



ISSN 1407-9921



**Neaizmirstiet  
abonēt  
"NOVADNIEKU"  
APRĪLIM  
un mēnešiem  
līdz gada beigām.**

**Bibliotēkā  
nemitīgi  
kaut kas  
notiek...**

3. lappusē

**Vārkavas  
novadā  
varēs šķirot  
atkritumus**

6. lappusē

**Izskanējis  
konkurss  
"Balsis 2015"**

7. lappusē

## Grāmatas «Sirdsmiļo brālīt» prezentācija Preiļos



● Grāmatas «Sirdsmiļo brālīt!» sastādītāja Gaida Jablovskā (no kreisās) un Raiņa muzeja «Jasmuiža» vadītāja Solvita Brūvere grāmatas prezentācijā Preiļu galvenajā bibliotēkā.

Bibliotēku darbinieki, skolu pārstāvji un citi interesenti 6. martā pulcējās Preiļu galvenajā bibliotēkā, kur notika grāmatas «Sirdsmiļo brālīt» — Raiņa un māsas Līzes sarakstes — prezentācijas pasākums. Piedalījās grāmatas sastādītāja, filoloģijas maģistre Gaida Jablovskā un grāmatu apgāda «Madris» vadītāja Skaidrite Naumova. Grāmata izdota ar Valsts Kultūrkapitāla fonda, Preiļu novada domes un Daugavpils novada domes atbalstu.

Raiņa pētniece Gaida Jablovskā šajā grāmatā apkopojusi vēstules, kurās Jānis un viņa māsa Līze darīja viens otram zināmu, kā viņiem klājas. Sarakste sākas, kad Jānim bija 14 gadi. Viņš pirmo reizi mūžā bija devies tik tālu prom no mājām — uz Rīgu, kur sāka mācīties ģimnāzijā. Viss bija svešs, jauns un nezināms, zēns vēl jūta ciešu saikni ar mājām, un paši pirmie vārdi, kurus viņš raksta vēstulē ģimenei ir «Miļā māsai!».

Sarakste turpinājās 16 gadu garumā. Vēstules atklāj, kā zēns pamazām izveidojās par jaunekli, kā bērnišķīgie uzskati pārauga nopietnākos atzinumos, ko viņš vēroja savā apkārtnē, kādi cilvēki ienāca viņa dzīvē, kādas kultūras un politiskās aktivitātes satrauca, aizrāva. Māsiņa brālim savās vēstulēs stāstīja par tētiņu, par mammi, par mājām, saimniecību. Jānis ik pa laikam pateicās par produktu sūtījumiem, par garšīgo maizi un siera rituļiem, par gaļu, desām un āboliem, un citu pārtiku, ko jaunais students saņēma no mājām, par naudas pārvedumiem, un ko spēja nodrošināt viņa ļoti nostādītā tēva saimniecība, stāstīja par savu dzīvi, interesējās, kā dzīvo mājnieki.

Jāņa un Līzes sarakstīšanās nav romāns. Šogad Jānim Rainim aprit 150 gadi. Dižo dzejnieku varam atminēties, ne vien no jauna pārļausot viņa dzeju un lugas, bet arī ar grāmatas «Sirdsmiļo brālīt» palīdzību, — iztēlējot dzirdot viņa balsi, viņa sadzīvīkās rūpes, sekojot viņa jauneklīgajam domu lidojumam.

Rainis un Jasmuiža ir nešķirami vārdi, tāpēc šīs grāmatas iznākšana Preiļu



novadam ir tik nozīmīga, atklājot prezentāciju, uzsvēra Preiļu galvenās bibliotēkas vadītāja Sīgita Brice. Par grāmatas tapšanu stāstīja Gaida Jablovskā un Skaidrite Naumova. Preiļu vēstures un lietišķās mākslas muzeja direktore Tekla Bekeša pastāstīja par muzeja aktivitātēm sakarā ar Jāņa Raiņa jubilejas gadu.

Atklāšanā piedalījās teātra studijas «Kājām gaisā» dalībnieki, kas lasīja dzejnieka vēstules.

L.Rancāne

### LASĪTĀJU IEVĒRĪBAI!

2015. gada 11. martā no plkst. 14.00 līdz 16.00 "NOVADNIEKA" abonenti redakcijā Brīvības ielā 14, Preiļos BEZMAKSAS juridiskās konsultācijas sniegs zvērināta advokāte AGNESE SEVASTJANOVA. Interesentiem iepriekš jāpiesakās pa tālr. 653 07058.

Atnākot jāuzrāda abonēšanas kvīts un personu apliecinošs dokuments.

## ZIŅAS

### Sākas suvenīru ideju konkursam iesniegto darbu vērtēšana

Preiļu novada domes izsludinātā ideju konkursā «Par Preiļu novadam raksturīgu suvenīru izstrādi» ar saviem radošajiem darbiem piedalījās 14 autori: Juris Balodis, Ainis Noviks, Tatjana Ļedovskaja, Raivo Andersons, Simeona Vucena, «Suvenīru fabrika holding», Andris Kažemāks, Igors Leitāns, Ilona Abdulajeva, Guna Egle, Ināra Liepiņa, Gunta Katkeviča, Diāna Bravacka un Irēna Kjarķuža.

Vispirms iesniegtos darbus vērtēja komisija, analizējot sekojošus kritērijus — idejas oriģinalitāte, suvenīra vizuālā pievilcība un uztveramība, kā arī suvenīra atbilstība Preiļu novadam.

Vislabāk novērtētie darbi — Ilonas Abdulajevas, Raivo Andersona, Igora Leitāna un Ināras Liepiņas darbi — pamatojoties uz nolikumu, publicēti Preiļu novada domes mājaslapā [www.preili.lv](http://www.preili.lv). Līdz 15. martam par šiem darbiem varēs balsot Preiļu novada iedzīvotāji un citi mājaslapas apmeklētāji.

### Preiļu, Aglonas un Riebiņu novada ģimenes stādīs kociņus

Lai izglītotu ģimenes vides saglabāšanas un aizsardzības jomā un uzlabotu kopējo vides kvalitāti savos novados, Latgalē un Latvijā kopumā, biedrība «Ģimeņu atbalsta centrs «Pukuzirnis»» sadarbībā ar trim pašvaldībām — Preiļu, Riebiņu un Aglonas — no šī gada 5. maija Latgales NVO projektu programmas ietvaros sāks īstenot projektu «Ģimenes dienas pasākumu organizēšana Preiļos, Riebiņos un Aglonā».

Projekta ietvaros 15. maijā — Starptautiskajā ģimenes dienā — tiks organizēts Ģimeņu dienas pasākums Preiļu, Riebiņu un Aglonas novadā. Tajā plānots iesaistīt 40 ģimenes ar bērniem. Plānota kociņu stādīšana un radošās, izglītojošās darbnīcas ar ģimenēm. Katra ģimene iestādīs vienu kociņu. Darbnīcā «Otra dzīve atkritumiem» no atkritumiem tiks izgatavotas ikdienai noderīgas lietas.

Projekta mērķis ir noorganizēt Preiļu, Riebiņu un Aglonas ģimeņu saliedēšanas pasākumus, izglītojot par viedu draudzīgu dzīvesveidu un iesaistot koku stādīšanas procesā vietējās pašvaldības. Projekta kopējais budžets pārsniedz 1800 eiro un tas simtprocentīgi ir Latvijas Republikas Kultūras ministrijas finansējums.



# Patīk, ka dzīve mutuļo

2014. gadā Preiļu galvenajā bibliotēkā reģistrēti 3138 lietotāji, kas ir par 93 vairāk nekā 2013. gadā. Bibliotēkas fiziskais apmeklējums pērn bija 53 546 reizes, virtuālais — 168 889. Dienā bibliotēku vidēji apmeklēja 186 lasītāji. Literatūras izsniegums pērn bija 93 171 eksemplāri. Tas aizvien palielinās, pēdējā laikā — īpaši palielinās pieprasījums pēc daiļliteratūras. Samazinās nozaru literatūras izsniegums, jo to pārsvarā izmanto studenti un skolēni, kuru novadā kļūst aizvien mazāk. 2014. gadā lasītājiem uz mājām izsniegts 3341 periodiskais izdevums. To izsniegums uz vietas lasītāvā pērn bija 27 072 eksemplāri.

Ar šiem, bibliotēkas daudzpusīgo darbu raksturojošajiem, skaitļiem «Novadnieku» iepazīstināja ILONA SKORODIHINA, Preiļu galvenās bibliotēkas vadītājas vietniece.

Ilona darbu šeit uzsāka pirms septiņiem gadiem. Pa šo laiku viņas karjera ir strauji veidojusies — vadītājas vietniece, trīs gadus vadītājas pienākumu izpildītāja, nu atkal vadītājas vietniece. Izpildīga, precīza, pretimnākoša, ļoti kompetenta visos jautājumos, tendēta uz izaugsmi, — tādu viņu pazīst darbības biedri un apmeklētāji.

— Kur ritēja jūsu bērnība un cik liela nozīme tajā bija atvēlēta grāmatai?

— Esmu dzimusi Ogrē. Pēc tam ilgāku laiku dzīvojam bijušajā Krāslavas rajonā. Pirmsskolas grupā mācījies Riebiņos, pēc tam no 1. līdz 3. klasei Dagdas vidusskolā, no 4. līdz 8. klasei — Andrupenes pamatskolā, pēc tam atkal Dagdas vidusskolā. Tā sanāca, ka bija jāieņem dažādās vidēs, dažādās skolās, jo mamma mainīja dzīvesvietas. Vecmamma un vectēvs ir no Krāslavas rajona, tāpēc par sevi varu teikt, ka esmu īsta latgaliete. Par savu isto bērnības zemi uzskatu Krāslavas rajona Jaunokru, kurp arī tagad pa laikam aizbraucu. Tur, Dagdas tuvumā, dzīvo mani abi jaunākie brāļi un māsa.

Biju vēl visai maza, kad ar savu vecāko māšicu gājām uz bibliotēku. Tur man ļoti patika. Grāmatas lasīju jau agrā bērnībā. Atceros arī tādu periodu, kad vakaros sāku lasīt grāmatu un turpināju līdz rītam, kad vectēvs nāca modināt uz skolu. Patika piedzīvojumi, fantastika, klasika, — viss, kas tajā laikā bibliotēkās bija pieejams. Daudz arī pirkām, grāmatu veikalos gaidījām garās rindās, kad varēs nopirkt grāmatu.

— Vai mūsdienās lauku bērni arī tikpat daudz lasa kā senāk, kad grāmata patiešām bija vienīgais logs uz pasauli?

— Domāju, ka jā, lasa joprojām, jo laukos mazāk pieejams internets. Protams, tas atkarīgs no katras ģimenes. Bērni lasa, ja redz, ka to dara arī tētis un mamma. Uzskatu, ka bērns pirmajām grāmatām ir jābūt pietiekoši interesantām, lai viņš pievērstos lasīšanai, izjustu, tā teikt, lasīšanas garšu.

— Kad absolvējāt Dagdas vidusskolu, vai pilnīgi noteikti zinājāt, ka būsi bibliotekāre?

— Nē. Toreiz gribēju kļūt par tūrisma gidu, bet pietrūka vienas balles, lai iestātos Latvijas Universitātē. Mani uzņēma pašreizējā augstskolā «Turība», kur mācījos par pārtikas tehnoloģiju. Esmu piektās kategorijas pavāre. Par pavāri nostrādāju gadus septiņus Rīgā — konditorejas cehā, restorānā, bistro. Diemžēl specialitāte bija ļoti strauji jāmaina, jo man radās alerģija pret taukiem piesātinātu gaisu virtuvēs. Ātri nācās izdomāt, ko darīt tālāk.

Tad manā dzīvē sākās ārzemju periods. Latvija vēl nebija iestājusies Eiropas Savienībā, un to-

reiz braukšana strādāt uz ārzemēm bija diezgan neparasts un drosmīgs solis. Ar auklīšu programmas starpniecību gadu strādāju Vācijā. Vācu valodu biju mācījusies skolā. Pēc tam uz pāris mēnešiem aizbraucu uz Beļģiju, vēlāk četrus gadus nostrādāju Nīderlandē un tikpat — Francijā, kur pieskatīju sievieti — invalīdi. Ārzemju pieredze bija ļoti interesanta, kas daudz deva manā personīgajā izaugsme. Līdz tam biju klusa meitene, baidījies kaut ko uzdrīkstēties. Šie desmit gadi man deva atbrīvotību. Nīderlandē pašmācības ceļā apguvu angļu valodu. Ģimenē, kurā strādāju, runāja trijās valodās — angļu, nīderlandiešu un franču, tāpēc iemācījos nedaudz arī franču valodu. To tagad pārvaldu sarunvalodas līmenī. Vācu valoda sāk piemirsties, tomēr lasīto saprotu visu, bet runāšanai vajag adaptācijas laiku. Taču vienas dienas laikā varu pāriet uz saziņāšanās vācu valoda.

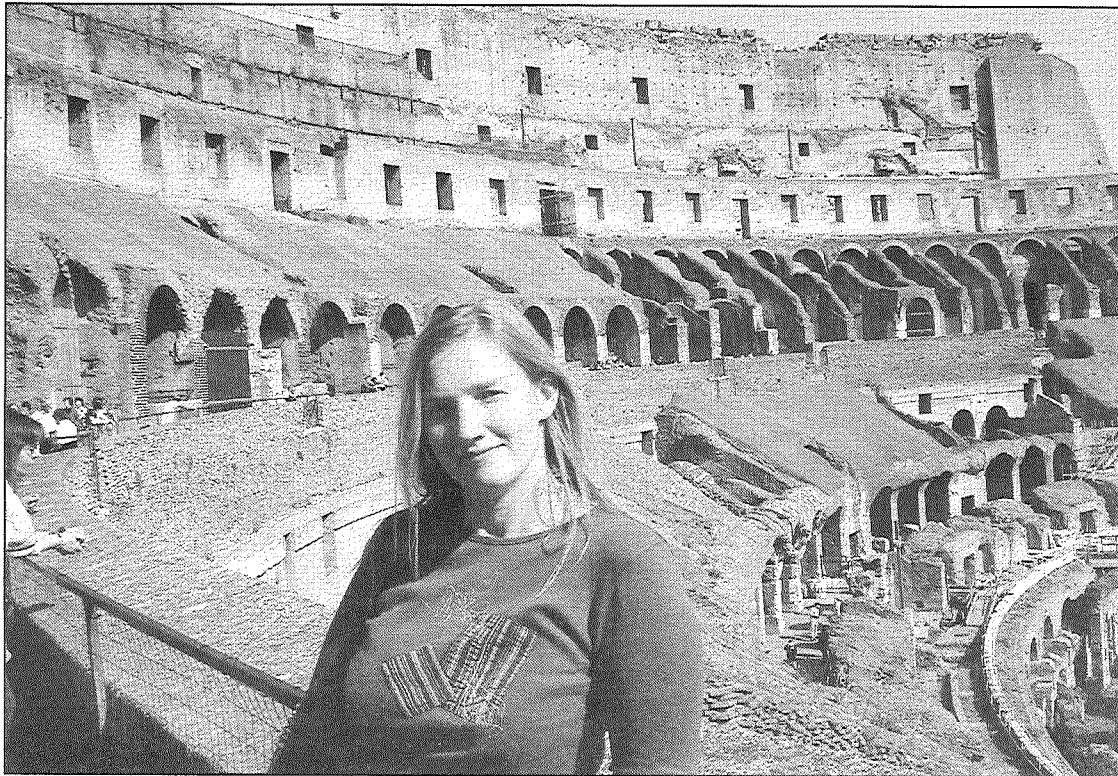
— Kā varējāt tikt galā ar ārzemju bērniem, jo padomju bērni tajā laikā tika audzināti pēc vienas metodes — ar «nedrīkst»?

— Pati biju nākusi no daudz bērnu ģimenes, augām diezgan brīvi, īpašu aizliegumu mums nebija. Varējām ļauties visādām izdarībām. Auklītes darbs nerādīja grūtības. Protams, diezgan daudz lasīju pedagogisko literatūru, vēroju, kā citi audzina bērnus.

— Jūs atgriezāties Latvijā laikā, kad tikai pa istam sākās braukšanas uz ārzemēm «bums».

— Dzīvoju Francijā, kad uzzināju par iespēju strādāt Preiļu bibliotēkā. Tas bija 2007. gada augustā. Uzrakstīju savu CV. Tā kā man bija vairāku valodu zināšanas, toreizējā bibliotēkas vadītāja Ināra Batarāga mani pieņēma darbā, izvirzot noteikumu, ka iestāšos augstskolā un studēšu bibliotēku zinātni. Iestājos Latvijas Universitātē. Bakkalaura grādu ieguvu, četrus gadus studējot neklātienē. Pēc tam magistratūrā mācījos klātienē. Man ļoti patik strādāt bibliotēkā un ceru, ka savu mūžu arī veltīšu šim darbam.

Runājot par darbu ārzemēs, jāatzīst, ka tas dod lielu dzīves pieredzi, jaunus paziņas un draugus. Ļoti liels ieguvums ir personīgā izaugsme, jo šī pieredze dažādo dzīves uzskatus, paplašina redzeslokus. Arī materiālais ieguvums, ko ārzemēs var iegūt



● Lielākais gandarījums bibliotekāra darbā ir lasītāja smaids, starojošas acis un pateicība par kādu pakalpojumu, organizēto pasākumu vai apmācībām, teica Ilona Skorodihina, Preiļu galvenās bibliotēkas vadītājas vietniece.

Attēlā Ilona savā brīvajā laikā ceļojumā uz Romu. Foto no I.Skorodihinas albuma.

daudz isākā laikā nekā šeit, ir nozīmīgs. Taču, tur strādājot, vienmēr jūties kā trešo valstu pārstāvis, un varbūt tikai pēc pārdesmit gadiem cilvēki tur būs iedzīvojušies tā, lai vietējā sabiedrība viņus uzskatītu par savējiem. Es daudz pieredzējušos jutos Latvijai.

Drīz vien bibliotēkā nomainījās vadītāji, un 2009. gadā mani iecēla par vadītājas vietnieci. Vadītājai viens pēc otra dzima bērniņi, un trīs ar pusi gadus es biju vadītājas pienākumu izpildītāja. Šie gadi sakrita ar manām magistratūras klātienē studijām. Trīs dienas nedēļā biju universitātē Rīgā, pārējās dienas — Preiļu bibliotēkā, kur strādāju pa 10 — 12 stundām.

— Bibliotēkā nemīgti kaut kas notiek, — tiek rīkoti pasākumi, izstādes, tikšanās, semināri, apmācības, konkursi. Visos trijos stāvos vienmēr ir pilns ar cilvēkiem, ar bērniem. Lielas materiālās vērtības. Plus kolektīva vadīšana. Pie tam tas ir sieviešu kolektīvs. Lai ar to visu tīktu galā, vajadzīgas labas organizatora spējas, tālredzība, liela atbildība, prasme būt diplomāte.

— Pašlaik manos pienākumos ietilpst visa lietvedība un darba koordinācija, pie tam ne vien Preiļu bibliotēkā, bet arī visās sešās novada bibliotēkās. Vienlaikus esam reģionālais metodiskais centrs Aglonas, Riebiņu un Vārkavas novadu bibliotēkām. Ļoti daudz kas jāzina par informācijas tehnoloģijām — par datoriem, printētājiem, kopētājiem. Datoru lietošanu sākotnēji apguvu pašmācības ceļā, pēc tam — augstskolā. Savu pirmo datoru nopirku tad, kad vēl biju Francijā. Bibliotēkā aizvien vairāk pieprasīta ir datorapmācība. Šogad datorlietošanas apmācībām, kas ir bez maksas, pieteicās 75 cilvēki. Iesācēju grupā parasti ņemam astoņus cilvēkus, tāpēc darbojas vairākas grupas. Cilvēki nopirkuši datorus un grib apgūt to lietošanu. Otrā daļā ir tādi, kas sakarā ar banku filiāļu slēgšanu,

izmanto bibliotēkas datorus, lai darbotos ar savu internetbanku.

Tas bibliotekāra darbs, ko redzēju savā bērnībā, un tas, kas ir jādara šodien, ir divas dažādas lietas. Bibliotēka kļuvusi nesalīdzināmi atvērtāka, tā piedāvā visdažādākās iespējas. To uzskaitīšanai vien būtu vajadzīga viena avīzes lapa. Grāmatu izsniegšana ir tikai viena daļa no bibliotekāra darba.

Tajos gados, kad aizvietoju vadītāju, turpinājām uzlabot gan pakalpojumu kvalitāti, gan bibliotēkas vizuālo tēlu, atsākām projektu gatavošanu līdzekļu piesaistīšanai. Tika uzlabots ES informācijas punkta vizuālais izskats, nomainot mēbeles, kā arī bibliotēkas tehniskais nodrošinājums, sagādājot darbiniekiem jaunus, modernākus datorus, lai savus pienākumus varētu veikt raitāk un kvalitatīvāk. Kā arī veikti citi uzlabojumi gan galvenajā, gan pagastu bibliotēkās. Tika izieta arī akreditācija.

Bibliotēkā strādā 20 cilvēki, no kuriem 15 ir bibliotekārie, bet pieci — tehniskie darbinieki. Gandrīz visas — sievietes. Virietis viens, un tas pats strādā uz puslīkmi.

Man, jāatzīst, vairāk pa prātam ir pašreizējais amats — vadītājas vietniece. Jāteic paldies kolēģiem par atbalstu, kad strādāju par vadītājas pienākumu izpildītāju, jo tajā laikā es vēl tikai mācījos un pieredze nebija liela. Tomēr joprojām mans mīļākais pienākums ir lasītāju apkalpošana.

— Viens no lielākajiem pasākumiem, ko katru gadu rīkojat, ir grāmatu svētki.

— Stress ir diezgan liels, jo līdz pēdējam brīdim nav zināms, vai ieradīsies visi tie, kuri iekļauti programmā. Kamēr aizvietoju vadītāju, man nācās noorganizēt trīs grāmatu svētkus. No apmeklētājiem par tiem saņemam ļoti pozitīvas atsauksmes. Daudzi gan atzinuši, ka sakarā ar darbu nevar tos apmeklēt un lūdz svētku organizēt brīvdienās. Taču mēs rēķināmies ar skolēnu un jauniešu auditoriju, kā interesēs ir, lai svētki notiktu darbdienā.

— Kā ir ar drošības jautājumiem? Bibliotēkas telpās ik brīdī atrodas daudzi sveši cilvēki.

— Uz to nav viennozīmīgas atbildes. Pie mums nav videonovērošanas, un reizēm gadās secināt, ka kaut kas kurā stāvā ir pazudis, kaut arī elektroniskie drošības vārti neļauj iznest iespieddarbus. Redzat, pirmajā stāvā logiem no iekšpuses ir noņemti rokturi. To darīt lika dažī notikumi, kad pa logiem «nelikumīgi» aizceļoja bibliotēkas lietas.

— Jūsu dienas ir piepildītas ar interesantiem notikumiem.

— Man neviens diena nav līdzīga iepriekšējai. Man patīk, ka dzīve mutuļo. Braucu ceļojumos. Pārsvarā pa Eiropas valstīm. Katru gadu cenšos kaut kur aizbraukt. Kaut vai velobraucienā uz Kauņu, kur devāmies kopā ar bibliotekāriem pērn. Ceļoju ar paziņām, draugiem, radiem. Parīzē esmu bijusi trīs reizes. Pēc iespējas apmeklēju kultūras dzīves norises Rīgā, Rēzeknē, un, protams, Preiļos.

— Kā ar pavāra mākslu?

— Pa šiem gadiem daudz kas jau aizmirsies, tomēr man patīk draugiem un paziņām kaut ko izgatavot. Izmēģinu jaunus receptes, ko iemācījos, dzīvojot ārzemēs. Arī pati virtuvē kaut ko «sadzejoju». Visvairāk patīk gatavot no zivīm, augļiem, dārzeņiem.

— Kas vēl piepilda jūsu brīvo laiku?

— Aizraujos ar kolekcionešanu, ar filatēliju. Kolekcioneju eņģeļus baltā krāsā. Esmu sākusi veidot zīmuļu kolekciju. Vācu arī kalendārišu kolekciju.

Esmu sākusi vairāk sportot, patīk velobraukšana, aizraujos ar nūjošanu. Un, protams, daudz lasu, jo studiju laikā daiļliteratūras lasīšanai neatlika laika. Patīk pildīties, mācīties kaut ko jaunu, braukt uz kursiem. Ļoti gribētu padziļināti apgūt fotogrāfēšanu un fotogrāfiju apstrādi, kas mani interesē, kā arī papildināt zināšanas vēl daudzās jomās.

L.Rancāne



## RIEBIŅU NOVADĀ

## Kāda tu esi, sievietē?..

Riebiņu novada Stabulnieku bibliotēkā ienākušas pavasara vēsmas — gan darbinieku un apmeklētāju noskaņojumos, gan izstādēs. Martā Starptautiskās sieviešu dienas ietvaros, Stabulnieku bibliotēka piedāvā biogrāfiska satura izstādi, kurā var aplūkot Stabulnieku pagasta iedzīvotājas Teklas Gudļevskas krāšņos radošos darbus, kuri tapuši rudens un ziemas vakaros, kā arī fotogrāfijas iemūžinātos visskaistākos dzīves mirkļos sievietes mūžā — kopā ar ģimeni.

Tekliņa, kā viņu bieži vien dēvē vietējie, ir dzimusi tagadējā Rēzeknes novada Rīkovā daudz bērnu ģimenē kā astotais bērns. Uz Stabulnieku pagastu Tekliņu atveda staltais un izskatīgais Gudļevsku Jānis, 1971. gadā apņēmot par sievu. Nu jau kopdzīvē aizvadīti 43 gadi.

Tekla ir sieviete, sieva, māte, vecmāmiņa. Garīgi stipra un dzīvesgudra savas dzimtas sieviete, un nereti dēvēta arī par Saulīti, jo ir vienmēr smaidoša, starojoša. Viņas klātbūtne rada mieru un siltumu, kas tik ļoti saista citus. Tāpēc jau nav brīnums, ka Tekliņa ar savu mātišķo mīlestību laidusi pasaulē, izloļojusi un kopā ar dzīvesdraugu Jāni izaudzinājusi un izskolījusi piecus bērnus: meitas Ingu un Rutu un dēlus Valdi, Oskaru un Imantu, kuri nu jau ir patstāvīgi, nodibinājuši arī savas ģimenes un parūpējušies, lai viņu mīļajai mammai tiek arī vecmāmiņas gods. Abas meitas Inga un Ruta ir dāvājušas savai mātei trīs jaukus mazbērnus Ma-

ritu, Nauri un Raivi.

Kad tiek vaicāts, no kurienes Teklai lielā aizrašanās ar rokdarbu darināšanu, viņa teic, ka no pašas māmiņas, kura savā laikā audusi, šuvusi, adījusi un tamborējusi. Tekliņa piebilst, ka viņa tomēr vislabprātāk adot un tamborējot, tāpēc arī apguvusi adītājas arodu un jaunībā strādājusi gadus trīs Viļānu pakalpojumu kombinātā par adītāju. Pēc kāzām, audzinot bērnus, Tekla turpinājusi adīt mājās ne tikai savas ģimenes locekļu vajadzībām, bet labprāt pieņēmusi arī pasūtījuma darbus un vairs jau nevarot to skaitu istī pateikt, cik džemperu, jaku, cepuru, šallu, cimdu un zeķu, dekoratīvo spilvenu esot noadīts: "Daudz...", saka Tekliņa un smaida.

Kad bērni bija paaugušies un kļuvuši patstāvīgi, uzsākuši skolas gaitas, Tekla, Jānim aizējot pensijā, pārņēma vīra amatu un 10 gadus veica dārznieka un sētnieka pienākumus Dravnieku pamatskolas un trīs gadus arī pašvaldības ēku apkārtnē. Ar mīlestību kopjot puķes un stādus, slaukot ar slotu, grābjot lapas, ziemas mēnešos šķūrējot sniegu, Tekliņa uzturēja tīru apkārtni, kas izstaro to pašu mieru un harmoniju, ko pati, ar pamatīgu rūpību un precizitāti veicot pat vissīkākos darbiņus. Pavasarī un vasarā, kad sākas zāles plaušana, lai uzturētu sakoptu zālāju, talkā nācis arī pa reizei vīrs Jānis un jaunākais dēls Imants, kuru darbošanās ar tehniskām lietām ļoti aizrāvusi. Tekliņai aizējot pensijā, dārznieka un sētnieka



● Tekla savu mīlo vidū: no kreisās jaunākā meita Ruta ar dēlu Raivi priekšplānā, blakus vīrs Jānis, vecākā meita Inga ar ģimeni — dēliņu Nauri klēpi, meitu Maritu un vīru Arni, aizmugurē no kreisās Teklas dēli Valdis, Imants un Oskars.

pienākumus uzņemas jaunākā meita Ruta.

Kopā ar dzīvesdraugu Jāni, iesaistoties arī pašu bērniem, Tekliņa ir īstenojusi ideju par kārtīgu, sakoptu un ziedos grimstošu lauku sētu, par dzimtas mājām, kur izveidojusies tradīcija uz Ziemassvētkiem vai citiem lielākiem dzimtas godiem sanākt kopā visiem bērniem un mazbērniem, kuri no mīļās mammas un vecmāmiņas dāvanās saņem viņas darinātos rokdarbus. Tie ir

visbrīnišķīgākie pasaulē, jo tajos ielikta mīlestība, kuru izstaro visniecīgākais dzīpariņš. Tekliņa pretī saņem rūpes un mīlestību no bērniem un mazbērniem, kuru viņa tiem ir nesavtīgi dāvājusi un turpina dāvēt.

Savas iemaņas rokdarbu darināšanā Tekla nodevusi abām meitām, kuras labprāt savā brīvajā laikā ada vai tamborē. Vecākā meita Inga ir pārņemtojusī iemaņas šūšanas arodā un ir kvalificēta šuvēja. Bet dēli gājuši tēva

pēdās un izrādījuši interesi par tehniskām lietām, ar kurām arī nodarbojas.

Stabulnieku bibliotēkas darbinieki pateicas Tekliņai par atsaucību un pretimnākšanu izstādes izveidošanā, par intervijai ziedoto laiku un novēl starot un sildīt ar savu sievišķās būtības iekšējo mīlumu vēl ilgi, ilgi!

B.Čaunāne,  
Stabulnieku bibliotēkas  
bibliotekāre

## PREIĻU NOVADĀ

Preiļu mūzikas un mākslas skolas  
akordeonistu orķestrim jauni akordeoni

Preiļu novadā realizēts kārtējais LEADER projekts "Mūzikas instrumentu iegāde Preiļu mūzikas un mākslas skolas akordeonistu orķestrim", kā rezultātā skolai ir pieci jauni akordeoni, informē Preiļu novada domes mājas lapas satura redaktore Jolanta Rubine.

Iniciatīva par jaunu akordeonu iegādi nāca no skolas pasniedzēja, akordeonistu orķestra vadītāja Artūra Savicka, jo skolas īpašumā esošie instrumenti pēc vairāku gadu intensīvas izmantošanas stipri nolietojušies, tāpēc bija svarīga mūzikas instrumentu klāsta atjaunošana.

Projekta vadītāja Sanita Meļko pastāstīja, ka projekta realizēšanas rezultātā iegādāti pieci dažādi akordeoni — viens 96 basu piano tipa akordeons Weltmeister Topas IV, viens 96 basu piano tipa akordeons Weltmeister Topas III, divi 80 basu piano tipa akordeoni Weltmeister Achat 80 un viens 60 basu piano tipa akordeons Weltmeister Rubin, kas ir būtisks ieguvums mūzikas un mākslas skolas orķestrim. Iepirkuma rezultātā ar IK "Lat audio" tika noslēgts līgums par akordeonu piegādi, un 3. martā jaunie instrumenti nonāca skolas īpašumā. Projekta kopējā summa 7092,90 eiro (ar PVN), no kuriem 90% no attiecināmajām izmaksām jeb 5275,71 eiro līdz-



● Ar jauniem akordeoniem ir gluži kā ar jaunām automašīnām, teic mūzikas un mākslas skolas direktors Alberts Vucāns. Pirmo mēnesi instrumenti jāspēlē saudzīgi, jāpieradina pie slodzes.

finansē ELFLA.

Akordeonistu orķestris darbojas jau 10 gadus, tāpēc personālam un skolēniem ir divtūkstošs prieks par jaunieģuvumiem. Jaunie akordeoni nodrošinās kvalitatīvu akordeona spēles apguvi mācību procesā. Tie būs pie-

jami kā pilsētas, tā arī audzēkņiem no lauku teritorijām. Orķestris aktīvi un ar augstiem rezultātiem piedalās dažādos novada, Latgales reģiona un Latvijas līmeņa svētkos un konkursos, kas ļauj plašai auditorijai baudīt orķestra dalībnieku sniegumu.

Apkures rēķinus  
samazina arī vienkārši  
siltumnoturības  
uzlabošanas pasākumi

Februārī maksa par vienu apkurināmās platības kvadrātmetru Preiļu iedzīvotājiem bijusi par 12% zemāka nekā janvārī, informē SIA «Preiļu saimnieks» sabiedrisko attiecību speciāliste Inese Šņepste.

Vidējā maksa par vienu apkurināmās platības kvadrātmetru iedzīvotājiem, kuri siltumu saņem no Liepu, Celtnieku un Pils ielas katlumājām, bija 1,329 eiro, bet siera rūpnīcas mikrorajonā — 1,28 eiro (ar PVN).

Vismazākie apkures rēķini ir pilnībā renovētājās mājās, taču arī citi ēkas siltumnoturības uzlabošanas pasākumi — siltināti bēniņi, pagrabs un cokols, nopakotas caurules, ielikti jauni logi koplietošanas telpās — spēj samazināt maksājumus. Piemērs tam ir N.Rancāna ielas daudzdzīvokļu māja nr. 5, kur ar iedzīvotāju iniciatīvu par uzkrātajiem apsaimniekošanas līdzekļiem kāpņu telpās ielikti PVC logi un jaunas durvis, nosiltinātas iekšējo komunikāciju caurules pagrabtelpās. Tiek plānots, ka nākamais solis varētu būt cokola siltināšana, kosmētisko remontu atstājot vēlākam laikam un vispirms pievēršoties siltuma taupīšanu veicinošiem pasākumiem. Februārī šajā mājā maksa par apkuri bija 1,23 eiro par kvadrātmetru. Toties citās tehniski un konstruktīvi līdzīgās mājās siltuma maksājums ir krietni virs šī rādītāja.

Vislētāk apkure februārī izmaksājusi renovētā Daugavpils ielas 72. nama iemītniekiem — 0,30 eiro par kvadrātmetru.

Dabas gāzes cena martā varētu turpināt sarukt, vēsta akciju sabiedrības «Latvijas Gāze» prognozes. Tas nozīmē, ka siltumenerģijas tarifs būs vēl zemāks. Ja turpinās paaugstināties arī gaisa temperatūra, kā tas raksturīgi pavasarim, tad maksājums par apkuri martā būs zemāks nekā februārī.

Lappusi sagatavoja L.Kirillova

## LĪVĀNU NOVADĀ

### Madonas pašvaldības pārstāvji viesojas Līvānos

Līvānus pieredzes apmaiņā apmeklēja Madonas novada pašvaldības pārstāvji priekšsēdētāja vietnieka Agra Lungeviča vadībā.

Ciemiņus interesēja līvāniešu pieredze saistībā ar Latgales mākslas un amatniecības centra izveidi un darbību, jo līdzīgu centru plānots izveidot arī šajā novadā. Madonieši tikās ar Latgales mākslas un amatniecības centra vadītāju Ilzi Griezāni, aplūkoja

centru un stikla muzeja ekspozīciju, tikās ar aušanas studijas «Dubna» vadītāju Inesi Valaini, centra krājumu glabātāju Silvu Podneci un citiem darbiniekiem.

Par pašvaldības attīstības kopējām tendencēm viesiem pastāstīja Līvānu novada domes priekšsēdētāja vietniece Aija Usāne, savukārt par attīstības projektiem un investīciju piesaisti — plānošanas un attīstības daļas vadītāja Baiba Vucenlīdzāne. Viesus interesēja Līvānu ieceres novada

mārketinga attīstības jomā, pilsētas svētku rīkošanas pieredze un jauniešu stipendiju fonda darbība, kā arī sadarbība ar vietējiem uzņēmējiem, par ko pastāstīja Līvānu novada sabiedrisko attiecību un ārējo sakaru daļas vadītāja Ginta Kraukle.

Vizītes noslēgumā madonieši apmeklēja jaunatnes iniciatīvu centru «Kvartāls», kur tā vadītāja Inga Zvaigzne-Sņikere sniedza izsmieļošu informāciju par centra sniegtajām iespējām.



● Saruna ar Līvānu novada domes speciālistiem Latgales mākslas un amatniecības centrā. No labās: Madonas novada domes priekšsēdētāja vietnieks Agris Lungevičs.

### Koris «Jersika» gatavojas Latvijas senioru kora svētkiem

Līvānu novada Jersikas pagasta koris «Jersika» dzīvo dziesmu svētku gaidās, informēja kora vadītāja Rita Semeiko. Dziedātāji piedalījās kora kopmēģinājumā Daugavpilī, kur tika izdziedāta daļa no Latgales dziedātāju sagatavotajām dziesmām.

Starp dziesmām bija gan «Lauztās priedes» (E.Dārziņš, J.Rainis), gan latviešu tautas dziesma Ā.Šķepasta apdarē «Es gulu, gulu». Jersikas koris brauca kopā ar kori no Rudzātiem, pa ceļam sapažinās.

Februāri Austrumlatgales reģiona senioru jaunieši kori tikās Rēzeknē, lai kopmēģinājumā vienotos dziesmās, kas skanēs Latvijas senioru kora dzies-

mu svētkos Alūksnē 6. jūnijā. Šogad dziesmu svētku repertuārs ir ar garīgu noskaņu, un pasākums Alūksnē solās būt īpaši krāšņs, uzsvēra Rita Semeiko. Pēc kopmēģinājuma notika koncerts, kurā ikviens koris prezentēja divas dziesmas. Koncerta noslēgumā daudz balsīgā kopkora sniegumā izskanēja «Kas Viņš?» (E.Ešenvalds, L.Breikšs) un «Ej, vēsti visai pasaulei» (J.Lūsēns, M.Zālite).

Pavasariņās un gaišās noskaņās dziedātāji atgriezās mājās, pateicoties Līvānu novada pašvaldībai, Līvānu kultūras centra un Jersikas tautas nama vadītājiem par iespēju dziedāt un sadziedāties kopā.

### Vidējās paaudzes deju kopai «Daugavieši» jauni skatuves tērpi

ES Eiropas Lauksaimniecības fonda lauku attīstībai (ELFLA) atbalstu guvis biedrības «Skrituls» 2014. gada rudenī iesniegtais projekts «Abrenes tautas tērpu iegāde vidējās paaudzes deju kolektīvam «Daugavieši»». Projekta rezultātā Līvānu kultūras centra vidējās paaudzes tautas deju kolektīvam «Daugavieši» tiks izgatavoti jauni Abrenes novada tērpi. To iegāde ļaus pilnveidot un dažādot kolektīva sniegumu skatītājiem, kas ir ne vien Līvānu novada iedzīvotāji, kuri kuplā skaitā apmeklē šī kolektīva koncertus, bet arī novada viesi. Deju kopa «Daugavieši» nereti dodas izbraukumos uz citiem novadiem, piedalās Līvānu novada svētkos, Dziesmu un deju svētkos Rīgā.

Tērpu izgatavošanu veiks SIA «Enaja» no Ilūkstes, kas uzvarēja cenu aptaujā. Kopējās projekta realizācijas izmaksas sastāda 7417,20 eiro, tajā skaitā ELFLA finansējums sastāda 6402,92 eiro.

## VĀRKAVAS NOVADĀ

### Jauni pabalsti politiski represētajiem un pirmās grupas invalīdiem

Šogad Vārkavas novada dome nolēmusi piešķirt jaunus vienreizējus pabalstus, kas līdz šim nebija paredzēti. Tos saņems politiski represētās personas un personas ar pirmās grupas invaliditāti. Pabalsts paredzēts 20 eiro apmērā.

Politiski represētās personas pabalstu varēs saņemt laikā no 20. līdz 25. martam, bet personām ar pirmās grupas invaliditāti tos izmaksās uz Ziemassvētkiem. Pabalstus varēs saņemt Vārkavas un Rožkalnu pagastu pārvaldēs, Upmalā, novada domē, kā arī informācijas un atbalsta centrā «Vanagi». Cilvēkiem, kuriem pašiem nav iespēju nokļūt līdz pabalstu izmaksas vietām, līdz 20. martam jāinformē sociālais dienests. Šīm personām tiks noorganizēta naudas izmaksa mājās vai arī pārskaitīta uz bankas kontu.

Politiski represēto personu saraksts veidots, pamatojoties uz Pilsētas un migrācijas lietu pārvaldes iedzīvotāju reģistra datu bāzi.

### Novada iedzīvotāji varēs šķirot atkritumus

Jau tuvākajā laikā Vārkavas novadā atkritumu apsaimniekotājs SIA «Preiļu saimnieks» ieviesīs atkritumu dalīto vākšanu. Tas nozīmē, ka līdzās jau esošajiem konteineriem, kas paredzēti parastajiem sadzīves atkritumiem, tiks izvietoti konteineri atkritumu šķirošanai, informē Vineta Igolniece, SIA «Preiļu saimnieks» atkritumu apsaimniekošanas daļas vadītāja.

«Arī iedzīvotājiem laukos ir tie-

sības piedalīties atkritumu šķirošanā,» uzsvēra Vineta Igolniece. Sadarbībā ar Vārkavas novada pašvaldību tiek izsvērts, kurās vietās tiks izvietoti šķirošanas konteineri, kas būs divu veidu — ar dzelteniem un zaļiem vākiem. Konteineros ar dzelteniem vākiem iedzīvotāji varēs mest visu veidu papīru (avīzes, grāmatas, kartona iepakojumu), plastmasu (PET dzēriena pudeles, plēves iepakojumu un polietilēna maisiņus), izskalotas un saplacinātas sulas un piena tetrapakas, skārdenes un konservu bundžas, šampūna un citas līdzīgas cietās plastmasas pudeles. Savukārt konteineri ar zaļiem vākiem būs paredzēti stikla pudelēm un stikla burkāms.

Lai gan atkritumus šķirot ir vienkārši, taču tas jādara ļoti apzinīgi un jāievēro, kurš konteiners kam paredzēts, jo citādi var sanākt, ka šķirotie atkritumi kļūst nederīgi otrreizējai pārstrādei, kas ir šķirošanas mērķis. Atkritumi jāšķiro, lai ietaupītu dabas resursus, izlietotās preces atkārtoti izmantojot citu preču ražošanā.

SIA «Preiļu saimnieks» aicina Vārkavas novada iedzīvotājus un uzņēmējus, kuri to vēl nav spējuši izdarīt, noslēgt līgumus par sadzīves atkritumu izvešanu. Atkritumi, kas tiek izmesti neatļautās vietās vai aprakti zemē, rada pazemes un virszemes ūdens piesārņojumu un veicina augsnes un ainavas degradāciju. Arī lauku iedzīvotājiem ir tiesības dzīvot nepiesārņotā un atbilstoši mūsdienu normām sakārtotā vidē.

Bez tam SIA «Preiļu saimnieks» atkritumu apsaimniekošanas daļa informē, ka šajā pavasarī tiks rīkota lopbarības ruļļu plēvju izvešanas akcija, un zemnieki jau tagad var pieteikties.

## Līvānu novada bērnu deju kopas deju atlases skatē Jēkabpilī



● Līvānu bērnu un jauniešu centra, Līvānu 1. vidusskolas 4. klašu deju kopa (ar vadītāju Sandru Seladinu), kas skatē ieguva augstāko punktu skaitu. Foto: J.Magdalena

Krustpils kultūras namā 6. martā notika pirmā skate, kurā Valsts izglītības satura centra (VISC) izveidotas žūrijas priekšā stājās Līvānu novada skolēnu deju kopas, kas gatavojas XI Latvijas skolu jaunatnes dziesmu un deju svētkiem. Kā «Novadnieks» jau informēja, pirms tam notika Līvānu novada skate.

Kļuvis zināmi Jēkabpilī notikušās skates rezultāti. Līvānu bērnu un jauniešu centra izglītības metodīķe Aija Skarbiniece informēja, ka I pakāpes diplomu piešķirti Rožupes pamatskolas 1. — 4. klašu deju kopai (40,8 punkti, vadītāja Maija Jasinska, koncertmeistare Inga Kūkusliņa), Jersikas pamatskolas 1. — 4. klašu deju kopai (41,8 punkti, vadītāja Bronislava Alberinga,

koncertmeistare Ilze Vanaga), Līvānu 1. vidusskolas 2. klašu deju kopai «Laimiņa» (42 punkti, vadītāja Anita Ancāne, koncertmeistare Līga Vuškārniece), Līvānu bērnu un jauniešu centra, Līvānu 1. vidusskolas 4. klašu deju kopai (45,5 punkti, vadītāja Sandra Seladina, koncertmeistare Liliāna Zarāne), Līvānu 1. vidusskolas, Līvānu novada kultūras centra 10. — 12. klašu deju kopai «Silaviņa» (41,7 punkti, vadītājs Andrejs Usārs, koncertmeistare Līga Vuškārniece).

II pakāpes diploms piešķirts Jaunsilavas pamatskolas 3. — 6. klašu deju kopai (37,5 punkti, vadītāja Vija Māsāne, koncertmeistare Liene Zepa), Līvānu bērnu un jauniešu centra, Līvānu 1. vidusskolas 3. klašu deju kopai (39,3 punkti, vadītāja Anita Vucina, koncertmeistare Vanda Lipinika), Līvānu bērnu un jauniešu

centra, Līvānu 1. vidusskolas 1. klašu deju kopai (39,5 punkti, vadītāja Anita Vucina, koncertmeistare Vanda Lipinika).

Svētku tautas deju kolektīvu laureātu koncerts notiks 6. jūlijā Latvijas Nacionālajā teātrī. Svētku Deju lielkoncerts «Līdz varavīksnei tikt» paredzēts 9., 10. un 11. jūlijā Daugavas stadionā.

Līvānu bērnu un jauniešu centra, Līvānu 1. vidusskolas 4. klašu deju kopa atbilstoši skates nolikumam ar 45 punktiem pretendē uz laureāta nomināciju. Laureātu koncerta kolektīviem jāpasagatavo divas dejas ārpus svētku repertuāra un līdz 20. maijam jāiesūta video materiāls VISC interešu izglītības un audzināšanas darba nodaļas vecākajai referentei Ilzei Mazānei.

Svētku un laureātu koncerta dalībnieki tiks paziņoti pēc pilsetu un novadu skašu rezultātu apkopošanas līdz 1. maijam.

# Vokālās mūzikas konkurss «Balsis 2015» izskanējis



● **Vokālās grupas «Lāsītes» 10. — 12. klases dziedātājas Latgales reģionālā pārstāvēs Preiļu novadu.**



● **Konkursā «Balsis 2015» no Aglonas novada par labāko atzīts Aglonas vidusskolas 5. — 8. klašu vokālais ansamblis, kas izvirzīts uz konkursa nākošo kārtu.**

## Preiļu novadā

Ik pavasari Latvijas bērnu un jauniešu ar skanīgākajam balsim pulcē vokālās mūzikas konkurss «Balsis», veicinot viņu interesi dziedāt vokālajos ansambļos, trio un duetos. Šogad, gatavojoties XI Latvijas skolu jaunatnes dziesmu un deju svētkiem, mazo mūzikas kolektīvu radošās spējas un akustiskās muzicēšanas prasmes tiek pilnveidotas ar īpašu radošumu, tādā veidā padziļinot bērnu un jauniešu zināšanas par latviešu tautas dziesmām un kultūrvēsturiskā mantojuma saglabāšanu. Konkursa obligāts nosacījums ir dziedāt latviešu tautas dziesmu *a capella*, akcentējot cilvēka balsi kā instrumentu, ar kuru var paveikt brīnumainas lietas, priecējot ne tikai pašus dziedātājus, bet arī klausītājus.

Arī Preiļu novadā notika vokālās mūzikas konkurss «Balsis 2015», ko organizēja Preiļu novada bērnu un jauniešu centrs (BJC). Centra direktora vietniece **Anita Kolosova** informēja, ka piedalījās 144 dalībnieki no Preiļu, Aglonas un Vārkavas novada izglītības iestādēm. 13 vokālie ansambļi uzstājās akustiskā veidā, neizmantojot skaņu pastiprinošas iekārtas un pavadījumam izmantojot tikai akustiskos mūzikas instrumentus.

Vērtēšanas komisijā darbojās Santa Karīna Oša, Preiļu mūzikas un mākslas skolas mūzikas skolotāja, Laima Sondore, Preiļu mūzikas un mākslas skolas direktora vietniece un Ārija Bergmane-Sprūdza, Riebiņu novada mūzikas metodiskās apvienības vadītāja, Riebiņu vidusskolas mūzikas skolotāja.

No PREIĻU novada konkursantiem I pakāpes diploms piešķirts BJC vokālā

ansambļa «Lāsītes» gan 10. — 11. klases, gan 7. — 8. klases grupai, vadītāja Daina Erte, kā arī Preiļu Valsts ģimnāzijas un Preiļu BJC jauktajam vokālajam ansamblim, ko vada Ilze Rožinska. II pakāpes diplomu saņēma vokālās grupas «Lāsītes» 2. — 3. klases dziedātāji (Daina Erte), Pelēču pamatskolas un Preiļu BJC vokālais ansamblis (1. — 4. klase), vadītājs Romualds Kairāns. Pateicības par piedalīšanos nopelnīja Preiļu 1. pamatskolas 1. klašu ansamblis (Ilze Rožinska), Salas pamatskolas un Preiļu BJC vokālais ansamblis (5. — 9. klase, vadītājs Aigars Krekels).

VĀRKAVAS novada Vārkavas vidusskolas meiteņu vokālajam ansamblim (10. — 12. klase) piešķirts I pakāpes diploms, vokālajam tercetam (11. — 12. klase), zēnu vokālajam ansamblim (10. — 12. klase), meiteņu vokālajam ansamblim (5. — 9. klase) — II pakāpes diplomi. Vārkavas vidusskolas skolēnu mūzikas skolotājs ir Romualds Kairāns.

AGLONAS novada Aglonas vidusskolas ansamblis (5. — 8. klase) sniegums novērtēts ar I pakāpes diplomu, 9. — 11. klases uzstāšanās — ar II pakāpes diplomu. Ansambli vada Lilita Valaine.

Viens kolektīvs no katra novada saņēma ceļazīmi uz Latgales novada vokālās mūzikas konkursa «Balsis» otro kārtu Rēzeknē, Austrumlatgales radošo pakalpojumu centrā «Zeimuls». Konkurss norisināsies 13. martā.

Preiļu novadu pārstāvēs BJC vokālā grupa «Lāsītes» (10. — 11. klase), Vārkavas novadu — Vārkavas vidusskolas meiteņu vokālais ansamblis (10. — 12. klase), Aglonas novadu — Aglonas vidusskolas vokālais ansamblis (5. — 8. klase).



● **Uzstājas vokālās studijas «Spurgaliņas» vidējā grupa no Līvānu novada.**

## Līvānu novadā

Konkursa «Balsis 2015» Līvānu novada kārtu organizēja Līvānu bērnu un jauniešu centrs (BJC) sadarbībā ar Līvānu novada mūzikas skolotāju metodiskās apvienības vadītāju Ilzi Vanagu un Valsts izglītības satura centru, informēja Līvānu BJC izglītības metodiķe Aija Skarbiniece.

Kolektīvu un individuālos priekšnesumus vērtēja Līvānu BJC mūzikas skolotāju metodiskās apvienības vadītājas sastādīta

vērtēšanas komisija: Gunārs Luriņš, Līvānu novada Jēkaba Graubiņa mūzikas un mākslas skolas direktors, Aija Smirnova, Līvānu novada kultūras nama direktore, folkloras kopas «Sudobri» vadītāja, Ilze Vanaga, Līvānu novada vakara (maiņu) vidusskolas direktore, mūzikas skolotāja. Uz konkursa otro kārtu tika izvirzīts Līvānu BJC vokālās studijas «Spurgaliņas» vidējās grupas vokālais ansamblis. Tā vadītāja ir Skaidrite Bulmeistere, koncertmeistare Rīta Semeiko.

# Līvānu novada skolu pašpārvaldes tikās jaunatnes forumā

Līvānu jaunatnes iniciatīvu centrā (JIC) «Kvartāls» notika Līvānu novada jaunatnes forums «Jauniešos ir spēks!», kurā piedalījās novada skolu pašpārvalžu pārstāvji, to vadītāji un viesi no Rīgas. Par foruma norises gaitu informēja JIC «Kvartāls» brīvprātīgā **Evija Pastare**.

Forumā atklāšanā dalībniekus uzrunāja organizatori — Līvānu bērnu un jauniešu centra (LBJC) direktore Zane Praņevska, metodiķe Biruta Mazure, «Kvartāls» vadītāja Inga Zvaigzne-Sņikere, kā arī Līvānu novada domes priekšsēdētāja vietniece Aija Usāne un Līvānu novada izglītības pārvaldes vadītāja Ilga Peiseniece. Patīkamas noskaņas radīšanai ar muzikālu priekšnesumu uzstājās Jaunsilvas pamatskolas ansamblis ar tā vadītāju Lienī Zepu.

Forumā informatīvajā daļā Valsts izglītības satura centra interešu izglītības un tālākizglītības departamenta vecākā referente audzināšanas darbā Evija Pelša pastāstīja par skolēnu pašpārvalžu lomu skolā un novadā. Lai novada skolu pašpārvaldes gūtu izpratni par citu Latvijas skolēnu pieredzi, jauniešus uzrunāja Rīgas skolēnu domes konsultante Baiba Vārna un aktīvās jauniešes. Viņas dalījās pieredzē, kā pašas sākušas darboties Rīgas skolēnu domē un ko katra ieguvusi no dalības tajā. Meitenes iedrošināja jauniešus uzņemties iniciatīvu un aktīvi darboties, jo ārpuskolas aktivitātes dod iespēju mācīties atbildību, iegūt jaunus draugus un attīstīt sevi kā personību. Turpinājumā Inga Zvaigzne-Sņikere sniedza īsu ieskatu Latvijas jaunatnes politikas aktualitātēs un jauniešu līdzdalības jautājumos. Par jauniešiem pieejamajam JIC

«Kvartāls» iespējām un resursiem stāstīja centra brīvprātīgā Evija Pastare. Noslēgumā Zane Praņevska iepazīstināja ar viņas un jauniešu 2014. gadā kopīgi īstenoto projektu «Ieligošana Nākotnes ozolu ciemā».

Turpinājumā katrai pašpārvaldei bija iespēja citiem parādīt, kāpēc, viņuprāt, viņu skola, pagasts vai pilsēta varētu būt vai ir ideālais jauniešu centrs. Skolēni bija rūpīgi gatavojušies — veidojuši gan vizuālos materiālus informatīvu plakātu veidā, gan filmējuši video, gan iestudējuši teatrāli priekšnesumu, gan arī sacērujuši dziesmu.

Dienas otrajā daļā notika darbs grupās, meklējot risinājumus dažādām problēmām, kas skar pašus jauniešus. Vienā no grupām turpinājās sarunas par Līvānu novada jauniešu domes izveides nepieciešamību. Šī jauniešiem bija iespēja reālāk apzināties, kādi re-

sursi ir nepieciešami un kādas darbības jāveic, lai jauniešu dome varētu sākt darboties. Citā grupā notika diskusijas par brīvprātīgo darbu — kādi ir pašu brīvprātīgo ieguvumi no tā veikšanas, ko iespējams izdarīt, esot brīvprātīgajiem, kāds atbalsts nepieciešams, lai ar brīvprātīgo darbu paveiktu vairāk un tamlīdzīgi. Trešajā grupā jaunieši varēja ļaut vaļu izdomai, ierosinot, kādi brīvā laika, izklaides un personīgās pilnveides pasākumi būtu nepieciešami, lai paplašinātu novada pasākumu piedāvājumu jauniešu auditorijai. Ceturtajā grupā jaunieši tika mudināti padomāt, kādi no JIC «Kvartāls» resursiem — kā materiālajiem, tā cilvēkresursiem — viņiem būtu noderīgi un nepieciešami, lai veiksmīgāk darbotos savās skolās un pagastos.

Forumā noslēgumā katra gru-

pa prezentēja pārējiem dalībniekiem apkopotos priekšlikumus, kuri tiks ņemti vērā, sadarbojoties gan bērnu un jauniešu centram, gan jauniešu iniciatīvas centra «Kvartāls» darbiniekiem, gan pašiem jauniešiem.

Apkopojot visus priekšlikumus, izveidojās rezumējums: jāizveido vienota datu bāze, mājas lapa, kuru jebkurš novada jauniešs var apmeklēt un izlasīt par jauniešu aktivitātēm, jāizveido Līvānu skolēnu dome, kas koordinē jauniešu darbību un kurā piedalās aktīvākie skolēni no katra pagasta un pilsētas, vajadzīgs jaunatnes darba koordinators, biežāk jāorganizē dažādas nometnes un pasākumi pagastos, lai iepazītos ar vietējo dzīvi, tradīcijām un tamlīdzīgi, jānodrošina pieredzes apmaiņas braucienos uz citiem novadiem, pilsētām, valstīm.

# Receptes pret sāpēm ceļgalos

*Sākums 24. februāra un 3. marta numurā.*

**Uz mirkli iedomājieties dzīvi bez ceļgaliem. Jūs nevarēsiet vadīt automašīnu, braukt ar velosipēdu, kāpt pa kāpnēm. Un vēl, kā ārsts pārbaudīs jūsu refleksus? Pa kurieni tad viņš ar savu āmuriņu dauzīs, pa elkoņa locītavu?**

Fakts, ka ceļgaliem ir konkrētas priekšrocības, nav apšaubāms. Taču arī ceļgali paši par sevi ir pakļauti nepatikšanām. Jo tieši zem ceļgala bļodiņas atrodas locītava, kas sastāv no cipslu un saišu pīnuma, kas savieno gurnu un lielo gūžas kaulu ar starp tiem atrodošos skrimslī.

## Ar ko slimo ceļgali?

Tādi sporta veidi, kā skriešana, slēpošana, basketbols var traumēt trauslo ceļgalu. Taču arī ikdienā sadzīvē, piemē-

ram, grīdas mazgāšana, noved pie tāda veida problēmām.

Sāpes ceļgalos bieži vien ir pārslodzes sindroma pazīme. Tas notiek, kad cilvēks, kurš pieradis pie aktīva dzīvesveida, domā, ka ar viņa fizisko stāvokli viss ir kārtībā, kā tas bijis agrāk vēl skolas un jaunības gados, un savu organismu pakļauj nesamērīgai fiziskai slodzei. Rezultātā — slimi ceļgali. Tāpat ceļgali cieš no kaulu plīsumiem, saišu sastiepuma un sasitumiem. Skrimšļi, kuri kalpo par sava veida amortizatoru, nodilst, pārtrūkst un cipslas iekaist. Turklāt ceļgali sevišķi pakļauti tādai slimībai, kā artrīts.

Lai atbrīvotos no sāpēm ceļgalos, jums palīdzēs sekojošas rekomendācijas.

## Spēcīga atvēršana

Ik pēc divām stundām uz ceļgaliem lieciet maisiņu ar ledu, turiet 20 minūtes, ne ilgāk. Turklāt šī paciņa jāieliek divi, nevis uz kaila ceļgala. Ja sāpes pāriet hro-

niskā formā, tad pēc aktīvām fiziskām nodarbēm apkārt ceļgalam paberzējiet ar ledu kubīņu.

## Ciedru rieksti

Nemt 300 g ciedru riekstu ar visu čaumalu, 300 g cukura un 0,5 l degvīna (vai atšķaidīta spirta). Riekstus paturēt vārošā ūdenī 5 minūtes, ūdeni noliet, pievienot tiem cukuru un degvīnu.

Uzlikt vāku, ļaut ievilkties tumšā vietā vienu mēnesi. Uzlējumu lietot pa 1 tējkarotei 3 reizes dienā pēc ēšanas. Ārstējoties jāatsakās no skābiem kāpostiem un tomātiem jebkādā veidā, arī kečupu lietot nedrīkst.

## Medus komprese

Kompreses maisījuma pagatavošanai būs nepieciešama medicīniskā žults, glicerīns, ožamais spirts, medus un jods. Visas sastāvdaļas (izņemot medu) var iegādāties aptiekā. Ņemt pa 1 glāzei (var

mazāk, bet obligāti vienādās proporcijās). Visu samaisīt, pēc tam sakratīt. Sastāvā samitrināt marli, uzlikt uz ceļgaliem, bet pēc tam rīkoties kā pie parastās kompreses.

Kompresi turēt veselu diennakti. Šādu procedūru veikt ik pārdienas. Ārstēšanas kurss — 2 mēneši.

## Bietes

Smalkās strēmelītēs sagrieziet bietes, bet vislabāk sarīvēt uz smalkās rīves un pievienot augu eļļu, izmaisīt līdz putriņas konsistencei. Šo putriņu uzlikt uz ceļgala, virsū uzlīt polietilēnu, nostiprināt un aptīt ar vilnas lakatu vai šalli.

## Želatīns

1 tējkaroti želatīna izšķīdināt nelielā daudzumā ūdens, šajā šķīdumā samitrināt marli un uzlikt uz ceļgala. Virsū uzlīt polietilēnu un nosaitēt. Kompresi labāk atstāt uz visu nakti.

# Osteoporozē — kaulu trauslums

Par osteoporozē sauc slimību, kuras rezultātā kaulos samazinās kalcija saturs, tie kļūst trausli, zaudē blīvumu, kļūst "čaugani". Tas noved pie būtiskiem lūzumu riskiem.

Osteoporozē ir ļoti izplatīta slimība. Piemēram, viena no trim sievietēm klimaksa periodā un lielākā daļa no visiem cilvēkiem vecumā no 75 līdz 80 gadiem, slimo ar osteoporozē.

## Kādos gadījumos jābūt īpaši modriem attiecībā uz savu kaulu veselību?

- ✓ Ja kādam no jūsu asinsradniecīgiem ir vai ir bijusi osteoporozē.
- ✓ Ja uzturā maz lietojat kalciju saturošus produktus (piena produktus, zivis).
- ✓ Ja jums ir mazkustīgs dzīvesveids.

- ✓ Ja esat kalsni.
- ✓ Ja neesat dzemdējusi.
- ✓ Ja klimakss iestājies agrāk par 45 gadiem.
- ✓ Ja jums patīk iedzert, un smēķējat.

## Diagnostika

Par pašu osteoporozē slimnieki parasti nesūdzas — viņi griežas pēc palīdzības, kad notiek lūzums. Ja pacienta vecums ir vairāk par 50 gadiem, bet lūzumi notiek satriecoši bieži, ārsts var uzskatīt, ka tam par iemeslu ir kaulaudu stāvoklis. Taču atklāt osteoporozē spēj tikai kaulu speciālists — traumatologs — ortopēds.

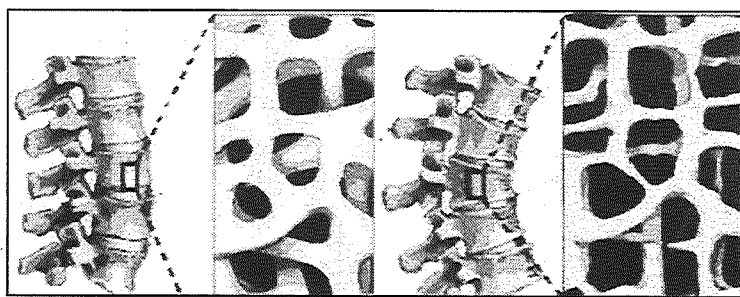
Lai nekļūtos ar diagnozes noteikšanu, viņi pacientiem nozīmē kaulu rentģenu vai nosūta uz speciāliem izmeklējumiem. Daļēji, uz densitometriju. Turklāt pacientam veiks asins bioķīmisko analīzi un hormonālā fona pār-

baudi. Nepieciešamības gadījumā nosūtīs uz papildus konsultāciju pie endokrinologa, bet, ja paciente ir sieviete, tad sekos pārbaude pie ginekologa.

## Osteoporozes ārstēšana

Visbiežāk osteoporozē ārstē ar ārstniecības preparātiem. Piemēram, slimniekiem ar endokrīniem traucējumiem nozīmē preparātus, kuri normalizē hormonālo fonu. Ārstēšanas programmas, kuru efektivitāte apstiprināta ar plašiem pētījumiem, gados veciem cilvēkiem sevi ietver uztura bagātinātājus ar kalciju un D vitamīna aktīvo formu, bet sievietēm pēcmenstruāciju periodā — hormonus aizvietojošu terapiju, kā arī biosofonātus. Izmanto efektīvus līdzekļus mugurkaula lūzumu novēršanai.

Tāpat slimniekiem nozīmē



● Vesels kauls.

● Osteoporozē.

masāžu un ārstniecisko fizkultūru, bet samērīgās devās — ņemot vērā kaulaudu trauslumu. Nepieciešamības gadījumā iesaka nēsāt atbalstošas korsetes.

## Kalcija loma, slimojot ar osteoporozē

Kalcijam ir svarīga loma osteoporozes novēršanā un ārstēšanā, sevišķi mūža pirmajā pusē. Šajā periodā ļoti svarīgi ir tā adekvāta saņemšana, par cik zaudētie

kaulaudi vēlāk atjaunojas, neatkarīgi no piegādātā kalcija daudzuma. Pieaugušiem katru dienu ieteicams lietot 800 mg kalcija, vīriešiem vecumā pēc 65 gadiem un sievietēm pēcmenstruāciju periodā ikdienas deva sastāda 1500 mg.

Vājpiens, pasterizēts vai vārīts piens satur daudz kalcija, bet tas viss neuzsūcas. Daudz kalcija satur graudaugi, tumši zaļie dārzeņi.

# Reimatisms – skolnieku slimība

Lai cik nebūtu skumji, šī slimība, starp citu, ar kuru slimoja arī slavenais kareivis Šveiks, sastopama visbiežāk jauniem un ļoti jauniem cilvēkiem.

Piemērs no dzīves: vienkāršam kompleksainam skolniekam vai studentam pēkšņi sākas noslēpumainas veselības problēmas.

Gan sirds daudzās kaut kā ne tā, gan locītavas darbojas ne visai pareizi.

Abi (gan skolnieks, gan students) nolemj, ka viņi ir pārpūlējušies, ka tā ir netipiska ARS forma, bet pie reumatologa uz konsultāciju diez vai aizies.

## Kas ir reimatisms

Reimatisms ir slimība, kurai raksturīgs saistaudu iekaisums, kad, pārsvarā tiek skarta sirds un locītavas. Reimatisma izcelsmē liela loma ir streptokoka infekcijām un ģenētiskai organisma predispozīcijai.

## Reimatisma iemesli

Reimatismu var izprovocēt virkne iemeslu: pārsalšana, pārgurums, nepilnvērtīgs uzturs (maz olbaltumvielu un vitamīnu), sliktā iedzimtība (rados bijis kāds reimatisma slimnieks), pārslimota akūta streptokoku infekcija un biežas aizdegunes infekcijas.

## Ar ko reimatisms ir bīstams

Ja to neārstē, reimatisms praktiski bojā visus orgānus, un cilvēks praktiski pārvēršas par graustu. Galvenā nelaime: poliartīts, kas var novest pie pilnīga kustību zuduma, un kardiīts, kas draud ar sirds kaiti. Bērniem visbiežāk sastopama akūta slimības gaita: slimība attīstās aptuveni divu mēnešu laikā. Pieaugušiem tas notiek 3-4 mēnešu laikā.

## Diagnoze — reimatisms

Diagnozi "reimatisms" var noteikt tikai ārsts — reumatologs. Lai

nekļūtos, viņam ir jāveic kompleksa izmeklēšana.

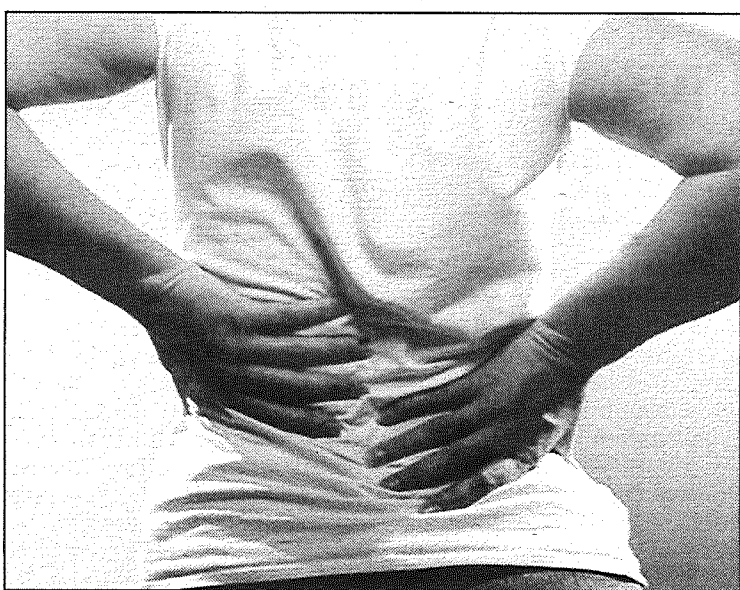
Pirmkārt, jānosaka klīniskā asins aina, lai varētu atklāt iekaisuma pazīmes.

Otrkārt, jāveic asins imunoloģiskā analīze, lai atklātu specifiskās vielas, kuras raksturīgas reimatismam. Šīs vielas asinīs parādās ne agrāk, kā pēc nedēļas kopš saslimšanas un maksimumu sasniedz pēc 3-6 nedēļām.

Lai noteiktu sirds bojājuma pakāpi, nepieciešama kardiologa konsultācija, elektrokardiogrāfija (EKG) un sirds ehokardiogrāfija. Locītavu stāvokli novērtēt spēs ārsts — reumatologs un tādas maz patīkamas procedūras, kā artroskopija, locītavas biopsija, locītavas diagnostiskā punkcija, locītavu šķidruma izpēte. Citu orgānu reimatiskā bojājuma gadījumos būs nepieciešamas konsultācijas arī pie citiem ārstiem.

## Reimatisma ārstēšana

Reimatisma saasinājuma gadījumā ārstēšana jāveic tikai slimnīcā apstākļos. Ļoti svarīgi ir



ievērot gultas režīmu un visas ārsta rekomendācijas. Slimniekam izraksta zāles, kuras palīdzēs mazināt iekaisumu. Ar bojātām locītavām nodarbošies ārsts — traumatologs un manuālais terapeits.

Īpaši smagos gadījumos ārstniecības preparātus nāksies ieva-

dīt tieši locītavā. Turklāt pacientam nozīmēs fizioterapiju. Bet, ja reimatisms "satrakoies" ne pa jokam — nepieciešama asins attīrīšana (plazmaferēze) no agresīvajam vielām un citas procedūras.

*Nākamreiz par starpskriemeļu diska trūci un radikulīti.*



## VIŠKI

## Par godu jubilejai Daugavpilij ir sava vabole

Savai jaukajai pilsētai par godu 740 gadu jubilejai dažādas iestādes un organizācijas Daugavpili sarūpē neparastas un atmiņā paliekošas dāvanas. Akcija «740 labi darbi» rit pilnā sparā.

Par Daugavpils vaboli ir kļuvis viens no 28 sugu vabolēm, kuras 2014. gadā atklājuši Daugavpils Universitātes zinātnieki, pilns tās nosaukums tagad būs šāds «Doliops daugavpils». Šī vaboļu suga pieder koksngrauzu jeb ūsaiņu grupai, kas sastopama

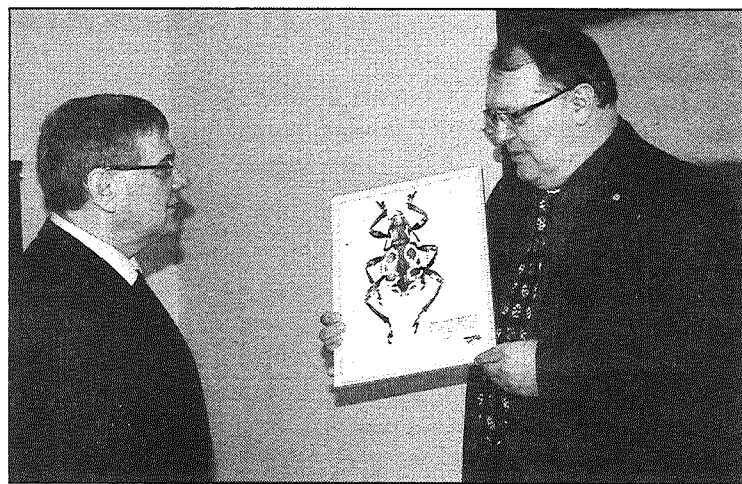
tikai Filipīnu arhipelāga tropiskajos mežos. Šīs vaboles ir nedaudz lielākas par vienu centimetru, krāšņas, galvenokārt — metāliski spīdīgas, uz muguras tām divās rindās stiepjas grafisks dzeltens zīmējums, kas atgādina astotnieku. Kā teica DU rektors Arvids Barševskis, tas ir brīnišķīgs zīmējums, kas simbolizē ne tikai laimīgo skaitli 8, bet arī bezgalības zīmi.

Nosaucot vaboli par godu Daugavpilij, DU zinātniekiem bija cēls mērķis — veicināt Daugavpils, tās zinātnes un kultūras potenciāla popularizēšanu starp-

tautiskā līmenī.

Tiekoties ar domes priekšsēdētāju Jāni Lāčplēsi, Arvids Barševskis pastāstīja, ka augstskola atbalsta pašvaldības iniciatīvu atklāt kinoteātri «Renesanse» bērnu un jaunatnes zinātnes un atpūtas centru. Iespējams, šeit viena no ekspozīcijām būs veltīta vabolei, kam dots pilsētas vārds. Mūsu klimatiskajos apstākļos šis kukainis nespēj dzīvot, toties par to var pastāstīt ar attēlu un dažādu interaktīvu ierīču palīdzību.

● Arvids Barševskis pasniedz palielinātu vaboles kopiju Jānim Lāčplēsim.



## Višķu pansionātā strādāja suņi — terapeiti

Višķu sociālās aprūpes centrā ir noslēgušās bezmaksas suņu terapijas jeb kanisterapijas nodarbības, ko rīkoja Daugavpils biedrība «ODIN/VITA» sadarbībā ar Latgales reģiona dzīvnieku mīļotāju centra kanisterapijas speciālistēm Antoņinu Nackeviču un Natāliju Kovaļonoku un brīvprātīgajām Iriņu Ivanovu, Iriņu Kuprijanovu un Iriņu Ļutaju.

Biedrības «ODIN/VITA» vadītāja Nataļja Demjaņenko «Latgales Laikam» pastāstīja, ka pāris reizes mēnesī kanisterapijas speciālistes un brīvprātīgās uz centru atveda savus mīļus Kīru, Žoriku, Arčibaldu, Džepiju un Niku. Suņi varēja uzturēties klientu istabās, kur sirmgalvji dzīvniekus glāstīja un baroja. Tāpat sirmgalvjus iepriecināja suņu demonstrētie triki un apgūtās komandas.

Suņu terapiju izmantoja 30

klienti, viņi atzina, ka suņi viņu dzīvē inesuši prieku, daži sirmgalvji teica, ka zāles dzerot retāk.

Suņu terapija jeb kanisterapija notika par biedrības «ODIN/VITA» projekta «Uzticies sunim!» līdzekļiem, tos ar portāla «Ziedot.lv» starpniecību piešķīra VAS «Latvijas valsts meži». Tagad biedrība ir uzrakstījusi jaunu projektu. Ja to atbalstīs, suņu terapijas nodarbības Višķos turpināsies.

«Latgales Laiks»



● Arčibalds un Kira pansionāta iemītnieces sejā izvilina smaidu.

## AIZKRAUKLE

## Strādā zelta raktuvēs Āfrikā

Aizkraukles profesionālajā vidusskolā ceļu būves mašīnu mehāniķu programmu īsteno kopš 2009. gada un ik gadu rīko profesionālos pasākumus. Sogad notika tikšanās ar absolventiem, kuri strādā iegūtajā profesijā.

## Darbs kā pirti

Jānis Lūsis skolu absolvēja vēl Viesītē, viņu atšķirībā no kursabiedriem prakse aizveda ne vien uz citu valsti, bet pat citu kontinentu. Uz skolu piezvanīja uzņēmuma SIA «Atradnes» pārstāvji un piedāvāja prakses iespēju — darbu zelta atradnēs Āfrikā. No kursa puišiem Jānis vienīgais par šo iespēju ieinteresējies.

«Pirmo reizi uz Āfriku, Ganu devos 2012. gada jūnijā skolas praksē. Sākumā strādāju kā mehāniķa palīgs. Neuzticēja neko, ļāva tikai skatīties, padot, pieturēt. Pamazām mācījies, un prakses noslēgumā jau piedāvāja pastāvīgu darbu,» atklāj Jānis. Pēc triju mēnešu prakses jaunietis Ganā atgriezās otrreiz jau pastāvīgā darbā. «Bija grūti pierast pie karstuma, vairāki mehāniķi no Latvijas ilgāk par trijiem mēnešiem neizturēja. Sausajā sezonā ir vieglāk, bet lietus sezonā rodas pirts efekts un tad tiešām ir kā pirti,» stāsta Jānis. «Uzņēmuma īpašnieki ir no Latvijas, un Ganā no šī uzņēmuma esam četri darbinieki. Parasti strādājam divus trīs mēnešus,



● Jānis Lūsis (no labās) ar bijušajiem kursa biedriem.

ilgākais periods, ko tur esmu pavadījis, ir 10 mēneši. Kopumā esmu apmierināts. Ir noteikta alga, ko saņemu, un arī bonusu. Darba devējs apmaksā ceļa izdevumus uz Latviju.»

## Džungļi pilni ar ekskavatoriem

Sākotnēji uzņēmums nodarbojas ar tehnikas iznomāšanu, bet nu jau pusgadu paši iegūst zeltu. «Tagad strādāju karjeros, kur iegūst zeltu, un gumijokku fermās, kur iegūst gumiju. Strādājam ar deviņiem ekskavatoriem, trim buldozeriem. Ganā ir vairāk ekskavatoru nekā visās Baltijas valstīs kopā — braukājot pa

džungļiem, ik uz soļa redzami dārgmetāla atradņu karjeri un tehnika.»

Strādājot jāievēro vietējo paražas — nedēļā ir viena tabu diena, kad nedrīkst aizskart zemi un ūdeni. Tajās dienās puiši tikai remontē tehniku.

«Ja dienā iegūst 100 gramus zelta, tad strādā par pašizmaksu, viss virs šī svara ir pelņa. Klājas visādi — vienā dienā iegūstam 100, citā — 250 gramus zelta, mēneša beigās aprēķina vidējo,» atklāj jaunietis. «Nokļūt līdz zemes slānim, kas satur zeltu, nav tik vienkārši. Vispirms jānorok virsējais slānis — māls, kas dažviet var būt pusmetru, bet var sasniegt arī astoņu — desmit

metru dziļumu, tas sadārdzina izmaksas. Šobrīd strādājam karjerā, kurā virsējais slānis ir ap pusmetru, tas satur mazāk zelta, tomēr ir izdevīgāk. Tīrais zelts, ko iegūst, izskatās pēc smiltīm. Zelta putekļus pārkausē un pārdod uzpircējiem. Katrā pilsētā ir uzpircēju punkti, un lielākoties to uzpērk indieši. «Jāpiedzīvo arī uzbrukumi, latviešiem gan tādi nav gadījušies,» stāsta Jānis. «Taču kādam paziņam uzbruka bruņoti laupītāji, sašāva mašīnu, ievainoja pašu un atņēma gan zeltu, gan naudu.»

## Kāpuriem nesadūšojas

Jānis savu stāstījumu papildina ar interesantām fotogrāfijām, kurās redzams ne tikai karjers, tehnika un detaļas, bet arī viņa ikdiena ārpus darba. Tajās skatāmas dabas ainavas, pilsētas, sadzīviskas ainas, latviešu irotētā māja.

«Šķiet, ka Āfrika un eksotiski dzīvnieki ir nedalāms jēdziens. Taču tajā, kā visā Ganas teritorijā, izzāģē mežus, notiek zelta ieguve, dzīvnieki ir pametuši šīs vietas,» komentē Jānis, rādot attēlus ar pērtiķēnu, — arī šie dzīvnieki ir retums. «Dzīvā savvaļas radība, ko visbiežāk sastopu, ir melnais skorpions. Lietus sezonā tie mēdz apciemot mājas un pasēdēt uz lieveņa, tādēļ, ejot ārā, īpaši no rītiem, jāuzmanās. Ainavā neredz puķes, tās ir liels retums, toties gan vizuāli pievilcīgi, gan īpaši garšīgi ir augļi

— mango, ananasi, banāni, avokado. Tos var iegādāties ļoti lēti.» Jānis nogaršojis arī eksotiskākus ēdienus — vardes, gliemežu zupu, kas pat ļoti gājusi pie sirds. «Vietējie proteīnu uzņem, arī ēdot kāpurus, — es nesadūšojos tādai maltītei,» atzīst Jānis.

## Automašīnas grāvjos — ikdiena

Dzīves ritmu un sadzīvi Ganā nosaka laika apstākļi. Lietus sezonā džungļos neredz nākas pārvietoties ar laivām. Ja tropiskā lietus gāze pārsteidz uz ceļa, šoferi apstājas un pagaida, līdz tā pārstāj, jo pabraukt nav iespējams. Mašīnu ir ļoti daudz, ceļu satiksmes noteikumus vietējie necenšas ievērot. Slikto ceļu, ko klāj asfalts un zemes segums, visbiežāk — sarkanais māls, un vietējo izklaidīgās autovadīšanas rezultāts ir ļoti bieži redzams ceļmalās avarējušu transportlīdzekļu izskatā. Lietus ceļmalas padara bīstami slidenas, un, neuzmanīgi braucot, grāvjos var ieslidēt bieži. Arī pilsētās satiksmes organizēšana dažbrīd nonāk strupceļā, jo luksoforu Ganā nav, to vietā ir cilvēks, kurš organizē satiksmes plūsmu. Ja regulētājs kaut piecas minūtes nepilda savu darbu, tad tas ir pietiekams laiks, lai izveidotos «korķi». Avārijas gadījumā uzreiz ierodas policija, armija, jo temperamentīgie ganieši ātri vien var izraisīt nekārtības.

«Staburags»

# Policija brīdina sargāties no krāpniekiem un turēt drošībā personas un kredītkaršu datus

**Policija aicina iedzīvotājus būt uzmanīgiem un ar atbildību izturēties pret saviem personas un kredītkaršu datiem, nevienam neatklājot interneta bankas paroli un pieejas kodus, kā arī nesūtīt šādus datus elektroniskajās vēstulēs. Plašāk stāsta Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes Kārtības policijas biroja preventīvas nodaļas inspektore Anastasija Laizāne.**

Pēdējo gadu laikā īpaši izplatīts kļuvis tāds krāpšanas veids kā personu un kredītkaršu datu vilts izmānīšana un iegūšana. Šie dati ļaundarim ļauj uz apkrāptā cilvēka vārda ņemt ātros kredītus.

Ir dažādi veidi, kā nelikumīgi tiek iegūti dati. Lūk, piemērs. Internetā tiek piedāvāts kāds pakalpojums, prece vai arī darba piedāvājums. Lai noformētu līgumu vai kādus citus pirkuma dokumentus, nepieciešams sniegt informāciju par sevi un par kredītkarti. Tas nozīmē, ka jāsniedz informācija par uz kredītkartes norādīto vārdu, uzvārdu, kredītkartes numuru, kartes derīguma

termiņu, trisciparu kodu (CVV kartes otrajā pusē). Izmantojot šos personu un kredītkaršu datus, krāpnieki var iegūt uzkrātos līdzekļus no bankas konta vai noformēt uz cietušā vārda vienu vai pat vairākus ātros kredītus. Taču šis ir tikai viens no krāpnieku darbošanās veidiem.

Pēdējā laikā Latgalē vērojams krāpšanu skaita pieaugums, kas saistīts tieši ar ātro kredītu ņemšanu, brīdina Anastasija Laizāne. Kopš gada sākuma Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldē pēc Krimināllikuma 193. panta (nelikumīgas darbības ar finanšu instrumentiem un maksāšanas līdzekļiem) ir uzsākti jau 36 kriminālprocesi, no tiem Daugavpils iecirknī — 16 procesi. Pārsvārā šie noziegumi saistīti ar ātro kredītu ņemšanu. Bieži vien tiek apkrāpti lauku cilvēki. Dodoties upuru meklējumos, ļaundari uzrunā nepazīstamus cilvēkus un piedāvā tiem viegli nopelnīt naudu. Pēc piekrišanas visi kopā dodas uz kādas bankas filiāli, kur uz cietušā vārda atver kontu. A. Laizāne piebilst, ka krāpniekiem vienmēr ir padomā kāds «bēdu stāsts» gadījumam, ja upuris tomēr pajautā, kādēļ ir nepieciešams atvērt bankas kontu. Tieši

## UZZINĀI

● 2014. gadā pēc Krimināllikuma 193. panta — nelikumīgas darbības ar finanšu instrumentiem un maksāšanas līdzekļiem — Latgales reģiona pārvaldē uzsākti 208 kriminālprocesi, tajā skaitā 99 procesi Daugavpils iecirknī.

● Pērn Latgales reģiona pārvaldē kriminālvajāšanai tika nosūtīti 58 kriminālprocesi par 225 noziedzīgiem nodarījumiem.

ši iemesla dēļ upurus īpaši piemeklē, izvēloties tos, kuri neko daudz nejutās. Pēc bankas konta atvēršanas persona saņem no krāpniekiem solīto samaksu, bet vēl pēc kāda laika — vidēji pēc diviem mēnešiem — sāk pienākt dažādu uzņēmumu vēstules par neapmaksātajiem kredītiem.

Visbiežāk šādi krāpniecisko darbību gadījumi notiek cilvēku neuzmanības un pārlieku lielas uzticēšanās dēļ. Policija iesaka savā internetbankā pieteikt SMS pakalpojumu paziņojuma saņemšanai par ienākušajiem un izejošajiem maksājumiem. Tas var palīdzēt ātrāk atklāt iespējamu krāpšanu un laikus informēt par to policiju.

## Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldē registrētie notikumi

### Krāslavas pusaudži izklaidējoties draudēja uzspridzināt Varavīksnes vidusskolu

24. februāra vakarā uz glābšanas dienesta tālruni ar piecu minūšu intervālu tika atsūtītas divas izziņas par to, ka nākamajā dienā, tas ir, 25. februārī, Krāslavā Varavīksnes vidusskolā tiks uzspridzināta bumba. Par notikumu tālāko gaitu informē Valsts policijas Latgales reģiona pārvaldes Kārtības policijas biroja preventīvas nodaļas inspektore Anastasija Laizāne.

Pēc informācijas saņemšanas policija nekavējoties uzsāka kriminālprocesu pēc Krimināllikuma 231. panta, kā arī apsekoja un pārbaudīja skolu. Veicot operatīvos un meklēšanas pasākumus, drīz tika noskaidrots, ka apzināti nepatiesu informāciju bez kāda noteikta mērķa sūtījuši divi pusaudži — 11 un 14 gadus veci zēni. Vecākais no viņiem vairākkārt jau bijis policijas redzeslokā saistībā ar mantiskiem noziedzīgiem nodarījumiem. Policija turpina kriminālprocesa izmeklēšanu.

### Piedzēries autovadītājs Rēzeknē bēga no policijas

23. februāra naktī Rēzeknē automašīnas Audi vadītājs neizpildīja policistu likumīgās prasības apstāties un sāka bēgt, nereagējot uz policijas ekipāžas likumīgajām prasībām apstāties, kā arī gaismas un skaņas signāliem. Jau pēc neilga laika pārkāpējam sāka sekot otra policijas ekipāža. Izbraucot ārpus apdzīvotās vietas, pārkāpēja aizturēšanai policisti bija spiesti pielietot dienesta šaujamo ieroci. Vajāšana turpinājās līdz Rēzeknes novada Ozolaines pagastam (ceļš Rēzekne — Daugavpils), kur automašīna Audi tika apturēta, bet vadītājs aizturēts.

Noskaidrots, ka astoņpadsmitgadīgajam braucējam bija 1,43 promiņu reibums, kā arī nebija transportlīdzekļa vadīšanas tiesību. Pirms divām nedēļām šis jauniešs jau bija apturēts Rēzeknē par braukšanu dzērumā.

### Daugavpili nozagto automašīnu atrada Rēzeknē

Notikušais zādzības gadījums ir piemērs tam, cik svarīgi turēt dzīvokļa durvis aizslēgtas gan dienā, gan naktī, brīdina policijas pārstāve. Daugavpili garnadži pa neaizvērtām durvīm no dzīvokļa izzaga automašīnas atslēgas, paņēma auto un devās uz Rēzekni. Tiesa, kaimiņu pilsētā viņus notvēra.

27. februārī agri no rīta policijā tika saņemta informācija, ka Daugavpili, Jaunās Forštades mikrorajonā no kāda dzīvokļa priekštelpas pazudis maks ar dokumentiem, kā arī automašīna VW Transporter, kas bija novietota mājas pagalmā.

Par zādzību tika uzsākts kriminālprocess, bet nozagtā automašīna izsludināta izmeklēšanā. Pateicoties operatīvai informācijas apmaiņai, Rēzeknes policijas iecirkņa darbinieki drīz pamanīja nozagto auto pie kāda lielveikala Rēzeknē. Drīzumā tika aizturēti divi vīrieši, kuri atgriezās no veikala. Abi dzimuši 1982. gadā, agrāk vairākkārt tiesāti par mantiska rakstura noziegumiem.

Turpinot izmeklēšanu, noskaidrots, ka izdarīt zādzību no dzīvokļa viņus pamudināja neaizslēgtas un līdz galam neaizvērtas durvis, ko abi pamanīja, ieejot nama kāpnutelpā. Dzīvokļa priekštelpā viņi pakāra maku, kurā atradās dokumenti, un atslēgas. Izejot laukā, garnadži saprata, ka viņiem rokās ir automašīnas atslēgas, bet makā — automašīnas tehniskā pase. Pagalmā atrast šo transportlīdzekli nesagādāja nekādas problēmas. Vēl izrādījās, ka automašīnā atrodas arī dažādi instrumenti un citas vērtīgas mantas. Zagļi nolēma doties uz Rēzekni, kur bija plānots pārdot automašīnā esošās mantas. Pateicoties policijas rīcībai, nodoms neizdevās.

## Preiļu diķi noslika vīrietis. Palīdzība nāca par vēlu

**Otrdien, 3. martā, Preiļos diķi netālu no krasta ledū ielūza un noslika vīrietis, informē Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests (VUGD).**

Pulksten 16.37 saņemts zvanums uz adresi Raiņa bulvāri 25, kas atrodas netālu no parka diķa. Ziņotājs informēja, ka diķī ledū ielūzis cilvēks. VUGD Latgales reģiona brigādes Preiļu daļas ko-

mandieris Rolands Slūka stāsta, ka, ugunsdzēsējiem glābējiem ierodoties notikuma vietā, vīrietis jau bija noslicis. Viņš atradās apmēram četru metru attālumā no krasta un tika izcelts no diķa. Glābēji izmantoja hanzas dēli, ar kura palīdzību pa bīstamo ledū nokļuva pie bojā gājušā cilvēka. Notikuma apstākļus izmeklēja policija.

Gābeju pārstāvis teic, ka seš-

desmitgadīgais vīrietis, visticamāk, pa diķa bīstamo ledū bija devies pēc vairākiem nogāztiem kokiem, kurus varētu izmantot malkai.

Siltā laika dēļ ledus ūdenstilpēs pašlaik ir ļoti trausls, vietām izskalots. Lai gan nav nekādu likumu, kas cilvēkiem liegtu kāpt uz ūdenstilpu bīstamā ledus, vēl ir arī veselais saprāts. Šoreiz tas klusēja.

## Nozīmēto tiesas sēžu saraksts Preiļu rajona tiesā no 11. līdz 17. martam

Procesa veids	Tiesas sēdes laiks	Prasītājs	Atbildētājs	Būtība	Tiesas sēdes veids	Tiesnesis
Rakstveida	11. marts	Dzīvokļu īpašnieku kooperatīvā sabiedrība „Inženieris”	Baiba Eliņa	maza apmēra prasība par naudas piedziņu		R.Krēslīņa
Rakstveida	11. marts	SIA Greencredit	Lāsma Lāce	maza apmēra prasība par naudas piedziņu		R.Krēslīņa
Rakstveida	11. marts	Gjensidīge Baltic, Apdrošināšanas akciju sabiedrība	Igors Butjko	maza apmēra prasība par naudas piedziņu		I.Beitāne
Rakstveida	11. marts	AS „Latvijas Gāze”	Ilga Klauša	maza apmēra prasība par naudas piedziņu		I.Stivriņa
Rakstveida	11. marts	NORVIK BANKA	Jelena Stolarova	maza apmēra prasība par naudas piedziņu		I.Stivriņa
Rakstveida	11. marts	Natalja Kliče	Laura Snitkus	maza apmēra prasība par uzturlīdzekļu piedziņu		I.Stivriņa
Rakstveida	11. marts	Citadele banka	Aleksandrs Panteleiko	maza apmēra prasība par naudas piedziņu		I.Stivriņa
Mutvārdu	11. marts	SIA „Preiļu saimnieks”	Marija Aniščenko	parāda, līgumsoda piedziņa	Atklāta	I.Beitāne
Mutvārdu	11. marts	GE Money Bank	Rita Sondore, Pēteris Sondors	parāda piedziņa	Atklāta	R.Krēslīņa
Rakstveida	11. marts		Modris Karkovskis	KL 191.p.1.d.KL 221-2.p.2.d.		I.Stivriņa
Mutvārdu	11. marts		Vitālijs Noviks	KL	Atklāta	A.Stikāne
Mutvārdu	11. marts		Valentīns Gžibovskis	KL 175.p.3.d.	Atklāta	A.Stikāne
Mutvārdu	11. marts		Artjoms Suhanovs	APK 149-15.p.8.d.	Atklāta	R.Krēslīņa
Rakstveida	12. marts	BIGBANK, Latvijas filiāle	Vita Strazdiņa	maza apmēra prasība par naudas piedziņu		I.Beitāne
Rakstveida	12. marts	Vladislavs Melņikovs		maksātnespējas pieteikums		I.Stivriņa
Mutvārdu	12. marts	SIA „Preiļu saimnieks”	Tamāra Tumaševiča, Aleksandrs Tumaševičs	sociālā dzīvokļa īres līguma izbeigšana, izlikšana no dzīvokļa, parāda piedziņa	Atklāta	R.Krēslīņa
Mutvārdu	12. marts		Igors Konstantinovs	KL 262.p.2.d.KL 312.p.	Atklāta	A.Stikāne
Mutvārdu	12. marts		Aivars Baško	KL 231.p.1.p.	Atklāta	A.Stikāne
Mutvārdu	12. marts		Iļja Sadovskis	APK 149-15.p.8.d.	Atklāta	I.Stivriņa
Mutvārdu	16. marts	Santa Romanova	Ļubova Kozlovskā	zemes nomas tiesisko attiecību nodibināšana, nomas maksas noteikšana	Atklāta	I.Beitāne
Mutvārdu	16. marts	SIA Rīgas namu pārvaldnieks	Longīns Bartansons	maza apmēra prasība par naudas piedziņu	Atklāta	I.Stivriņa
Mutvārdu	16. marts	BTA Insurance CompanySE	Igors Grigorjevs	zaudējumu piedziņa	Atklāta	I.Stivriņa
Mutvārdu	16. marts		Aleksandrs Brezovskis	KL 175.p.1.d.	Atklāta	A.Stikāne
Rakstveida	17. marts	SIA Rīgas namu pārvaldnieks	Ēvalds Kozlovskis	maza apmēra prasība par naudas piedziņu		I.Beitāne

Informācijas avots [www.tiesas.lv](http://www.tiesas.lv).  
Sagatavoja T.Elste



## Kā jūs pēc nemiligās ziemas rūpējaties par savu veselību?

**Jevģenijs, Riebiņu novada iedzīvotājs:**  
— Neesmu tā īpaši domājis, bet man šķiet, ka vajag aktīvi kustēties — apkārtni saņemt, dārziņā vagas uzrakt, kādus jaunus apstādījumus iestādīt. Ja regulāri fiziski strādā, ja cilvēks kustas daudz, tad arī veselība nekur nepaliks. No sēdēšanas dīvānā labuma nebūs. Derīgi arī bērzu un kļavu sulu dzert, pamēģinājām, bet mums vēl netecēja. Laid kam vieta nav laba.



**Nadežda, Preiļu iedzīvotāja:**  
— Man šķiet, ja reiz pavasarī ir atnācis, tad arī veselība pati no sevis stiprāka paliks. Galvenais, lai saulītes būtu vairāk un biežāk. Tumša un mākoņainais laiks stipri apnicis. Man visu ziemu poņinos uz palodzes visādi zaļumi auga, piemēram, zaļie lociņi, redīsus mēģināju audzēt. Protams, centīsimies apkārtni pēc iespējas ātrāk saņemt, pēc ziemas tik daudz netīrības.



**Rīta, Preiļu iedzīvotāja:**  
— Kādu laiciņu atpakaļ biju saslimusi, tāpēc tagad pati gatavoju un dzeru dažādas sulas. Arī sulu kokteiļus taisu no burkāniem, sarkanajām bietītēm. No pārku un reizēm pievienoju kādu apelsīnu vai citronu, lai garšīgāk. Ja būtu iespēja, labprāt dzertu arī kļavu un bērzu sulas. Taču lauku man nav... Vairbūt jūs varētu «Novadniekā» uzrakstīt, lai kāds, kam sulu vairāk, tepat tirgū atnestu pārdot. Domāju, neesmu vienīgā, kas labprāt iegādātos šo veselīgo dzērienu.



**Tekla, Pelēcu pagasta iedzīvotāja (fotografēties nevēlējas):**  
— Ar veselību ne visai, tikko kā no poliklinikas nāku. Pavasarī vitamīnus daudz jālieto un visādus pirmos zaļumus jāēd. Vairāk jāstaigā svaigā gaisā. Bērzu sulas man pagrabā vēl no pagājušā gada, tās ļoti labi palīdz augstu asinsspiedienu samazināt. Ne jau katru dienu, bet reizes trīs nedēļā noteikti sulu dzeru pa krūzītei. Pēc laiciņa jūtu — asinsspiediens patiešām sēstas, kad nierēs akmeņi veidojas, tad arī bērnu sulas ir pirmās zāles.



**Marija un Valentīna no Daugavpils novada Ambeļu un Dubnas pagastiem:**  
— Pa mežu daudz jāstaigā, svaigs gaiss jāelpo. Vēl ļoti veselīgas un garšīgas ir kļavu sulas. Diemžēl pagaidām ar teciņšanu nedarbojamies, bet vajadzēs gan.  
— Pa svaigu gaisu vajag vairāk kustēties. Vēl veselību var uzlabot ar dārzeniem un augļiem uzturā. Protams, jāsporto. Tagad, piemēram, droši var braukt ar velosipēdu, ko es pati regulāri daru.

L.Kirillova  
I.Kirilovas foto

## SLUDINĀJUMI, LĪDZJŪTĪBAS

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

**LOGU SERVISS**  
PVC Logi no 15 EUR  
Ār durvis no 99 EUR  
Pilns serviss  
Bez % kredīts + dāvana  
T.28673992 durvistev.lv

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

### PĀRDOD

vakuuma sūkni, M21 "Volga" ātrumkārbas, ģeneratorus, u.c. rezerves daļas. Tālr. 28677432;  
AUDI 100 C4 (2,0i, mono, benzīns/gāze, TA līdz 09.2015., EUR 750). T.29139730;  
AUDI 100 C4 (2,0i, mono, benzīns/gāze, TA līdz 09.2015., EUR 750). T.29139730;  
CHRYSLER VOYAGER (3,3, 1996. g. izl., benzīns/gāze, automāts, zaļā met. krāsā, TA, ādas salons, 7-vietīgs, lietie disk, el. stikli, el. spoguļi, relingi, kruizkontrolle, signalizācija). T.26351451;  
NISSAN ALMERA (1996. g. izl., 1,4, benzīns, bez TA, jauni amortizatori, disk, ar radzotām riepām). T.20260358;  
OPEL CALIBRA (1994. g. izl., TA līdz 20.02.2015., pelēkā krāsā, lietie disk R16, braukusi sieviete, EUR 600, par cenu var vienojties). T.28791090;  
PEUGEOT 306 (1,4, benzīns, 1995. g. izl., TA līdz 05.2014., tumšā krāsā, nobraukums 150000 km, brauca sieviete, EUR 700). T.26182197;  
RANGE ROVER (2,5 DSE, 1996. g. izl., jauna TA, mehāniskā ātrumkārbā, pilnpiedziņas, pneimouzkare). T.26158039;  
SAAB 900SE (melnā krāsā, 2,0, turbo, benzīns, 1997. g. izl., EUR 996). T.26343382;  
VW PASSAT (TDI, 1992. g. izl., TA līdz 09.2015., EUR 550). T.28317250;  
VW PASSAT B4 (1994. g. izl., universāls, 2,0,

benzīns/gāze (4. paaudzes iekārta), TA līdz 21.01.2016., EUR 900). T.20242405;  
VW PASSAT B5 (1,9 TDI, 1997. g. izl., jauna TA, EUR 1350). T.29100070;  
VW PASSAT B5 (1997. g. izl., 1,9 TDI, jauna TA, EUR 1350). T.29100070;  
VW PASSAT VARIANT (1990. g. izl., 1,0i, 16 V, benzīns/gāze, TA līdz 07.2015., EUR 750). T.29434545;  
VW PASSAT VARIANT (1998. g. izl., tumši zilā krāsā, 1,8, benzīns, TA līdz 10.2015., ziemas, vasaras riepas). T.26595580;  
VW PASSAT VARIANT (TA līdz 03.2015., EUR 450). T.29139730;  
VW PASSAT VARIANT (TA, 1992. g. izl., 1,9 TD, EUR 450). T.29139730;  
aizdedzes sadalītāju (HYUNDAI, 2,0, 1994. g. izl., der MITSUBISHI GALANT), spoguļi (aizmugures skata, stikla, AUDI A6). T.28835312;  
arkla vērstuves (2-3 korpusu arklam, 2 gab., jaunās), logu rāmjus (siltumcaur). T.22109266;  
degvielas sūkni (1,9 TD, VW, 1994. g. izl.), motora pārsegu pr. lukturnus (ar režģi), rezerves daļas (M 2140). T.28736703;  
diskus (6Jx15, skrūves 5x112, der AUDI A4, VW B5 u.c.). T.26451063;  
diskus (AUDI 80, "Borbo", uz 4 bultskrūvēm, EUR 60, ir metāla R14). T.26451063;  
diskus (lietos, ar riepām R15, AUDI), akumulatoru (12 V, 62 Ah, 29.04.12., labā stāvoklī). T.27850081;  
diskus (lietos, R14 NISSAN, NYUNDAI, R15 A6, A3, BMW, MERCEDES, R17 MAZDA, R18 GOLF 4). T.29409230.

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

**SIA AIBI** iepērk liellopus, jaunlopus, aitas, kazas, zirgus, cūkas.  
Labā cena. Samaksa tūlītēja. Svāri.  
Tālr. 26142514, 20238990.



Apklususi tava dziesma un soļi,  
Kurus pazina lauki un mežs...  
**Izsakām līdzjūtību tuviniekiem,  
no Vitālija CIRŠINIEKA  
atvadoties.**

Kaimiņi

Un atmiņas ziedēs ap viņu  
Kā baltas ābeles.  
**Izsakām visdziļāko līdzjūtību un  
skumju brīdi esam kopā ar  
mūsu kolēģi Antoniju Rubiņi,  
MĀMIŅU mūžībā pavadot.**  
Preiļu novada bērnu un jauniešu  
centra kolektīvs

## AKTUALITĀTES VESELĪBAS NOZARĒ

### Latgales novados bērnu vakcināciju pret ērcu encefalītu neapmaksās

Valsts apmaksāta vakcinācija pret ērcu encefalītu šogad tiks nodrošināta bērniem, kuriem deklarētā dzīvesvieta ir kādā no 25 Latvijas novadiem, kur reģistrēta visaugstākā saslimšana ar ērcu encefalītu. Novadu skaitā nav nevienas pašvaldības no Latgales reģiona, kas nozīmē, ka ērcu encefalīta risks te ir zemāks.

Valsts apmaksātas potes pret ērcu encefalītu, tāpat kā iepriekšējos gados, varēs saņemt bērni, kuri ir vecumā no viena līdz 18 gadiem. Vakcināciju plāno un veic ģimenes ārsts, kura pamatprakse ir attiecīgajā teritorijā.

Lai saņemtu bezmaksas potīti pret ērcu encefalītu, bērnu vecākiem jāsaņemas ar ģimenes ārstu un jāvienojas par izdevīgāko vakcinācijas izdarīšanas laiku.

Atgādinām, ka valsts apmaksāta bērnu vakcinācija pret ērcu encefalītu noteiktās Latvijas teritorijās notiek jau deviņo gadu pēc kārtas.

### Mazāka saslimstība ar seksuāli transmisīvajām slimībām

2014. gadā Latvijā tika reģistrēti 2498 jauni saslimšanas gadījumi ar seksuāli transmisīvajām infekcijām (STI), kas ir par 8,5 procentiem mazāk nekā 2013. gadā, liecina Slimību profilakses un kontroles centra apkopotie epidemioloģiskās uzraudzības dati.

## PASMAIDĪSIM

Izraksti no auto apdrošināšanas uzņēmumu protokoliem.

- ✓ Izbraucot no autostāvvietas, es nogriezies pa kreisi un ietriecies policijas mašīnā, tieši tur, kur es to parasti daru.
- ✓ Pirms tam es nemaz nezināju, ka tā mašīna ietrieksies manējā.
- ✓ Nobraucis no šosejas, pārlicinājos, ka ar bērniem viss kārtībā, un tikai tad uzbraucu virsū kokam.
- ✓ Tas, kas man ieskrēja pakaļā, nebija

nekāda mašīna, bet gan gatavais buldozers.

- ✓ Mums jau kursos mācīja, ka pirmais jānobrauc ir tas, kurš ir mazāk svarīgs.
- ✓ Es sāku smieties par cietušo nevis tāpēc, ka esmu ļauns, bet tāpēc, ka viņš smieklīgi vārtījās.
- ✓ Es nekad nevienam līdz šim nebiju uzbraucis, tāpēc nezināju, kā to pareizi darīt.
- ✓ Bet tā sieviete pilnīgi neko nedarīja, kad es viņai uzbraucu.
- ✓ Piedzēries bija mans brālis, nevis es. Bet, kā viņš tika pie stūres, es nezinu.
- ✓ Es domāju, ka lūka ir atvērta, bet

kad izbāzu ārā galvu, izrādījās, ka nav.

- ✓ Policijai es pateicu, ka neesmu ievainots, bet, noņēmis cepuri, atklāju, ka man ir ielauzts galvaskauss.
- ✓ Krustojumā dega te zaļa, te dzeltena, te sarkana gaisma — kurš gan tur varēja ko saprast.
- ✓ Es uzbraucu tam vīrietim, jo viņš neievēroja satiksmes noteikumus.
- ✓ Lai kā es viņam mirkšķināju, viņš man tāpat drāzās virsū ar tālajam ugunim.
- ✓ Es neatbildēju tāpēc, ka policists, kurš mani izjautāja, uzvedās tā, it kā es būtu sabraukusi viņu, nevis to vīrieti.

Sagatavoja L.Kirillova