzīvespriecīgajiem svētkiem kā uzvarētāji jutās visi skolēni. Dalībnieki saņēma gan garšīgas, gan interesantas, gan arī simpātīju balvas, ko bija sarūpējuši pasākuma sponsori.

Lai aerobikas festivāls noritētu raiti, daudz palīdz sporta skolotāji, par tā rīkošanu rūpejas skolas pašpārvalde, visas ieceres atbalsta direktore Maija Dzintra Skudre. Paldies festivāla noslēgumā tika teikts arī pasākuma vadītājiem — 11.b klasei, kā arī visiem, kas parūpējās par apskāpošanu.

## Apstiprināti jauni noteikumi skolēnu uzņemšanai, atskaitīšanai un pārceļšanai nākamajā klasē

Izglītības un zinātnes ministrija (IZM) kopā ar pašvaldību izglītības speciālistiem izstrādājusi jaunu Ministru kabineta (MK) noteikumu projektu par obligātajām prasībām skolēnu uzņemšanai, atskaitīšanai un pārceļšanai nākamajā klasē vispārējās izglītības iestādēs, informē IZM komunikācijas nodaļa.

Noteikumi paredz, ka 1.-4. klasē un 10.-12. klasē skolēnus uz otru gadu neatstāj, savukārt no 5. līdz 8. klasei uz nākamo klasi pārceļ, ja saņemts ne vairāk kā viens nepietiekams vērtējums gadā. Saskaņā ar noteikumiem uz trešo gadu tajā pašā klasē skolēnu neatstāj.

Visos gadījumos, kad 1.-4. klasē bērnam mācībās bijušas problēmas, kuru dēļ nav saņemts pietiekams vērtējums gadā kādā mācību priekšmetā, viņam nosakāmi papildu mācību pasākumi pēc mācību gada beigām un nodrošināma iespēja kārtot pēcpārbaudījumu. Ja tomēr vērtējums gadā palicis nepietiekams, nākamajam mācību gadam obligāti izstrādājams individuāls atbalsta pasākumu plāns mērķtiecīgai

mācību grūtību novēršanai. Atstāšana uz otru gadu būs pieļaujama tikai īpašos izņēmuma gadījumos — kad kompleksi būs izvērtēti skolēna mācību sasniegumi, to attīstības dinamika, vispārējā attīstība, kavējumi un mācību sasniegumu prognozes nākamajam mācību gadam.

Saskaņā ar jaunajiem noteikumiem, ja 10.-12. klasē ir saņemts nepietiekams vērtējums gadā kādā mācību priekšmetā, skola nosaka papildu mācību pasākumus pēc mācību gada beigām un nodrošina iespēju kārtot pēcpārbaudījumu. Ja nav nokārtots arī pēcpārbaudījums, tad šo mācību priekšmetu ir jāapgūst pašam — pašizglītības formā. Uz otru gadu vidusskolā var palikt tikai izņēmuma gadījumos, ja attaisnotu kavējumu dēļ nav iespējams saņemt gada vērtējumu. Ja skolēns nav spējis izpildīt Vispārējās izglītības likumā noteiktās prasības apliecības par pamatizglītību saņemšanai, 9. klasē viņš drīkst mācīties atkārtoti.

Jaunajā noteikumu projektā «Kārtība, kādā izglītojamie tiek uzņemti vispārējās izglītības iestādēs un atskaitīti no tām, un obligātās prasības

pārceļšanai uz nākamo klasi» arī būtiski papildināts pants, kurš nosaka izglītības iestādes rīcību gadījumos, kad skolēns ir atgriezies no mācībām citā valstī un vēlas turpināt mācības Latvijas izglītības iestādē. Atbilstoši Izglītības likumā noteiktajam lēmumu par ārvalstīs izsniegta izglītības dokumenta atzīšanu, pamatojoties uz Akadēmiskās informācijas centra izziņu, izglītības turpināšanai pamatizglītības vai vidējās izglītības pakāpē pieņem Izglītības un zinātnes ministrija. Noteikumi paredz, ka šādos gadījumos direktors ar rīkojumu nosaka bērnam nepieciešamos atbalsta pasākumus vismaz viena semestra ilgumā mācību priekšmetos, kas atšķiras Latvijas un bērna iepriekš apgūtajā izglītības programmā.

IZM izstrādātais MK noteikumu projekts «Kārtība, kādā izglītojamie tiek uzņemti vispārējās izglītības iestādēs un atskaitīti no tām, un obligātās prasības pārceļšanai uz nākamo klasi» 28. februārī apstiprināts MK. Ar noteikumu projektu var iepazīties MK mājaslapā: [www.mk.gov.lv](http://www.mk.gov.lv).

Noteikumos ietvertās normas attieksies uz 2012./2013. mācību gadu.

# Latgaliešu Ziemassvētki vasaras vidū

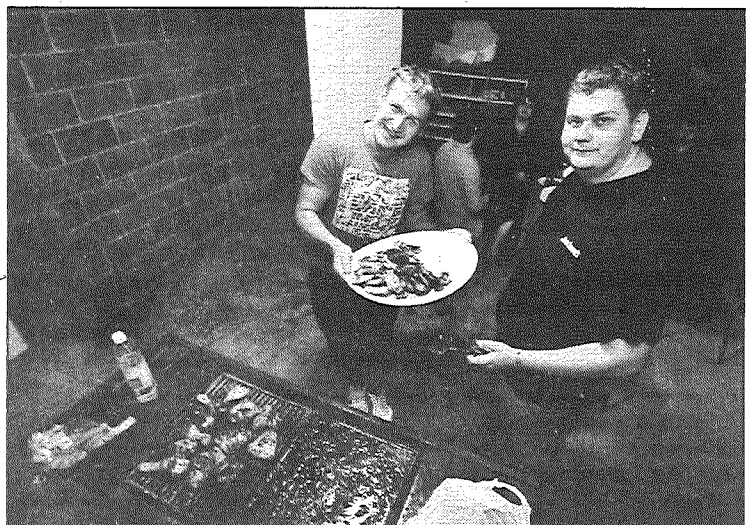
Kas notiek pasaules viņā pusē — Austrālijā? Kā tur klājas latviešiem, kuri dažādos laikos un dažādu apstākļu spiesti šo tālo kontinentu izvēlējās par savu mītnes zemi? Vai turienes jaunieši maz zina savu tēvu un vectēvu valodu, vai godā latviešu tradīcijas? Un vai tiešām tur ķenguri lēkā apkārt tāpat, kā zaķi pie mums?

Tie ir jautājumi, uz kuriem atbildi noteikti vēlētos dzirdēt ļoti daudzi «Novadnieka» lasītāji. Centīsimies palīdzēt, piedāvājot jūsu uzmanībai ceļojuma iespaidus, ko gadu mijā Austrālijā guva grupa Preiļu jauniešu. Pagājušā gada decembra nogalē Latgalē pazīstamā rokgrupa «Dabasu Durovys» projekta «DD&AUS» ietvaros tur koncertēja, piedalījās nometnēs, festivālos, mācīja tautiešiem kaut ko no latgaliskā. Visbeidzot — svinēja Ziemassvētkus un Jauno gadu, kas tur, viņā zemeslodes pusē, ir pats vasaras vidūcis.

Muzikālajā ceļojumā piedalījās grupas «Dabasu Durovys» līderis Arnis Slobožanins, basģitārists un bundzinieks Uģis Vilcāns (Preiļi), grupas «Likteneigais pagrīzins iz Vainovu» vokālists un ģitārists Juris Vucāns (Preiļi), grupas «Green No-vice» ģitārists Alvis Bernāns (Preiļi), fotogrāfs Armīns Bernāns (Preiļi), latgaliešu kultūras popularizētājs, 11. Saeimas deputāts Juris Viļums un latgaliešu folkloras zinātnieka Anna Briška (Preiļi). Tiesa, jaunie cilvēki tagad mājās uz Preiļiem atbrauc retāk, jo dzīvo, mācās, strādā gan Rēzeknē, gan Rīgā, tomēr līdz matu galiem palikuši isteni latgalieši. Par redzēto un uzzināto stāstīja Anna Briška, kas ikdienā ir projektu koordinatore Rēzeknes Augstskolā, vienlaikus arī grupas «Dabasu Durovys» menedžere.



● Latgalieši laimīgi ieradusies Melburnā, kur viņus sagaidīja Austrālijas latvietis un grupas gids Dāvids Vējiņš (pirmais no kreisās), seko Armīns Bernāns, Juris Vucāns, Alvis Bernāns, Uģis Vilcāns, Arnis Slobožanins un Anna Briška.



● Ziemassvētku maltīte Melburnas latviešu namā nemaz nelīdzinājās tradicionālajiem bagāti klātajiem galdiem Latvijā. Starp citu, uz grila ceptu vistas un ķengura gaļu Austrālijā ēd bez kečupa.

## Vienreizēja izdevība

Austrālijas latviešu jaunieši lieliski orientējas mūzikas jautājumos, klausās dažādus žanrus, pārzina grupas, kas pastāv un koncertē Latvijā. Gandrīz katram ir plašas mūzikas disku kolekcijas un dzīva interese par kultūras jaunumiem.

Kā latgalieši mēs bijām otrie, kas devās uz Austrāliju, saka Anna. Pirmie to taciņu pirms gadiem pieciem iestaigāja «Laimys muzikanti» Artūra Uškāna vadībā, kurš kopš tā laika Austrālijā vienmēr ir gaidīts viesis gan koncertos, gan rīkojot meistarklases. Par grupu «Dabasu Durovys» pirmā zināja Austrālijas latvieti Kira Bruzgulis. Viņa Latgalē viesojās tajā laikā, kad mēs izdevām savu pirmo un pagaidām vienīgo albumu «Lepetņiks». Kirai, acimredzot, mūsu mūzika ļoti iepatīkās, pagāja laiks un mēs saņēmām uzaicinājumu doties uz Austrālijas latviešu jauniešu festivālu «33. jaunatnes dienas» Sidnejā.

Vienreizējs piedāvājums, vienreizēja izdevība, vienreizējs brauciens, ko nevarējam palaist garām. Finansiāli lielā mērā tas bija mūsu ieguldījums. Ceļa izdevumus sedzām paši, bet pārvietošanos pa Austrāliju finansēja jauniešu dienu rīkotāji. Ar viņu atbalstu varējām piedalīties arī nometnē «Vasaras vidusskola», ko rīko laukos divu stundu brauciena attālumā no Adelaidas.

Liels paldies jāsauc mūsu tautiešiem, kuri uzņēma mūs savās mājās, pabaroja un izguldināja, izvīzināja, kur vien vajadzēja. Gribu teikt, ka Austrālija ir krietni dārgāka zeme nekā Latvija, tāpēc bez vietējo atbalsta mūsu brauciens būtu bijis ļoti liels pārbaudījums un izaicinājums.

## Ziemassvētku rotas plastmasas eglē

20. decembrī izlidojām no Rīgas lidostas, Melburnā ielidojām 22. decembrī. Tīrais laiks — 23 stundas lidmašīnā vien, jo no Rīgas mūsu maršruts bija uz Stambulu, tad uz Dubaju un tikai tad uz Melburnu. Tas var likties nogurdinoši, tikai ne mūsu kompānijā — tik humora piesātināta brauciena man vēl nebija bijis. Visu laiku aktivitātes, dzīvība, joki, smalka apcelšanās. Protams, ka nav viegli nosēdēt lidmašīnā astoņas stundas no vietas, bet jautrā kompānijā gluži paciešami.

Latvijā laiks pirms Ziemassvētkiem, paši atceraties, kāds — dubļi, apmācies, slapjš. Bet tur! Man līdz šim brīdim grūti salikt kopā, kā tas iespējams, ka Ziemassvētki ir vasaras vidū, vasaras saulgriežos. Ačgārņa pasaule, bet interesanta un neparasta — vasaras klātbūtne, saule, jūra, smiltis. Izrotātas plastmasas eglītes bez smaržas. Ierasto Ziemassvētku cepešu vietā grīlētā ķengura gaļa.



● Priecīgus Ziemassvētkus novēl milzīgs plakāts uz nama sienas Melburnā. Tajā pašā laikā uz ielas pamatīga tveice.

Manām izjūtām īsto svētku noskaņojumu radīja dievkalpojums. Melburnā latviešiem uzcelta pašiem sava baznīca, ir divas luterāņu draudzes. Agrāk esot bijusi arī katoļu draudze. Apmeklēju luterāņu dievkalpojumu, tas bija iespaidīgi. Mani pārsteidza baznīca, jo viss interjers ir darināts no koka. Visur latviskie ornamentu, reliģiskais saplūdis ar tradicionālo kultūru, bet mani visvairāk pārsteidza, ka altāra vietā — stiklota siena. Skaiti lūgšanu un lūkojies augšajos kokos. Viens no tiem ļoti atgādināja bērzu, līdzās priede, tāpēc likās, ka esmu Latvijā, kaut kur Jūrmalā.

## Triju vilņu izskalotie

Kas ir latvieši, kuru mājas tagad Austrālijā? Bijuši trīs migrācijas vilņi, kas tautiešus aiznesuši svešajā krastā. Pirmais vilnis deviņpadsmitā gadsimta beigās, divdesmitā gadsimta sākumā. Ziņas liecina, ka pirmie latvieši iebraukuši vēl tolaik no cariskās Krievijas. Droši vien ap to laiku latgalieši brauca pēc brīvas zemes arī uz Sibīriju. Nā-

kamais vilnis — Otrais pasaules karš, kad Austrālijā piestāja emigrantu kuģi ar latviešiem, pārsvarā no šķirošanas nometnēm Vācijā. Šie latvieši pašlaik ir visvairāk pārstāvēta paaudze un tās pēcnācēji.

Trešais vilnis skaloja pašlaik. Mums tikai liekas, ka latvieši emigrē vienīgi uz Vāciju, Angliju, Īriju vai Ameriku. Brauc arī uz Austrāliju — kāds ieprecas, kāds meklē darbu. Iepazināties ar latvieti, kuram vasarā ir bizness Latvijā. Bez ziemā viņš dodas uz otru zemeslodes pusi un strādā tur. Starp citu, Austrālija atplestām rokām, šķiet, uzņem tikai sievietes. Es biju vienīgā, kam vizu iedeva nekavējoties un bez jebkādas aizķeršanās. Puišiem prasīja dokumentu pēc



● Viena no izplatītākajām ceļa zīmēm Austrālijā. Sadursme ar pāri brauktuvei skrienošu (lecošu) ķenguru noteikti nav no tām patīkamākajām. Foto: Armīns Bernāns

dokumenta, līdz pēdējai dienai nezināja, vai vizu vispār iedos.

Sagatavoja L. Kirillova  
Turpinājums sekos



## AIZKRAUKLE

## Kārtīgs horvāts un kārtīgs latvietis

Ivica Jendroks ir horvāts, kurš jau vairākus gadus dzīvo Aizkraukles pagastā. Latviski viņš runā raiti un bez akcenta. Nule viņa ģimenē piedzīvots arī priecīgs notikums, — piedzimusi meitiņa Diāna. Kāda paziņa par Ivicu teica: «Viņš ir viens kārtīgs horvāts un kārtīgs latvietis.» Saruna ar Ivicu notika par to, kā cittautietis jūtas Latvijā.

Vainīgas  
«Sudmaliņas»

Liktenīgais pavērsiens Ivicas dzīvē notika 2001. gadā. Toreiz Latvijā viņš ieradās kā tautas mūzikas un deju grupas dalībnieks, lai piedalītos tautas deju un folkloras festivālā «Sudmaliņas». Tad arī iepazīnās ar savu nākamo sievu Solvitu, un nu jau septiņus gadus viņa mītnes zeme ir Latvija.

Horvātijā Ivica bija gan metinātājs kuģu būvētavā, gan strādāja par glābēju brīvprātīgajos ugunsdzēsējos. Meistars ar zelta rokām, prot visu, — tā par viņu saka tie, kas darbīgo un atraktīvo horvātu iepazīnuši ikdienā. Varbūt arī tāpēc Ivicam svešs ir bezdarba jēdziens. Tagad viņa ikdienu galvenokārt aizrit Rīgā. Tā kā viņš ir augstas klases meitnātājs, darbu viņam piedāvāja kāda transportfirma.

## Viena valoda

Ivicam labi padodas valodas, varbūt tāpēc atšķirībā no daudziem viņam apgūt jaunu valodu neliekas grūti. Latviešu valodu viņš iemācījies sadzīvē, nekādus īpašus kursus nav apmeklējis. Ivicam šķistu pret dabiski, ja, dzīvojot Latvijā, viņš nezinātu valsts valodu. Viņš prot arī krievu, angļu, slovēņu, bosniešu un serbu valodu. Darbavietā viņam bieži iznāk sazināties arī krievu valodā.

Ivica seko līdzī arī notiekošajiem politiskajiem procesiem Latvijā. Par valodu referendumu viņš saka: «Protams, ka valsti ir jābūt vienai valstis valodai, bet valodu zināšanas par sliktu nenāk nevienam.» Ivica arī atzīst, ka nekad Latvijā viņš nav juties diskriminēts. Ja viņa varā būtu ko mainīt valstī, viņš pirmām kārtām nodrošinātu darba vietas un normālus sociālos apstākļus.

## Domā tikai par sevi

Kādā žurnālā bija intervija, kurā kāds spānis, kurš jau vairākus gadus dzīvo Latvijā, latviešus raksturoja kā bezatbildīgus. Ja, piemēram, jāiet balsot, viņi, ja būs labs laiks, labāk aizbrauks atpūsties. Latvieši gaidot, lai kāds risina viņu problēmas, un nekad nepieejas no krēsla, lai paši kaut ko darītu. Arī Ivica, raksturojot latviešus, ir diezgan skarbs. Viņaprāt, lai kā latvieši gribētu uz-



● Ivica (no labās) un Solvita saulespuķu laukā Horvātijā.

svērt savu patriotismu, nacionālo pašapziņu, tomēr dziļākajā būtībā daudzi ir citādi. Ja saredzēs savu labumu, tad izdarīs visu, lai tikai pašam būtu labi, un tā dēļ viņi viens otru gatavi nodot. Uz kuru pusi vējš pūtīs, tur locīsies, jā ... un vēl tautasdziesmas pie Saeimas padziedās. Iepazīstot latviešus tuvāk, viņi šķietot draudzīgi.

## Gatavo maltīti, dzied, makšķerē

Brīvajā laikā parasti Ivica brauc

uz Aizkraukles pagasta «Cepļiem», kur skaistajā Daugavas senlejas dabas parkā ir neliels viesu nams, kurā uzņem ne tikai draugus, bet arī ekskursantus. Viņiem Ivica tad sagādā neizmirstamus «vēderpriekus», jo pats gatavo ēdienu un savus viesus iepiecinā ar horvātu nacionālo virtuvi. Turklāt viņš ir atzīts pavārs. Savulaik Horvātijā gulaša gatavošanas konkursā viņš ieguva otro vietu. Kā jau lielākajai daļai vīriešu, arī viņam patīk makšķerēt. Tomēr savu dzīvi Ivi-

ca nevar iedomāties bez mūzikas. Viņš spēlē Baumaņu ģimenes kapelā un arī koncertē kopā ar sievasmāsu Ivetu Baumanī.

Taču vasara nav iedomājama bez ceļojumiem. Katru gadu Ivica ar sievu brauc uz Horvātiju. Parasti viņi ceļo autobusā, par līdzbraucējiem aicinot draugus. Tad Ivica uzņemas gida lomu un viesiem izrāda skaistākās vietas. Apceļota arī Eiropa un krustu šķērsu Latvija.

«Staburags»

## LIMBAŽI

## Katvarietis, kurš filmējies pie Spilberga

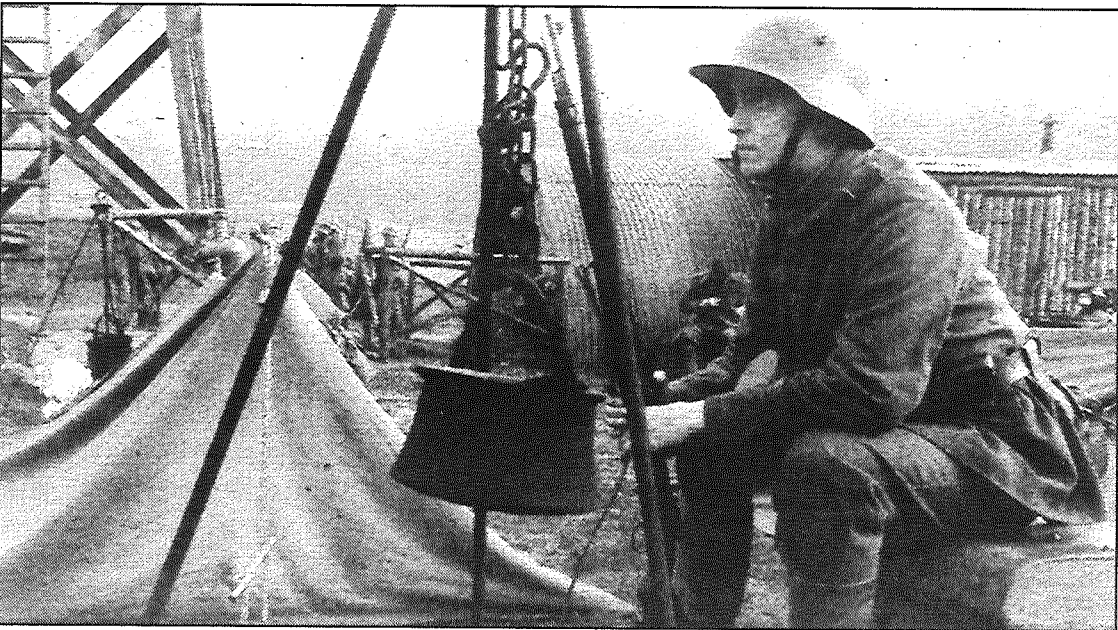
Ne visai sen žurnālā «Privāta Dzīve» varēja lasīt par Pētera Lūša piedzīvojumiem lielbudžeta filmu uzņemšanas laukumos. Uzmanīgāk ieskatoties Stivena Spilberga jaunākās filmas «Kara zirgs» kadros, daži Katvaru ļaudis varētu sazimēt kādreizējo kaimiņu.

Pašlaik Pēteris Lūsis dzīvo Londonā, bet viņa dzimtās mājas ir Katvaru pagastā. Pēteris absolvēja Fricā Bārdas Pociema pamatskolu, pēc tam (jau pirms gadiem 10) — Limbažu 1. vidusskolu. Mācības viņš turpināja Rīgas Tūrisma skolā, kur apguva ar viesnīcu servisu saistītas zināšanas, paralēli trīs gadus strādāja restorānā par viesmili. Tad Latvijas tirgū ieņāca telekomunikāciju uzņēmums «Bite», un jaunietis veiksmīgi mainīja darbības jomu. Darbs «Bite» viņam ļoti patika — bija labs kolektīvs, izaugsme, karjeras spējas. «Tajā laikā biju aizbraucis uz Londonu paskatīties, kā tur. Iepatikās. Pēc tam didija nemiers, sajūta, ka tur viss vēl nav izbaudīts,» viņš atceras. Pieņemot lēmumu pamest labu, stabili darbu, lai gūtu jaunus izaugsmes un pieredzi, nebija viegli. Taču lēmumu viņš ne brīdi nenožēlo: «Bija sajūta, ka Latvija man kļuvusi par mājām.» Pēteri bija nogurdinājusi arī negatīvā noskaņa sabiedrībā, pārsvarā saistīta ar politiku. Arī tagad, lasot ziņas interneta portālā, rodas iespaids, ka politiķi nerisina istās problēmas, bet mēģina

novērst cilvēku uzmanību.

Pēteris atklāti saka: «Mazliet aplauzos. Sākumā domāju — atbraukšu uz Londonu, atradišu tikpat labu darbu kā Latvijā. Tik spoži nebija, labos darbos meklēt vietējos ar perfektu angļu valodu un iepriekšēju darba pieredzi Lielbritānijā. Pirmo gadu Londonā viņš piestrādāja mazākos un lielākos darbiņos, kamēr iedzīvojās, iepazīna vidi. Tai pašā laikā sāka piedalīties lielbudžeta filmās. Par šādu iespēju uzzināja nejauši. Ar paziņu devās uz kino noskatīties filmu «Titāni». «Sākumā neticēju, ka viņš ir tajā piedalījies, līdz pāris ainās viņu saskatīju. Paziņa man iedeva kontaktus aģentūrai, kas atlasa statistus filmām. Kopā ar draugu Mārtiņu reģistrējāmies, pēc tam mūs uzaicināja uz atlasu. Bija daudz cilvēku, sajūta, ka rinda nekustas uz priekšu. Stāvējām vairākas stundas, jau domājām iet prom. Bet izstāvējām. Mūs vēlreiz nofotografēja, nomērija kostīmiem, aizpildījām anketas.»

Abi latvieši sākumā nezināja, kādā filmā piedalīsies. Viņi parakstīja vienkāršus līgumus par piedalīšanos kara ainās. Lai ar autobusu dotos uz filmēšanas laukumu Dārtmūras nacionālajā parkā ārpus Londonas, bija jāceļas piecos no rīta. Tur aktierus paēdināja, pēc tam piemeklēja istā izmēra apģērbu, grimēja, pielaboja matu griezumam, lai tas atbilstu laikam un lika pie darba. «Interesanti, kā notiek filmēšanas process. Vienu ainu uzņem



● Pēteris Lūsis filmas «Kara zirgs» filmēšanas laukumā. Foto uzņēmis draugs, pārkāpjot noteikumus un riskējot ar darbu — tas ir aizliegts.

pat 20 reizi. Reizēm bija grūti. Piemēram, ainā, kur zirgi velk ratus kalnā, bija jākāpj augšā un lejā. Par to motivācijai piemaksāja,» stāsta Pēteris. «Es gan piedalītos arī bez maksas, pieredzes dēļ,» viņš saka. Puisis atzīst, ka uzdrīkstēšanos piedalīties šādās avatūrās viņam devusi arī darbošanās režisores Intas Kalniņas vadītajā pulcīnā.

«Nekad mūžā nebiju iedomājies, ka jebkad stāvēšu tik tuvu Stivenam Spilbergam — varētu viņam pat roku paspiest. Pēc tam patīkami skatīties filmu, zinot, ka esmu tajā piedalījies. Ja zina, kam

pievērst uzmanību, mani var arī ieraudzīt,» teic Pēteris. Autogrāfu slavenajam režisoram, neviens, protams, neprasiņa, bija jāizturas profesionāli. Pēteris stāsta, ka šajā filmā bija tiešām daudz statistu — aptuveni 200 — 300. Citās, kurās viņš filmējies («Kapteinis Amerika», «X-cilvēki», «Pirmā klase»), bijis arī tā, ka pēc tam var redzēt — ļautiņu skaits palielināts, izmantojot datorgrafiku. Arī filmās redzamā vide bieži nav īsta — izmantots zaļais ekrāns, uz kura pēc tam uzliek vajadzīgo fonu.

Pēteris iespēju piedalīties filmās

noteikti izmantos vēl, ja vien būs laiks. Bet šobrīd viņa prioritāte ir paša bizness. Tas arī sāks it kā nejauši. «Rādīju paziņām bildes no mājām, kur bija redzams ģimenes dārzs. Man «pasvieda» ideju Londonā nodarboties ar dārzniecību,» stāsta Pēteris. Risks attaisnojās, un jau pirmajā sezonā izdevās atrast pastāvīgus klientus, starp kuriem bija pat promiņences. Šogad viņš plāno tālāku izaugsmi. Ir gan klienti, kuriem nepieciešama dārza kopšana, gan tādi, kuri vēlas, lai viņu dārzus pilnībā pārveido.

«Auseklis»

## Aglonā apzagts ar signalizāciju neaprikots veikals

Kā informē Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes Kārtības policijas biroja preventīvas nodaļas inspektore Anastasija Laizāne, 29. februāra naktī kādam veikalam Aglonā izsists ieejas durvju stikls. Zagļi iekļuvi telpā un paņēmuši dažādas preces — pārsvarā pārtiku un alkoholiskos dzērienus. Veicot izmeklēšanu par zādzību uzsāktajā kriminālprocesā, policijas darbinieki tajā pašā dienā aizturēja divus vietējos iedzīvotājus — 1990. gadā dzimušu sievieti, kura jau iepriekš bija nonākusi policijas redzeslokā, un 1989. gadā dzimušu vīrieti.

Turpinot izmeklēšanu, tika noskaidrots, ka aizturētie minēto veikalu bija paspējuši apmeklēt divas reizes, jo veikals nebija aprikots ar signalizāciju. Tāpēc, iekļūstot telpā, personas varēja mierīgi salikt somās visu nepieciešamo, aiznest un pēc neilga laika atgriezties un atkārtoti piepildīt savus «pirkuma grozus» ar veikala precēm.

Policija turpina izmeklēšanu.

## Divi jauni vīrieši Daugavpilī aizturēja recidivistu

26. februāra vakarā Daugavpilī, Stadionu ielā, divi jauni vīrieši savā dzīvoklī nozieguma izdarīšanas brīdī aizturēja zagli.

Dzīvokļa saimnieks kopā ar draugu ieradās apskatīt īpašumu, kurā pagaidām neviens nedzīvo, un negaidot tur pārsteidza noziedznieku, kurš mēģināja puišiem uzbrukt ar nazi. Drošsirdīgie jaunieši notvēra uzbrucēju un izsauca policiju.

Veicot tālāku izmeklēšanu, policija noskaidroja, ka aizturētais (dzimis 1973. gadā) tajā pašā dienā minētajā dzīvoklī bija iekļuvis caur logu un nozādzis durvju atslēgu. Vakār viņš atgriezās, lai nozagtu nolūkotās mantas. Tās iznest bija plānots pa durvīm, jo pa logu tas nebija iespējams.

Aizturētais agrāk vairākkārt tiesāts. Zināms, ka februāra sākumā viņam tika grozīts drošības līdzeklis — apcietinājums nomainīts ar nodošanu policijas uzraudzībā. Recidivists tikai dažas nedēļas pavadīja brīvībā un atkal tika aizturēts. 28. februārī viņam tiesa piemēroja apcietinājumu. Kriminālprocess uzsākts pēc Krimināllikuma 175. panta 3. daļas (par zādzību ar iekļušanu) un 132. panta (par draudiem izdarīt slepkavību un nodarīt smagu miesas bojājumu).

## CSDD INFORMĒ

### Aicina izvēlēties laika apstākļiem un satiksmes drošībai atbilstošas riepas

Lai arī transportlīdzekļu aprikošana ar ziemas riepām no 1. marta nav obligāta, ievērojot pašreizējos laika apstākļus, Ceļu satiksmes drošības direkcija (CSDD) aicina autovadītājus pagaidām tomēr izvēlēties atbilstošas riepas, tādā veidā rūpējoties gan par savu, gan pārējo satiksmes dalībnieku drošību.

Ceļu satiksmes noteikumi paredz, ka ziemas sezonā — no 1. decembra līdz 1. martam — automobiļiem un autobusiem, kuru pilna masa nepārsniedz 3,5 tonnas, kā arī to piekabēm obligāti jābūt aprikotiem ar ziemas riepām. Pārējā laikā ziemas riepu lietošana ir pēc autovadītāja ieskatiem un atbilstoši laika apstākļiem.

CSDD atgādina, ka savukārt riepas ar radzēm drīkst izmantot tikai no 1. oktobra līdz 1. maijam. Radzot atļauts ziemas apstākļiem piemērotas riepas, tāpat uz transportlīdzekļa vienas ass riteņiem nav atļauts uzstādīt dažādas riepas. Auto riepu protektora dziļumam mērīšanas zonā jābūt četri milimetri vai dziļākam.

### Mājas lapas apmeklētāji var izteikt viedokli

Ikviena CSDD mājas lapas [www.csdd.lv](http://www.csdd.lv) apmeklētājs tiek aicināts izteikt savu viedokli sadaļā «Dienas jautājums» (labajā pusē uz leju), atzīmējot sev vēlamu atbildi variantu.

CSDD mājas lapā bija iespēja sniegt viedokli par izplatītākajiem mītiem un apgalvojumiem saistībā ar braukšanu alkohola reibumā. Triju nedēļu laikā saņemtas 918 atbildes. **Izplatītākie mīti un apgalvojumi par braukšanu alkohola reibumā ir šādi:**

- ✓ vienu jau var! — 42,5% jeb 390 balsis;
- ✓ nedaudz pagulešanu un tad varēšu braukt — 18,2% jeb 167 balsis;
- ✓ pabraukšu tikai mazu gabaliņu pa klusām ieliņām vai lauku ceļiem — 15,4% jeb 141 balsis;
- ✓ parasti reibumā brauc jauni vīrieši vecumā līdz 30 gadiem — 14,6% jeb 134 balsis;
- ✓ mani jau nepieķers un nesodīs — 9,4% jeb 86 balsis.

Pēc CSDD sabiedrisko attiecību daļas informācijas

## Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldē reģistrētie notikumi

### Līvānos izmeklē ugunsgrēka cēloni

24. februāra naktī, ap pulksten 1.00, Līvānos izcēlās ugunsgrēks. Jaunā ielā nodega šķūnītis un garāža, kurā bija novietota automašīna. Uzsākts kriminālprocess pēc Krimināllikuma 18. nodaļas (noziedzīgi nodarījumi pret īpašumu). Kāds bijis aizdegšanās cēlonis, noskaidros ekspertīze.

### Pārbaudīja šaujamo uzglabāšanas kārtību, atklāj nelikumības

Kārtības policijas rīkotā profilaktiskā reida, kura uzdevums bija pārbaudīt, kādā kārtībā mājās tiek glabāti šaujamo, laikā tika noskaidrots, ka nebūt ne viss ir kārtībā. Tā policijas inspektore A. Laizāne informē, ka Līvānu novada Sutru pagastā kāds 1946. gadā dzimis vīrietis mājās uzglabājis medību bisi, bet pašam nav bijis derīgas šaujamo raķes. Tajā pašā reizē policisti atklāja, ka vīrietis nelikumīgi glabā municiju, tika izņemtas piecas karabīnes patronas. Šajā sakarā uzsākts kriminālprocess pēc Krimināllikuma 233. panta. Tomēr arī ar to vizīte mājās nebeidzās, jo policisti uzgāja 25 paciņas cigarešu bez Latvijas Republikas akcīzes marķējuma. Par to uzsākta administratīvā lietvedība.

### Preiļos atklāja pārdevējus, kas nepilngadīgajiem pārdod alkoholu

24. februārī, rīkojot profilaktisko reidu, policija pievērsa uzmanību tam, vai veikalos nepilngadīgajiem tiek pārdoti alkoholiskie dzērieni. Divos gadījumos Preiļos tādā likuma pārkāpums tika konstatēts — alkoholisku dzērienu nepilngadīgai personai pārdevēja pasniedza kādā veikalā Raiņa bulvārī, bet otrā gadījumā darbiniece pārdeva alu veikalā Daugavpils ielā. Abām pārdevējām sastādīti administratīvi pārkāpuma protokoli.

### Gadās, ka dzērājšoferi pretojas

24. februārī Preiļos alkohola reibumā pie stūres tika aizturēts kāds 1991. gadā dzimis autovadītājs. Taču jaunā vīrieša noskaņojums nebūt nebija miermīlīgs. Viņš pretojās policijas darbinieku likumīgajam prasībām, atteicās doties uz iecirkni un pārbaudīt savu reibuma pakāpi ar alkohometru. Policisti bija spiesti huliģānu nogādāt uz Preiļu slimnīcu, kur viņam tika noņemtas asinis reibuma noteikšanai. Sastādīts administratīvā pārkāpuma protokols.

28. februārī dzērumā pie automašīnas VW stūres Aglonā tika aizturēts kāds 1962. gadā dzimis vīrietis. Viņam reibuma pakāpe sasniedza 2,66 promiles. Dzērumā aizturēti arī divi velosipēdisti.

### Sākušās suņu kāzas, cilvēkiem — problēmas

Pēdējā laikā biežāki kļuviši gadījumi, kad cilvēki sūdzas par klaiņojošiem suņiem, kuri apdraud viņu veselību. Tā Aglonā vien sastādīti trīs administratīvā pārkāpuma protokoli, ko policijas darbinieki nosūtījuši uz Aglonas novada domi administratīvās komisijas izskatīšanai. Līdzīgs gadījums bijis arī Vārkavā, kur uzsākta administratīvā lietvedība, kuras laikā tiks noskaidrots klaiņojošu suņu īpašnieks.

### Ja nepirka precī, naudu atņēma ar varu

27. februārī policijā tika saņemta informācija par to, ka 23. februārī Līvānu novada Turku pagastā pagaidām nenoskaidrots vīrietis ieradās mājās pie 81 gadu vecas sievietes un piedāvājis viņai iegādāties apģērbu. Tā kā sieviete pirt drēbes atteikusies, vīrietis viņai izrāvis no rokām maciņu ar visu naudu un devies projām. Mājas saimniece konstatējusi, ka pazudis arī mobilais telefons.

Uzsākts kriminālprocess.

### Policisti maluzvejniekus neliks mierā

Tuvojoties pavasarim, aktīvāki kļuviši maluzvejnieki. Tā divu dienu laikā ūdeņos Aglonas novada teritorijā vietējie iedzīvotāji trīs reizes ziņojuši par nelikumīgu zvejošanu. 28. februārī, pārbaudot informāciju, Rušonas ezerā pie Jaunaglonas atrastas un izņemtas 15 nelikumīgi uzstādītas ūdas. Tikpat daudz šo zvejas rīku izņemts no Saviņu ezera Grāveru pagasta teritorijā. 29. februārī 18 nelikumīgi uzstādītas ūdas izņemtas Cīrišu ezerā. Uzsāktas trīs administratīvās lietvedības.

### Sventes pagastā smagi piekauta veca sieviete

22. februārī no Daugavpils novada Sventes pagasta uz slimnīcu smagā stāvoklī tika nogādāta 83 gadus veca sieviete, kurai ārsti konstatēja vairākas traumas, tajā skaitā cirstas brūces galvā un galvaskausa lūzumus.

Saņemot minēto informāciju, policijā tika uzsākts kriminālprocess. Veicot izmeklēšanu, tās pašas dienas vakarā uz aizdomu pamata par izdarīto noziegumu policijas darbinieki aizturēja 53 gadus vecu vīrieti — Sventes ciemata iedzīvotāju. Aizturēšanas brīdī viņš bija stiprā alkohola reibumā.

Kriminālprocess uzsākts pēc Krimināllikuma 125.

panta 1. daļas. Nozīmētas vairākas ekspertīzes. Izmeklēšana turpinās, jo policija skaidro nozieguma apstākļus un notikušā motīvus.

### Jaunekļi zagtos metāllūžņus veda irētā busiņā

Par metāllūžņu zādzībām Daugavpils iecirkņa policisti aizturēja trīs jauniešus, divi no kuriem dzimuši 1988. gadā, viens — 1989. gadā. Puiši metālu zaga gan pilsētā, gan apkārtnē pagastos. Metāla izstrādājumu transportēja ar irētu mikroautobusu, jo saviem spēkiem guvumu līdz metāllūžņu uzpirkšanas punktam nogādāt nespēja. To var saprast, jo nozagts, piemēram, bija metāla atkritumu kontainers ar 750 litru tilpumu vai arī divas čuguna vannas, kurām «kājas pieauga» kādā vasarnīcā Maļinovas pagastā.

Uzsākts kriminālprocess pēc Krimināllikuma 175. panta 2. daļas. Policija informē, ka visi trīs zagļi jau ir nosacīti tiesāti par analogiskiem noziedzīgiem nodarījumiem. Jaunie vīrieši tiek turēti aizdomās par vēl vismaz piecu zādzību izdarīšanu. Izmeklēšana turpinās.

### Pie narkotiku tirgoņa atrada metamfetamīnu

Kriminālpolīcijas biroja darbinieki profilaktiskā reida laikā kādā Daugavpils mikrorajonā par narkotisko vielu glabāšanu un iespējamo nolūku tās realizēt aizturēja 1987. gadā dzimušu vīrieti. Kratišanas laikā viņa apģērbā tika atrasti un izņemti trīs polietilēna maisiņi ar 10 gramiem metamfetamīna. Uzsākts kriminālprocess, izmeklēšana turpinās.

### Rēzeknē blēņojas ar amfetamīnu

28. februārī Rēzeknē, Dzelzceļnieku ielā, Kriminālpolīcijas biroja darbinieki, izmeklējot par zādzību uzsāktu kriminālprocesu, veica kratišanu kādā dzīvoklī un atrada un izņēma tur 50 gramus narkotisko vielu — amfetamīnu. Iespējams, tas bija domāts tālākai pārdošanai. Sakarā ar to policija aizturēja 1975. gadā dzimušu vīrieti, kurš agrāk vairākas reizes tiesāts par dažādiem noziegumiem. Pavisam nesen aizturētais bija stājies tiesas priekšā par automašīnas vadīšanu narkotisko vielu ietekmē. Uzsākts kriminālprocess, notiek izmeklēšana.

### Garnadziem neveicās, viņus aizturēja nozieguma vietā

Policijas pārstāve informē, ka 25. februārī Ludzas novada Isnaudas pagastā kādas mājas saimnieks aizturēja zagli, kurš mēģināja nozagt dažādas mantas no viņa privātmājas.

Saimnieka prombūtnes laikā divi vīrieši, pielāgojot slēdzenes atslēgas, iekļuva privātmājā. Taču atgriezās mājas īpašnieks un zagļus pārsteidza nozieguma vietā. Vienu no garnadziem saimniekam izdevās aizturēt, otrs — aizbēga. Aizturētais bija 1973. gadā dzimis vīrietis, policijai jau agrāk labi zināms, viņš savu vainu atzina. Uzsākts kriminālprocess, turpinās izmeklēšana.

### Aizturēts un apcietināts rūdīts garnadzis

28. februārī Daugavpils iecirkņa policijas darbinieki par vairāku privātmāju apzagšanu aizturējuši agrāk tiesātu 1970. gadā dzimušu vīrieti, kuram tiesa piemēroja apcietinājumu.

Aizturētais tiek turēts aizdomās par vismaz septiņu privātmāju apzagšanu Daugavpilī — sešas zādzības notikušas šogad un viena — pērnā gada beigās. Izmeklēšanā noskaidrots, ka visos mājokļos viņš iekļuvis vienādi — izņemot logu stiklus. Līdzīgs praktiski viss — sākot no gultas veļas, tepiķiem un cukura, beidzot ar zelta izstrādājumiem un sadzīves tehniku.

Policijas pārstāve piebilst, ka vīrietis pavisam nesen (pagājušā gada beigās) atbrīvots no ieslodzījuma, kur pavadīja astoņus gadus par laupīšanu. Policijas darbinieki atrada un izņēma lielu daudzumu zagtu mantu. Izmeklēšana uzsāktajā kriminālprocesā turpinās.

### Paņēma mobilos telefonus, barankas un spēķi

Nepaveicās garnadziem Krāslavā. Tā 29. februārī aizturēts zaglis, kas naktī no 27. uz 28. februārī, uzlauzot kāda dzīvokļa durvju slēdzeni, iekļuva telpā un nozaga televizoru un videoatskaņotāju. Policijas darbinieki noskaidroja, ka tas ir astoņpadsmitgadīgs jauniešs. Viņa dzīvoklī atrastas arī nelikumīgi iegūtās svešās mantas.

Savukārt 1. martā Krāslavas policijas iecirkni saņemta informācija par to, ka Izvaltas pagastā saimnieka prombūtnes laikā viņa mājā iekļuvi zaglis. Nozagtas personīgās mantas, divi mobilie telefoni, barankas un spēķis. 2. martā policijas darbinieki aizturēja 1987. gadā dzimušu vietējo vīrieti, kurš pērnā gada decembrī atbrīvots no ieslodzījuma, kur izzieta sodu par līdzīgu noziegumu. Daļa nozagto mantu atrastas.

Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes informācija



### Vai atbalstāt pensionēšanās vecuma paaugstināšanu līdz 65 gadiem?



**Dzintra Erte no Riebiņu novada:**  
— Šāda valdības iecere ir ļoti slihta. Jau pēc 60 gadu vecuma cilvēku lielākajai daļai ir dažādas slimības, nevar strādāt. Pat līdz pašreizējam pensionēšanās vecumam — 62 gadiem — ir grūti nostrādāt.

Ir daudz tādu amatu, kuros 65 gadu vecumā vispār nevar strādāt, bet kur cilvēks atradīs citu darbu? Tos, kam līdz pensijai atlikuši tikai daži gadi, apbēdina arī tas, ka noņemtas piemaksas par darba stāžu līdz 1996. gadam. Kādus gan uzkrājumus cilvēki varēja izveidot vecumdienām, saņemot mazas algas?



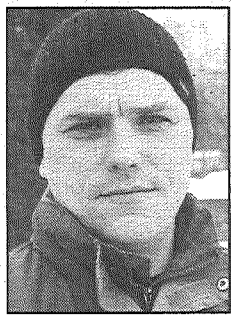
**Veronika Meikulāne no Preiļiem:**  
— Valstij nav naudas priekš pensijām, bet vai pie tā vainīgi cilvēki, kas visu mūžu kārtīgi strādājuši? Jāteic, ka nav gudru un godīgu vadītāju gan ekonomikas jomā, gan valdībā kopumā. Protams, ja pensijas būs ļoti mazas, cilvēki

paši gribēs un būs spiesti strādāt, jo ar pensijām nevarēs izdzīvot. Par sevi varu teikt, ka man ir paveicies, jo pensijā aizgāju tajos laikos, kad to varēja darīt no 55 gadu vecuma. Es gan vēl pāris gadus nostrādāju «pa virsu», bet jaunie gaidīja rindā uz darbavietu. Manuprāt, strādāt var līdz 60 gadu vecumam, pēc tam veselības stāvoklis ir kāds nu kuram. Vieni var strādāt arī līdz 65 gadiem, bet citi nē. Mani pazina Kanādā stāstīja, ka līdz pensijai jāstrādā ilgi, bet tur cilvēki dzīvo labākos apstākļos, var arī iekrāt vecumdienām.



**Tamāra Ananjeva no Preiļiem:**  
— Nekādā gadījumā neatbalstu. Jau tagad man un daudziem citiem šādā vecumā problēmas ar veselību, bet kā nostrādāt līdz 65 gadiem? Kas tadā vecumā ņems darbā? Arī tagad sievietēm pēc 45 gadiem grūti

atrast darbu, sevišķi Latgalē. Pensionēšanās vecumu sievietēm vajadzētu noteikt atkarībā no izaudzināto bērnu skaita.



**Guntis Pudulis no Livāniem:**  
— Nē, neatbalstu. Jau pašreiz pensionēšanās vecums ir liels. Kas spēs strādāt tadā vecumā? Daudzi vīrieši līdz tādā vecumam nemaz neno dzīvo. Es nedomāju, ka 65 gadu vecumā varētu strādāt jebkuru darbu. Ne jau visiem

būs tie labie un viegļie darbi, kādam nāksies strādāt arī smagu fizisku darbu. Mana mamma aizgāja pensijā 62 gadu vecumā, bet pirms tam pēdējos gados praktiski nestrādāja, jo veselība neļāva. Un nopelnītā pensija tāda — tikai izdzīvošanai.

**Ligita Dzene no Riebiņu novada:**  
— Nepiekrītu tam, ka pensionēšanās vecums tiek pagarināts. Latgalē cilvēki dzīvo smagos apstākļos, maz nopelna. Darbavietu nav pat jauniešiem, nerunājot, ka būtu kur strādāt 65 gadu vecumā. Sāku strādāt 17 gadu vecumā, bet skumji, ka valdībā nolēma noņemt piemaksas par darba stāžu līdz 1996. gadam. Būtu jau labi, ja katrs varētu iekrāt priekš vecumdienām, bet no kā cilvēkiem iekrāt, ja algas ir tik mazas?



L.Rancāne  
Foto: A.Šņepsts

## SLUDINĀJUMI, LĪDZJŪTĪBAS

**PĒRK METĀLLŪZŅUS, LIETOTU LAUKU TEHNIKU UN AUTO.**  
Griežam uz vietas, sveram.  
Samaksa tūlītēja.  
Tālr. 25969839.



**SIA „LATVIJAS GAĻA”**  
iepērk liellopus, aitas, jaunlopus, zirgus.  
Svari. Samaksa tūlītēja.  
Tālr. 28761515.

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

**LPKS “Baltic Meat Standard”** iepērk liellopus, jaunlopus.  
No 1. – 15. martam paaugstinātas iepirkumu cenas. Samaksa tūlītēja.  
Sver uz elektroniskajiem svariem.  
Tālr. 20250289, 63354097.

**SIA „Jēkabpils piena kombināts”**  
**PĒRK PIENU** no ražotājiem.  
**Konkurētspējīga iepirkuma cena un regulāra apmaksā.**  
Piena iepirkuma cena tiek noteikta pie piena olbaltumvielu satura 3,0% un piena tauku satura 3,5%.  
**Mob. tālr. 26182211; tālr./fakss: 65223200; e-pasts: jekabpilspk@inbox.lv**

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

**Baltijas tirdzniecības aģentūra SIA** iepērk isus apmalotus bērza zāģmateriālus.  
Specifikācijas izsūtām. Samaksa divu dienu laikā. Sadarbība ilglaicīga.  
Tālr. 29274567, 67315432, fakss: 67845913, e-pasts: baltictrading@inbox.lv.

**Pērk mežu, jaunaudzēs, ipašumus ar mežu un zemi.**  
Ātra samaksa un vienkārša dokumentu noformēšana. SIA “Green Forest”, tālr. 29493384.



Vēl gribējās strādāt, dzīvot un būt, Bet pēkšņi nakts un saule jau zūd. Jūtam līdzī un dalāmies sāpju smagumā ar mūsu kolēģa **Pētera TUMOVA** tuviniekiem, viņu pavadot mūžībā.  
SIA “AGLONAS SERVISS” kolektīvs

No pasaules kad šķirta, Dievam tuva, Sirds klusa kļuva...  
**Izsakām dziļu līdzjūtību Vīgaram Mazuram, MĀTĪ pēdējā gaitā izvadot.**  
Mednieku klubs “Sabulis”

*Mazs cilvēciņš iet šodien dzīvē, māt,  
Un zeme skatisies, un ļaudis gaidīs,  
Cik tīru spēsi viņu nosargāt,  
Cik spēsi dot no sava mīlā smaida.*



### Pašvaldību dzimtsarakstu nodaļās 2012. gada februārī reģistrētie jaundzimušie

**LĪVĀNU novadā:** Albīne, Matvejs, Nellija, Elīna, Gabriela; **PREIĻU novadā:** Sergejs, Linda, Liāna, Evelīna, Ernests, Adriāns Jānis, Laura, Daniels; **VĀRKAVAS novadā:** Aivis, Andrejs.



### Reģistrētas laulības

**LĪVĀNU novadā** — divas, **PREIĻU novadā** — divas, **VĀRKAVAS novadā** — vienas.

*Dusi saldi savās mūža mājās!  
Tikai šodien laiks tik dzestri salns.  
Salam spītējot, tev pāri klājas  
Pavasariņš ziedu kalns.*

### Februārī reģistrētie mirušie

**AGLONAS novadā:**  
Pjotrs Kolesnikovs (dzimis 1954. gadā)  
Eleonora Usanova (1944.)  
Igoris Ķuda (1970.)  
Jezups Poikāns (1928.)  
Anna Strode (1922.)

**LĪVĀNU novadā:**  
Jānis Jačmenkins (1935.)  
Marta Šmite (1918.)  
Klavdija Zaharova (1927.)  
Paulina Šūpulniece (1924.)  
Andris Stikāns (1963.)  
Ionas Vaišnora (1945.)  
Tatjana Korzunova (1922.)  
Staņislavs Jaunušāns (1927.)  
Valentīna Kursīte (1937.)  
Jānis Mališevs (1948.)  
Jānis Bernāns (1943.)  
Inese Kūka (1959.)

Edgars Strupais (1950.)  
Gurijs Smagiņš (1936.)  
Genija Kudrjavceva (1943.)  
Vasilis Konstantinovs (1965.)  
Jānis Pundurs (1973.)  
Genovefa Klišāne (1928.)  
Eleonora Vaivode (1935.)  
Jūlija Peiseniece (1925.)  
Monika Vaivode (1920.)

**PREIĻU novadā:**  
Jānis Brics (1934.)  
Staņislavs Dumbrovskis (1932.)  
Klavdija Fjodorova (1931.)  
Jevdokija Ivanova (1939.)  
Eleonora Krīviņa (1924.)  
Pēteris Kudiks (1972.)  
Veneranda Rožāne (1934.)  
Nadja Semjonova (1953.)  
Anna Sparāne (1940.)  
Pēteris Spūlis (1925.)  
Antons Uzuliņš (1928.)  
Tekla Vaivode (1927.)  
Gatis Ziemelis (1978.)

**VĀRKAVAS novadā:**  
Vladimirs Skrāģis (1920.)

Informācija sagatavota pēc Aglonas, Livānu, Preiļu un Vārkavas novadu dzimtsarakstu nodaļu sniegtajām ziņām.



### Vai zinājāt?

**Vai zinājāt, ka vitola mizās ir daudz salicina? Šī viela ir dabisks pretsāpju līdzeklis un drudzā mazinātājs.** Mūsu ēras trešajā gadsimtā Hipokrāts to izmantoja cīņā pret galvassāpēm, savukārt daudzi dabas dziednieki, tostarp arī indiāņi, izmantoja augus, kuru sastāvā ir salicīns, lai ārstētu iesnas un gripas simptomus. Taču tikai 1899. gadā vācu uzņēmuma Bayer ķīmiķis Felikss Hofmāns izveidoja pārveidotu atvasinājumu — acetilsalicilskābi, kas plašāk pazīstama kā aspirīns.

**Vai zinājāt, ka atvēsinošā krēmā ir daudz ūdens, kas izgaro? Šī iemesla dēļ krēms atvēsina sakarsušu ādu.** Tieši atvēsinošais krēms ir visu sejas krēmu priekštecis — to mūsu ēras 157. gadā izgudroja grieķu ārsts Galēns. Nav zināms precīzs iemesls, kādēļ ārsts pagatavoja krēmu, taču senā medicīna bija balstīta uz ārstēšanu ar pretstatiem un, iespējams, Galēns meklēja līdzekli karstas un sausas ādas problēmu (piemēram, ekzēmas un psoriāzes) risināšanai. Taču senās Grieķijas iedzīvotājas ātri vien atklāja, ka krēms lieliski noder kosmētikas notīrīšanai — tas saglabāties kā viens no populārākajiem krēma izmantošanas veidiem līdz pat mūsdienām.