

Rekonstruē
laukumu
pie Līvānu
novada domes

4. lappusē

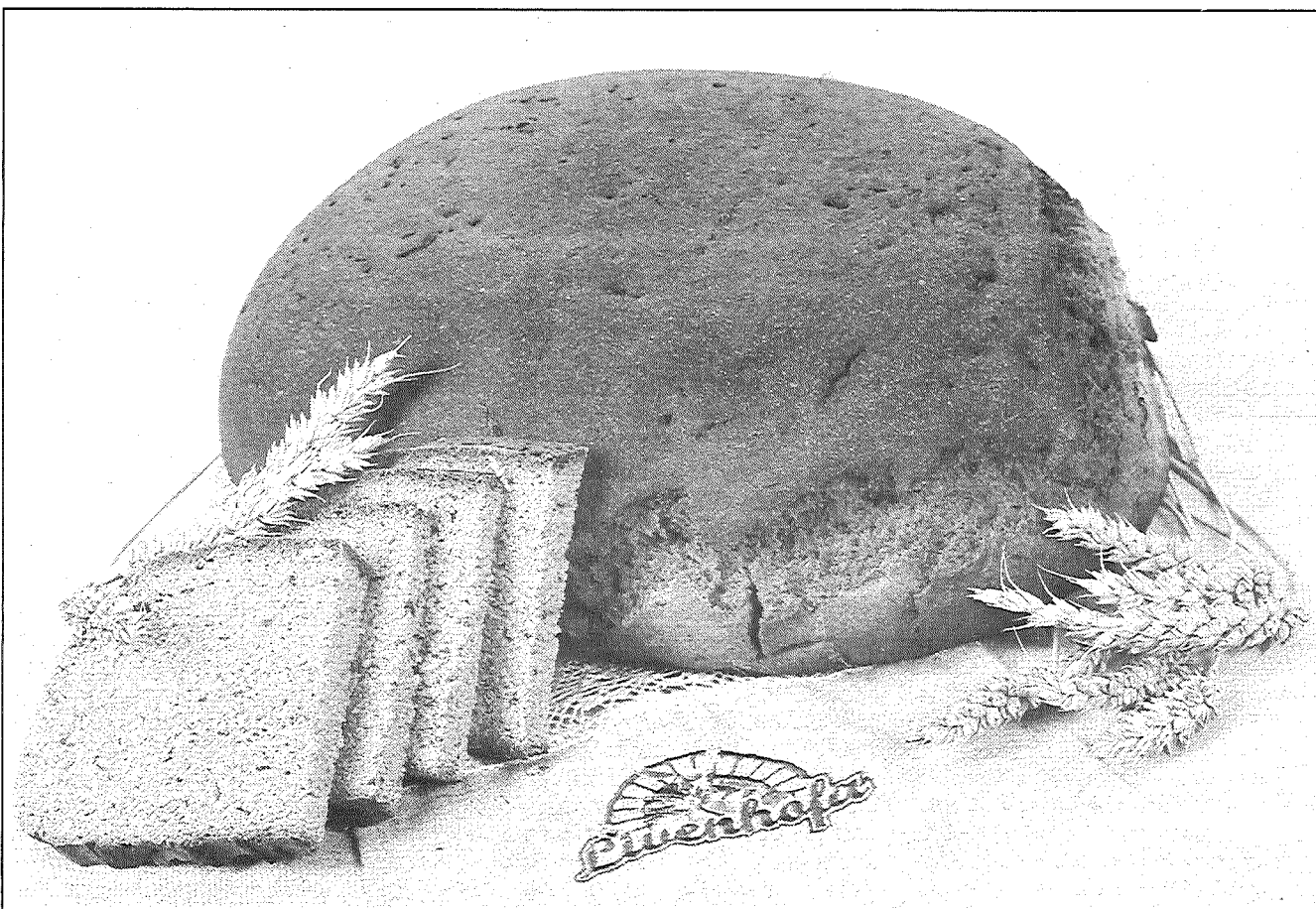
"NOVADNIEKS"
Rušonas
pagastā

6., 7. lappusē

Jauns
"business" —
automašīnu
apzagšana

10. lappusē

Līvānos maizi cep pēc senajām receptēm



● Ticējums par maizi: "Kā Dieva dāvanu maizi nedrīkst sviest zemē, pat ne garoziņas, bet, ja maizes druskas no galda slauka zemē, tad Dievs apskaišas un maizes vairs nedod". Foto: J.Magdaļenoks

» Materiālu lasiet 3. lappusē.

PVD ieteikumi svētceļojuma uz Aglonu dalībniekiem

Jau pēc mēneša Aglonā būs Vissvētākās Jaunavas Marijas Debesīs uzņemšanas svētki. Taču sakarā ar to, ka Aglonas novads ietilpst izsludinātajā Āfrikas cūku mēra ārkārtējās situācijas teritorijā, Pārtikas un veterinārais dienests (PVD) sadarbībā ar Latvijas Romas katoļu baznīcas informācijas centru ir sagatavojis ieteikumus svētceļniekiem.

Svētceļojuma un svētku laikā nepieciešams ievērot sekojošo:

✓ neizvēlēties nakšņošanai mājas, kuras atrodas izsludinātajā ārkārtējās situācijas teritorijā, ja tajā tiek turētas cūkas. Ja no tā nav iespējams izvairīties,

nedrīkst iet pie tām novietnē;

✓ neatstāriet pārtikas produktu pārpalikumus un atkritumus ceļmalās vai atpūtas vietās, izmantojiet tikai šim nolūkam paredzētos konteinerus;

✓ pēc iešanas caur mežu, sevišķi karantīnas teritorijā, iespēju robežās notīriet vai noskalojiet apavus;

✓ esot karantīnas teritorijā, neizveidiet vai neiznesiet no tās cūkgaļu un cūkgaļas izstrādājumus;

✓ iegādājieties gaļu un gaļas produktus tikai legālās tirdzniecības vietās;

✓ iegādāto pārtiku, sevišķi cūkgaļu vai cūkgaļas izstrādājumus, izlietojiet vienā ēdienreizē;

✓ svētku norises laikā tirdzniecības vai sabiedriskās ēdināšanas vietās ne-

Darbojas «karstais» telefons

No 9. jūlija Pārtikas un veterinārajā dienestā darbojas «karstais» telefons, pa kuru, sazvānot veterināros inspektoros, varēs saņemt atbildi vai skaidrojumu par pasākumiem Āfrikas cūku mēra ārkārtējās situācijas teritorijā.

Pa tālruņa numuru — 20260400, var zvanīt katru dienu no pulksten 8.00 līdz 21.00.

PVD darbojas arī dienesta uzticības tālrunis — automātiskais atbildētājs 67027407.

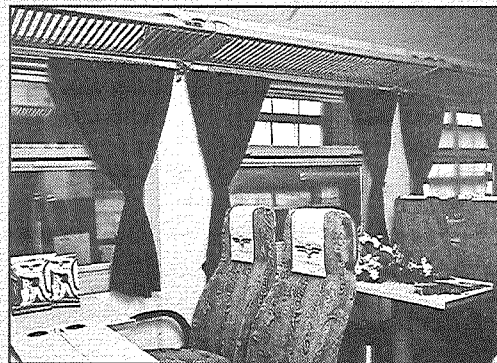
Iegādājieties cūkgaļu vai cūkgaļas produktus promvešanai. Tā jūs varat izplatīt Āfrikas cūku mēri un klasisko cūku mēri.

ABONĒJIET "NOVADNIEKU" AUGUSTAM un pārējiem 2014. gada mēnešiem.

Abonēt var
"Latvijas Pasta" nodaļās,
pie pastniekiem,
"Novadnieka" redakcijā
Brīvības ielā 14, Preiļos,
un interneta mājas lapā
www.novadnieks.lv
sadaļā "Abonēšana".

**Abonē šodien un
saņem laikrakstu pēc
divām dienām!**

Komforta klases vagonis turpmāk kursēs arī uz Daugavpili



Sākot no 21. jūlija, komforta klases vagonis būs pieejams arī pasažieriem, kuri ar vilcienu dosies Daugavpils virzienā. Paaugstināta komforta klases vagoni, kas no pagājušā gada kursē Valgas un Rēzeknes maršrutos, turpmāk būs iekļauti arī vilciena Rīga — Daugavpils un Daugavpils — Rīga sastāvā, informēja "Pasažieru vilciens".

Vilciens kursēs ik dienas no Daugavpils uz Rīgu pulksten 6.14 (Līvānos pietāj pulksten 7.01) un no Rīgas uz Daugavpili pulksten 16.12 (Līvānos pietāj pulksten 18.21). Paaugstināta komforta vagonā izvietoti galdīņi un bagāžas statīvi, turklāt pasažieri var bez maksas izmantot WiFi visa brauciena laikā. Vagonā ierīkots arī elektrības pieslēgums (220 V), lai pasažieri varētu uzlādēt savus datorus vai citas mobilās ierīces. Pasažieriem bez maksas ir pieejami žurnāli laika isināšanai, kā arī nodrošināta iespēja iegādāties tēju, kafiju, minerālūdeni. Vilciena vagonu apkalpo pavadoņi, kurš strādā tikai konkrētajā vagonā un rūpējas par pasažieru ērtībām. Paaugstināta komforta vagonā ir 16 numurētas sēdvietas — iegādājoties biļeti, pasažieris var izvēlēties sev tikamāko sēdvietu. Piemaksa par braucieni komforta vagonā ir 1,40 eiro pie biļetes cenas.

NACIONĀLĀS ZIŅAS

Latvijā pērn bijis lielākais iedzīvotāju skaita kritums Eiropas Savienībā

Latvijā pērn bija lielākais iedzīvotāju skaita kritums Eiropas Savienības (ES) dalībvalstu vidū, ko izraisīja negatīvs dabiskais iedzīvotāju pieaugums un migrācijas saldo, liecina ES statistikas biroja "Eurostat" jaunākie dati. Latvijā dabiskais iedzīvotāju skaita pieauguma rādītājs bija -4,0% (t.i., iedzīvotāju skaita izmaiņas uz tūkstoši iedzīvotāju), bet migrācijas saldo bija -7,1%. Otrs lielākais iedzīvotāju skaita kritums ES aiz Latvijas pērn bija Lietuvā, kur dzimušo pārsvars pār mirušajiem uz tūkstošiem iedzīvotājiem bija -3,9% un valsti iebraukušo pārsvars pār izbraukušajiem uz tūkstošiem iedzīvotājiem bija -5,7%. Igaunijā iedzīvotāju skaits gada laikā saruka no 1,3202 miljoniem 2013. gada 1. janvārī līdz 1,3158 miljoniem iedzīvotāju 2014. gada 1. janvārī. Igaunijā dabiskais pieaugums pērn bija -1,70,8%, bet migrācijas saldo — -2,6%. Latvijā 1. janvārī dzīvoja 2,0015 miljoni cilvēku pretstatā 2,0238 miljoniem cilvēku gadu iepriekš. Kopumā dabiskā pieauguma un migrācijas dēļ iedzīvotāju skaits saruka 13 ES valstīs, savukārt iedzīvotāju skaita pieaugums pērn reģistrēts piecpadsmit bloka zemēs. Visās 28 Eiropas Savienības dalībvalstīs 1. janvārī dzīvoja 507,4 miljoni iedzīvotāju. Aplūkojot ilgtermiņā, "Eurostat" statistiķi secinājuši, ka iedzīvotāju skaits 28 ES dalībvalstīs kopš 1960. gada ir pieaudzis par apmēram 100 miljoniem.

Bērziņš: Latvijai un ASV ir izcilas divpusējās attiecības

Latvijai un ASV ir izcilas divpusējās attiecības, 9. jūlijā tiekoties ar uzņēmējiem no ASV, uzsvēra Valsts prezidents Andris Bērziņš. Valsts Prezidenta preses dienests informēja, ka sarunas laikā Bērziņš uzsvēra, ka Latvijai un ASV ir izcilas divpusējās attiecības, kas īpaši apstiprinājās pēc konflikta uzliesmojuma Ukrainā, kad ASV visaugstākajā līmenī apliecināja savu atbildību par NATO sabiedrotajiem drošības un aizsardzības spēju stiprināšanā. Bērziņš minēja gan nesen tikšanos ar ASV prezidentu Baraku Obamu Varšavā, gan telefona sarunu un tikšanos ar ASV viceprezidentu Džo Baidenu Viļņā. Vienlaikus Bērziņš rosināja ASV uzņēmējus meklēt sadarbības partnerus Latvijā ne tikai saistībā ar ostu tranzīta un loģistikas iespējām, bet arī ņemot vērā Latvijas un Eiropas Savienības austrumu robežas attīstības potenciālu jau tuvākajā nākotnē. "Visi tie Latvijas uzņēmumi, kas ir pārdzīvojuši krīzi un turpina veiksmīgi attīstīties, ir stabili un perspektīvi sadarbības partneri," teica Bērziņš. Savukārt ASV uzņēmēji iepazīstināja Bērziņu ar savām darbības jomām un interesēm saistībā ar biznesa partnerību Latvijā un pauda apņēmību jau šajā vizītē pēc iespējas vispusīgāk iepazīt biznesa vidi Latvijā un rast sadarbības partnerus nākotnē.

Grigule savai partijai atvēlējusi dāsnu ziedojumu — 14 000 eiro

Pēc ievēlēšanas Eiropas Parlamentā (EP) Iveta Grigule savai partijai atvēlējusi dāsnu ziedojumu — 14 000 eiro. Korupcijas novēršanas un apkarošanas biroja mājaslapā pieejamā informācija liecina, ka jūnija beigās Grigule divos piegājienos kopumā "Zaļo un zemnieku savienībai" pārskaitījusi 14 000 eiro. KNAB atrodamā informācija liecina, ka viņa, Andrejs Mamikins un Roberts Zīle ir pagaidām vienīgie no ievēlētajiem Latvijas deputātiem, kuri pēc Eiropas Parlamenta vēlēšanām atvēlējuši ziedojumu savai partijai. Mamikins partijai "Saskaņa" pārskaitījis 399 eiro, bet Zīle nacionālajai apvienībai "Visu Latvijai!" "Tēvzemei un brīvībai"/LNNK ziedojis 1000 eiro.

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. 65307057, mob. tel. 29410288 (redaktorei), 65307057 (reklāmas un sludinājumu pieņemšana), žurnālistiem — 65307058, mob. t. 22079178.

Fakss 65307057.

Par sludinājumu saturu atbild to iesniedzējs.

Laikrakstā publicētie materiāli ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli.

Pārpublicējot atsauc uz «Novadnieku» obligāta.

Laikraksts iespiests SIA «Latgales drukā» Rēzeknē.

Mājas lapa internetā: www.novadnieks.lv

Laikraksts iznāk astoņas reizes mēnesī

(otrdien, piektdien).

*Pasaule, ko esam radījuši, ir mūsu domāšanas rezultāts;
to nau iespējams mainīt, nemainot domāšanu.*

A. Einšteins

VK aicina Straujumu saukt pie atbildības amatpersonas, kuras nodarījušas valstij zaudējumus

2015. gada budžeta sagatavošanas laikā, kad plaši izskanējušas bažas par ierobežoto fiskālo telpu, īpaša uzmanība jāpievērš tādiem būtiskiem finanšu vadības jautājumiem kā kontrole un atbildība, uzskata valsts kontroliere Elita Krūmiņa.

Vēstulē Ministru prezidentei Laimdotai Straujumai Krūmiņa atgādina, ka pēc vairākiem Valsts kontroles (VK) atklātajiem pārkāpumiem valsts kapitālsabiedrībās joprojām nav sekojusi konkrēta rīcība, kas nepieļautu līdzīgu gadījumu atkārtotanos un neļautu amatpersonām izvairīties no atbildības, norāda VK pārstāve Ilva Liepiņa-Milzarāja.

VK atgādina, ka jau 2009. gadā, veicot likumības revīzijas Veselības ministrijas

kapitālsabiedrībās, tika konstatēts kredītiestādēs noguldīto līdzekļu neatgūšanas risks. Vairākas Veselības ministrijas kapitālsabiedrības bija saņēmušas valsts galvoto aizdevumu lielākā apmērā, nekā tas bija nepieciešams plānoto aktivitāšu veikšanai, un šos līdzekļus noguldījušas kredītiestādēs.

Sobrid atklājies, ka «Latvijas Krājbankā» zaudēto 6 miljonu eiro dēļ tagad tiek plānots prasīt papildu finansējumu no valsts budžeta, lai iegādātos aprikojumu Paula Stradiņa klīniskās universitātes slimnīcas jaunajam korpusam. VK uzskata, ka tas ir nepieņemami, īpaši tāpēc, ka amatpersonas, kas lēma par naudas izvietošanu depozītos, joprojām nav sauktas pie atbildības.

Līdzīga situācija ar brīvajiem naudas līdzekļiem 90,14 miljonu eiro apmērā

2009. gada revīzijā tika konstatēta arī VAS «Latvijas Valsts radio un televīzijas centrs» (LVRTC). Turklāt 37 no 67 noslēgtajiem depozītu līgumiem bija parakstījis viens prokurists bez valdes pilnvarojuma, tādējādi pārkāpjot savas pilnvaras un prokūras līgumu. LVRTC «Latvijas Krājbankā» zaudēja 35,6 miljonus eiro, bet vainīgo nav.

Tā kā valsts kapitālsabiedrību zaudējumus ir radījuši konkrēti amatpersonu rīcība vai bezdarbība, Krūmiņa vēstulē Straujumai aicina premjerministri veikt nepieciešamos pasākumus, lai netiktu pieļautas tādas situācijas, ka kapitālsabiedrību atbildīgo amatpersonu rīcības rezultātā tiek nodarīti zaudējumi kapitālsabiedrībai, attiecīgās amatpersonas netiek sauktas pie atbildības, bet par to neizdarību no valsts budžeta maksā visi nodokļu maksātāji.

Latvijas armijas izveidošanas 95. gadskārta

10. jūlijā apritēja 95 gadi, kopš vienota militāra formējuma – Latvijas armijas – izveidošanas, par kuras pirmo virspavēlnieku tika iecelts ģenerālis Dāvids Simansons.

Vēl 1919. gada pavasarī Latvijas bruņotās spēkus veidoja Landesvērs jeb vācbaltiešu zemessardze, Ziemeļlatvijas brigāde, ko komandēja pulkvedis Voldemārs Ozols, un Dienvidlatvijas brigāde, kuras komandieris bija apakšpulkvedis Jānis Balodis.

1919. gada 10. jūlijā abas brigādes tika apvienotas vienotā formējumā — Latvijas armijā, liecina Latvijas Nacionālo bruņoto spēku mājas lapā internetā pieejamā informācija.

Dienu vēlāk — 11. jūlijā, Simansons izdeva pavēli par armijas izveidošanu.

Izveidošanas laiku raksturo tas, ka 1918. gada 18. novembrī proklamētajai Latvijas Republikas armijai vēl nepieciešams izcīnīt sīvas kaujas par savu brīvību. Latvijā notiek atbrīvošanas cīņas, kuru iznākums vēl nav zināms. Liktenīgais pavērsiens cīņā par savu valsti notiek 1919. gada 11. novembrī, kad Latvijas armija no Rīgas padzen Bermonta armijas karavīrus un tieši šajā datumā tiek svinēta Lāčplēša diena.

Tomēr līdz tam — 1919. gada augustā un vēlāk, notiek darbs pie jaunizveidotās armijas apbruņošanas — tieši augustā, apmaiņā pret līniju un kokmateriāliem, Latvijas valdība iegūst 11 miljonu franku kredītu un tā rod iespēju iegādāties bruņojumu, nodrošinot 10 000 latviešu karavīru ar 10 000 šauteni, 550 ložmetējiem, 30 lielgabaliem. Vēlāk šis ieroču klāsts tiek papildināts.

Jau vēlāk — 1919. gada nogalē — pēc Bermonta karaspēka sakaušanas — tika atvaļināti instruktori un kareivji, kas bija vecāki par 35 vai jaunāki par 18 gadiem. Armijas samazināšanas darbs ievērojami paātrinājās pēc miera noslēgšanas ar Padomju Savienību. De-

mobilizācija turpinājās.

1920. gada 13. augustā armijas virspavēlnieks ģenerālis Jānis Balodis izdeva pavēli nr. 124 un paziņoja par Latvijas atbrīvošanas kara veiksmīgām beigām. No 220 vīru sākotnējās grupas šajā laikā bija izveidojies nopietns bruņotais spēks ar 76 000 vīriem.

1921. gada 1. aprīlī virspavēlnieks nolika savas pilnvaras, un armija pārņēma miera laika stāvokli. Armijas samazināšana tika pabeigta 1923. gada sākumā.

Latvijas armija tiek likvidēta 1940.

gada rudenī — pēc tam, kad 1940. gada 16. jūnijā Latvijas valdība saņēmusi PSRS ultimātu, kurā PSRS ārlietu tautas komisārs Vjačeslavs Molotovs apvainojis Latviju līguma pārkāpšanā un pieprasījis, lai Latvijā tiktu izveidota jauna valdība un ielaists Padomju Savienības karaspēka papildkontingents. Atlikušās Latvijas Armijas vienības tika reorganizētas par Sar-kanās armijas 24. teritoriālo strēlnieku korpusu. Lēmums par to tiek pieņemts 1940. gada 27. augustā un tad arī Latvijas kara flote tika iesaistīta padomju Baltijas kara flotē.

1940. gada 27. septembrī tika likvidēts Latvijas Kara ministra poste-nis, bet 9. oktobrī — likvidēts Latvijas Tautas armijas komandiera amats.

Nepilnu gadu vēlāk — 1941. gada 14. jūnijā — tika deportēti apmēram 300 latviešu virsnieki, kā arī instruktori un kareivji. Vismaz pieci virsnieki izdarīja pašnāvību. Viņu vidū bija arī Ro-bežsargu brigādes komandieris ģene-rālis Ludvigs Bolšteins un Armijas In-formācijas daļas vadītājs pulkvedis Fri-cis Celms-Celmiņš. Represijas pret armijas karavīriem tika turpinātas arī vēlāk — laikā no 1940. gada līdz 1941. gadam vairāki simti karavīru tika izni-cināti, bet koncentrācijas nometnēs nonāca 4665 latviešu karavīri.

Darbs pie Latvijas Nacionālo bruņoto

spēku veidošanas, kas tagad sargā Lat-vijas drošību, tika sākts 1991. gadā, kad janvāra barikāžu laikā toreizējā Lat-vijas Augstākā Padome un valdība pārliecinājās par nepieciešamību sākt veidot profesionālu valsts aizsardzības sistēmu. 24. janvārī Latvijas Republikas Ministru Padome izveidoja Sabiedrības drošības departamentu ar vienpadsmit štata vietām, lai pārņemtu barikāžu sargāšanu. Sabiedriskās drošības de-partamenta amatos tolaik bija vairāki Latvijas strēlnieku apvienības biedri un tieši viņu vadībā tika izstrādāti Ro-bežsardzes formējumu amati, kas uz-skatāmi par Aizsardzības spēku pirm-sākumu. Tā paša gada vasarā tika iz-strādāts likumprojekts par Zemessar-dzi, kuras veidošana tika sākta vienlaikus ar likuma pieņemšanu. Tika izveidota Aizsardzības ministrija (AM) un ieviests obligātais militārais die-nests.

1994. gadā, apvienojot Aizsardzības spēkus un Zemessardzi, tika izveidoti Nacionālie bruņotie spēki (NBS). Pēc diviem gadiem — 1996. gadā, NBS uzsāk dalību starptautiskajās operā-cijās, piedaloties operācijā Bosnijā un Hercegovinā, bet pēc 10 gadiem — 2004. gada 29. martā, Latvija kļuva par Ziemeļatlantijas līguma organi-zācijas (NATO) dalībvalsti.

2007. gadā tika pārtraukta ka-ravīru iesaukšana obligātajā militārajā dienestā un pilnībā tika pāriets uz profesionālo militāro dienestu. Kareivju un instruktoru sastāva karavīru līgumu par profesionālo dienestu ar Aizsar-dzības ministriju (AM) slēdz uz trim, bet virsnieki — uz pieciem gadiem.

2010. gada 1. janvārī noslēdzās aizsardzības nozares strukturālā re-forma, kuras ietvaros tikušas opti-mizētas NBS un AM struktūras, kā arī uzlabota komandvadība visos līmeņos. Šajā gadā Latvija pirmo reizi piedalījās Eiropas Savienības Kaujas grupā.

Lappusi sagatavoja T.Elste

Livānos maizi cep pēc senajām receptēm

Sākums 1. lappusē.

Rudzu maize kā tautas tradīcija, ar ko lepojāties un kam vajadzētu veidot ikviena Latvijas iedzīvotāja kultūras pieredzes pamatu, nodrošinot piederības izjūtu Latvijai, iekļauta Latvijas kultūras kanonā. Livānu novada Rožupes pagasta *Velkmēs* darbojas *Livenhofas maizes ceptuve*, kurā ar moto *Cepam pa vecam!* lauku malkas krāsni rudzu maizi cep jaunā uzņēmēja Aiga Valtere.

— Kāds ir jūsu stāsts, kā sākat cept maizi?

— Bērnībā vecmāte, kurai mājās ir vecā maizes krāsns, parādīja, kā ir jācep maizīte. Man tas iepatikās. Mācoties Latvijas Lauksaimniecības universitātes Ekonomikas fakultātē, brīvdienās braucu pie vecmāmas un pati cepu maizi, sāku nedaudz tirgoties un pelnīt ceļanaudu studijām.

Mans draugs bijušajā Hipotēku bankā iesniedza projektu uzņēmējdarbības starta programmā un piedāvāja pamēģināt arī man. Tā kā man jau iepriekš vecmāte bija nosponsorējusi jaunu maizes krāsni, tad atlika tikai veikt kosmētisko remontu un iekārtot veikaliņu Livānos.

— Kā radās uzņēmuma nosaukums *Livenhofas maizes ceptuve*?

— *Livenhofa* ir Livānu vecais nosaukums. Tur, kur šobrīd ir amatniecības centrs, 16. gadsimtā grāfs Līvens uzcēla savu muižu un nosauca to par *Livenhofu*, no tā vēlāk radās Livānu nosaukums.

— Uzmanību piesaista sauklis *Cepam pa vecam!*

— *Cepam pa vecam!* norāda uz to, ka es visu maizīti cepu malkas krāsni, nevis elektriskajā. Saldskābajai maizei man ir recepte no vecsmātes, bet rudzu maizei gan recepte, gan sākotnējais ieraugs man ir iedots no vecmāmas māsas.

Uzsvars ir tieši uz to, ka maizīte tiek cepta malkas krāsni. Katrs pircējs ir savādāks, citi saka: ai, apdegusi. Bet es nevaru uzgriezt temperatūru kā elektriskajā krāsni un regulēt, lai augša vai apakša ceptu vairāk. Izkurinu malku, izraušu ogles un lieku iekšā maizi, un kāda tā krāsns ir, tāda ir.

Ja apēdu labu rīku savas maizes, jūtos paēdusi. *Cepam pa vecam!* nozīmē, ka es nelieku klāt irdinātājus, nepazīstu e-veļas. Maize ātrāk sabriest, bet tā nav uzpūsta, nav kā švammīte.

— Kā tiek cepta maize?

— Taisot rudzu maizi, sataisu kukulišus un atstāju sev mazu pikucīti, kas būs nākamai maizei. Gatavojot rudzu maizi, no rīta apleju rudzu miltus ar karstu ūdeni, lai uzbrīst. Vakara pielieku ieraugu un atstāju uz divām dienām, lai rūgst. Ik pa laikam apmaisu. Ceturtās dienas rītā mikla tiek micīta un pēcpusdienā tiek cepta. Rudzu maizes cepšana ir ilgs process. Ja kāds pasūta maizi, tad jāreķinās, ka saldskābo maizi var šodien pasūtīt un rītā varu piegādāt, bet rudzu maizi nevar ātri pa vienu dienu izcept.

Kad maizīte tiek izņemta no krāsns, apslacinu ar ūdeni un satīnu segās, lai pārāk strauji neatdziest.

— Maizes micīšana taču ir fiziski ļoti smags darbs.

— Sākumā to tiešām darīju ar rokām, bet no saspringuma sākās veselības problēmas. Kamēr tas ir tikai hobija līmenī, var pāris reizes nedēļā micīt maizi, bet, ja notiek ražošana, tad fiziski nav iespējams izmicīt ar rokām.

Kad saņēmu atbalstu bankā, pirmās pirkums bija miklas micāmais. Kad uz zināju cenas, tad domāju, ka varbūt tomēr



● *Livenhofas maizes ceptuves* īpašniece Aiga Valtere pircējiem piedāvā maizi, kas pēc vecmāmiņas receptēm cepta malkas krāsni. Foto: A.Šņepsts

kaut kā turpināt ar rokām micīt, jo micītāju cenas ir vienkārši graujošas. Bet man ir jāsaka paldies Dzintaram Daugulim, kurš man no Vācijas atveda, tiesa gan, lietotu aparātu, bet uz pusi lielāku un trīsreiz lētāku. Kaut gan tāpat viss ar rokām jāsaliek micāmajā un jāizņem ārā.

Nevarētu teikt, ka garša kaut kā mainītos no tā, vai mīca ar rokām vai ar miklas micāmo. Ar micāmo micīta mikla pat sanāk vēl mikstāka, jo tiek pamatīgāk izmicīts un miklā iekļūst vairāk skābekļa.

— Šāda specifiska maizes cepšanas metode prasa arī kvalitatīvas izejvielas?

— No kviešu miltiem maize sanāk, vienāla, no kura ražotāja tos iepērk, bet ar rudzu miltiem ir gājis visādi. Ne visām firmām ir labi rudzu milti, no kuriem sanāk laba maizīte. Vēl joprojām meklēju rudzu miltu piegādātājus. Lielajiem uzņēmumiem ir neizdevīgi nosacijumiem maniem ražošanas apjomiem.

— Kādi maizes veidi tiek piedāvāti pircējiem?

— Pārsvārā cepu saldskābo un rudzu maizi, un ir daudzi maizes veidi ar piedevām: ar augļiem, sēkliņām, burkāniem, ķirbjiem, ar medu, ar speķi, arī ar šokolādi un ar šokolādi un dzērvenēm. Cepu parasto baltmaizi ar rozīnēm un ar magonēm. Mazos pirādziņus taisu ar gaļu, ar sieru, ar magonēm, ar kanēli.

— Kā rodas jaunas receptes?

— Pēdējā jaunā recepte radās tā, ka pazīstamai meitenei, kas studē pārtikas tehnologos, bija jāizdomā jauna maizes recepte. Viņa man prasīja, vai varētu izcept

rudzu maizi ar šokolādi. Izcepu, sanāca laba maizīte. Tad viņa ierosināja izcept ar šokolādi un dzērvenēm. Tā es tiku pie diviem jauniem maizes veidiem.

Sākumā cepu tikai parasto baltmaizi un baltmaizi ar rozīnēm. Tirdzniecības iedzīvotāji man prasīja, vai nav ar magonēm un ar kanēli. Tā viņi man norādīja uz jaunām receptēm.

Maizi ar sieru redzēju konkurentiem Rīgā. Domāju, ka es to varētu mēģināt taisīt Latgalē.

— Kā latviešu tradicionālais ēdiens vispirms parasti tiek minēta tieši rudzu rupjmaize.

— Cilvēki ir ļoti dažādi, pat grūti pateikt, kuru maizi visvairāk pērk. Katru reizi cilvēki grib kaut ko citu. Citreiz viņi ir kā sarunājuši, piemēram, vienu nedēļu ejošā ir sēklu maize. Nākamajā nedēļā izcep vairāk sēklu maizes, bet neviens uz to vairs neskatās. Visiem, piemēram, vajag augļu maizi.

Varētu teikt, ka sēklu maize ir visejošākā. Savā sēklu maizē lieku ķirbju sēkliņas, saulespuķu sēklas, linsēklas un valriekstus. Tādu salikumu es nekur citur neesmu redzējusi. Likās, ka īpaša būs saldskābā maize ar medu, bet diemžēl nepērk.

— Kādas ir mājražošanas priekšrocības?

— Saka, ka nevajag nest darbu uz mājām, bet man darbs ir mājās. Ja ir jāizpilda pasūtījumi, tad nekur nav jābrauc, visu varu izdarīt mājās un sev vēlāmā laikā. Tas ir liels pluss.

Kad saņēmu bankas apstiprinājumu savam projektam, tad par katru sikumu

konsultējos ar Pārtikas un veterināro dienestu, ko drīkstu un ko nē, lai pēc tam nav tā, ka viss izrādās nepareizi. Viss ir atkarīgs no paša ražotāja. Primārie nosacijumi ir tādi, kā mājražotājs drīkst gatavot produkciju savā personīgajā virtuvē, ja vien pārdodamo produkciju negatavo vienlaicīgi ar ģimenes maltītiem, un otrs nosacījums ir, ka telpā nedrīkst atrasties mājdzīvnieki.

— Kur var nopirkt jūsu produkciju?

— Mēnesī divas piektdienas Preiļos tirgojos pie lielveikala *Oga*. Savu produkciju tirgoju arī Daugavpilī. Vasarās daudzviet ir pilsētas svētki un tirdziņi. Pieņemu arī pasūtījumus.

Iepriekš Livānu lielveikalā *Maxima* bija savs veikals, bet diemžēl vairs nestrādā, jo neatmaksājas. Livāni ir maza pilsēta un šeit ir pārāk maza pirktspēja.

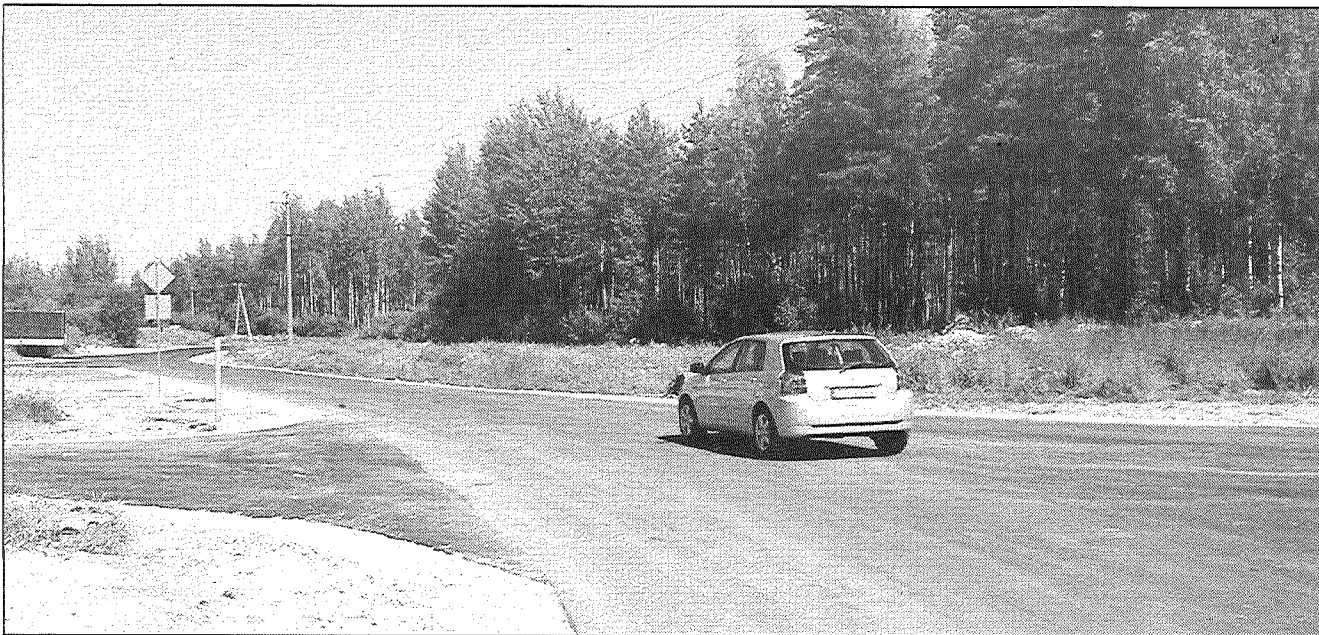
— No folkloras var atcerēties, ka maizīte kā šūniņa, kā bitīte cepējina... Vai jūtat atzinību par savu darbu?

— Ģimenē vienmēr audzināts, ka maize ir svēta lieta. No savas vecsmātes, kas man iemācīja cept maizi, vienmēr esmu saņēmusi atbalstu un labus vārdus, ka es daru Dievam tīkamu darbu, jo gatavoju pašu primārāko produktu, kas ir vajadzīgs pilnīgi visiem. Pati maz ēdu maizi, bet tāpat pilnīgi bez maizes nevar izdzīvot. Tas man dod vislielāko gandarījumu, ka daru svētu darbu, kas man patīk un sagādā prieku.

Nav ilgi jādomā, kā cilvēkam, kas man ir palīdzējis, pateikt paldies. Tikko izcepts, silts maizes klaips ir vislabākā pateicība.

I.Šņepste

Atjaunota iela, izbūvēts ceļš un stāvlaukums pie kapiem



● Pašvaldības ceļa seguma atjaunošana ļaus novirzīt vairāk transporta tālāk no Līvānu centra.

Līvānu novada domes investīciju un projektu nodaļas vadītāja Iveta Dobeļe informē, ka pērn rudenī uzsākta un līdz nākamā gada jūnijā beigām pašvaldībā turpināsies projekta «Līvānu satiksmes infrastruktūras tīkla uzlabošana industriālo zonu sasniedzamībai un uzņēmējdarbības veicināšanai» īstenošana.

Projekta ietvaros veikta Stirnu ielas un pašvaldības ceļa Jaudzemi — Līvāni asfalta seguma atjaunošana un izbūve 2419 metru garumā no pilsētas un industriālās zonas līdz savienojumam ar šoseju Līvāni — Preiļi atbilstoši transportli-

dzeļu intensitātei un ceļa slodzei. Tas nodrošinās Līvānu industriālajā zonā izvietoto uzņēmumu kravas un vieglo automašīnu tranzīta plūsmas novirzīšanu no Līvānu centra. Abiem objektiem bija nepieciešams veikt arī ūdens novades sistēmas izbūvi un renovāciju.

Plānotos darbus veica SIA «Latgales ceļdaris» par kopējo summu 375 099 eiro.

Savukārt pie Draudzes kapiem noslēgusies stāvlaukuma izbūve un iekārtots arī žogs. Pagaidām stāvlaukums būs klāts ar šķembu segumu, bet turpmākajos gados plānota arī laukuma asfaltēšana. Paredzēts, ka ar laiku stāvlaukumu ierīkos arī pie otriem pilsētas kapiem, kas atrodas Meža ielā.

Sāks rekonstrukciju laukumā pie Līvānu novada domes



● Jau rudenī laukums pie Līvānu novada domes izskatīsies pavisam savādāk.

Sākot ar 21. jūliju, būs slēgta iebrauktuve novada domes teritorijā no Rīgas ielas puses, ziņo pašvaldības būvniecības un infrastruktūras daļa.

Laukuma pie pašvaldības domes ēkas rekonstrukcijas darbi risināsies visu vasaras nogali un noslēgsies 1. novembrī. Iebraukšana teritorijā tiks organizēta no Zaļās ielas pa pagaidu ceļu.

Centrālajā laukumā pie domes ēkas plānota triju veidu seguma izbūve — ar betona bruģakmeni, atsevišķās vietās ar kalta granīta bruģi, kā arī brauktuvju asfaltēšana. Teritorijā tiks nomainīta arī

augšne, ierīkoti zālieni un apstādījumi. Tiks saglabāts pēc iespējas vairāk esošo koku, tomēr dažus nāksies nozāgēt.

Turpat teritorijā paredzēts izvietot soliņus apmeklētāju ērtībām. Viens no tiem būs dizaina projekts — «Deputāta soliņš». Tādā veidā turpināsies mākslinieciski izstrādātu soliņu kā vides objektu iedzīvinašana Līvānu pilsētvidē. Atgādinām, ka pirmais šāds dizaina projekts bija pirms vairākiem gadiem ierīkotais «Izliguma soliņš», kas guvis ne vien vietējo ļaužu, bet arī pilsētas ciemiņu ievēribu un interesi.

Skvērā būs izvietots balsts velosipēdu novietošanai, afišu stabs, atkritumu tvertnes, ierīkots skvēra apgaismo-

jums, kur tiks uzstādīts informatīvais LED ekrāns. Inovatīvā LED ekrāna (iegādāts par projekta līdzekļiem) funkcija būs veicināt iedzīvotāju informētību par Līvānu novada aktualitātēm, kultūras pasākumiem, svarīgākajiem lēmumiem, paziņojumiem, darba piedāvājumiem, tūrisma objektiem un novada uzņēmējdarbības piedāvājumu. LED ekrāna iespējas iedzīvotāji varēs novērtēt jau šoruden.

Lielāko daļu darbu paredzēts pabeigt rudenī, pārējos turpinot 2015. gadā, kad iecerēts paplašināt automašīnu stāvlaukumu aiz domes ēkas un sakārtot iebrauktuvi uz Zaļo ielu.

Enerģijas dienas ietvaros devās pieredzes apmaiņā par daudzdzīvokļu māju siltināšanu

Saskaņā ar plānošanas periodu 2014-2020, kurā daudzdzīvokļu māju siltināšana ir plānota kā viena no prioritārajām aktivitātēm ar 176 milj. eiro finansējumu, un 2013. gada 7. janvārī parakstītā Eiropas pilsētas mēra pakta nosacījumiem, arī Līvānu pašvaldība 27. jūnijā organizēja Enerģijas dienu, kas norisinājās jau otro reizi. Līvānu pašvaldība daudzdzīvokļu māju siltināšanas aktualitāti un nepieciešamību ir atspoguļojusi attīstības plānošanas un nozaru stratēģiskajos dokumentos Līvānu novada pašvaldības integrētajā attīstības programmā 2012-2018 un Līvānu novada ilgtspējīgas enerģētikas rīcību plānā 2013-2020.

Šogad Enerģijas dienas ietvaros Līvānu pašvaldības speciālisti ar iedzīvotājiem, kuri ir ieinteresēti šajā jautājumā, devās pieredzes apmaiņas braucienā uz Jēkabpili un Aizkraukli, lai uzzinātu par daudzdzīvokļu māju siltināšanas projektu realizāciju. Līdz šim visā Līvānu novadā ir nosiltināta tikai viena daudzdzīvokļu dzīvojamā māja, bet kaimiņu pašvaldībās šis process norisinās daudz aktīvāk.

Kā atzina brauciena dalībnieki, viņu izpratne par daudzdzīvokļu māju siltināšanas projektu realizāciju šī brauciena ietvaros noteikti pieauga. Brauciens bija lietderīgs, tādēļ plānots arī turpmāk rīkot šāda rakstura aktivitātes.

Aicinām visus māju vecākos iesniegt SIA «Līvānu dzīvokļu komunālā saimniecība» savu kontaktinformāciju un vēlams arī e-pastu, lai nepieciešamības gadījumā būtu iespējams nosūtīt jaunāko informāciju, saka Līvānu novada domes Investīciju un projektu nodaļas vadītāja Iveta Dobeļe.

Saskaņā ar LR Ekonomikas ministrijas mājas lapā sniegto informāciju, līdz 2014. gada 1. jūlijam ir pabeigta 400 daudzdzīvokļu ēku renovācija, savukārt 497 projekti vēl tiek īstenoti. Vislielākais īstenoto un īstenošanā esošo projektu skaits ir Kurzemē (266), kurai seko Rīgas reģions (201), Vidzeme (187) un Zemgale (130). Savukārt Rīga ar 78 un Latgale ar 35 projektiem joprojām ir vismazāk aktīvākie daudzdzīvokļu dzīvojamo māju renovācijas projektu īstenoņi.

Ikviens interesents labās prakses piemērus var uzzināt, ielūkojoties LR Ekonomikas ministrijas informatīvās kampaņas «Dzīvo siltāk» ietvaros izstrādātajā «Latvijā renovēto daudzdzīvokļu māju e-kartē», kurā ir atzīmētas ERAF aktivitātes «Daudzdzīvokļu māju siltumnoturības uzlabošanas pasākumi» ietvaros renovētās daudzdzīvokļu ēkas, kā arī tās mājas, par kuru renovāciju ir noslēgti līgumi ar Latvijas Investīciju un attīstības aģentūru. Jaunāko informāciju par aktivitāti ir iespējams uzzināt: www.em.gov.lv/dzivosiltak.

Gatavojas jauniešu mūzikas festivālam

Biedrība «IMKA Līvāni» aktīvi uzsākusi darbu pie Valsts Kultūrkapitāla fonda mērķprogrammas «Latvijas valsts mežu atbalstītā Latgales kultūras programma 2014». Tās ietvaros plānots Līvānu novada pašvaldības mazo grantu projektu konkursa atbalstītais projekts «Jauniešu mūzikas festivāls «Jaunieši Līvānos — Latgales vērtos»». Festivāla moto: «Ir mūzika? Ir mūzika bez spaisa!»

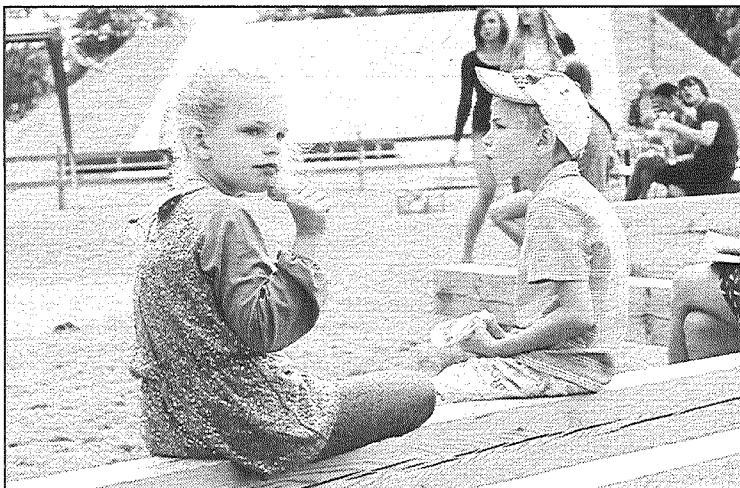
Tāpēc biedrība «IMKA Līvāni» aicina jauniešus, kuri nesen nodibinājuši mūzikas grupu un vēlas parādīt sevi plašākai auditorijai, jau tagad pieteikties kā festivāla dalībniekiem. Festivāls notiks 30. augustā Līvānu novada kultūras centrā. Noslēgumā dalībniekus un klausītājus ar sniegumu priecēs optimistiskā mūzikas grupa no Latgales «Dabasu Durovys».

Lappusi sagatavoja L. Kirillova

Jauniešu diena — jautra, draudzīga un atraktīva



● Apzīmēsim cits citu! Uz šo aicinājumu komandas divreiz mudināt nevajadzēja.



● Šiem «Jauniešu dienas» dalībniekiem sacensības šoreiz gāja secen, viņiem vēl jāpaaugas.

Neraizējoties par vēja brāzmām un mākoņiem, kas brižiem aizklāja sauli, Preiļu pludmalē 11. jūlijā pulcējās bērni, pusaudži, jaunieši, ģimenes. Laikapstākļi nebija šķērslis Preiļu novada Jauniešu informācijas punkta aktivistiem darīt visu, lai pasākuma dalībniekiem būtu jautri, lai visi varētu izkustēties, gūt pozitīvas emocijas, kārtīgi izsmieties, izdziedāties un noslēgumā arī izdejoties.

Kopš Preiļos pie parka dīķiem ir labiekārtota pludmale, jaunieši labprāt atsaucas aicinājumiem piedalīties dažādos tur rīkotajos pasākumos. Preiļu novada «Jauniešu diena 2014» pulcēja gan komandas, gan individuālos dalībniekus, daudzi vēlējās piedalīties jau iepriekš izziņotajās aktivitātēs. Pašvaldības jauniešu darba organizatore Santa Ancāne pastāstīja, ka kolektīvajām sacensībām pieteicās piecas komandas, tomēr individuālo dalībnieku bija krietni vairāk, uz starta stājās arī ģimenes.

Garu aktivitāšu sarakstu ievadīja komandu orientēšanās skrējieni pa parku. Maršrutu ar desmit kontrolpunktiem bija izveidojuši Preiļu jaunsargi sava komandiera Valērija Pastara vadībā. Dalībniekiem tā bija iesildīšanās pirms tālākajām sacensībām.

«Jauniešu dienas 2014» atklāšanā piedalījās un apsveikuma

vārdus visiem teica Preiļu novada domes priekšsēdētāja vietnieks Juris Kovaļevskis. Pēc tam sekoja daudzi konkursi un sacensības. Notika spēles pludmales futbolā, tautas bumbā, citi spēkojās virves vilkšanā, kas smilšainajā pludmalē nemaz nenācās viegli. Jautrību radīja stafetes, piemēram, skriešana pa ūdeni, turot zem zoda apelsīnu, ūdens nešana no dīķa ar *švammitēm* vai ar smiltīm piepildīta gumijas cimda mešana mērķī.

Izdaiļo komandu — tāds bija viens no uzdevumiem, kad ar ķermeņa krāsām vajadzēja izkrāsot citam citu. Pēc paveikta darba — atraktīva komandas bilde. S.Ancāne atzina, ka daudziem ļoti patīcis karaoke pasākums, tiesa, drosmīgākās sava talanta atklājējas tomēr bijušas meitenes.

Vakarā pasākuma dalībniekus priecēja viesu grupas no Rēzeknes koncerts — «Šiški i tabačok» spēlēja alternatīvo mūziku un ar savu spilgto ārējo hipiju stilu radīja sen aizmirsto pagājušā gadsimta sešdesmito gadu kolorītu. Savukārt pludmales ballīti spēlēja viesgrupa «Disko Dros-taliņas» no Rīgas. S.Ancāne pastāstīja, ka «Jauniešu diena 2014» noritējusi raiti, dalībnieki bijuši disciplinēti un draudzīgi. Kārtību nodrošināja Valsts policijas un pašvaldības policijas klātbūtne.

L.Kirillova
Foto: A.Svetlova



● Virves vilkšanas sacensības irdenajās pludmales smiltīs ir samērā grūts uzdevums. Uzvar, protams, spēcīgākā un taktiski pareizāk domājošā komanda.



● Kā ierasts, zēnu un jauniešu vidū lielu interesi izraisīja jaunsargu un viņu komandiera Valērija Pastara rīkotās aktivitātes.



● Pēc stafetes, kuras laikā bija jāskrien pa ūdeni, stingri turot zem zoda apelsīnu, dalībnieki bija gana slapji, toties skatītāji no sirds izsmējušies.

Nākotnē raugās optimistiski

Riebiņu novada Rušonas pagasts ir vienreizīgs ar dažādību – pagastā dzīvo dažādu tautību cilvēki, bagātīgs kultūrvēsturiskais mantojums atgādina par patiesajām vērtībām, divdesmit pieci ezeri ar gleznainiem krastiem un salām un meži – makšķerniekiem un medniekiem ir īsta paradīze. Rušonas pagasta teritoriālās pārvaldes vadītājs Dainis Alžāns, kurš amata pienākumu pildīšanu sācis vien pirms dažiem mēnešiem, saistoši iepazīstina ar norisēm savā pagastā.

Rušonas pagasta teritoriālās pārvaldes administrācija atrodas Kastīrē, vienā ēkā ar Rušonas pamatskolu, pirmsskolas izglītības iestādi un Kastīres bibliotēku. "Visiem kopā silti un labi," apmierinātību pauž Rušonas pamatskolas direktore Janīna Šelegoviča. Vienstāva ēkā apdzīvots katrs stūritis, un tā neprasa lielus apsaimniekošanas izdevumus. Pagasta pārvaldē iedzīvotājus pieņem teritoriālās pārvaldes vadītājs, sociālā darba organizators, sociālais darbinieks ģimenēm ar bērniem, bāriņtiesas loceklis, lauksaimniecības konsultants un komunālais darbinieks. Ģimenes ārste Svetlana Lioznova pacientus pieņem Aglonas stacijā.

Rušonas pagasts gan platības, gan iedzīvotāju skaita ziņā ir lielākais Riebiņu novada pagasts. Pagasta teritorijā dzīvo 1597 cilvēki, 70% no tiem ir latvieši, nelielas vēsturiski izveidojušās krievu, ukraiņu, baltkrievu un poļu kopienas. Teritoriālās pārvaldes vadītājs Dainis Alžāns norāda, ka visi, kā jau laukos ierasts, savā starpā satiek ļoti draudzīgi. Rušonas pagastā ir 103 ciemu nosaukumi, iedzīvotāju skaita ziņā lielākie apdzīvotie ciemi ir Kastīre, Aglonas stacija, Gaļmūiža un Bašķi. Ja aplūko iedzīvotāju struktūru pa vecuma grupām, tad 17% iedzīvotāju ir vecumā līdz 18 gadiem, 61% iedzīvotāju ir darbaspējas vecumā no 18 līdz 62 gadiem, bet 22% iedzīvotāju ir vecāki par 62 gadiem.

Šī gada pirmajā pusgadā Rušonas pagastā ir piedzimuši pieci bērni un pieci cilvēki aizgājuši aizsaulē. Savukārt 2013. gadā piedzimuši 12 bērni, vēl gadu iepriekš dzimuši 13 bērni, bet miruši attiecīgi 28 un 33 cilvēki. Rušonas pamatskolas direktore Janīnai Šelegovičiai ir pamats nākotnē raudzīties optimistiski: "Skolas nākotni redzam ļoti pozitīvi, jo pagastā dzimst bērni. Pagājušajā vasarā bija ratiņu parāde, bērniņu un diezgan daudz, tāpēc ir cerību stariņš nākotnei." Tāpat kā daudzviet laukos, arī daudzi rušonieši izvēlējušies pārcelties uz dzīvi ārzemēs. Dainis Alžāns gan norāda uz tendenci, ka ir jaunieši, kas atgriežas atpakaļ dzimtajā pusē ar uzkrātu kapitālu un dibina savas saimniecības.

Algoto pagaidu sabiedrisko darbu programmā ir nodarbināti 16 cilvēki. Dainis Alžāns atklāj, ka sabiedrisko darbu veicējiem tiek veltīta lielāka kontrole, un daži varbūt ar to nav apmierināti, bet jāsaprot, ka, lai nopelnītu naudu, ir jāstrādā. Sociālā darbiniece ģimenēm ar bērniem Ilze Mičule neslēpj, ka viņas darbā risināmu problēmu netrūkst, bet "visi cilvēki ir labi, tikai jāatrod katram sava pieeja, lai atvērtu labestībai, un tas nav viegli". Bieži vien bērnu un jauniešu problēmas ir vecāku atbildība, kuri par maz pievērs savām atvasēm uzmanību.

Rušonā darbojas trīs iedzīvotāju biedrības, kas raksta projektus un piesaista finansējumu pagasta attīstībai. Sevišķi tiek uzteikti jaunieši, kuri darbojas biedrībā "Jaunie Spārni", ko vada brīvprātīgā darba veicēja Inese Šuksta. Nesen noslēdzies Rušonas pamatskolas aktu zāles apsaimniekošanas projekts – iegādāti mikrofoloni un skandas. Ar jauniešu iniciatīvu izveidots ielu vingrošanas laukums, labiekārtots bērnu spēļu laukums, kā arī rīkoti vairāki netradicionāli pasākumi pagasta iedzīvotājiem. Biedrība "Mēs Rušonai" par mērķi



● Attēlā no kreisās: tautas nama vadītāja Dina Staškeviča, Rušonas pamatskolas direktore Janīna Šelegoviča, Rušonas pagasta teritoriālās pārvaldes vadītājs Dainis Alžāns un sociālā darbiniece ģimenēm ar bērniem Ilze Mičule.

sev izvīrījusi tautas nama saglabāšanu Aglonas stacijā, savukārt skolotājas Silvijas Šukstas vadītās biedrības "Anemone" viens no pēdējiem realizētajiem projektiem ir jaunās kapličas uzbūvēšana Eikša kapos.

Aktuālākais jautājums, kas lielā mērā nosaka lauku iedzīvotāju dzīves kvalitāti, ir ceļu stāvoklis. "Rušona ir ļoti liels pagasts ar lielu ceļu kopgarumu. Ne vienmēr, ja tikko uzkrīt sniegs, nekavējoties var iztīrīt, pāiet pāris dienas," norāda Dainis Alžāns. Vasarā tiek greiderēti 123 kilometri ceļu. Runājot par pagasta ceļu stāvokli, Dainis Alžāns pauž cerību, ka nākotnē situācija varētu uzlaboties, bet tagad "visi ceļi principā ir izbraucami, daži gar pagasta robežu varbūt ir sliktākā stāvoklī." Uz Riebiņu novada centru rušoniešus aizved satiksmes autobuss, bet ir jābrauc ar pārsēšanos.

Kastīrē esošajās daudzdzīvokļu mājās par apkuri jāturpina dzīvokļu īpašniekiem pašiem. Pēdējos gados sakārtota centralizētā ūdensapgādes sistēma, un Rušonas pamatskolas un Kastīres iedzīvotāju vajadzībām ierīkots jauns dziļurbums.

Salīdzinot ar citām lauku teritorijām, Rušonas pagastā saimnieciskā dzīve nav apsīkususi. Uzņēmīgākie vada savas saimniecības, bet pārsvarā darbavietas ir vietējos uzņēmumos un zemnieku saimniecībās, lielākoties tie gan ir sezonas darbi. Zemnieku saimniecībās tiek attīstītas dažādas nozares – vieni audzē gaļas liellopus, citi nodarbojas ar piena lopkopību, audzē sivēnmātes, aitas, vēl citiem padočas biškopība. Sandra Ozola nodarbojas ar daiļdarzniecību, bioloģiskā zemnieku saimniecība "Juri" ražo biezpiena un pilnpiena sierus, ko iecienījis Mārtiņš Rītiņš. Četri uzņēmumi veiksmīgi savu nišu atraduši kokapstrādes nozarē: Beču ģimenes uzņēmums SIA "Kalni B", SIA "Aglonas serviss", SIA "Aja 1" un SIA "Manko Energy Latgale".

Rušonas pagastā darbojas sešas viesu mājās, kas pastāvīgi piedāvā naktsmājas: atpūtas bāze SIA "Zolva", SIA "Rušonas muiža" un atpūtas komplekss "Silmalas" Rušonas ezera krastā, SIA "Ēdene", SIA "Šaures" pie Bicānu ezera, vasarnīca "Ezeriņš" pie Eikša ezera. Jāņa Kokina ūdensslēpošanas sporta klubs "Bašķi" atrodas pie Eikša ezera. Neskartā daba un lauku kļusums piesaista atpūtniekus, naktsmitnes dikā nestāv un ir pieprasītas.

Vietējie iedzīvotāji apmeklē Rušonas katoļu baznīcu. Baznīcā dievkalpojumi notiek katru otro svētdienu. Ticīgie dievkalpojumus labprāt apmeklē, sevišķi svētku reizēs baznīca ir pilna. Pagasta teritorijā atrodas arī Tišinas vecdicībnieku lūgšanu nams. Rušonas katoļu baznīcai ir sena vēsture – ir ziņas, ka pirmā baznīca te atradās jau 17. gadsimtā, bet gadsimtu vecā koka ēka nodega un vēlāk ir uzbūvēta jauna. Pie baznīcas atrodas arī sena klostera ēka, kas diezgan labi saglabājusies līdz mūsdienām. Pagasta teritoriālā pārvalde organizē talkas baznīcas apkārtnes sakopšanai un labiekārtošanai. Saviem spēkiem piegulošā teritorija tiek izplauta, izžāģēti bistamie koki. Dainis Alžāns stāsta, ka ir mēģināts piesaistīt līdzfinansējumu baznīcas veco logu un durvju nomainīšanai, bet izrādījies, ka būvdarbu saskaņošana kultūrvēsturiskā objektā nav vienkārša. Nosacījumi bija tik complicēti, ka neviena firma nevēlējās veikt būvdarbus, piemēram, logiem būtu jāatstāj vecie stīkli, kas jāieliek jaunos rāmjos. "Ja būtu savi līdzekļi, tad varētu nomainīt durvis, lai sniegu nepūš iekšā. Jādara viss, lai baznīcu saglabātu, nevis tai ļautu iet bojā kā kultūrvēsturiskam piemineklim," Dainis Alžāns ir apņēmības pilns startēt kādā no nākamajām LEADER projektu kārtām un iespēju robežās baznīcu sakārtot.

Pagasta cilvēki Aglonas stacijas tautas namā pulcējas uz dažādiem saviesīgiem pasākumiem. Tautas nama vadītāja Dina Staškeviča norāda, ka dažādu apsvērumu dēļ balles tiek rīkotas retāk, bet regulāri notiek pasākumi ar pašdarbības kolektīvu uzstāšanos, labi apmeklēti Ziemassvētku koncerti un kolektīvu sezonas noslēguma koncerti. Laba sadarbība veidojas ar kaimiņu pagastu kolektīviem, bieži viesojas viens pie otra. Pilngadības, sporta un citus svētkus labprāt palīdz organizēt un vadīt vietējie jaunieši.

Rušonā darbojas vidējās paaudzes un jauniešu tautas deju kolektīvs, ko vada Dina Staškeviča. Viņa apliecinā, ka jaunieši laukos ir darboties gribuši, jo dejojot nāk ne tikai vietējie, bet arī no blakus pagastiem, viens pāris brauc no Vārkavas. Vidējās paaudzes tautas deju kolektīvs šogad svinēs 25 gadu pastāvēšanu. Darbojas divas puīšu popgrupas, ko vada Jūta Kondavniece. Nesen savu pirmo uzstāšanos piedzīvoja meiteņu vokālais ansamblis. Rušonas teātra kolektīvu vada

Valentīna Romanovska. Pat tie, kuri strādā Rīgā un mājās ir tikai brīvdienās, nāk uz teātra mēģinājumiem.

"Esam Riebiņu novada bagātākais pagasts un tūrisma vieta, mums ir viesu mājas; mums ir meži un ezeri, kalni un lejas, ogas un sēnes, – mums ir viss!" ar savu pagastu lepojas skolas direktore Janīna Šelegoviča. Rušonas pamatskola ir lielākā Riebiņu novada lauku pamatskola, kur mācās ne tikai vietējie bērni, bet arī bērni no Aizkalnes, Gaļmūižas un Preiļiem. Skolā tiek realizētas trīs licencētas izglītības programmas: pamatizglītības programma, pamatizglītības programma bērniem ar grūtībām un pirmsskolas izglītības programma. Pirmsskolas grupu apmeklē 38 bērni. Rušonas pamatskolā pagājušajā mācību gadā zināšanas apguva 80 bērni. Šogad skolā bija 19. izlaidums, skolu absolvēja 11 skolēni. Pēc pamatskolas absolvēšanas visbiežāk mācības tālāk tiek turpinātas Preiļu Valsts ģimnāzijā un Aglonas vidusskolā. Pirmajā klasē pieņemti septiņi bērni, bet sagaidāms, ka līdz rudenim vēl tiks saņemti iesniegumi. Sākumskolas klasēs visiem tiek piedāvāta pagarinātā dienas grupa. Atsevišķā ēkā atrodas renovētā sporta zāle, kur notiek skolēnu sporta nodarbības un vakaros nāk trenēties vietējie sportisti, notiek breakdance nodarbības.

Skola ir pagasta centrs: "Visa kustība notiek šeit. Vecāki nāk uz pagastu un reizē ieiet ar skolotājiem aprunāties," stāsta Janīna Šelegoviča. Rušonas pamatskola ir viena no pirmajām Riebiņu novada lauku skolām, kur ieviesta e-klase: "Jau gadu strādājam ar e-klasi. Liela daļa vecāku ir izpratuši sistēmu, saņēmuši pieejas kodus un strādā ar e-žurnālu. Katrā klasē ir datori ar interneta pieslēgumu. Daudz darbojamies ar informācijas tehnoloģijām, veidojam prezentācijas vecāku sapulcēm, pasākumiem." Pie skolas pieejams bezmaksas interneta tīkls WiFi.

Rušonas pamatskolai izveidojusies sadarbība ar Latvijas Sarkano Krustu, tie, kuriem nepieciešams, saņem apģērbu. Savukārt skolas telpas ir pielāgotas cilvēkiem ar īpašām vajadzībām.

Rušonas pagastā dzīvo populārais fotomākslinieks Antons Voguls, koka mākslinieks Voldemārs Mukāns, gleznotājs Voldemārs Kokarevičs, joprojām cieņā tautas mākslas tradīcijas, ko turpina audēja Janīna Jokste-Kraupša.

Atjauno Aglonas stacijas tautas namu

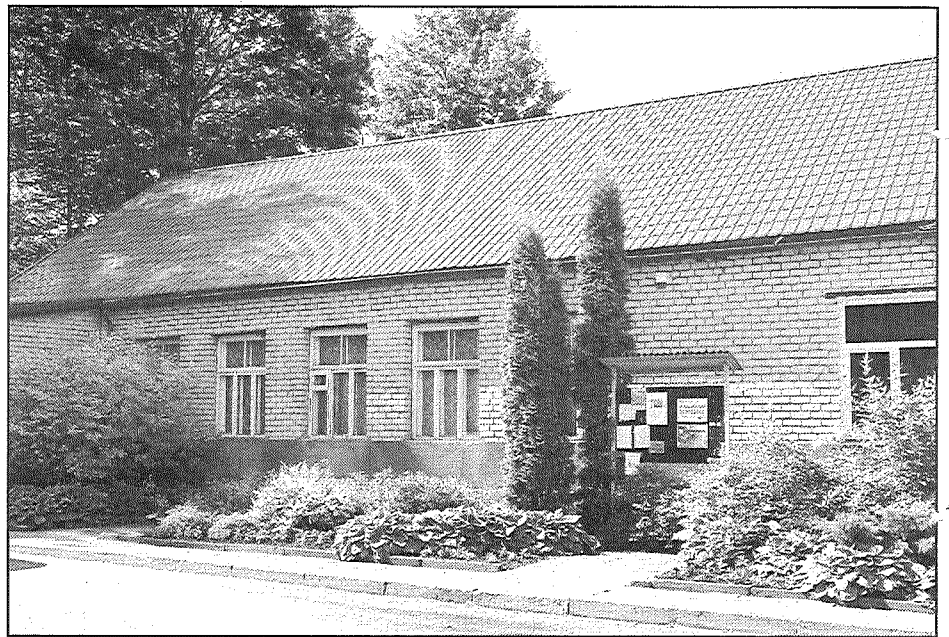
Biedrība “Mēs Rušonai”, piedaloties dažādos projektu konkursos, atjauno Rušonas tautas namu Aglonas stacijā. Biedrības vadītājs Dainis Alžāns ar gandarījumu stāsta par padarīto un ir apņēmības pilns iesākt paveikt līdz galam.

Aglonas stacija ilgu gadu bija Rušonas administratīvais centrs, kur tautas nama ēkā atradās arī bibliotēka un pagasta administrācija. Taču tautas nama ēka savu laiku bija nokalpojusi, un tai nepieciešama renovācija, bet pagasta rīcībā tobrīd nebija nepieciešamo līdzekļu. Tautas namu gaidītu neapskauzams liktenis, ja vien biedrība “Mēs Rušonai” neapņemtos to atjaunot.

Biedrības “Mēs Rušonai” dibināta zīmīgā datumā – 2010. gada 4. maijā – ar mērķi darīt visu, lai saviem spēkiem atjaunotu tautas namu, kur daudzus gadus desmitus pulcējušies pagasta cilvēki un kur ir piemērotas telpas tautas deju un citu pašdarbnieku kolektīvu mēģinājumiem: “Te ir ierastāk un mājīgāk. Pamazām visu iekārtojam no jauna. Praktiski visi pagasta pasākumi tagad notiek šeit,” lepojas Dainis. Nedēļas nogalēs tautas nams atdzīvojas, visās telpās notiek mēģinājumi.

Pagājušā gada nogalē noslēdzās LEADER programmā atbalstīts projekts “Sabiedriskā centra garderobes un jumta vienkāršotā rekonstrukcija”. Projekta kopējās izmaksas 17 302,12 eiro, tostarp 4 496,27 eiro Riebiņu novada domes līdzfinansējums. Četros gados biedrība realizējusi sešus lielākus un mazākus projektus, ko līdzfinansējusi Riebiņu novada dome. Finansējums piešķirts būvmateriālu iegādei, bet remontu brīvprātīgi veikuši biedrības aktivisti ar personīgajiem darbarīkiem, pagasta pārvalde iesaista arī algoto pagaidu sabiedrisko darbu strādniekus. Renovēts ēkas jumts, lielajā zālē ieklāts ozolkoka parkets, pie gala sienas – liels spogulis, kas nepieciešams dejojāmajiem mēģinājumiem, labiekārta garderobe, skatuves priekštelpas un sanitārais mezgls. Zāles skatuve aprīkota ar datoru un projektoru.

Dainis Alžāns pauž prieku, ka šovasar tiek remontētas ieejas kāpnēs, būs jaunas durvis un tiks nomainīti visi logi. Nepieciešamos būvmateriālus nodrošina Riebiņu novada dome. “Daudz vēl ir jāpadara, bet cenšamies strādāt ar minimāliem ieguldījumiem, taču maksimālu pozitīvu rezultātu. Pats nāku uz deju mēģināju-



● Iedzīvotāju biedrība „Mēs Rušonai” atjauno Aglonas stacijas tautas namu, kur notiek vietējo pašdarbnieku kolektīvu mēģinājumi un pagasta cilvēki pulcējas svētku reizēs.

miem un vēlos, lai man pašam šeit ir būtu, kur atnākt. Ja ir iesākts, tad gribas patīkami un lai apkārtējiem iedzīvotājiem padarīt līdz galam,” rezumē Dainis Alžāns.

Rušonas bibliotēka gatavojas akreditācijai

Rušonas bibliotēka atrodas Aglonas stacijā un ir viena no trim pagasta bibliotēkām. Šī gada nogalē gaidāma bibliotēkas akreditācija, tādēļ Riebiņu novada dome veic iekštelpu remontu.

Bibliotēka tagad atrodas pretim tautas namam, bijušajās veikala telpās. Bibliotēkas vadītāja Inta Selicka norāda, ka remonts šeit nav bijis gadus trīsdesmit, tādēļ sadzīves apstākļi jau sen kā nelutina. Ne mazumu rūpju sagādājis tekošais jumts un jau sākotnēji nekvalitatīvi izbūvētā kanalizācijas sistēma, no kuras sienās sūcies mitrums. Jumts jau saremontēts, un notiek iekštelpu kosmētiskais remonts, bet nākotnē vajadzētu atjaunot arī ēkas fasādi un lieveni. Bibliotēkas vadītāja ļoti cer, ka izdosies tikt pie jaunām mēbelēm. Grāmatplaukti, kalpojot no sešdesmitajiem gadiem, kļuvuši skabargaini, arī pārējās mēbeles nolietojušas. Inta Selicka piebilst, ka vietējie bērni nevarot vien sagaidīt, kad bibliotēka atsāks darbu. Jaunākie lasītāji piedalās lasīšanas veicināšanas programmā “Bērnu un jauniešu žūrija”, kas motivē lasīt.

Inta Selicka uzsver, ka bibliotēkām laukos ir nenovērtējama nozīme. Bibliotēkā var ne tikai lasīt jaunāko presi un grāmatas, bet arī strādāt ar datoru. Daudziem laukos mājās sava datora nav, bet cilvēki uz bibliotēku nāk, lai apmaksātu rēķinus, izmantojot internetbanku, pieteiktu platībmaksājumus, kārtotu dokumentus. Pagastā savas pasta nodaļas vairs nav, vienīgi pastniece katru darba dienu vienu stundu pieņem apmeklētājus sabiedriskā centra telpās. Izmantojot interneta priekšrocības, nekur nav jābrauc, jātērē laiks un ceļa izdevumi, kas daudziem ir no svara. Ja vajadzīgs, bibliotēkas vadītāja apmāca, kā strādāt ar internetu. Rušonas bibliotēku apmeklē 160 lasītāji. Inta Selicka dalās novērojumos, ka, iedzīvotāju skaitam samazinoties, arī lasītāju paliek mazāk. Bibliotēkā nereti tiek izdrukātas arī aizbraukšanas biļetes. Informācijas tehnoloģijas strauji attīstās, un novecojušajos datoros nav iespējams instalēt jaunāko programmatūru. Rušonas bibliotēkā tikai divi datori no astoņiem strādā atbilstoši, tādēļ nākotnē, ņemot vērā apmeklētāju vajadzības, būs jādomā par jaunas datortehnikas iegādi.



● Rušonas bibliotēka gatavojas akreditācijai, tādēļ uz remonta laiku lasītājus neapkalpo. Rušonas bibliotēkas vadītāja Inta Selicka uzsver, ka remontu bibliotēkas apmeklētāji gaidījuši jau sen.

Tikšanās brīdī bibliotēkas vadītājai uz galda jaunie četru sējumu raksti “Latvieši un Latvija”. Bibliotēkā ir pieejama gandrīz visa studijām vajadzīgā literatūra. Grāmatas pasūta pat studenti no Vidzemes augstskolas, jo tās var paņemt uz mājām, un nav jāpavada laiks lasītavās. Bibliotēkā pieejami novadpētniecības materiāli par pagasta vēsturi, kultūru un izcilēm novadniekiem.

Saskarsme ir vērtīgākais, ko varam viens otram dot

Bijušajās Gailišu pamatskolas telpās tagad atrodas sociālais aprūpes centrs “Rušona”, kur vecumdienas vada divdesmit septiņi Riebiņu novada cilvēki. Vadītāja Inguna Rubane pārliecināta, ka ikviens seniors pelnījis sirsnīgu attieksmi un bezrūpīgas vecumdienas.

Sociālā aprūpes centra telpas ir mājīgi iekārtotas un gaišas, it kā tikai nesen būtu bijis remonts. Tālredzīga doma par pensionāta izveidošanu bijušajās skolas telpās radās toreizējai Rušonas pagasta vadītājai Annai Zalānei, tā saglabājot darbavietas vietējiem cilvēkiem un atrisinot jautājumu par novada veco ļaužu aprūpi. Pensionāta izveidošanu 2003. gadā iniciēja biedrība “Anemone”, šim mērķim piesaistot finansējumu caur projektiem. Vēlāk Riebiņu novada dome pensionātu pārņēma savā pārziņā. Tagad pensionātu uztur pašvaldība un labvēļi atbalsta ar ziedojumiem, savukārt valsts finansējumu neatvēr. Lai uzņemtu pensionātā, jābūt vecuma pensijai, bet uzturēšanās maksa ir mainīga, vidēji tie ir 350 eiro mēnesī.

Pensionāts var uzņemt trīsdesmit cil-

vēkus, agrāk bija trīsdesmit sešas vietas, bet mainījušie normatīvie akti, kas nosaka, cik lielai apdzīvojamai platībai jābūt uz vienu iemītnieku. Inguna Rubane uzsver, ka aprūpētājiem svarīgas ne tikai obligātajos kursos apgūtās zināšanas, bet arī laba sirds un sirsnīga attieksme pret katru cilvēku, kā arī fiziskā izturība, jo jāuzkopj arī telpas, jāved pastaigās un pašiem jāsakopj pensionāta teritorija.

Sociālajā aprūpes centrā nonāk vecie vientuļie cilvēki un invalīdi, kas palikuši vieni un nespēj par sevi parūpēties, vai arī gadījumos, kad bērni nespēj par viņiem parūpēties. Kā norāda Inguna Rubane, katram ir savs stāsts, un situācijas, kāpēc cilvēks mūža nogalē pavada pensionātā, ir ļoti dažādas, piemēram, kāds ugunsneļaimē zaudējis mājokli. Latgalē vecākās paaudzes cilvēkiem ierasts, ka vecumdienas katrs vēlētos pavadīt tikai un vienīgi savās mājās, sadzīves apstākļi viņiem vairs neliekas svarīgi, bet “tie, kuri šeit ir, lielākā daļa ir apmierināti.” Katram ir savs raksturs, bet mūžu nodzīvojušu cilvēku vairs nevar izmainīt, ikvienu ir jāpieņem ar cieņu. Dažas kundzes neizlaiž nevienu dievkalpojumu, ko pārraida Latgales



● Sociālā aprūpes centra „Rušona” vadītāja Inguna Rubane pārliecināta, ka ikviens cilvēks mūža nogalē pelnījis labas vecumdienas un cieņpilnu attieksmi.

radio, citi brīvo laiku pavada, lasot avīzes, skatoties televizoru, adot.

Patlaban pensionāts izvietots divās ēkās, kuras vienu no otras šķir ceļš. Ar laiku

pensionāta telpas varētu paplašināt. Pastāv iespēja piesaistīt klientus no citām pilsetām, jo daudziem patīk pensionāta atrašanās vieta klusā lauku ciemata parkā.

Garneles

Gardēži visā pasaulē iecīnījuši garneles, kuru garša nedaudz atgādina vēžu gaļas garšu, bet ir maigāka, ar svaigu jūras dvesmu. Izrādās, ka šīs jūras veltes ir vismazākās no vēzveidīgajiem un ūdeni pārvieto, kustinot daudzās tievās kājiņas un taustot ceļu ar garajām usām. Garneles ir izplatītas visā pasaulē un sastopamas gan okeānos un jūrās, gan upēs un ezeros, tās mīt kā siltos ūdeņos, tā vēsos. Dabiski tās dzīvo savvaļā, bet lielā pieprasījuma dēļ tiek audzētas arī speciālās fermās.

Mazās garneles, kuras dzīvo savvaļā, pārtiek no ūdensaugiem un mazajiem vēziņiem, un, pateicoties tam, garnelēm ir piesātinātāks aromāts, cietāka čaula un blīvāka gaļa, jo tās vairāk laika pavada kustībā. Lai gan bieži vien cenšamies izvēlēties lielākās garneles, pastāv uzskats, ka garākas ir tieši mazāka izmēra garneles, jo to gaļa ir maigāka un sulīgāka.

Baudot šo delikatesi, jābūt modriem tiem, kuriem ir noslieces uz alergijām, jo garneles ir viens no astoņiem visalerģiskākajiem produktiem pasaulē.

Angļu valodā garneles apzīmē ar diviem vārdiem – *prawn* un *shrimp*. *Shrimp* ir maza izmēra, bet *prawn* – liela izmēra garneles. Itāļu valodā tās dēvē par *scampi*, kam ir divējāda nozīme – šādi apzīmē gan pašas garneles, gan ēdienu, ko gatavo no garnelēm, pievienojot vīnu, sviestu, ķiplokus un citrona sulu.

Kādas izvēlēties

Svaigas garneles vislabāk iegādāties piejūras pilsētās, netālu no nozvejas vietas. Meklējiet tās tirgos vai nelielos veikaliņos. Bet, pateicoties ātrajam transportēšanas iespējām, svaigas jūras veltes ir pieejamas visā pasaulē, arī vietās, kur to nozveja nav pat tuvumā. Tomēr šādā gadījumā jāreķinās, ka cena nebūs maza. Lielākoties uz Latviju garneles atceļo saldētā veidā.

Svarīgi!

✓ Nemiet vērā, ka garneles ātri bojājas un tiek sasaldētas uzreiz pēc nozvejas vai izvārīšanas. Bieži vien pie mums nopērkamās garneles ir jau iepriekš termiski apstrādātas – tās var atpazīt pēc oranžīgi rozā krāsas.

✓ Savukārt, ja saldētās garneles ir pārāk apledojušas, tas liecina, ka produkts bijis atkusis un atkārtoti sasaldēts, kas tā kvalitātei nāk tikai par sliktu.

✓ Garneļu svaigumu var noteikt pēc smaržas un krāsas. Svaigās garneles smaržo pēc jūras un vēja, kas ilgāk uzglabātas, — pēc dūņām.

✓ Uz kvalitatīvu garneļu ķermeņa nevajadzētu būt dzelteniem vai melniem plankumiem un to astītēm noteikti jābūt saliektām.

✓ Ja plānojat iegādāties garneles čaulā, tām jābūt veselām un nebojātām.

✓ Ir iespējams iegādāties arī

jau nolobītas saldētas garneles, garneles savā sulā, konservētas garneles un cepšanai domātus, rīvmaizē apvārtītus pusfabrikātus.

✓ Pērkot garneles savā sulā, pārbaudiet derīguma termiņu, jo tas visai īss – tikai divi mēneši.

Patiesībā ir tā, ja ir iespēja iegādāties apšaubāmas kvalitātes svaigas vai labas saldētas garneles, tad izvēlieties otrās, jo, ja tās ir pareizi apstrādātas, tad garša būs ideāla. Protams, jāievēro arī atkausēšanas principi, kas nozīmē, ka garnelēm jāatkuš lēni, no saldētas tās pārlietot ledusskapī. Jo lēnāk, būs atkuššanas process, jo labāka būs garneļu garša. Pievērsiet uzmanību, lai pirms gatavošanas tās būtu pilnībā atkušušas, un ļaujiet garnelēm kādu laiku pastāvēt istabas temperatūrā.

Ja garneles ir nevēritas un netīritas (pēc krāsas pelēcīgas), tās labāk atkausēt nevis ledusskapī, bet uz pāris minūtēm ielikt gandrīz vārošā ūdenī.

Kā tīrīt

Mazās garneles tīra tāpat kā lielās, vienīgi lielajām čaula ir tik stingra, ka jāņem palīgā nazis vai šķēres. Sāciet garneles tīrīšanu ar tās galvas atdalīšanu no ķermeņa. Tad noņemiet muguras čaulu kopā ar kājām. Astes čaulu var atstāt nenorautu, bet, spiežot garneli, to ir viegli novilkt. Ar asu nazi pārgrieziet muguru un izņemiet melno zarniņu, ja tāda ir. Noņemtas garneļu čaulas un galvas neizmetiet, bet izmantojiet, lai pagatavotu aromātisku buljonu, ko var sasaldēt nelielās porcijās un izmantot zupu un mērcu gatavošanā.

Kā pagatavot

Garnelēm pašām par sevi piemīt burvīga garša, bet var to paspilgtināt ar ķiploka un čili palīdzību. Ar garnelēm *draudzējas* arī laims, ingvers, kokosriekstu piens, tās lieliski sader ar baltvīnu. Nedaudz pievienojot saldumu, piemēram, brūno cukuru vai sirupu, iegūst brīnumainas garšu variācijas.

Garneles var pasniegt gan tīritas vai netīritas kā atsevišķu uzskodu kopā ar dažādām mērcēm, gan kombinēt salātos ar augļiem un dārzeņiem, pievienot zupām un sautējumiem, grilēt, cept sviestā vai olīvēlā ar ķiplokiem. Tās atsvaidzina jebkuru ēdienreizi ne tikai ar savu garšu, bet arī ar savdabīgo izskatu. Tās perfekti garšo salātos kopā ar sieriem, olīvām, avokado, tomātiem, gurķiem, sēnēm, zaļumiem vai uz picas ar drupinātu kazas sieru, olīvām, sipoliem un rozmarīnu. Patīkamu niansi salātiem piedos kūpinātas garneles. Mērcēm izmanto maigu majonēzi vai kādu no augu eļļām. Nebūtu ieteicams izmantot asās mērces un specifiskas garšvielas, jo tās nomāks šo jūras velšu delikāto garšu.

Ja vēlaties garneles gatavot kā pamatēdienu, tad rēķiniet, ka četrām personām vajadzēs vismaz 2 kg garneļu ar visām čaulām. Veikalā varat iegādāties arī jau notīrītas garneles, bet tādā gadījumā cena būs daudz lētāka. Siltajiem ēdieniem garneles pievieno gatavošanas beigās, lai tās



tikai uzsildītu. Pilnīgi pietiks, ja garneles ieliksiet verdošā ūdenī uz 1-2 minūtēm. Galvenais, nepārvāriet un nepārceptiet tās, jo tad garneļu maigā gaļa kļūs sausa un sīksta, – tās jānoņem no uguns, tiklīdz gaļa no puscaurspīdīgas kļūst balta. Nemiet vērā – ja pasniegsiet atkausētas un netīritas garneles, uz galda lieciet ūdens bļodiņas ar sagrieztu citronu, kur noskalot pirkstus, un neaizmirstiet arī par salvetēm, kur noslaucīt rokas.

Viens no vienkāršākajiem, bet arī gardākajiem veidiem, kā pagatavot garneles, it tās strauji apcept sviestā vai olīvēlā ar ķiplokiem un čili. Čaulu noņemiet pēc gatavošanas, tad garneles saglabās savu aromātu. Turklāt tas ir arī viens no jaukākajiem garneļu ēšanas veidiem – lobīt tās ārā no čauliņām, līdzīgi kā saulespuķu sēkliņus. Baudot garneles labā kompānijā, risinot nesteidzīgas sarunas un piedzerot klāt vēsu baltvīnu vai alu, vakars paies nemanot.

Uzturvērtība

Līdzīgi kā citos jūras produktos, arī garnelēs ir augsts kalcijs, joda un olbaltumvielu līmenis, bet par prieku tiem, kas rūpējas par savu figūru, tām ir zema enerģētiskā vērtība – 100 g garneļu svaigās gaļas satur tikai 87 kalorijas, turklāt 78% no to apjoma ir ūdens, 18% olbaltumvielu un tikai 1% tauku. Garnelēs ir visi jūras delikatesēm raksturīgie vitamīni, jods, kālijs, fosfors un triju veidu taukskābes. Atkarībā no garneļu pagatavošanas veida, 100 g garneļu satur 122-251 mg holesterīna, tādēļ tās ir vērtīgs pārtikas produkts asinsvadu sistēmas veselībai.

Interesanti fakti

Ja ieskatāmies vēsturē, tad atkal neiztikt bez grieķiem un romiešiem, jo šo tautu virtuvēs garneles bijušas iecienītas jau sen. Turklāt antīkie kulināri visbiežāk garneles cepa, nevis vārīja.

Tā kā garneles nav košera pārtika, tās aizliegtas jūdaisma reliģijas piekritējiem. Toties garneles ir halal pārtika un ir atļautas lietot uzturā musulmaņiem.

Garneļu salāti

2 avokado, nomizoti, kauliņi izņemti, mazos kubiņos
100 g svaiga, notīrīta ananāsa, nelielos kubiņos
100 g saldētu mazo garneļu bez čaulām
1 citrona sula
2 ēd. k. extra virģin olīveļļas
1 ēd. k. sojas mērces
1 ēd. k. majonēzes
lociņi, sasmalcināti
jūras sāls pēc garšas
svaigi malti melnie pipari pēc garšas

Ananāsu liek bļodā. Atlaidinātām garnelēm caurdurī notecina lieko šķidrumu un liek bļodā pie ananāsiem.

Avokado pievieno nedaudz citrona sulas, sāls, piparus, samaisa un ieliek ledusskapī atdzesēties.

Gatavo mērci. Atlikušajai citrona sulai pievieno lociņus, eļļu, sojas mērci, majonēzi, sāli, piparus un visu samaisa.

Bļodā pie garnelēm un ananāsiem pievieno avokado un pārlej visu ar mērci. Samaisa un pasniedz.

Kokospiena zupa ar garnelēm



10 g sviesta
2 puravu baltās daļas, sagrieztas šķēlēs
sīpols, nomizots un sasmalcināts
400 ml kokosriekstu piena
5 kartupeļi, nomizoti un sagriezti mazos gabaliņos
800 ml karstā ūdens
kajennas pipari pēc garšas
svaigi malti melnie pipari pēc garšas
jūras sāls pēc garšas

Pasniegšanai:

100 g saldētu mazo garneļu bez čaulām
svaigs koriandrs, lafiņas atdalītas

Atlaidina garneles un nolej lieko šķidrumu.

Pannā izkausē sviestu un liek cepties sīpolus ar puraviem. Cep aptuveni 3 minūtes, tad pievieno kokosriekstu pienu, kartupeļus, ūdeni un sautē aptuveni 20 minūtes. Beigās pieber abu veidu piparus un sāli, lej blenderi un sablenderē.

Lej zupu šķīvjos, vidū liek garneles un dekorē ar koriandra zaļumiem.

LĪKSNA

Visa Latgale sabrauca uz festivālu «Muzykys Skrytuļs»

Gan dalībnieki un rīkotāji, gan klausītāji latgaliešu jaunās mūzikas festivālu «Muzykys Skrytuļs» atzina par lielāko kultūras pasākumu Latgalē. Lai uzņemtu ap 400 mūziķu, tāpat mājražotāju un amatnieku, uzcienu, remdētu slāpes, iesaistījās daudzliksnas zemnieki, uzņēmēji, amatnieki.

Pasākums tiešām izdevās kā dziedošu un muzicējošu, arī mākslu radošu cilvēku kopā sanākšana. Pirmajā dienā bija etnomūzikas koncerts, bija mākslas plenērs «Muzykys Skrytuļs». Vēl bagātāka bija otrā diena. Trīs koncertos sev tuvu muzikālo noskaņu sasmēlās dažādu paaudžu cilvēki. Jauni un veci dziedāja līdzī, aplaudēja, dejoja līdz trešās

dienas pirmajiem saules stariem. Dažas stundas stiprinājušies ar miegu, festivāla dalībnieki un viesi apmeklēja Liksnas katoļu baznīcu, kur draudzes prāvests Jānis Smirnovs noturēja Jēzus Sirds svētku atvadu svēto Misi un kur izskanēja Kārļa Kazāka, ērgelnieces Jacintas Ciganovičas un Peceviču saimes garīgās mūzikas koncerts.

Liksniēši pēc labi padarīta darba sacīja tā — «Muzykys Skrytuļs» ir ierīpināts tik stipri, ka tas ir pieskandinājis Latviju, jo pēdējā nedēļā par festivālu raidīja visas lielās radio stacijas un TV kanāli. Pēc dažiem gadiem tas atkal ierīpos Liksnā, lai popularizētu latgaliešu mūziku, kultūru un tradīcijas.

«Latgales Laiks»

● Grupas «Borowa MC» mēģinājums uz skatuves Liksnā.



VIDZEME

Raunā zivis ne tikai lido

Raunā daudzviet pārsteidz instalācijas, kurās redzamas zivis. Iebraucējus tas uzjautrina — Rauna taču nav nekāds piejūras ciems.

Tas viss — saistībā ar tradicionālajiem novada svētkiem. Šīs vasaras uzmanības centrā un godā celtas zivis. «Lai rosinātu radošo pašizpaušmi, ikviens tika aicināts veidot instalācijas, kurās atainota zivs,» stāsta kultūras

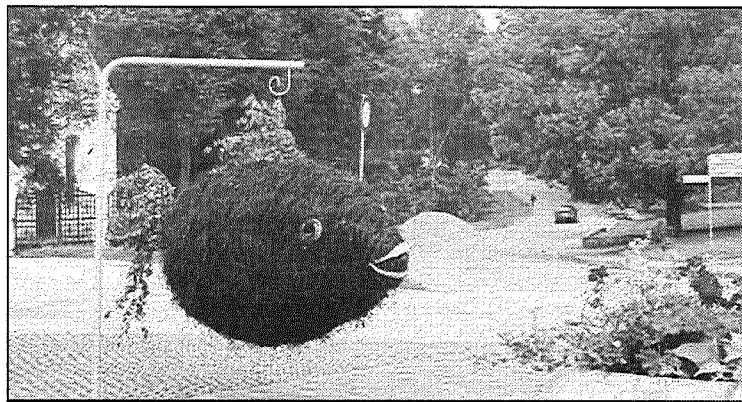
pasākumu organizatore Raunas pagastā Linda Kručāne un atzīst, ka ir prieks par tiem cilvēkiem, kuri iesaistījās, kā arī par oriģinālajiem darbiem.

Raunas centrā ikvienu garāmgājēju sagaida liela, pēc izskata diezgan nikna zivs, ko veidojusi floriste Rita Broka. Pie domes ēkas kokā pa dienu zivis dejo koku zaros, bet nakts tumsā tās spīd kā jāņtārpiņi. Tās no klūgām gatavojuši domes darbinieki, zi-

vis nokrāsotas ar floriscējošu krāsu, tāpēc tumsā spīd.

Vairākām instalācijām mājvieta ir pie jauniešu centra Raunā. Kādas mēdz būt zivis, savos darbos rāda arī Gatartas pansionāta ļaudis. Pie kādas mājas no folija un diskiem veidota zelta sargzivtiņa. Tā reizē ir gan dekors, gan dārzā no putniem zemes pasargā.

Krāsainas zivtiņas mājvietu radušas pie citas sētas, bet



● Raunas centrā Ritas Brokas gatavotā «Pašpārliecinātā zivs».

makšķernieks ar atstarojošo vesti naktīs liek apdomāties ne vienam vien ātrajam braucējam.

«Delfīni graudu jūrā» — tādi arī parādījušies kādā labības laukā.

«Druva»

AIZKRAUKLE

Veļasmašīna un duša atbrauc uz mājām

Aizkrauklē bija piestājis Latvijas Samariešu apvienības autobuss, kas ir speciāli aprīkots lauku cilvēku aprūpei viņu mājās.

Latvijas samariešu apvienības direktors Andris Bērziņš stāsta, ka ideja piedāvāt šādu pakalpojumu radusies paša ģimenē — viņa vecmāte neparko nav vēlējusies no lauku mājām pārcēties uz citu vietu, kur ir visas ērtības. Aka no mājām bija apmēram piecdesmit metru attālumā. Tādu cilvēku, kuri dzīvo viensētās, bet kuriem nav veļasmašīnas, ne dušas un citu ērtību,

ūdens jānes no akas, jādodas uz sirsniņmājiņu, Latvijā ir daudz. Projektā iegūstot līdzekļus, iegādāti un aprīkoti vairāki autobusi, tajos ir dušas kabīne, izlietne, veļasmašīna, pēdu aprūpes iekārta, ratiņkrēsls un stacionārs ērts krēsls, gāzes plīts, kur var izvārtīt tēju un ēdienu.

— Esam atraduši iespēju, kā sirmgalviem vecumdienās palikt savās dzimtajās mājās un saņemt aprūpes pakalpojumus, nevis doties uz sociālās aprūpes centru vai pilsētas dzīvokļiem pie radniekiem. Mēs viņiem dodam iespēju palikt vidē, kas viņiem ir tuva, mīļa, pie kādas viņi ir

pieraduši, un viņi turpina savās mājās darboties, cik nu katrs spēj, teic Andris Bērziņš.

Vecie cilvēki bieži vien sākumā baidās, domā, ka samarieši ir kādi «marsieši», bet pēc pirmo pakalpojumu saņemšanas viņiem pateicībā acis sariešas asaras, stāsta Jelgavas nodaļas vadītāja Aija Purmale. Viena cilvēka aprūpe parasti aizņem vairākas stundas, un to veic darbinieki ar medicānu un sociālā aprūpētāja izglītību. Ja vajag, cilvēku aizved pie ģimenes ārsta, acu vai kāda cita speciālista.

Samariešu apvienība iegādājusies arī vairākas vieglās automa-

šīnas, tajās darbinieki izbrauc pie vecajiem cilvēkiem, ja ir jāsniedz nelieli pakalpojumi, piemēram, jābrauc lūkoties, kas noticis ar cilvēku, ja viņš ir piespiedis drošības pogu. — Vecajiem cilvēkiem ir aprocas ar drošības pogu, to viņi var nospiegt, ja kļūst slikti un vajag palīdzību. Mūsu dispečeru telpā atskan signāls, dežurante redz, kurš izsaucis palīdzību, kāda ir viņa slimības diagnoze. Viņa pa rāciju ar cilvēku sazinās. Zvanām kaimiņiem vai izbraucam paši, lai palīdzētu, — stāsta Andris Bērziņš. — Paši interesējamies tad, ja signāls liecina, ka aprobece ar pogu ilgu

laiku ir vienā vietā — varbūt vecais cilvēks ir pakritis, nespēj piecelties, viņam kļuvis slikti. Dažkārt gan izrādās, ka cilvēks aproci aizmirsis uzlikt vai arī domā, ka tas nemaz nav jādara, ka aproci var glabāt uz naktskapiņa. Drošības pogas apkalpe tiek nodrošināta visu diennakti.

Pakalpojumi tiek sniegti vairākās Latvijas pilsētās un novados sadarbībā ar pašvaldību sociālajiem dienestiem. Jelgavas samarieši palīdz vecajiem cilvēkiem, piemēram, Skrundā, Aizputē, Kuldīgā un citur.

«Staburags»

MADONA

Mērķis ir labs alus, nevis konveijers

SIA «Madonas Alus Darītava» ir pavisam jauns uzņēmums, kas sācis darbu jaunās telpās Madonā. Darītava piedāvā klientiem alu ar jaunu nosaukumu «Baudalus», stāsta uzņēmuma valdes loceklis Madars Kellijs.

Alus darīšanas pamatā ir senas tradīcijas, kas tiek pārmanotas no paaudzes paaudzē. Kādreiz mājās alu darīja Madara vectēvs

un vecvectēvs. Recepti un procesu apguva arī Madara tētis Dainis Kellijs, kas uzņēmumā ir galvenais alus meistars.

Kad uz svētkiem Praulienas pagasta «Bodniekos» darīja alu, to atzinīgi novērtējuši apriņķa iedzīvotāji. — Vectēvs iemācīja alu darīt manam tēvam, kas šo māku ierādīja man. Mēs alu negatavojam tik rūgtu, bet mazliet saldenāku, un cilvēkiem tas garšo. Nekas jau alus darīšanā nav tik

grūts, bet ir jābūt gan iemaņām, gan zināšanām, gan pieredzei.

Tas, ka alus ir izlejams, to nefasē un nepasterizē, nelieto konservantus, spēlē lielu lomu. Šāds alus gan glabājas ne ilgāk par 10 dienām. Kad lielie ražotāji raksta, ka ražo dzīvo alu, tas nekad nevar būt dzīvais, ja tā realizācijas laiks ir divi mēneši un ilgāk, — raksturo Dainis Kellijs.

SIA «Madonas Alus Darītava»

piedalījās Madonas novada pašvaldības ideju konkursā «Madona var labāk!» un ieguva atbalstu alus uzglabāšanas cisternu iegādei. Nu jau cisternas, katra ar 1000 litru ietilpību, iegādātas. Tas pagaidām esot vienīgais atbalsts, jo viss pārējais iekārtots par saviem līdzekļiem.

Ar tām iekārtām, kas ir uzņēmuma rīcībā, var saražot 1500 — 2000 litrus mēnesī. Ražotne ir viena no mazākajām Latvijā,

tāpēc darītāji cenšas izcelties ar alus kvalitāti. Saimnieki vēlas ražotni saglabāt pašreizējos apmēros, jo liels konveijers, kā mūsdienās ražo alu, nav mērķis. Kellijs izejvielas «Baudalum» ved no Lietuvas, kur piedāvā kvalitatīvu iesaļu par labu cenu. Tā ir speciāla firma, kas apgādā mazās alus ražotnes. Arī apriņķi nav pašu, bet vācu, jo pie mums tos vairumā neaudzē.

«Stars»

Pusmiljons eiro veselības aprūpes pakalpojumu nodrošināšanai policistiem

1. jūlijā Ministru kabinets izdeva rīkojumu «Par finanšu līdzekļu piešķiršanu no valsts budžeta programmas «Līdzekļi neparedzētiem gadījumiem», kas paredz piešķirt Iekšlietu ministrijai 506 478 eiro, lai segtu izdevumus, kas saistīti ar veselības aprūpes pakalpojumu nodrošināšanu iekšlietu nozares un Ieslodzījuma vietu pārvaldes amatpersonām ar speciālajām dienesta pakāpēm.

Ar šiem līdzekļiem tiks segti

zobārstniecības un zobu higiēnas pakalpojumi, medikamentu iegāde un citi veselības aprūpes pakalpojumi. To paredz Saeimas pieņemtie grozījumi valsts pašvaldību institūciju amatpersonu un darbinieku atlīdzības likumā, kas uzlabo sociālās garantijas iekšlietu nozares un Ieslodzījuma vietu pārvaldes amatpersonām. No 2014. gada 1. janvāra jau ir paplašināts valsts apmaksāto veselības aprūpes pakalpojumu apjoms. Tas nozīmē,

ka jau no 1. janvāra amatpersonas var izmantot veselības aprūpes pakalpojumus paplašinātu limitu ietvaros, saglabājot pakalpojuma saņemšanu apliecinātos dokumentus. Kompensāciju izmaksa notiek triju mēnešu laikā no iesnieguma saņemšanas brīža, informē Iekšlietu ministrijas Administratīvā departamenta sabiedriskā attiecību un organizatoriskā darba nodaļas vadītāja Gunta Skrebele.

Ūdeņi paņem pārlieku daudz dzīvību — NEESIET PĀRDROŠI!

Lai arī siltais laiks tā vien aicina atveldzēties peldoties, neesiet pārdroši, uzmanieties, jo šovasar ūdeņi paņēmuši jau ap septiņus desmitus dzīvību. Par to atgādina Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta sabiedrisko attiecību nodaļas vecākā speciāliste Viktorija Gribuste.



Lūk, viena dienas statistika. Lai kā no 8. jūlija pulksten 6.30 līdz 9. jūlija pulksten 6.30 ugunsdzēsēji glābēji no ūdens tīpēm izcēla piecus nosliktušos, no tiem vienu pusaudzi.

✓ Stopiņu novada karjerā ugunsdzēsēji glābēji veica zemūdens meklēšanas darbus un apmēram 10 metru attālumā no krasta atrada pirms divām dienām pazudušu 38 gadus vecu vīrieti.

✓ Ap pulksten vieniem dienā saņemta informācija no aculieciniekiem, ka Jelgavas novadā Lielupē zem ūdens pazudis bērns. Ņemot vērā upes straumi, tikai pēc vairākkārtējas upes gultnes pārmeklēšanas piecu stundu laikā glābējiem izdevās atrast nosliktušo 15 gadus veco zēnu.

✓ Tajā pašā laikā glābēji brauca uz Stopiņu novada Ulbrokas ūdenskrātuvi, kur, pēc iedzīvotāju teiktā, vīrietis esot iegājis ūdenī un nav atgriezies. Veicot zemūdens meklēšanas darbus, glābēji atrada nosliktušo apmēram 45 gadus veco vīrieti.

✓ Ap astoņiem vakarā glābēji saņēma ziņu, ka Grobiņā diķi ir noslīcis vīrietis. Ugunsdzēsēji glābēji atrada apmēram 45 gadus veco vīrieti un nogādāja krastā.

✓ Neilgi pirms deviņiem vakarā saņemta ziņa, ka Olaines novadā dārzu kooperatīvā pazu-

dis 72 gadus vecs vīrietis, kurš pirms tam bija nolēmis doties peldēties. Ugunsdzēsēji glābēji veica diķa pārmeklēšanu un nosliktušo atrada apmēram 10 metru attālumā no krasta.

Aizliegts!

✓ Peldēties alkohola reibumā;
✓ lēkt ūdenī no tramplina, laipas, tilta vai krasta, ja neesat izpētījis ūdenstīlpes gultni;
✓ atstāt bērnus pagalmā bez pieskatīšanas, ja tajā ir ūdenstīlpe. To vēlams norobežot tā, lai bērns neiekristu.

Vidzemes policisti Viļānos atrod kontrabandu

Veicot pārbaudi Viļānu pagasta Masaļskos, policija novērsusi vairāk nekā pusmiljona kontrabandas cigarešu nonākšanu nelegālajā apītē. Izņemtas vairāk nekā 500 000 dažādu marķu cigaretes bez Latvijas Republikas akcīzes markām. Aizturēta viena persona, ziņo Valsts policijas Vidzemes reģiona pārvaldes Kārtības policijas biroja inspektore Sintija Virse.



Pēdējā laika iespaidīgāko daudzumu kontrabandas cigarešu nonākšanu nelegālajā apītē novērsusi Madonas kriminālpolicija. 1. jūlijā, veicot izmeklēšanu jau iepriekš sāktā kriminālprocesā, tika veikta sankcionēta kratīšana Viļānu pagasta Masaļskos kāda 45 gadus veca vīrieša dzīvesvietā. Vīrieša īpašuma teritorijā novietotā kravas mikroautobusa Peugeot Boxer kravas nodaļumā policija atrada un atsavināja dažādu marķu cigaretes ar

Baltkrievijas un Krievijas Federācijas akcīzes markām. 45 gadus vecais vīrietis aizturēts un tiks lemts jautājums par drošības līdzekļa piemērošanu. Aizturētais jau iepriekš sodīts par identisku pārkāpumu, kas tika izdarīts aizvadītā gada pavasarī.

Pēc policijas rīcībā esošās informācijas, cigaretes, visticamāk, bija paredzētas realizācijai. Par to, kur tās bija paredzētas pārdot un kādā veidā tās nonākušas vīrieša īpašumā, kā arī to, vai ir vēl kādas citas iesaistītās personas, kļūs zināms izmeklēšanas laikā.

Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldē reģistrētie notikumi

No Āfrikas cūku mēra karantīnas zonas mēģināja izvest gaļu

Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes Kārtības policijas biroja preventīvas nodaļas inspektore Anastasija Laizāne ziņo, ka pieķerts kārtējais cilvēks, kas no Āfrikas cūku mēra karantīnas zonas mēģinājis izvest gaļu, kas ir stingri aizliegts.

8. jūlijā Krāslavas novada Piedrujas pagasta Aleksandrovā Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes darbinieki, veicot personu un transportlīdzekļu pārbaudi Āfrikas cūku mēra karantīnas zonā, apturēja automašīnu VW, kuru vadīja 1962. gadā dzimis vīrietis. Veicot apturētā transportlīdzekļa pārbaudi, tajā atrasti seši kilogrami gaļas, ko vadītājs mēģināja izvest no epidēmijas rajona.

Kā ziņots iepriekš, saistībā ar izsludināto Āfrikas cūku mēra karantīnu Krāslavas un Dagdas novados ir aizliegts izvest, pārdot cūkas un cūkgaļas izstrādājumus.

Ar savu rīcību vīrietis pārkāpa Administratīvā kodeksa 105. panta prasības «Par karantīnas un veterināro prasību pārkāpšanu dzīvnieku infekcijas slimību skartā punktā, aizsardzības, uzraudzības un kontroles zonās», kas fiziskajām personām paredz no septiņiem līdz 350 eiro lielu soda naudu.

Informācija par notikušo tālākai pārbaudei nodota Pārtikas un veterinārā dienesta Dienvidlatgales pārvaldei. Valsts policijas darbinieki turpina personu un transportlīdzekļu pārbaudi Krāslavas un Dagdas novadā.

Avārija ar cietušajiem Zilupes novadā

7. jūlija vakarā Zilupes novada Pasienu pagastā nenoskaidrots vadītājs, braucot ar automašīnu VW, netika galā ar tās vadību. Automašīna avarēja, apgāzoties grāvī. Slimnīcā ar dažādām nopietnām traumām tika nogādāti divi cilvēki — 1961. gadā dzimusi sieviete un 1947. gadā dzimis vīrietis.

Policija skaidro, kurš no viņiem negadījuma brīdī atradās pie automašīnas stūres, vai vadītājs nebija lietojis alkoholu. Sākotnējā informācija liecina, ka negadījuma iemesls varētu būt pieļaujama braukšanas ātruma pārsniegšana.

Automašīnu apzagšana kļūst par biznesu

Valsts policija aizdomās par zagtu automašīnu atpakaļskata spoguļiņu iegādāšanos jūlija sākumā aizturēja 41 gadu vecu vīrieti. Kratišanas laikā vīrieša dzīvesvietā atrasti un izņemti arī vairāki parkošanās sensori, lukturu komplekti un nelegālās cigaretes.

Pagājušo ceturtdien Valsts policijas Rīgas reģiona Kriminālpolicijas darbinieki Rīgā aizdomās par noziedzīgā kārtā iegūtu automašīnu sānu atpakaļskata spoguļu iegādāšanos aizturēja 41 gadus vecu vīrieti. Aizturēšanas brīdī pie vīrieša policijas darbinieki atrada tikko iegādātus divus zagtus automašīnu sānu spoguļus pārus.

Apskatot aizdomās turamā automašīnu un veicot kratišanu viņa dzīvesvietā, tika atrasti un izņemti ap 800 automašīnu sānu atpakaļskata spoguļu stikliņi, no kuriem vien 54 spoguļu stikli bija marķēti. Tāpat izņemts arī liels daudzums automašīnu atdures stieņu uzliku ar parkoša-

nās sensoriem, pieci automašīnu Porsche Cayenne un Volkswagen Touareg priekšējo lukturu komplekti, kā arī 40 800 nelegālās cigaretes ar Krievijas akcīzes markām.

Aizturētais vīrietis jau iepriekš nonācis policijas redzeslokā. Šobrīd ir sāktis kriminālprocess pēc Krimināllikuma 314. panta pirmās daļas – par mantas iegādāšanos, apzinoties, ka tā iegūta noziedzīgā kārtā. Par šādu noziedzīgu likumā paredzēts sods – brīvības atņemšana uz laiku līdz vienam gadam, izslaidīga brīvības atņemšana, piespiedu darbs vai naudas sods. Vīrietim piemērots drošības līdzeklis – apcietinājums.

Izmeklēšana turpinās. Tāpat notiek aktīva automašīnu spoguļu zagļu meklēšana.

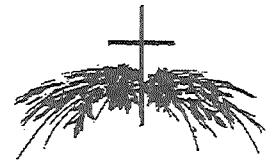
Valsts policija aicina automašīnu īpašniekus marķēt savu automašīnu spoguļiņus, jo tas var palīdzēt izvairīties no sānu atpakaļskata spoguļu stikliņu nozagšanas un operatīvi noskaidrot to likumīgos īpašniekus.

SLUDINĀJUMI, LĪDZJŪTĪBA

SIA "Lātmežs" pērk visa veida ipašumus, cirsmas.
Tūlītēja samaksa
Tālr. 16666353, 29777641.

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

IEPĒRK METĀLLŪŽŅUS.
Augstas cenas.
Strādājam jebkurā laikā.
Tālr. 29198531.



Bet mirkli, kad pēdējā lapa kritīs,
Mans mūžs kā uguns kurš izplēnēs
palss.
Izsakām dziļu un patiesu līdzjūtību
Ivara VILKA turviniem.
Vārkavas novada pašvaldība

SIA Lauku Miesnieks
iepērk mājlopus.
Augstas cenas.
Samaksa tūlītēja. Svari.
Tālr. 20207132.

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

PĀRDOD

akordeonu Hohner Verdi 1. Tālr. 26780329;
akordeonu Melodija. Tālr. 20367519.

Kāzu gadadiena

Pacentieties sagaidīt spilgti jūsu ģimenes dzimšanas dienu, ja tās "vecums" dalās ar 4 vai 12 (piemēram, 8, 12, 16, 20 kopējas dzīves gadus). Visus šos gadus vada Jupiters, kurš dod laimi un materiālos labumus. Klājiē grez-

nus galdus, aiciniet daudz viesus un priecāties no visas sirds.

Ja jūs ar savu otro pusīti esat kopā nodzīvojuši 7, 14, 21 vai 28 gadus, tad šis datums jāatzīmē neparasti, neformālos apstākļos, jo šos gadus vada Urāns, pārsteigumu planēta. Šis ir laiks, kad no-

tiek izmaiņas jūsu attiecībās un tiek laužti stereotipi, un, ja jūs nevēlaties nākošo kāzu gadadienu sagaidīt vienatnē, tad dodieties kopīgā ceļojumā vai izdomājiet kaut ko neordināru – bez ierastajiem galdiem un tostiem.

Svētkiem, kuri veltīti 5-tajai un

11-tajai kāzu gadadienai, jābūt ļoti romantiskiem – pavadiet tos divatā intīmos apstākļos. Šeit balli vada Neptūns, kurš atbild par abpusējām jūtām un seksuālo harmoniju. Tāpat atzīmē arī 22 līdz 33 kopā nodzīvotos gadus.

Paši "napietnāki datumi" – 15,

30 un 45 gadi laulībā, atrodas Saturna – stabilitātes planētas ietekmē. Tos arī atzīmēt vajag nopietni – šaurā ģimenes lokā.

Visi pārējie kopā pavadītie gadi neprasa īpašas svinības, galvenais, lai viens otru šajos svētkos neaizmirstat apsveikt.

VESELĪBA

Gandrīz pusei Latvijas iedzīvotāju nepieciešama zobu korigēšana

Gandrīz pusei Latvijas iedzīvotāju ir zobu anomālija jeb šķībi zobi, nepareizs sakodiens vai smaganu slimības, stāsta Rīgas Stradiņa universitātes (RSU) Stomatoloģijas institūta ortodontists Pēteris Sosārs.

Zobu regulēšana visiem par maksu

Zobu taisnošana nav bezmaksas, tostarp arī nepilngadīgām personām. Cilvēkiem, kuri vēl nav sasnieguši pilngadību, valsts reizi gadā finansē pirmo konsultāciju pie ortodonta un ortopantomogrammu. Viss pārējais ir par maksu kā pieaugušajiem.

Valsts finansē sakodiena korigēšanu tikai ļoti smagos gadījumos

«Īpaši smagos sejas-žokļu deformāciju gadījumos tiek apmaksāta ortodontiskā ārstēšana, kā arī ķirurģiskās manipulācijas, lai uzlabotu sejas un sakodiena estētiku un funkciju, kā arī konsilijs atsevišķos gadījumos var nolemt par agrīnu iejaukšanos, lai izvairītos no nepieciešamām smagākām procedūrām vēlāk,» uzsver ārsts.

Kas ir zobu regulēšana?

«Ortodontija ir stomatoloģijas nozare, kas nodarbojas ar sakodiena problēmu (nepareizu žokļu vai zobu attiecību) korigēšanu. Ortodontiskās ārstēšanas rezultātā, izmantojot dažāda veida aparatūras (breketes, plates vai cita veida aparatūras), iespējams veikt sakodiena korekciju, lai uzlabotu estētiku (smaidu), funkciju un arī smaganu veselību,» stāsta ortodonts.

Viņš norāda, ka vecuma ierobežojumu, lai sāktu zobu taisnošanu, nav. Jābūt tikai saviem

zobiem. Tomēr esot vieglāk korigēt, ja to sāk darīt vēl jaunībā, kamēr ir augošs organisms, veselīgi zobi un smaganas. Zobu un smaganu veselība ietekmē zobu regulēšanas ilgumu un iznākumu.

Zobu taisnošanas izmaksas katram ir atšķirīgas

«Zobu regulēšanas izmaksas ir atkarīgas no pacienta estētiskajām vēlmēm, ja runājam par fiksētajām breketes sistēmām. Tad metāliskās, protams, ir lētākas nekā keramikās vai lingvālās (tās, kuras stiprinās pie zobu iekšējām virsmām un nav redzamas). Izmaksas arī ietekmē ārstēšanas ilgums un sakodiena korekcijas smaguma pakāpe jeb cik nelidzeni zobi ir bijuši sākumā un vai ir nepieciešamas kādas papildu aparatūras,» skaidro ārsts.

Viņš stāsta, ka vidējais zobu taisnošanas ilgums ir no pusotra līdz diviem gadiem. Vieglākos gadījumos ārstēšanas process ir īsāks, savukārt grūtākos ilgāks. Ārstēšanas laiks ir atkarīgs no lietotajām aparatūrām un sistēmām.

Šķībi zobi var izraisīt smaganu un zobu sasilšanu

«Nekorigētas sakodiena anomālijas rada estētiskas un funkcionālas problēmas, kā rezultātā pacientam var būt samazināts pašnovērtējums un ietekmēta dzīves kvalitāte, ja ir apgrūtināta ēšana vai runāšana. Kā arī saspīestu zobu stāvokļu jeb nelidzenu zobu rindu gadījumos ir apgrūtināta higiēna, kas palielina zobu un smaganu saslimšanu risku, tikai tā iemesla dēļ, ka nav iespējams ar birsti un zobu diegu notīrīt kārtīgi visas zobu virsmas,» skaidro RSU ortodonts Sosārs.

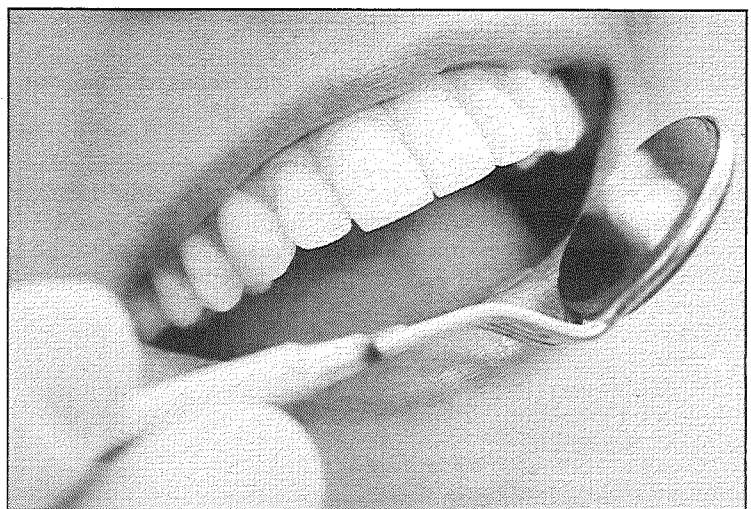
Viņš piebilst, ka, taisnojot zobus, ķirurģiskas manipulācijas sakodiena korekcijai notiek tikai smagos gadījumos. Šādas darbības tiek veiktas, ja ar zobu taisnošanu vien galarezultāts nebūs pietiekami labs jeb estētisks.

Zobu regulēšanas kārtība

Pirmās vizītes laikā pie ortodonta tiek veikta mutes dobuma izmeklēšana un ārstēšanas plānošana, kur atkarībā no nepieciešamās sakodiena korekcijas smaguma pakāpes var tikt veikti diagnostiskie veiduli, fotogrāfijas un rentgenizmeklējumi. Pēc tam tiek sastādīts precīzs ārstēšanas plāns, kurš tiek balstīts uz katra pacienta individuālajām īpatnībām (zobu, žokļu novietojuma attiecībām, sejas estētiku, vecumu) un tiek izlemts vai ārstēšana tiek uzsākta tagad vai atlikta uz vēlāku, vai nepieciešamas kādas papildus manipulācijas (zobu labošana vai ekstrakcijas) pirms ortodontiskās ārstēšanas uzsākšanas.

«Pēc breketes sistēmu uzstādīšanas vizītes jāplāno pie ortodonta regulāri vidēji reizi 4-8 nedēļās. Pēc breketes noņemšanas jāreķinās, ka zobu un žokļu struktūra ir dinamiskas sistēmas, kas dzīves laikā nepārtraukti mainās. Pēc ortodontiskās ārstēšanas perioda, lai zobi nostabilizētos jaunajā vietā, gandrīz vienmēr ir nepieciešama retensija jeb rezultātu noturēšana ilgtermiņā. Tas nozīmē, ka, noņemot breketes, ārstēšana vēl nav beigusies un ir jānēsā reteineri, kas ir veids, kā saglabāt skaisto smaidu, kura iegūšanai ir veltīts daudz laika un pūļu,» stāsta ortodonts.

Viņš norāda, ka reti cilvēki atsakās taisnot zobus biežo vizišu dēļ vai aizbildinās ar nespēju ievērot norādīto higiēnu. Parasti atsakās ārstēties dārdzības un procesa ilguma dēļ.



Zobu regulēšanā pastāv riski

Nacionālā veselības dienesta (NVD) pārstāve Māra Āboliņa norāda, ka zobu regulēšanai ir savi ierobežojumi un riska faktori, jo cilvēka organismam, it īpaši augošam, reakcija nav paredzama. Tomēr, ja pacients atsakās zobus korigēt, iespējams, ka zobu stāvoklis vēl pasliktināsies.

Viņa skaidro, ka valsts apmaksā pirmreizējās konsultācijas ar ortodontistu tikai personām līdz 22 gadu vecumam. Zobārstniecības pakalpojumu valsts neapmaksā pēc 18 gadu vecuma, tajā skaitā zobu protezēšanu. Izņemot Černoņilas atomelektrostacijas avārijas seku likvidēšanas dalībnieku un Černoņilas atomelektrostacijas avārijas rezultātā cietušo personu sociālās aizsardzības likuma 14. pantā noteiktās personas.

Ievadot deklarācijā pagājušā gada tēriņus par zobu taisnošanu, daļu naudas var atgūt

«Nodokļu maksātājam ir tiesības iesniegt gada ienākumu deklarāciju un saņemt atpakaļ pārmaksāto nodokli par attaisnotajiem izdevumiem ārstnieciskajiem pakalpojumiem, tajā skaitā ortodontiju. Persona savā dek-

larācijā var iekļaut arī attaisnotos izdevumus par bērniem un citiem ģimenes locekļiem,» stāsta NVD pārstāve.

Viņa piebilst: ja cilvēkam ir nepieciešama zobu regulācija, bet nepietiek naudas, var doties uz savas pašvaldības sociālo dienestu lūgt atbalstu. Viņsprāt, esot arī pašvaldības, kuras radušas iespēju pilnībā vai daļēji segt zobārstniecības pakalpojumu trūcīgām un maznodrošinātām personām.

Āboliņa pauž: ja nākotnē radīsies papildu finansējums no valsts budžeta jeb papildu nauda ortodontiskajai ārstēšanai, NVD plānos pēc piešķirtās naudas, ievērojot izvirzītās prioritātes, veselības aprūpes pakalpojumu apmaksu.

Bērnu skaits ar ortodontiskajām anomālijām

Slimību kontroles un profilakses centrs norāda savus vienīgos pieejamos ortodontijas ārstēšanas gadījumus bērniem 6 un 12 gadu vecumā. Pērn pacientu-sešgadnieku ar ortodontiskajām anomālijām bija ap 4000. Savukārt divpadsmitgadīgo pacientu ap 6500. RSU ortodonts Pēteris Sosārs uz šiem datiem raugās skeptiski, jo, ikdienā saskaroties, viņaprāt, pacientu skaits ir ievērojami lielāks.