



ISSN 1407-9321



TELEVĪZIJAS
PROGRAMMA

20. — 26. jūlijs

Novērtētas
novadu
lielās un mazās
skolas

2. lappusē

Latgale
pārsteidz
Japāņus

4. lappusē

Līvāniešu
rekordi
pusmaratonā
Jelgavā

11. lappusē

Atjauno Preiļu parka gājēju celiņus

PREIĻU
GALVENĀ
BIBLIOTĒKA



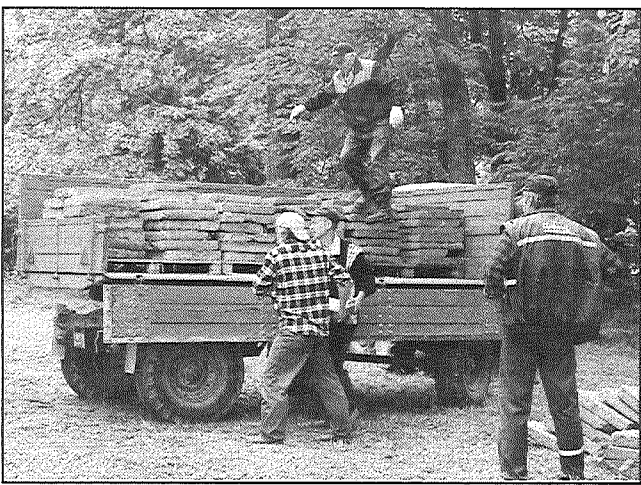
● Preiļu parkā jau redzamas atjaunojamo gājēju celiņu aprises. Attēlā veltņa vadītājs Staņislavs Bricis un SIA "SAU" būvdarbu vadītājs Māris Kivlenieks.

Uzsākti darbi Preiļu pilsētas parka gājēju ietvju atjaunošanā, par ko bija vienojušies novada domes deputāti. Vasaras nogalē ciemiņi un pašu ļaudis varēs doties pa ērtiem, platiem un gludiem celiņiem, "Novadnieku" informē Preiļu novada domes tehniskās daļas vadītājs Jānis Skutels.

Līdzšinējās ietves no betona plāksnēm būvētas pirms gadu desmitiem, daļa no tām nokrišņu iespaidā izdrupušas, savukārt citur tās izcilājušas koku saknes. Līdz šim pārvietošanās pa parka celiņiem nebija nedz ērta, nedz patīkama, jo nepārtraukti bija jāskatās zem kājām, lai nepakluptu. Uzlabojumi notiek trijās vietās: no parka vārtiem Pils ielas pusē līdz trešajam tiltiņam — divu metru platumā; no Pils ielas gala pie Lielās lauces līdz tiltiņam Mīlestības kalniņa virzienā — 1,7 metru platumā; no tiltiņa pie vecajiem zirgu stalliem līdz Daugavpils ielai. Saskaņā ar tirgus izpētes rezultātiem būvdarbus uzticēts veikt SIA "SAU", darbus paredzēts pabeigt līdz augusta beigām, skaidro J. Skutels.

Nolietojušās betona plātnes tiek noņemtas un to vietā atbilstoši parka projekta risinājumiem tiek veidots grants un dolomīta šķembu klājums. Tehnoloģija ir līdzīga tai, kāda tika izmantota pērnā, kad atjaunoja parka ietvi Lauku atbalsta dienesta virzienā. Gājēji to jau ir novērtējuši.

Uzņēmuma SIA "SAU" būvdarbu vadītājs Māris Kivlenieks pastāstīja, ka vispirms ietves vietā tiek veidots padziļinājums,



● SIA "Preiļu saimnieks" darbinieki lietotās betona plāksnes aizgādās uz noliktavu, lai pēc tam varētu izmantot citām vajadzībām.

kurā iebērtas un 15 centimetrus biežā kārtā noblietētas smiltis. Nākamais uzdevums ir izveidot virpotu koka mietiņu un dēliņu apmales un uzbērt divu veidu dolomīta šķembas. Šādi gājēju celiņi ir viegli kopjami un kalpo ilgi, kopumā parkā tiks uzbūvēti vairāk nekā 800 metru garumā.

L. Kirilova

ZIŅAS

Par deputāta pilnvaru izbeigšanu

Izskatot Līvānu novada domes deputātes Ināras Kalvānes iesniegumu par deputāta pilnvaru nolikšanu un pamatojoties uz Republikas pilsētas domes un novada domes deputāta statusa likuma 3. panta pirmās daļas 1. punktu, Līvānu novada dome piekrita izbeigt Līvānu novada domes deputātes Ināras Kalvānes (Zaļo un zemnieku savienība) deputāta pilnvaras. Lēmums pieņemts vienbalsīgi. Līdz šim deputāte vadīja Līvānu novada domes sociālo, izglītības un kultūras jautājumu komiteju un darbojās finanšu komitejas sastāvā, kā arī administratīvo aktu strīdu komisijā un privatizācijas un pašvaldības mantas atsavināšanas komisijā. Ināras Kalvānes vietā deputāta pienākumus turpmāk pildīs nākošais kandidāts no konkrētā saraksta, kas ieguva vislielāko balsu skaitu — Klavdija Daukste.

Līvānu novada domes deputāti un priekšsēdētājs Andris Vaivodis pēc sēdes beigām pateicās Inārai Kalvānei par apzinīgi un profesionāli veikto darbu 10 gadu garumā, pildot pašvaldības deputātes pienākumus, kā arī atzīmēja, ka I. Kalvāne vienmēr būs gaidīta deputātu rindās, kandidējot kādās no nākošajām pašvaldību vēlēšanās.

Līvānu novada dome atsakās no SIA "Preiļu slimnīca" kapitāldaļu iegādes

Līvānu novada domes deputāti izskatījuši Vārkavas novada domes vēstuli ar piedāvājumu iegādāties pašvaldībai piederošās SIA "Preiļu slimnīca" kapitāldaļas un vienbalsīgi nolēmuši atteikties no to iegādes. Vārkavas pašvaldībai uzņēmumā "Preiļu slimnīca" pieder 36 613 kapitāla daļas.

Neaizmirstiet abonēt

"NOVADNIEKU" AUGUSTAM un mēnešiem līdz gada beigām.

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

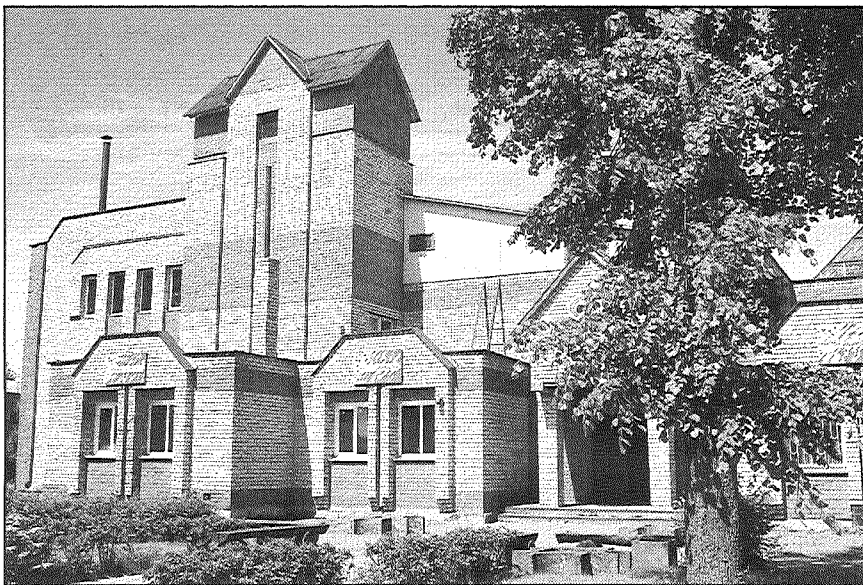
Abonē šodien, saņem pēc divām darba dienām.

Par iegādātā atpūtas kompleksa izmantošanu lems kopā ar iedzīvotājiem un uzņēmējiem

Jau pašlaik Preiļu pilsētas un novada iedzīvotāji, kā arī uzņēmēji var vērsties pašvaldībā un izteikt savas domas, kā arī priekšlikumus par to, kā, viņuprāt, veiksmīgāk un efektīvāk izmantot iegādāto atpūtas kompleksu ar pirti un baseinu. Idejas tiks ņemtas vērā, uzsākot objekta remontdarbus, aicina Preiļu novada domes priekšsēdētāja Maruta Plivda.

Atgādinām, ka šī gada maija nogalē Preiļu novada domes deputāti nolēma, ka pašvaldība iegādāsies nekustamo īpašumu, kas iedzīvotājiem pazīstams kā pirts komplekss un kur agrāk darbojās arī baseins. Domes priekšsēdētāja pastāstīja, ka pašlaik dokumenti atrodas Zemesgrāmatu nodaļā un drīzumā īpašuma iegādes process būs galā.

Lai atpūtas kompleksu varētu izmantot pēc iespējas efektīvāk un iedzīvotāji varētu izmantot dažādus veselības uzlabošanas pakalpojumus, ir jāzina sabiedrības domas, kas ir nepieciešamākās lietas, ko cilvēki vēlas saņemt. Tāpēc jau tuvākajā laikā domes mājas lapā www.preili.lv visiem būs iespēja atbildēt uz aptaujas jautājumiem, kā arī izteikt priekšlikumus. Viennozīmīgi, ka kompleksā jāatjauno pirts un baseina darbība, var ierīkot treniņu zāli, frizētavu, masāžas kabinetu, fitnesa zāli, bērnu istabu un tā tālāk. M.Plivda saka, iedzīvotājiem tā būs iespēja vienā vietā saņemt pakalpojumus, kas tagad izkaisīti pa visu pilsētu. Ir jāpadomā par to, lai, piemēram, baseina izmantošana būtu ērta ģimenēm, skolēniem, kuri



● Lai tālākā nākotnē uzņēmēji kļūtu par pašvaldības iegādātā atpūtas kompleksa apsaimniekotājiem, jau tagad var izteikt savus priekšlikumus un idejas novada domes speciālistiem. Foto: I.Kirilova

apgūs peldētprasmi, un citām iedzīvotāju kategorijām. Tā kā pilsētā kopumā ir ļoti laba sporta bāze, pēc atpūtas kompleksa sakārtošanas varēs nopietni pievērsties dažādu sporta treniņmetņu organizēšanai un uzņemšanai, tādā veidā arī nopelnot.

Atpūtas komplekss atrodas ļoti izdevīgā vietā tajā ziņā, ka iespējami dažādi risinājumi arī telpu apkurināšanā — netālu ir gāzes vads, iespējams pieslēgties pie SIA "Preiļu saimnieks" centralizētās apkures sistēmas vai arī uzstādīt autonomu šķeldas apkures katlu, secinājusi domes priekšsēdētāja. Tagad jāaicina kopā speciālisti un jā-

izlemj, kurš no apkures veidiem būs izdevīgāks. Tā kā pēc atjaunošanas komplekss tiks atdots nomā vietējiem uzņēmējiem, nepieciešams zināt viņu domas, tāpēc arī uzņēmēji tiks aicināti uz sarunām novada domē.

Preiļu novada domes priekšsēdētāja Maruta Plivda aicina iedzīvotājus un uzņēmējus aktīvi izteikt priekšlikumus, zvanot uz pašvaldības klientu tālruni 65322766 (jautāt tehniskās daļas vadītāju Jāni Skutelu vai attīstības daļas vadītāju Zigmāru Ertu), sazināties elektroniski dome@preili.lv un rakstīt novada domes priekšsēdētājai uz e-pastu maruta.plivda@preili.lv.

Pārdod privāto kara muzeju Aglonā



Kā ziņo laikraksts "Latgales laiks", Aglonā esošais kara muzejs, kurā atrodas vērtīga Otrā pasaules kara tematikai veltīta ekspozīcija, meklē pircējus. Muzeja īpašnieks Valdis Tumovs atzina, ka nolēmis pārdod muzeju ģimenes apstākļū dēļ. Interese par muzeja iegādi esot, taču reālu pircēju pagaidām nav, jo runa ir par krietnu naudas summu, kuru īpašnieks pagaidām nevarēja nosaukt. Kolekcijas oficiālā novērtēšana vēl nav veikta, taču tie varētu būt vairāki simti tūkstošu eiro. V.Tumovs atzīst, ka tas esot ļoti sarežģīts pirkšanas un pārdošanas process, tāpēc var ilgt gadiem.

Iekams nebūs atrasts jauns īpašnieks, kara muzejs Aglonā

turpinās savu darbu un būs atvērts apmeklētājiem.

Privātais kara muzejs tika izveidots 2008. gadā. Tajā aplūkojami Otrā pasaules kara krievu un vācu armijas ieroči, karavīru sadzīves priekšmeti, apbalvojumi, karavīru vēstules, formas, lidmašīnu atlūzas un citi priekšmeti, kurus savā kolekcijā savācis V.Tumovs. Vēsturiskā ekspozīcija nav politizēta, bet vienlīdz veltīta abām karojošām pusēm. Viens no vērtīgākajiem muzeja ieguvumiem unikālā feldpost (karalauka) vēstuļu sarakste starp vācu leitnantu Augustu Munšu un viņa mīloto Martu piecu gadu garumā. Tas ir dialogs starp diviem mīlošiem cilvēkiem ar laimīgām beigām.

Izglītojošs seminārs biškopības saimniecībā par ražošanas efektivitātes kāpināšanu

Latvijas Lauku konsultāciju un izglītības centra (LLKC) Preiļu nodaļa organizē izglītojošu semināru biškopības saimniecībā "Ražošanas efektivitātes kāpināšana biškopības saimniecībā", informē (LLKC) Preiļu nodaļas uzņēmējdarbības konsultante Jolanta Augšpūle.

Semināra sākums 22. jūlijā pulk-

sten 10.00 Preiļu novada Saunas pagasta Prikuļos, taču dalībnieku **pulcēšanās paredzēta pulksten 9.30 LLKC Preiļu konsultāciju birojā**, lai tālāk dotos uz bišu dravu.

Semināra laikā tiks aplūkotas šādas tēmas: Bišu saimes stāvokļa novērtēšana un atdaleņu veidošana; Traneņu saimju labošana, saimju apvienošana,

bišu māšu nomaīņa. Lektors būs LLKC biškopības konsultants Guntars Melnis.

Pieteikšanās semināram ir obligāta. Sīkāka informācija pie LLKC Preiļu nodaļas uzņēmējdarbības konsultantes Jolantas Augšpūles pa tālruni 26788681 vai elektroniski jolanta.augspule@llkc.lv.

Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku atskaņas

Šonedēļ lielākā daļa sabiedrības, šķiet, bija sadalījusies divās daļās — tajos, kuri Latvijas Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētkus atzina par skaistiem, lieliskiem, jo tie pierādījuši, ka Latvijā aug patriotiska, emocionāli bagāta paaudze, un tajos, kuri svētku ķibeles ar bērnu sliktu pašsajūtu un neizdevušos gājienu uzskata par pietiekamu pamatu nolīcīt gan izglītības un zinātnes ministri Mārti Seili, gan visu svētku orgkomiteju.

Pirmdienas rītā "Novadnieka" redakcijā viens no pirmajiem telefona zvaniem bija tieši svētku sakarā. Kādā divu svētku dalībnieku vecmāmiņa sašutusi stāstīja, ka velti gaidījusi svētku gājienā ieraudzīt savus mazbērņus — preileši tajā nav piedalījušies, tāpat kā daudzu citu novadu bērni. Viņa teica — gribu redzēt to vietējo atbildīgo personu, kas pateica, ka gājienā neviens neies. Ko lai saka... Esam runājuši ar novada koordinatori, uzklājusī un publicējuši viņas skaidrojumu, kāpēc tika pieņemts šāds lēmums. Televīzijā vairākus vakarus pēc kārtas notika diskusijas, sarunas ar dažādiem svētku organizēšanā iesaistītajiem cilvēkiem. Mežaparka estrādē notikušais, kad vienlaikus noģība vairāki desmiti bērnu, tika locīts gan šā, gan tā. Kāds vēlējās izglītības un zinātnes ministres Mārites Seiles demisiju, kāds, gluži otrādi, teica, ka atkāpties nekādā gadījumā nedrīkst. Ministre neatkāpās un, pilnīgi iespējams, pareizi darīja. Arī viņas lēmums naktī uz svētdienu par gājiena atcelšanu nav nekāds noziegums. Tobriid pat mediķi nevarēja pateikt, kas noticis ar bērniem, kāpēc vienlaikus tik lielam daudzumam jauniešu palika slikti. Ministres aizstāvimai var teikt vienu — mēs, paldies Dievam, līdz šim esam saudzēti no dažādiem šausmīgiem notikumiem, par kādiem ar neapskauzamu regularitāti ziņo pasaules mediji — kāds trakais šāvis uz skolēniem, kāds uzlaidis gaisā bumbu cilvēku pārpildītā autobusā vai citā sabiedriskā vietā, vēl kāds gatavojies teroraktam.

Mīļās māmiņas, vecmāmiņas un vectētiņi, vai par šo lietu neesat aizdomājušies? Vai nepieļaujāt domu, ka kas līdzīgs iespējams arī Latvijā? Mēs neesam kāda izolēta oāze aiz augsta žoga, kur savā nodabā varam gaviļēt un diēt, mēs esam daļa no Eiropas. Bet, kā paši ziniet, Eiropā nebūt nav mierīgi un droši. No dienviņu puses te ieplūst bēgļu straumes no Āfrikas, un nav nekādas garantijas, ka starp daudzajiem tūkstošiem, kas izmisumā riskē ar dzīvībām, šķērsojot Vidusjūru, lai nokļūtu drošībā pārtikusajā Eiropā, neatrodas arī kāds džihādists, "Islāma valsts" vai cita grupējuma izlolots terorists. Lai gan mazā Latvijā agrāk nav bijusi iejaukta nekādos starptautiska mēroga konfliktos un nav arī nekāds dziāns teroristu mērķis, simtprocentīgi droši mēs nevaram būt. Pieņemot lēmumu, ministre savādāk nedrīkstēja rīkoties.

Kas attiecas uz Skolu jaunatnes dziesmu un deju svētku izvērtēšanu, to patiešām nevajadzētu nodot vienīgi orgkomitejas ziņā. Pašvaldību vadītājiem, kuri pagājušās nedēļas nogalē pavadīja Rīgā, koru un pūteju orķestru diriģentiem, deju kolektīvu vadītājiem ir daudz sakāmā, tajā skaitā arī par svētku nedēļas scenāriju. Varbūt tiešām der padomāt un nākamajos svētkos izdarīt tik radikālas pārmaiņas, ka gājienu rīkot svētku nedēļas sākumā. Bērni, kas no malu malām saradīsies Rīgā, būs laikus sagatavojušies šim brīnišķīgajam notikumam un ar emocionālu pacēlumu uzsāks svētkus, turpinās nedēļu ne tikai nogurdinošos mēģinājumos, bet arī atpūšoties un priecājoties. Toties svētku noslēgums varētu notikt jau sestdien, lai tajā pašā naktī vai nākamajā dienā bērni dotos mājās, piepildīti skaistu un neaizmirstamu emociju. Pašlaik izskatās, ka svētku galvenie organizatori — Valsts izglītības satura centrs un svētku izpildītore Agra Bērziņa — i negrasās aizdomāties par nepieciešamību kaut ko mainīt. Viņiem šķiet, ka viss bijis ideāli, bet pagibušie bērni paši vainīgi — siltas jaciņas nav paņēmuši, naktīs negulējuši, biežputras vietā čipšus un popkornu saēdušies, tāpēc kļuvuši emocionāli nestabili un tā tālāk. (Ja kādam vajadzētu pēc notikušā atkāpties, tad tai būtu jābūt Bērziņas kundzei.)

Kā tad ar dziesmu un deju svētku dalībniekiem? Nav šaubu, ka viņi turpinās dziedāt, turpinās dejot, kopt un sargāt latvisko kultūru. Ārzemnieki turpinās brīnīties, bet mēs zināsim — Latvijai joprojām ir nākotne.

Japāņu mediju pārstāvji sajūsminās par Latgales uzticību tautas mantojumam

Septiņiem tālās Japānas žurnālistiem nesen bija sagādāta bagāta iepazīšanās vizītes programma, pārlicinot viņus – Latvija ir ļoti pievilcīga zeme. Tālie viesi apmeklēja arī Līvānu un Aglonas novadu.

Vizīte norisinājās no 7. līdz 12. jūlijam, grupā bija septiņi žurnālisti, no kuriem trīs savu uzturēšanos Latvijā pat pagarināja par dažām dienām, jo gribēja ieraudzīt vairāk, nekā programmā varēja iekļaut. Žurnālisti pārstāvēja trīs nozīmīgus Japānas dzīves stila žurnālus – “Moe”, “Linierē”, “Plus1 Living” ar 80 līdz 300 tūkstošiem eksemplāru tirāžu — kuri pastāvīgu uzmanību velta pagātnes mantojumam un tā saistībai ar mūsdienām, amatniecības tradīcijām un mājās gatavotam ēdienam, dažādu tautu pasaules uzskatam, vērtību izpratnei un garīguma avotiem.

Žurnālistu vidū bija gan rakstītāji un fotogrāfi, gan ilustratore un Japānā populāra modele, kas ar savu klātbūtni katra apskates objekta atspoguļošanu padarījis modernu piesaistošāku.

Vizītes programma bija veidota tā, lai, tēlaini runājot, nošautu divus zaķus. Vispirms dotos uz Latgali un divarpus dienu laikā mēģinātu aptvert šo brīnumaino kultūrvēsturisko novadu. Savukārt vizītes otrajā daļā apmeklētu skolēnu dziesmu un deju svētkus un iepazītu mūsu galvaspilsētu ar tās dažādajiem kultūras slāņiem – Vecrīgu, jūgendstilu, piedāvājumu gardēžiem u. c.

Jau pirmā apstāšanās ceļā uz Latgali, lai apmeklētu Likteņdārzu, kas top pēc japāņu arhitekta projekta, viesnāsu darīja domīgas un aizkustinātas. Spēcīgu iespaidu radīja ne tikai grandiozā piemiņas dārza iecere, bet arī pirmā tikšanās ar Latvijas dabu – divainajiem koku puduriem, kas aug uz āderēm, reibinoši smaržīgajiem liepu ziediem, lauku zālītēm, no kurām mēs gatavojam tēju, un savvaļas skābenēm, ko liekam zupā.

“Liepkalnos” notika pirmā iepazīšanās ar latviešu pankūkām – ak, cik garšīgi, viešņas atzina, un tā viņas sacīja brauciena laikā vai ikkatru maltītes ieturēšanas reizi.

Līvānos japānietes brīnījās par visgarāko noausto rakstaino jostu un... bija neizpratnē, kāpēc šajā vietā vairs neražo stiklu. Viešņas ilgi vērās uz stikla plāksnēm, kuras “Līvānu stikls” bija izgatavojis Brīvības pieminekļa atjaunošanai Rīgā, bet nu vairs fabrikas nav.

Daugavpili žurnālistiem bija interesanti gan klausīties stāstījumu par grandiozo cietoksni, gan ielūkoties “Marka Rotko mākslas centrā” ar japāņu dvēselei tik tuvo klusuma istabu.

Iespaidi krājās kārtu kārtām, un darba dienas ielga līdz pat 15 stundām. Tūrisma attīstības valsts aģentūra (TAVA), veidojot vizītes programmu sadarbībā ar Latgales reģionālo tūrisma asociāciju un bezgala atsaucīgiem cilvēkiem vietējos tūrisma informācijas centros ne tikai Koknesē un Līvānos, bet arī Rēzeknē, Aglonā, Krāslavā, Ludzā, Varakļānos un citur, jau bija bažijusies, ka programma ir par piesātinātu, lai spētu to izbaudīt. Praksē izrādījās, ka sirsnīgu tikšanos, spilgtu iespaidu un pārsteidzošas informācijas ir vēl vairāk, nekā tika gaidīts vai cerēts.

Pēc gandrīz 20 (!) objektu apmeklējuma japāņu žurnālisti kopumā bija sajūsmināti un TAVA mārketinga partnera Japānā – uzņēmuma “Foresight Marketing” darbiniece Akiko Šiga atzina: “Latgalē ir tik daudz ko redzēt! Tas bija pareizs lēmums doties tieši uz Austrumlatviju, kur līdz šim žurnālistus un tūrisma operatorus nebijām veduši.”

Stāstot par saviem visspilgtākajiem iespaidiem, žurnālisti pēc vizītes Latgalē nosauca Maizes muzeju Aglonā un tā saimnieci Viju Ancāni, no kuras viņi ļoti negribēja šķirties. Tika pierakstītas gan vitālās latgalietes dzīves gudrības, gan receptes (piemēram, kā pareizi jaskabē gurķi), nogaršotas gan latgaliešu kļockas, gan ugunsdzīra šmakovka, izsmaržotas pirmās gailenes un dilles. Neaizmirstams bijis Ludzas amatnieku centra apmeklējums, brauciens ar plotu pa mazo Ludzas ezeru un Līvānu stikla ekspozīcija.

“Latgalē senie amati joprojām ir dzīvi. Aušana, auduma izšūšana, adīšana un citas prasmes – apbrīnojami, ka tās nav tikai grāmatās aprakstītas vai šaurā lokā pazīstamas mākas. Latgalē ar senajiem amatiem cilvēki dzīvo. Kā to var izskaidrot?”

Kaut gan kādai žurnālistei jau esot bijis priekšstats par latviešu tautas tērpiem un tos viņa bija redzējusi iepriekš, brauciena laikā viešņai radās izdevība savām acīm ieraudzīt, kā tērpi top. Tā esot ļoti vērtīga pieredze.

Visi uzsvēra latgaliešu viesmīlību. Ikvienā vietā, kur bija kāda tikšanās, visur bijis jūtams siltu siržu starojums (pie keramiķa Valda Pauliņa Krāslavā, Astrīdas Vucēnas “Latgaļu sētā”, Gunāra Igauna mūzikas instrumentu



● Japāņu žurnālisti baudīja maltīti Aglonas Maizes muzejā un klausījās tā vadītājas Vijas Kudiņas stāstījumu.



● Tālie viesi vēlētos redzēt, kāds izskatās Aglonas bazilikas sakrālais laukums augusta svētku laikā.

darbnīcā Gaigalavā un citur). Japāņi slavēja baudīto cienastu, gan to, kas bija tipiski latgalisks (guļbešņiki Krāslavas kulinārā mantojuma centrā), gan pelēkos zirņus, biešu auksto zupu un citus Latvijas tradicionālos ēdienus. Latgalē pasniegtais ēdiens esot ticis gatavots ar mīlestību, ko varējis just katrā kumosā.

“Zvejnieku” mājā Lubāna krastā saimnieki ciemiņus mīloja ar dažādām gardām zivīm un aļņa gaļas ēdieniem, bet diemžēl viesu mazie vēderiņi vēl bija pilni kopš pusdienām un tāpēc viņi nespēja izgaršot visu, kas tika dāsnī piedāvāts. Lai, lūdzu, viņus par to atvainojot, lūguši tālumnieki.

Viens no spilgtākajiem iespaidiem, kuru pieminēja vairāki žurnālisti, saistās ar programmā neparedzētu epizodi Teirum-

nieku ezeriņa krastā. Pēc viegli ieturētās maltītes “Zvejniekos” namamāte Anna Macāne piedāvāja ciemiņus aizvest uz purva taku, kas iekārtota pēc japāņu speciālistu ieteikuma Lubāna mitrajā izmantošanā.

Saule rietēja brīnum krāšņi, ezeriņš bija gluds un glezns, Anna Macāne iepazīstināja ar sūnām, kas ezeriņa ūdeni dara tīru un sevišķi veselīgu, un šo rindu autore nespēja atturēties un iepeldēja ezeriņā. Kāda žurnāliste ieraudzīto rezumēja šādi: “Braucienā man vairākkārt tika stāstīts, ka Latvijā cilvēki dzīvo ciešā saistībā ar dabu, bet nu es par to pārlicinājos pati savām acīm. Šķita, ka ir apstājies laiks, valdīja bezgalīgs miers. Mūsdienų pasaule šo bagātību jau ir zaudējusi. Jums tā vēl ir.”

Saule rietēja, iekrāsodama debesis viegli violetas, vietumis bija sakritusi migla, un tālie ciemiņi nespēja noslēpt sajūsma, kādu iepriekš dienas gaišumā viņi bija vēltājuši katram ceļa malā ieraudzītam stārķim. Pāri zemes ceļam pārgāja ezītis, un tā vien liekas, ka skaistāku dienas nobeidzumu žurnālisti nebija varējuši iedomāties.

TAVA tūrisma tīrģus speciāliste Inguna Žigure atzīst: “Vizītes programma tika veidota ar daudz cilvēku pūlēm, un tāpēc man ir vēl jo lielāks prieks, ka brauciens bija veiksmīgs un, spriežot pēc ciemiņu atsauksmēm, deva daudz impulsu Japānas žurnālistiem viņu darbā.”

I.Briede,
TAVA sabiedrisko attiecību speciāliste

Izcilības balvās pedagogiem SIA “Z-Light” piešķir 17 000 eiro

Izcilības balvas komisijas locekļi izvērtēja pedagogu sasniegumus audzēkņu sagatavošanā konkursiem un olimpiādēm, kuros bērni guvuši augstus rezultātus. Rezultāti apstiprināti Līvānu novada domes sēdē.

Komisijas loceklis un balvas mecenāts Daumants Pfafrods (SIA “Z-Light”) šogad piešķir papildus līdzekļus un kopumā šim mērķim atvēlēja 17 000 eiro. Izcilības balvas pedagogiem svārstās no 500 līdz 3000 eiro pirms nodokļu nomaksas vie-

nam skolotājam. Mecenāts uzsvēra, ka nākamajā gadā cer redzēt vēl augstāka līmeņa pedagogu sasniegumus, lai, salīdzinot ar iepriekšējiem gadiem, būtu redzama izaugsme. Jo tikai tad šai balvai ir jēga, ja izglītības līmenis un mācību kvalitāte novada skolās aug. Ja izaugsme būs, D.Pfafrods ir gatavs piešķirt īpašo — *Ekselences balvu* līdz pat 5000 eiro kādam no pedagogiem.

Izcilības balvas šogad piešķirtas **Elitai Vaivodei** – Līvānu 1. vidusskolas matemātikas skolotājai, **Venerandai Sprīņģei** – Rudzātu vidusskolas matemātikas sko-

lotājai, **Taisijai Grabļevskai** – Līvānu 2. vidusskolas fizikas, mājturības un tehnoloģiju skolotājai, **Marijai Raginskai** – Līvānu 1. vidusskolas matemātikas skolotājai, **Vladislavam Sprīņģim** – Rudzātu vidusskolas fizikas skolotājam, **Līgai Slicai** – Jaunsilavas pamatskolas ķīmijas, vizuālās mākslas, mājturības un tehnoloģiju skolotājai, **Anītai Reiterei** – Līvānu 1. vidusskolas angļu valodas skolotājai, **Mārītei Ondzulei** – Jersikas pamatskolas sākumskolas skolotājai, **Sanitai Du-**

bovscai – Rožupes pamatskolas vēstures skolotājai, **Kristīnei Balodei** – Līvānu 1. vidusskolas angļu valodas skolotājai, **Inesei Magdaļenokai** – Līvānu 1. vidusskolas latviešu valodas un literatūras skolotājai, **Ēvaldam Kārklim** – Rudzātu vidusskolas vēstures, politikas un tiesību, kulturoloģijas, mājturības un tehnoloģiju skolotājam; **Maijai Ancānei** – Jaunsilavas pamatskolas ģeogrāfijas un dabaszinību skolotājai, **Gintai Vucinai** – Jersikas pamatskolas angļu valodas skolotājai.

Lappusi sagatavoja L.Kirillova

Līvānieši — piedzīvojumu garšu Indonēzijā meklējot

Nobeigums. Sākums 14. jūlija numurā.

11. jūnijā agrā rītā ar četriem kuģiņiem devāmies Mahakam upes ekspedīcijā. Apmēram pēc pusstundas brauciena kuģiņi piestāja Kumala salā. Kumala sala atrodas Mahakam upes vidū, kura plūst gar Tenggarong pilsētu, Kutai Kartanegara rajonā. Šī 85 hektārus lielā sala ir unikāla, jo izskatās kā laiva upes vidū. Pirms to pārveidoja par modernu atpūtas vietu, Kumala bija dzīves vieta simtiem lieldeguna pērtiņu (*Nasalis larvatus*) un Borneo salas dažādām rūpuļu sugām. Kumala sala kā tūrisma objekts apskatāms kopš 2002. gada. Pirms brauciena visiem festivāla dalībniekiem tika uzdāvināti bambusa auduma krekliņi ar uzrakstu "Zaļā Kumala" un zaļas cepurītes. Ekspedīcijas laikā bija paredzēta augļu koku stādīšana. Visi festivāla dalībnieki pulcējās vienā no Borneo pamatiedzīvotāju "garajām mājām". Šādā "garajā mājā" zem viena jumta dzīvoja vesels ciemats. Te nobraudījām tradicionālas vietējo pusdienas. Tāpat kā pie mums pāktis vāra cūku pupas, tā pie viņiem zemes riekstus. Garša diezgan līdzīga. Vietējie iedzīvotāji mūs sagaidīja ar priekšnesumiem: tautas dejām, mūziku un spēlēm.

Pēc pusdienām devāmies uz lauku, kur katra valsts iestādīja 10 augļu kociņus.

Dienas otrajā pusē norisinājās tradicionālās sporta spēles. Četrpadsmit valstu konkurencē kopvērtējumā ieguvām 1. vietu. Labākie bijām bambusa grūšanas sacensībās un "šaušanā" ar tradicionālo medību ieroci džungļos — pūšamo caurulīti. Bijām bezgala lepnī, jo mūsu mazās Latvijas vārds izskanēja pasaulē! Festivāla laikā sniedzām septiņas intervijas dažādiem televīzijas kanāliem. Indonēzijas austrumos ir saglabājusies arī hinduisma un budisma tradīcija, jo islāma izplatība 16. gs līdz ar holandiešu ienākšanu apstājās. Te saglabāties hinduistu templis. Virs salas lepnī slejas milzīga Lembuswana statuļa.

Braucot garām paļu mājīnām, varēja manīt ziedošus lotosus. Lotoss kopš seniem laikiem tiek uzskatīts par svētu. Joprojām ir saglabāties uzskats, ka tas nodrošina ilgu mūžu, cieņu un veiksmi. Lotoss ir arī triumfa simbols, kas, sakņodamies dubļos un augdams tumšos ūdeņos, var izdzīvot tūkstošiem gadu. Lotoss ir patiesības, labvēlības un skaistuma simbols. Lotosa zieds atveras līdz ar saules lēktu un aizveras līdz ar saules rietu, tāpat kā mūsu prāts atveras, iegūstot jaunas zināšanas. Lotoss, augdams pat necilās vietās, joprojām ir skaists, neskatoties uz apkārtējo vidi. Tas atgādina, ka arī mums ir jāzaglabā sava iekšējā skaidrība un skaistums, neskatoties uz nekādiem apstākļiem. Lotosa lapas nekad nekļūst slapjas, lai gan tās vienmēr ir ūdenī. Tas simbolizē gudrību, kas neietekmējas no pasaules bēdām un pārmaiņām.

12. jūnijā devāmies Tenggarong pilsētas apskates ekskursijā. Pilsēta dibināta 1782. gadā.

Kopējais iedzīvotāju skaits pilsētā ir 96 209 iedzīvotāju (2010). Apmeklējam Tenggarong Universitātes planetāriju, kurš ir trešais lielākais planetārijs Indonēzijā un vienīgais 3 D planetārijs Austrumāzijā. Planetārijā ir 92 sēdvietas.

Piestājām arī vietējo amatnieku tirdziņā. Pārsvārā visi izstrādājumi ir darināti no pērlītēm. Starp suvenīriem atradām savdabīgus atslēgu piekariņus — ar pērlītēm rotātus gaiļa piešus. Tas droši vien ir tāpēc, ka Indonēzijā ir izplatītas gaiļu ciņas, kas ieguvušas pasaules slavu. Te atrodami dažādi dekoratīvās mākslas priekšmeti. Īpaši izceļas savdabīgā veidā batikotie audumi, kur joprojām tiek izmantota tradicionālā audumu krāsošanas metode. Mēdz teikt, ka šajā salā ikkatrs iedzīvotājs ir vai nu amatnieks, vai dejotājs, vai muzikants. Košās gleznas, kokgriezumi, metālkalumi tiek augsti vērtēti. Borneo salas iedzīvotāji darina kvalitatīvus juvelierizstrādājumus. Par akmeņiem izstrādājumos tiek izmantoti minerāli, kuri radušies pārkmeņojoties kokiem. Te dzīvo un savu preci tirgo izcili kokgriezēji. Tas viss rada dzīvesprieku, jautrību un krāsainību uz mūžzaļo džungļu fona.

13. jūnijā apmeklējām Erau Expo 2015. Izstādē sevi prezentē daudzas valsts aģentūras, privātais sektors, mazie un vidējie uzņēmumi gan no vietējā reģiona, gan no attālākām vietām. Mums visvilinošākais šķiet kakao ražotāju stands. Viņi ir tik dāsni, ka mūsu grupas dalībniekiem dāvā kakao augļus. Te bagātīgi pārstāvēti rotaslietu ražotāji. Īpaši skaistas ir pērļu rotaslietas. Visai dīvainas izjūtas pārņem ieraugot krāsainus čālus — rozā un violetus. Vai tādi var būt dzīvotāji?

Vakarā devāmies pie sultāna uz Bepelas ceremoniju. Tradicionālās Bepelas ceremonijas mērķis ir godināt sultāna dvēseli un ķermeni, tādā veidā dodot viņam spēku un izturību, lai viņš varētu uzņemties atbildību kā karalis. Bepelas reliģiskā ceremonija notika Karaļa pili. Tā sākas ar deju (sauktas dewa), kuras izpildīja sievietes. Tarian beganjur dejas ir daļa no Bepelas ceremonijas, kas tiek izpildītas katru nakti Kutai Martadipurā Ing pili Erau festivāla laikā. Telpas griesti piekarināti ar "dāvanu" maisiņiem, kuros atrodas banāns, ola un baltaize. Viņu rituālos vienmēr tiek izmantoti banāni un olas. Pēc ceremonijas pirmās daļas visi dodas vakariņot. Atgriežoties ceremoniju zālē, visi tiek apbērti ar rīsiem. Tad sākas pats interesantākais — ceremonijas dalībnieki lec pēc griestos pakārtajiem maisiņiem. Kurš šādu maisiņu dabū, tam pārticība garantēta. Uz šādas jautras nots pasākums arī beidzas. Reizēm Bepelas ceremonija varot ieilgt līdz astoņām stundām.

14. jūnijā devāmies uz Karaļa pils laukumu, kur notika īpaša Belimbur ceremonija. Belimbur ceremonijas mērķis ir attīrīt savu dvēseli, aizsargāt to no ļaunajiem gariem un piesaistīt sev svētību un labestību. Te notiek pūka mešana ("Mengulur Naga") Ma-



● Ielu koncerts.

hakam upē. Kad sultāns apšļaksta ar ūdeni cilvēkus sev apkārt, tā ir zīme, ka Belimbur sākas. Lai attīrītu zemi un aizsargātu to no ļaunajiem gariem, pastāv uzskats, ka Kutai reģionā Belimbur ceremonijai ir svētku nozīme. Skaļa signalizācija aicina malās stāvošos iedzīvotājus pievienoties ceremonijai, kur no ugunsdzēsēju mašīnām ūdens strūkļa tiek izšauta augstu gaisā un aptver plašu teritoriju. Šlakstīšanās atļauta tikai ar tīru ūdeni un uz cilvēkiem, kuri labprātīgi tajā iesaistās. Pēc šādas ceremonijas bijām slapji līdz pēdējai vilītei.

Pienākusi festivāla pēdējā diena un Atvadu vakars. Šim vakaram izraudzīta īpaša vieta — milzīga atklātā halle ar āra terasēm. Skanēja pateicības vārdi gan rikotājiem, gan dalībniekiem. Visi griezās deju virpulī un baudīja gardo indonēziešu virtuvi. Gaisā uzvijās ugunsziedi, kas liecināja, ka festivāls ir galā.

15. jūnijā rītā sakravājām čemodānus un devāmies māju virzienā. Pār vaigiem draugiem noritēja atvadu asaras. Vai mūsu ceļi vēl kādreiz krustosies? Ceļā uz Balikpapanu mūs pavada abi gidī. Balikpapanā ir galvenā mīne starptautiskiem naftas uzņēmumiem, kalnrūpniecības uzņēmumiem un ar tiem saistītajām atbalsta nozarēm, kas darbojas austrumu Borneo.

Braucot list kārtīgs tropu lietus. Visapkārt plešas dārzu plantācijas, dragonaugļu dārzi un banānu audzes. Gar ceļa malu rindojas ziedošas enģelštaures. Parādās milzīgi gumijkoki.

Domājām doties džungļu trekīngā jeb pārgājienā, bet lietavu dēļ pasākumu nācās atcelt. Vietējie zināja stāstīt, ka vietām esot ceļu nogrūvumi, un tas esot bīstami. Noīrējām autobusu un dienu veltījām Balikpapan pilsētas un apkārtnes iepazīšanai. Aizbraucām uz krokodilu fermu, kurā mājāja vairāk nekā 1300 krokodilu. Vecākajam ir 50 gadi. Garākais krokodils sasniedz piecu metru garumu. Mums tika piedāvāta fotosesija ar gadu vecu krokodilēnu. Pēc krokodilu fermas apskates braucām uz pludmali. Par iebraukšanu pludmalē tāpat kā Jūrmalā, ir jāmaksā. Pludmale mums šķita netīra un smakojīga, tāpēc neviens no mūsu grupas neatļāvās peldēties.



● Krokodilu fermā.

Vien vietējā ēstuvītē baudījām grilētus zivis, dzērām kokosa pienu un slavējām saimnieci. Ēdienu izmaksas: lēts ēdiens varētu izmaksāt 0,25 – 2 ASV dolārus, vidējas klases 2 – 5 ASV dolārus un augstas klases ēdiens — sākot no 5 ASV dolāriem. Lielākajās Indonēzijas pilsētās ir lielveikali, iepirkumu kompleksi, universālveikali, kur ir fiksēta cena. Veikali parasti ir atvērti visu nedēļu, ieskaitot arī svētdienu. Veikalu darba laiks ir no 9:00 līdz 21:00. Šajā salā, tāpat kā visā Indonēzijā valda stingrs sausais likums, viesnīcas restorānā iespējams iegādāties bundžiņu alus par 6 EUR, veikalos alkoholiskie dzērieni atrodas aizkariniem.

Pēdējās divas nakts apmetāmies viesu mājā (kaut kas līdzīgs studentu hostelim). Pagalmā bija mošeja. Rītos, dienas vidū un vakaros mullas balss no minaretiem aicina uz lūgšanām. Indonēzijā ir dažādas reliģijas — islāms 88%, protestantisms 5%, katolicisms 3%, hinduisms 2%, budisms 1%.

17. jūnijā pusdienlaikā pametām viesu namu un devāmies uz lidostu. Lidostā nokļuvām laicīgi. Drošības pārbaude tika

veikta jau pie ieejas. No Balikpapanas lidojām uz Džakartu. Lidojums tiek veikts ar Indonēzijas valsts nacionālo lidsabiedrību Garuda Airlines. Vārds garuda visa ceļojuma laikā mums tiek vairākkārt atkārtots — nevis kā lidsabiedrības reklāma, bet gan kā simbols, mītiskais putns, kas simbolizē indonēziešu vienotību un uzticību savai zemei.

Ceļojuma laikā uz Indonēziju atklājām, ka tālajā un noslēpumainajā Indonēzijā piemīti patiešām mistisks magnētisms, kas pievelk visas pasaules ceļotājus. Šī ir neparasti skaista zeme, kur džungļi mijas ar kalniem. Šī zeme ir dzimtene retiem dzīvniekiem un augiem, garšvielu dārzeņiem un koraļļu rifiem, seniem templiem un eksotiskām ciltīm, pilim un legendām. Šeit modernās civilizācijas sasniegumi nebūt netraucē gadsimtiem seno parašu un tradīciju eksistenci. Vienus no tradicionālajiem svētkiem — Erau, izdevās piedzīvot arī mums.

Paldies par atbalstu Valsts Kultūrkapitāla fondam, Latvijas institūtam, SIA "Z-Light", SIA "Līvānu kūdras fabrika", Līvānu novada domei.

A.Kārkle,
"Ceiruleiša" vadītāja

18. jūlijā plkst. 19.00
Amigo Dzintara dziesmu
vasaras tūres
koncerts un balle Preiļu estrādē.
Liepavots, Aigariņš, Santa Zapacka, Baltie Lāči,
Liene Šomase un Jānis Moisejs,
Galaktika, Edvīns Bauers, Klaidonis
un daudzi, daudzi citi!
 Biļetes Preiļu KC un Biļešu Paradīzes kasēs.
 Info tālr. 29131458.

2015. gada
25. jūlijā
Maizes
 muzejs Aglonā

SVIN DARBOŠANĀS 10 GADUS UN MAIZES CEPTUVES 15 GADUS!

No 9.00 rītā, visas dienas garumā Latgales amatnieku un mājažatāju KIRMAŠS -
 gadatirgus (līdz 17.00).
 Īpašie dalībnieki - biedrība Latgales tematiskie ciemi.

SVĒTKU PROGRAMMA:

- 10.00 svētkus ieskandina Līvānu folkloras kopa «Sudobrī», vad. Aija Smirnova
- 10.30 uguns kuššana, ziedu mešana
- 11.00 Rušonas deju kolektīva sveiciens, vad. Dina Staskeviča
- 11.30 maizes mīklas mīcīšana
- 12.00 Maizes muzeja saimnieces, Viļas Kudiņas LIELAIS PALDIES
 sadarbības partneriem, atbalstītājiem...
- 12.30 Līvānu folkloras kopa «Ceiruleits», vad. Anna Kārļa
- 14.00 Salnavas muzikantu ciema kapela «Sābrī», vad. Elvīra Bleive,
 ieskandina večeirīnu
- 15.00 maizes laišana krāsnī
- 16.00 karstas maizes cienasts

Uzīņas un pieteikšanās pie
 Maizes muzeja saimnieces
 Viļas Kudiņas, tel. 29287044,
 maizesmuzejs@inbox.lv

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

PRIVĀTSLUDINĀJUMS (maksas).

Rubrika _____ Derīgs līdz 20. jūlijam.

T	ā	i	r	.										
---	---	---	---	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

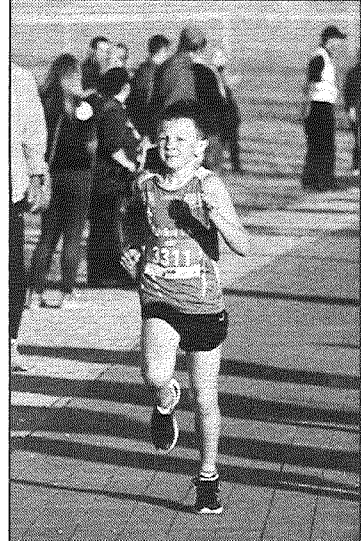
Aizpildīšanas noteikums:
viena rūtiņa — viena zīme.

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

Iesniedzēja vārds, uzvārds _____
 Adrese, tālr. _____
 Vai sludinājumu ievietot interneta mājas lapā? Jā Nē
 Maksa 0,50 EUR (ar PVN).
 Jāiesniedz tikai laikrakstā publicētais kupons, kopētus un pa faksu sūtītus
 nepieņemsim.

Līvāniešiem godalgotas vietas un rekordi "Skrien Latvija" seriāla pusmaratonā Jelgavā

Skriešanas sezonai sākoties, Skrien Latvija seriāls ieguvis jaunu atbalstītāju – Bigbank un sola ar sparū ķerties klāt sacensību organizēšanai, turpināt labākās tradīcijas un piedāvāt daudz jaunumu. Līvānu novada vieglatlētikas kluba komandai bija lieliska iespēja par to pārliecināties, izjutot skriešanas burvību naktīgajā Jelgavā, kur norisinājās skriešanas seriāla 4. posms, informē Līvānu vieglatlētikas kluba valdes loceklis Andrejs Bondarevs.



Nikita Bondarevs finiša taisnē.

Jelgava tikai otro gadu uzņemas organizēt skriešanas svētkus, bet jau tagad droši var teikt, ka tas bija un paliks viens no interesantākajiem skrējieniem. Tas ne velti nosaukts par "Jelgavas nakts pusmaratonu" – starti tiek dots plkst. 22:00, lēnākiem skrējējiem bija iespēja distānci uzskāt sestdienas vakarā, bet finišēt nākamās dienas sākumā. Jelgavas pusmaratona starta un finiša vietas bāzējās Lielupes labajā krastā, bet sacensību centrs (EXPO) Pasta salīnā, kas ir jelgavnieku iecienītākā atpūtas vieta.

Pusmaratona dalībniekus un viesus sagaidīja ar plašu kultūras programmu – bija iespēja apskatīt arī 9. Starptautiskā smilšu skulptūru festivāla darbus par tēmu "Nākotne pēc 750 gadiem", vērot VII Jelgavas sievu nešanas čempionātu, inline hokeja spēles un pēc pusnakts – grupas "Dzelzs vilks" koncertu vērienīga uguns šova pavadībā. Organizatori parūpējās arī par pārsteigumiem visas distances garumā. Jau pats sākums bija labas Holi- vudas filmas vērts, kad reizē ar starta šāvienu no starta konstrukcijām izplūda biezi dūmi, kas padarīja ierasto procedūru par neaizmirstamu. Nebija garlaicīgi visas trases garumā, jo dalībniekus ik pa laikam sagaidīja DJ radītie priekšnesumi, lāzeru gaismas šovi un, protams, dūmi, dūmi, dūmi... to bija daudz.

Tradiccionāli sacensības atklāj bērnu skrējieni un tikpat tradicionāli tajos piedalās mūsu jaunā paaudze. Nikita Bondarevs šoreiz viegli tika galā ar saviem sāncensiem, gūstot savu ceturto uzvaru šogad un jau desmito pēc kārtas Skrien Latvija seriālā divu gadu griezumā. Nedaudz sarūg- tināja, ka Jelgava jau otro gadu nerīko apbalvošanas ceremoniju bērnu grupās (iespējams, ar

jumā pēc aizvadītiem četriem posmiem atrodas saraksta augšgalā, ieņemot godpilno 2. vietu. Ļoti sāva ciņa sezonas noslēguma daļā var izvērsties Nike Tautas skrējienā (10,6 km) komandu vērtējumā – ja ar pirmo un otro vietu daudz maz jau skaidrs (tās ir Sportland/Nike un Maratons-Asics komandas), tad par vietām no trešās līdz sestajai ciņa solās būt nežēlīga. Veselas septiņas komandas (Aizkraukle, Moller Auto Ventspils, OGRE-10, Sportlat, Da-Marathon, SK Tērauds, ieskaitot arī Līvānu VK-3 komandu) pretendē uz vietu labākajā sešniekā. Mūsu komandas dalībniekiem Arvilam Bušmanim, Valērijam Gasperovičam, Arnim Kaļiņinam, Robertam Mālniekam, Jeļenai Mironovai un Mārai Sūpuniecai nāksies pacinīties, lai iegūtu ieskaites vietu sezonas beigās.

Jelgavas posmā labāko sniegumu uzrādīja Arnis, pieveicot 10,6 km garo distānci ar laiku 36:05 un finišējot 8. vietā VT grupā. Labs sniegums arī Valērijam Gasperovičam, kurš pirmo reizi apsteidza savus pieredzējušos kluba biedrus Robertu un Arvīlu un ar rezultātu 40:12 finišēja 15. vietā.

Kā vienmēr ar vislielāko nepacietību gaidījām finišu pusmaratona distāncē. Māšas Valteres ir pieradinājušas mūs pie augstvērtīgiem rezultātiem – Kitija cinās par uzvarām, Ginta par iespēju būt labāko sešniekā. Bet patīkamu pārsteigumu sagaidījām Solveigas Ozolas-Ozolīnas izpildījumā – ar lielisku personīgo rekordu 1:25.11 sportistei izdevās finišēt 4. vietā. Kitija finišēja kā piektā – 1:26.12, bet Ginta kā astotā – 1:32.19 (arī personiskais rekords). Valērija Šakeļa un Jāņa Važņeviča uzrādītie rezultāti arī palīdzēja Līvānu VK pusmaratona komandai un ļāva pirmo reizi karjerā kāpt uz goda pjeDESTāla trešā pakāpiena. Valērijam ar rezultātu 1:20.15 divpadsmitā vietā V30 grupā, Jānis ar rezultātu 1:33.55 finišēja kā sestais V50 grupā. Šobrīd seriāla kopvērtējumā Līvānu VK-1 komanda atrodas augstajā piektajā vietā, bet, visiem dalībniekiem uzlabojot savu līdzšinējo sniegumu, nav zaudētas cerības aizsniegties līdz trešajai vietai. Piebildīšu, ka šogad, pirmo reizi Skrien Latvija seriāla vēsturē tiks izcīnītas Latvijas komandu čempionāta medaļas pusmaratona distāncē.

Kāpēc jāēd gurķi?

Gurķi, tāpat kā ķirbji, kabači un arbūzi, pieder pie ķirbju dzimtas. Galvenokārt tie sastāv no ūdens (95%). Gurķi ir bagāti ar K, C un B vitamīniem, varu, kāliju un mangānu. Gurķi var palīdzēt izvairīties no barības vielu trūkuma, kas ir plaši izplatīts – īpaši starp tiem, kas ēd nesabalansētu barību un bieži dzīvo no pusfabrikātiem.

Aizsargā smadzenes. Gurķi satur pretiekaisuma vielu, kam ir svarīga loma smadzeņu darbības uzturēšanā. Gurķi uzlabo arī atmiņu un aizsargā nervu šūnas no bojājumiem, kas saistīti ar novecošanos.

Samazina saslimšanas risku ar vēzi. Gurķi satur polifenolus, kas var palīdzēt samazināt saslimšanas risku ar krūts, dzemdes, olnīcu un prostatas vēzi. Tie satur arī fitovielas ar pretvēža iedarbību.

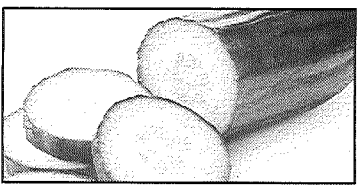
Cinās pret iekaisumu. Gurķi var palīdzēt mazināt iekaisuma reakcijas visā organismā.

Antioksidanta īpašības. Gurķi satur daudzus antioksidantus – arī C vitamīnu un beta-karotīnu. Flavonoidi aizsargā no hroniskām slimībām, tajā skaitā arī sirds slimībām.

Atsvaidzina elpu. Pie aukslējām pielikta gurķa šķēlīte var palīdzēt atbrīvot muti no smakas izraisošām baktērijām. Saskaņā ar ajūrvēdas mācību, ēdot gurķus, mēs atbrīvojam lieko siltumu kuņģī, kas tiek uzskatīts par galveno iemeslu sliktai elpai.

Mazina stresu. Gurķi satur vairākus B vitamīnus – B1, B5 un B7. Šie vitamīni palīdz mazināt trauksmi un aizsargā no kaitīgās stresa ietekmes.

Uzlabo gremošanas trakta darbību. Gurķi galvenokārt sastāv no ūdens un šķiedras, kas vajadzīgi, lai



normalizētu gremošanas sistēmu. Dzeramais ūdens var palīdzēt nomākt akūtus skābes atplūdu simptomus, uz laiku palielinot kuņģa pH līmeni – ēdot gurķus, ir līdzīgs efekts.

Gurķu mizas satur nešķīstošo šķiedrvielu, kas palīdz ēdienam pārvietoties caur gremošanas traktu, veicinot labu vēdera ieziju.

Normalizē svaru. Gurķiem ir ļoti maz kaloriju, tāpēc tie ir laba uzkoda gan starp, gan ēdienreizēs (viena tase sagrieztu gurķu satur tikai 16 kalorijas). Šķīstošā šķiedra rada gēlam līdzīgu konsistenci zarnās, palīdzot palēnināt gremošanu. Tas liek just sātu ilgāk un ir viens no iemesliem, kāpēc šķiedrām bagāti pārtikas produkti var palīdzēt pie aptaukošanās.

Uztur veselū sirdi. Gurķi satur kāliju, kas pazemina augstu asinsspiedienu. Atbilstošs kālija līdzsvars gan ārpus šūnas, gan šūnā ir ļoti svarīgs, lai organisms darbotos pareizi.

Atgriež enerģiju un možumu. Pateicoties maigajai garšai un augstajam ūdens saturam, gurķi ir ideāla bāze dārzeņu sulām. Svaigi gatavota zaļā sula ir vitamīnu, minerālvielu un fermentu kopums, ar ko palūtināt savu organismu. Kad ķermenis ir apgādāts ar uzturvielām, kas tam nepieciešamas, un pH līmenis ir normalizēts, jūs jūtaties moži un enerģiski, arī imūnā sistēma tiek nostiprināta.

„Zintnieks”

SLUDINĀJUMI, LĪDZJŪTĪBA

**PROFESIJA
VISAM
MŪŽAM!**

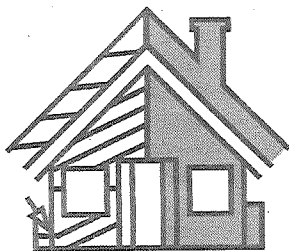
Dokumentu
pieņemšana
no
02.05.2015.
līdz
15.08.2015.

WWW.DBT.LV

**LAIPNI
GAIDĀM
MŪSU
TEHNIKUMĀ!**



mākslinieks
HARIJS GRUNDMANIS



Profesionālās izglītības
kompetences centrs

DAUGAVPILS BŪVNICĪBAS TEHNIKUMS

2015./2016.m.g. uzņem izglītojamās šādās specialitātēs:

Ar pamatizglītību. Mācību ilgums – 4 gadi:

Apdares darbu tehniķis (Daugavpili un IPĪV Dagda)
Ceļu būvtehniķis
Autodiagnostiķis
Inženierkomunikāciju tehniķis
Interjera noformētājs
Arhitektūras tehniķis
Būvuzstrādājumu galdnieks
Automehāniķis (IPĪV Dagda)
Ēdināšanas pakalpojumu speciālists (IPĪV Dagda)

ESF programmas no 17 līdz 29 gadu vecumam:

Ēku siltinātājs
Betonetājs
Apdares darbu strādnieks (Daugavpili un IPĪV Dagda)
Konditors (IPĪV Dagda)
Autoatslēdznieks (IPĪV Dagda)
Krāšņu podnieks (IPĪV Ludza)

Profesionālās izglītības
kompetences centrs „Daugavpils
Būvniecības tehnikums” ir lielākā
Būvniecības mācību iestāde
Latvijā, kura jau 50 gadus stiprina
profesionālo izglītību. Tehnikums
pievērš 2. un 3. līmeņa
profesionālo izglītību, sākot ar
pedagoģiskās korekcijas grupām
(pēc 7. klases), arrodizglītību un
profesionālo vidējo izglītību,
dienas un vakara maiņās.

Ar pamatizglītību (no 17 gadu vecuma). Mācību ilgums – 1 gads:

Lokmetinātājs metināšanā ar mehanizēto iekārtu aktīvās gāzes vidē (MAG)
Sausās būves montētājs arī ESF programma

Ar arrodizglītību. Mācību ilgums – 1 gads:

Vispārējās vidējās izglītības vispārīgizglītojošā virziena programma (IPĪV Dagda)
Būvstrādnieks (IPĪV Dagda)

Ar nepabeigtu pamatizglītību pēc 7. klases. Mācību ilgums – 3 gadi:

Būvstrādnieks (IPĪV Dagda)

Ar vidējo izglītību. Mācību ilgums – 1.5 gadi:

Apdares darbu tehniķis (arī IPĪV Ludza ESF programma)

Ceļu būvtehniķis
Autoelektriķis
Interjera noformētājs

Mācību laikā
audzēkņi saņem
valsts budžeta
stipendiju līdz 21
EUR mēnesī un ESF
mērķstipendiju līdz
115 EUR.

Izglītojamie ne tikai apgūst izvēlēto specialitāti,
bet arī attīsta radošas un fiziskas spējas sporta
sekcijās. Izglītojamajiem ir iespēja izmantot
trenāžiera zāli, darboties futbola, volejbola,
basketbola, arī svarbumbas celšanas sekcijās.
Radoši izpausties audzēkņi var dziedot tehnikuma
vokālajā ansambli „Celtnieks”.

Tehnikumā ir moderna dienesta
viesnīca ar divvietīgiem numuriņiem,
ēdnīca, sporta zāle, medicīnas kabinets,
kurā pieņem ārsts un ārsta palīgs, plaša
bibliotēka un informācijas centrs.

Adreses: Jātņieku iela 87, Daugavpils; Brīvības iela 3, Dagda; 1.Maija iela 16, Ludza; tālr.: 28818932
un 65446296, e-pasts: dbt@dbt.lv; www.dbt.lv

SIA „ALNIAS” IEPĒRK ZĀGBALĶUS EUR/m³

Garums/ diametrs	Egle				
	3,7	4,3	4,9	5,5	6,1
14-17	44	44	44	44	44
18-24	58	58	62	62	62
25+	58	58	62	62	62

Garums/ diametrs	Priede				
	3,7	4,3	4,9	5,5	6,1
14-17	44	40	43	43	43
18-24	60	55	60	60	60
25+	60	55	60	60	60

Garumus iepriekš saskaņot! Piegādes
vieta: Varakļāni. Ir transports! www.alnias.lv
SAMAKSA VIENAS DIENAS LAIKĀ!
Tālr. 29806775, 25916403, 64866070.

Savāksim nevajadzīgu sadzīves
tehniku (ledusskapjus,
gāzes plītis, TV un t.t.).
Tālr. 27540758.

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

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

Pērk piena teļus,
telītes un bullīšus
no 14 dienu vecuma.
Zvanīt 26253977, 28686658.

SIA „SENLEJAS” PĒRK
liellopus, teļus, jērus.
Augstas cenas bioloģiski
audzētiem liellopiem. Samaksa tūlītēja.
Tālr. 26190124, 26319888, 65322454.

SIA AIBI iepērk liellopus,
jaunlopus, aitas, kazas,
zirgus, cūkas.
Laba cena. Samaksa tūlītēja. Svari.
Tālr. 26142514, 20238990.

Pērk senās lietas,
antikvariātu.
Tālr. 22068511.

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

PVC logi no 15 EUR
Ārdruris no 99-300 EUR
Bez % kredīts.
Preiļi, Valmieras 2
Tālr. 28673992 durvistev.lv

Мы смотрим вечности в глаза,
Когда стоим у гроба ближних,
И передать в слова нельзя,
Какие чувства нами движут.
Выражаем искреннее
соболезнование
Алексею Тихомирову в связи
со смертью ОТЦА.
Коллектив
ООО «Преилю сантехникис»

DZIĻURBUMI.
Tālr. 26526049.

Pārdod metāla jumtus un
notek sistēmu no ražotāja.
Cena no 4,55 EUR/m².
T.26368028.

Aku urbšana.
Tālr. 29142220.

Attīru laukus un grāvjus no kokiem
un krūmiem. Kā samaksa var būt
nozāģētie koki. Rauju celmus utt.
Tālr. 28688019.

Pārdod

FORD ESCORT (1994. g. izl., dīzelis, 1,8, TA
beidzās 17. aprīlī, ceļa nodoklis nomaksāts,
jāsametina sliekšņi). T.28148980, 24850209;
mikroautobusu LATVIJA (+virsbūve), UAZ 469
(ar oriģinālo piekabi, benzīns/gāze).
T.29298736 (Rēzeknē, Brīvības ielā);

OPEL CALIBRA (1994. g. izl., TA līdz
20.02.2015., pelēkā krāsā, lietie diskus R16,
braukusi sieviete, EUR 600, par cenu var vie-
noties). T.28791090;
OPEL OMEGA (sedans), riepas (R18 –
225/40). T.26552273;
OPEL VECTRA VAN (1998. g. izl., 2,0 TDI, TA
līdz 12.2015.). T.20067328;
PEUGEOT 306 (1,4, benzīns, 1995. g. izl., TA

līdz 05.2014., tumšā krāsā, nobraukums
150000 km, brauca sieviete, EUR 700).
T.26182197;
VW PASSAT (1993. g. izl., 1,8, jauna TA, 5-
pakāpju ĀK, sedans, tumšā ķiršu met. krāsā,
teicamā stāvoklī, steidzami, lēti). T.26756191;
VW PASSAT VARIANT (1999. g. izl., 1,9,
dīzelis, TA līdz 03.03.2016., 6-pakāpju ĀK,
nomainītas siksnas). T.26894455.

LOGU
SERVISS

PVC logi no 15 EUR
Ārdruris no 99-300 EUR
Bez % kredīts.
Preiļi, Valmieras 2
Tālr. 28673992 durvistev.lv