

# EUROPE DIRECT AUSTRUMLATGALĒ

Marts 2024, Ziņu lapa Nr.1



## ZIŅU LAPĀ LASIET:

3

Rēzeknes novada sociālās darbinieces iepazīstas ar Lietuvas kolēģu pieredzi

5

Projekta "Sabiedrībā balstītu sociālo pakalpojumu infrastruktūras izveide un attīstība Rēzeknes novada pašvaldības Viļānu apvienībā" aktualitātes

6

Pirmo reizi Rēzeknē – "Energijas diena 2024"

7

Senioru medijpratības seminārs Ludzā "Saproti informāciju"

## "ATPAKAĻ UZ SKOLU/ ATPAKAĻ UZ UNIVERSITĀTI"

Šogad atzīmējam 20. gadadienu kopš Latvijas iestāšanās Eiropas Savienībā. Ņemot vērā šo nozīmīgo faktu, kā arī dalībnieku lielo interesi, **2024. gadā akcija notiks gan pavasarī, gan rudenī.**



turpinājums nākamajā lappusē ▼

Viens no Eiropas Savienības mērķiem ir zinošas, kritiski domājošas, demokrātiskās vērtībās balstītas sabiedrības stiprināšana. Šo mērķi mēs varam sasniegt tikai kopā, daloties savās zināšanās, pieredzē, mācoties vienam no otra, tāpēc ik gadu aicinām izglītības iestādes un dažādu jomu ekspertus iesaistīties akcijā „Atpakaļ uz skolu/ Atpakaļ uz universitāti 2024”. Šogad akcija notiek jau sešpadsmito gadu. Akcijas laikā iepriekšējos gados uz skolām un universitātēm ir devušies vairāk nekā 1000 eksperti, stāstot gan par Eiropas Savienības aktualitātēm dažādās jomās, gan ļaujot izziņāt daudzveidīgas profesijas un prasmes, tā iedvesmojot bērnus un jauniešus profesijas izvēlei, ļaujot plašāk iepazīt Latviju, Eiropu un pasauli.

Šogad eksperti dosies uz skolām konkrētu mācību stundu un lekciju kursu ietvaros, tā ar savas jomas ekspertīzi bagātinot mācību procesu. Kurš gan ekonomikas stundās skolēniem var labāk pastāstīt par jaunuzņēmuma izveidi kā ekonomists vai uzņēmuma vadītājs? Kurš sociālajās zinībās ar piemēru palīdzību vislabāk spēs raksturot līdzdalības nozīmi, ja ne aktīvs NVO vadītājs? Kurš bioloģijā vispusīgi izskaidros Eiropas Savienības Zaļo kursu, ja ne eksperts, kas līdzdarbojas tā ieviešanā?

Zinoši un pieredzējuši eksperti strādā gan Eiropas Savienības (ES) institūcijās, gan valsts un pašvaldības iestādēs, gan nevalstiskajā un privātajā sektorā. Aicinām ikvienu ekspertu, savas nozares speciālistu un profesionāli vērt izglītības iestādes durvis un tikties ar skolēniem vai studentiem. Skolēni vienlaikus apgūst vairākus mācību priekšmetus, mēs, pieaugušie, visbiežāk savā ikdienas darbā fokusējamies uz vienu jomu. Uzklusīsim skolēnu jautājumus, skaidrosim, kļūsim par atbalstu skolotājiem un Latvijas izglītības telpai kopumā, palīdzot izaugt zinātkāriem un zinošiem eiropiešiem!

## Pieteikšanās

Eksperti akcijai „Atpakaļ uz skolu/ Atpakaļ uz universitāti 2024” aicināti pieteikties līdz 8. martam, aizpildot tiešsaistes [anketu](#) vai rakstot uz e-pastu [atpakaluzskolu@esmaja.lv](mailto:atpakaluzskolu@esmaja.lv).

Eksperti var izvēlēties vai apmeklēt kādu no izglītības iestādēm, kas pieteikusies dalībai akcijā, vai viesoties savā bijušajā skolā, vai arī apmeklēt jebkuru citu Latvijas izglītības iestādi.

Izglītības iestādes dalību akcijai varēs pieteikt līdz 8. martam, aizpildot tiešsaistes [anketu](#) vai rakstot uz e-pastu [atpakaluzskolu@esmaja.lv](mailto:atpakaluzskolu@esmaja.lv).

## Papildus informācijai:

Tel. +371 22144144,

E-pasts: [atpakaluzskolu@esmaja.lv](mailto:atpakaluzskolu@esmaja.lv)



# RĒZEKNES NOVADA SOCIĀLĀS DARBINIECES IEPAZĪSTAS AR LIETUVAS KOLĒĢU PIEREDZI

Februāra nogalē Rēzeknes novada pašvaldības sociālās darbinieces, Sociālo un veselības aizsardzības jautājumu komitejas vadītāja, kā arī Latvijas Pašvaldību savienības pārstāve Erasmus + projekta BE WELL ietvaros viesojās Kauņā, Lietuvā.

Vizīte aizsākās ar Kauņas nevalstiskās organizācijas (NVO) “Darnūs namai” apmeklējumu. NVO “Darnūs namai” veic sociālās funkcijas – strādā ar ģimenēm ar bērniem, īpašu vērību veltot sociālā riska ģimenēm, ģimenēm ar īpašajiem bērniem un adoptētājiem. Pašvaldība sniedz finansiālu atbalstu, papildu finansējums tiek iegūts, rakstot ES projektus. “Ļoti interesanta pieredze,” atzīst Rēzeknes novada Sociālo un veselības aizsardzības komitejas priekšsēdētāja Inta Brence. “Lielisks risinājums, ka pašvaldība delegē daļu savu funkciju nevalstiskajām organizācijām. Rēzeknes novadā mums vēl jāstrādā, lai NVO taptu spēcīgākas un spētu veikt šo darbu,” turpina I. Brence.

Projekta dalībnieces viesojās arī dienas centrā bērniem. Lai rūpētos par riska ģimeņu bērnu aprūpi, Lietuvā strādā speciāli bērnu dienas centri. Biedrības “Vaiku ir jaunimo visapusišķo lavinimo centras” pārstāve Joanna Cironkaitė pastāstīja, ka Kauņā darbojas 400 šādi centri, daži no tiem strādā pašvaldību apmaksātās, bet daži – baznīcām piederošās telpās. Šajos centros bērniem palīdz mācīties, apgūt sociālās prasmes, kā arī strādā, lai mazie klienti spētu tikt galā ar negatīvām emocijām.

Rēzeknes novada sociālā darbiniece Inga Plaunova ar lielu interesi vēroja Lietuvas pieredzi darbā ar bērniem: “Šī centra darbinieki un speciālisti ir liels atbalsts bērniem, resurss sociālā darba speciālistiem un bērnu vecākiem. Centri izvietoti tā, lai bērni tos varētu apmeklēt tuvāk savai dzīvesvietai. Darbinieki sniedz nenovērtējamu ieguldījumu šo bērnu dzīvē – palīdz attīstīt sociālās prasmes, mācīties lietderīgi pavadīt brīvo laiku, novērst noziedzības risku. Šo centru apmeklēšana ir iespēja bērniem augt bioloģiskajā ģimenē.”

“Strādājot ar bērniem, izmantojam dažādas metodes, šodien jums rādījām, kā var darboties ar papīru un intuitīvo gleznošanu. Bērniem ļoti patīk šīs aktivitātes, jo tās ir jautras, bet vienlaicīgi viņu zemapziņa atbrīvojas no negatīvā, un viņi spēj domāt pozitīvi,” stāstīja Joanna Cironkaitė. Katrā no centriem ar 15 līdz 20 bērniem strādā pedagogi. Bērnu uz šiem centriem sūta speciālas skolās izveidotas komisijas, kas regulāri sadarbojas ar sociālo dienestu.

Bērni aktīvi iesaistījās intuitīvās gleznošanas aktivitātēs kopā ar projekta dalībniekiem no Latvijas. “Mēs saprotam, ka šie bērni visticamāk nāk no nelabvēlīgām ģimenēm, taču viņi tik ļoti aktīvi komunicē un ir tik pozitīvi, ka grūti tam noticēt. Redzam, ka šīs nodarbības speciālista vadībā tiešām strādā un sniedz lielisku rezultātu,” atzīst projekta dalībnieki no Latvijas.



J. Cironkaitė uzsvēra, ka sociālajiem darbiniekiem jāvelta uzmanība relaksācijai: "Ja jūs nespēsiet atslēgties no ikdienas rūpēm un problēmām, jūs ļoti ātri varat izdegt, un tad jūs nespēsiet strādāt un sniegt atbalstu citiem. Jāprot atslēgties no fona trokšņiem, nereaģējot uz ārējiem kairinājumiem." Joanna parādīja dažādas neiropedagoģijā balstītas metodikas, kā atslēgties no negatīvām domām un emocijām. Dalībnieki ar lielu interesi iesaistījās aktivitātēs, kurās vajadzēja gan iejusties klauna lomā, gan dejot un stāstīt savus iespaidus par pieredzēto.

Rēzeknes novada pašvaldības sociālā darbiniece Ieva Elste atzīst, ka visas aktivitātes ir ļoti noderīgas: "Ļoti patīkami, ka laiks tika veltīts tikai sev. Parasti strādājam citu labā, risinot dažādas problēmas, bet aizmirstam par sevi un savām vajadzībām. Ļoti interesanta šķita metode, kuru Joanna nosauca par "eņģeli". Šī metode paredz, ka konkrēti jānosauc savu sapni, trīs savas īpašības, kas ļauj šo sapni realizēt, hobiju, kas palīdz sava sapņa realizācijā un novēlējums pasaulei. Interesanti, ka uzreiz jāplāno arī sava rīcība - ko es daru, lai šis novēlējums realizējas. Paldies par iespēju būt šeit un iegūt priekš sevis jaunas metodes!"

Rēzeknes novada pašvaldības psiholoģe Elizabete Birule atzīst, ka projekta aktivitātes Lietuvā bija ļoti lietderīgas: "Sev līdzī no Kauņas esmu paņēmusi idejas savam darbam, ļoti interesantas bija praktiskās nodarbības, kurās paši darbojāties un mēģinājām saprast sevi, paskatīties sevī, spēlēt ar sajūtām. Paldies Lietuvas komandai par dalīšanos ar darba pieredzi, par iedvesmu un motivāciju."

Projekta noslēguma pasākumu apmeklēja Kauņas pašvaldības deputāts Gediminas Vasiliauskas, kurš atzina, ka pieredzes apmaiņa starpvalstu līmenī vienmēr paaugstina darba efektivitāti: "Prieks, ka Latvija un Lietuva darbojas kopējos projektos, apmainoties ar pieredzi un zināšanām."

Rēzeknes novada Sociālo un veselības aizsardzības komitejas priekšsēdētāja, deputāte Inta Brence sacīja, ka projekta galvenais vēstījums ir svarīgs dažādu jomu pārstāvjiem: "Sociālie darbinieki rūpējas par citiem, taču ļoti būtiski ir atcerēties, ka nepieciešams atcerēties arī par savu labbūtību. Pretējā gadījumā pašiem būs nepieciešama palīdzība. Visās projekta aktivitātēs tika uzsvērti šie aspekti. Jāteic, ka arī man pašai šīs nodarbības likās ļoti vērtīgas, liekot pārdomāt savu dzīvi. Paldies par iespēju piedalīties projektā."

Latvijas Pašvaldību savienības padomniece veselības un sociālajos jautājumos Ilze Rudzīte atzina, ka vienmēr ir vērtīgi smelties pieredzi: "Šādi braucieni ļauj uzzināt ne tikai vispārīgas lietas par sistēmu, bet ieraudzīt, kā notiek darbs praksē. Šoreiz bija iespēja apgūt metodes, kas palīdz pašiem palīdzētājiem neizdegt, strādāt ar sevi, ieraudzīt savas stiprās puses, kas palīdzētu sasniegt savas dzīves mērķus, strādājot ar dažādām klientu grupām – bērniem, pieaugušajiem, vardarbībā cietušajiem."

Nākamās projekta aktivitātes notiks aprīlī, kad sociālie darbinieki dosies uz Beļģiju.

#### *Uzziņai*

- Lai palīdzētu sociālajā jomā strādājošajiem emocionāli "nesadedgt", palīdzot citiem, Rēzeknes novada pašvaldības Sociālais dienests kopā ar novada biedrību "Viedokļu līderu skola", Latvijas Pašvaldību savienību, kā arī partneriem no Lietuvas un Beļģijas realizē Erasmus + projektu "Emocionālās labbūtības un veselības uzlabošana speciālistiem un NVO, kas strādā ar neaizsargātām sociālām grupām Latvijā, Lietuvā un Beļģijā". Projekta norises laiks ir no 2023. gada decembra līdz 2024. gada oktobrim.*
- Erasmus+projektu (Nr. 2023-1-LV01-KA210-ADU-000164014) "Developing the approaches of emotional well-being and mental health for specialists and NGOs working with vulnerable social groups in Latvia, Lithuania and Belgium" finansē Eiropas Savienība. Tomēr paustie uzskati un viedokļi ir tikai autora(-u) uzskati un viedokļi un ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai Valsts izglītības attīstības aģentūras uzskatus un viedokļus. Ne Eiropas Savienību, ne piešķirēju iestādi nevar saukt pie atbildības par tiem.*



# PROJEKTA "SABIEDRĪBĀ BALSTĪTU SOCIĀLO PAKALPOJUMU INFRASTRUKTŪRAS IZVEIDE UN ATTĪSTĪBA RĒZEKNES NOVADA PAŠVALDĪBAS VIĻĀNU APVIENĪBĀ" AKTUALITĀTES

Projekta mērķis ir sabiedrībā balstītu sociālo pakalpojumu infrastruktūras izveide un attīstība Rēzeknes novada pašvaldībā, pamatojoties uz Latgales plānošanas reģiona deinstitucionalizācijas plānā (2017.-2020. gadam) noteiktajiem infrastruktūras attīstības risinājumiem.

Projekta īstenošanas rezultātā novada teritorijā ir izveidota sabiedrībā balstītu sociālo pakalpojumu sniegšanas infrastruktūra personām ar garīga rakstura traucējumiem. Uz marta sākumu jau ir izbūvētas divas jaunbūves Viļānos, Liepu ielā 2B. Viena no ēkām ir grupu dzīvokļu māja personām ar garīga rakstura traucējumiem - viena stāva dzīvojamā māja, ar 16 vienvietīgām dzīvojamām istabiņām, kurās katrā ir individuāls sanmezgls ar dušu un WC. Ēkā ir izveidota koplietošanas virtuve un atpūtas telpa iemītnieku ērtībām. Telpas ir aprīkotas ar mēbelēm, elektrotehniku un mājturības precēm, lai klienti varētu izmantot grupu mājas pakalpojumu pilnvērtīgai dzīvei. Otrā ēkā ir izveidotas Dienas aprūpes centra (13 vietas) un specializēto darbnīcu (10 vietas) telpas personām ar garīga rakstura traucējumiem, kur viena stāva ēkā atrodas divas darbnīcu telpas kokapstrādes un šūšanas nodarbību norisei, koplietošanas virtuves un atpūtas telpa, sociālo darbinieku darba kabineti un telpa dažādu nodarbību norisei. Telpas ir aprīkotas ar mēbelēm, elektrotehniku, kokapstrādes un šūšanas iekārtām, un mājturības precēm, kas nepieciešamas darbības nodrošināšanai.

Projekta kopējais budžets ir 2 631 140,13 EUR, no tām attiecināmās izmaksas 1 559 458, 22 EUR, t.sk. ERAF finansējums 706 599,42 EUR, valsts budžeta dotācija 31 778, 52 EUR, valsts budžets 152 488,63 EUR, pašvaldības finansējums 668 591,65 EUR, un neattiecināmās izmaksas 1 071 681,91 EUR.



# PIRMO REIZI RĒZEKNĒ – “ENERĢIJAS DIENA 2024”

Ceturtdien, 21. martā, plkst. 9.30 Austrumlatvijas radošo pakalpojumu centra “Zeimuļs” aktu zālē notiks Rēzeknē vēl nebijis pasākums “Enerģijas diena 2024”. Tās galvenais mērķis ir iepazīstināt pilsētas iedzīvotājus, uzņēmējus, jauniešus un ikvienu interesentu ar energoresursu taupīšanas un to racionālas izmantošanas iespējām ikdienas dzīvē no dažādiem skatupunktiem.

Rēzeknes pilsētai ir iekrājušies bagāta pozitīva pieredze energopārvaldībā, un pašvaldība ir gatava tajā dalīties ar plašāku auditoriju. Patlaban Rēzekne ir vienīgā Latgales pašvaldība, kas uzrādījusi augstus rezultātus nacionāla mēroga projektā “Energovienoti”, kurā pieciem pašvaldības objektiem tika piešķirts īpašs marķējums, kas liecina par taupīgas energoresursu izmantošanas pasākumu veiksmīgu ieviešanu. Rēzekne ieņem arī otro vietu Latvijā pēc renovētu māju skaita uz 10 tūkst. iedzīvotāju.

“Enerģijas diena 2024” Rēzeknē – tā ir unikāla iespēja īsā un viegli uztveramā formātā gūt jaunas zināšanas, prasmes un klātienē uzdot jautājumus energopārvaldības, siltumapgādes, namu pārvaldīšanas jomas speciālistiem, kā arī uzzināt citu pilsētu pieredzi utt. Reģistrācija pasākumam sāksies no plkst. 9.00.

## Programma:

- Ievadrunu teiks Rēzeknes valstspilsētas pašvaldības izpilddirektors Raimonds Olehno;
- “Pozitīvie rezultāti energoresursu taupīšanā pašvaldības ēkās – ekonomiskais efekts”, Daina Bārdule, Rēzeknes valstspilsētas pašvaldības energopārvaldniece;
- “Par siltumenerģijas ražošanas procesu un tās piegādi daudzdzīvokļu mājām”, Guntis Gailums, SIA “Rēzeknes siltumtīkli” valdes loceklis;
- “Par daudzdzīvokļu māju renovāciju, pozitīvā pieredze darbā ar iedzīvotājiem”, Juna Kjakšta, SIA “Rēzeknes namsaimnieks” valdes locekle;
- “Praktiski padomi – kā samazināt elektrības rēķina summu?”, Raimonds Bērziņš, AS “Sadales tīkls” pārstāvis;
- “Liepājas pašvaldības pieredze energopārvaldības jautājumos un ne tikai...”, Kārlis Beihmanis, Liepājas pašvaldības Izpilddirektora biroja projektu vadītājs klimata pārmaiņu un energoefektivitātes jautājumos;
- “Par Liepājas pašvaldības Attīstības pārvaldes iniciatīvām”, Arnis Vītols, Liepājas pašvaldības Attīstības pārvaldes Ekonomikas un stratēģiskās plānošanas nodaļas vadītājs;
- Rīgas Tehniskās universitātes Vides aizsardzības un siltuma sistēmu institūta asociētās profesores Ievas Pakeres uzstāšanās;
- Noslēgumā – jaunu projekta “Energovienoti” sertifikātu svinīgā pasniegšana.

Ja interesējaties par energoresursu taupīšanas iespējām savā mājā vai dzīvoklī un vēlaties gūt jaunas praktiskas zināšanas, esiet laipni aicināti uz pasākumu, veicot iepriekšēju pieteikšanos līdz 19. martam [šeit](#).



# SENIORU MEDIJPRATĪBAS SEMINĀRS LUDZĀ "SAPROTI INFORMĀCIJU"

Medijpratība ir zināšanu un prasmju kopums, kas nepieciešams darbam ar informācijas avotiem – informācijas atrašanai un analīzei, informācijas sniedzēju funkciju izpratnei, informācijas satura kritiskam novērtējumam, objektīvas informācijas atšķiršanai no tendenciozas, dažādos avotos pieejamo ziņu salīdzinājumam, lai veidotu savu pamatotu viedokli. 2024.gada laikā ar Kultūras ministrijas atbalstu semināri senioriem tiek rīkoti visos Latvijas novados, lai veicinātu medijpratību: mazinātu dezinformācijas radītos riskus un veicinātu kritisku un atbildīgu attieksmi pret publiskajā telpā pieejamo informāciju. Īpaša sadaļa paredzēta arī krāpniecības gadījumiem ar mērķi iepazīstināt seniorus ar iespējamiem draudiem un krāpnieku izpausmēm, spēt tos laicīgi noteikt un pasargāt sevi un savus tuviniekus.

**22.03.24** no plkst. 10:00 līdz 15:00 **Ludzas novada bibliotēkā (Stacijas iela 41, Ludza)** notiks medijpratības darbnīca "Saproti informāciju!", kuru vadīs Dienvidlatgales NVO atbalsta centrs.

Informācijai: Viorika Puļča, metodiķe. [viorika.pulca@ludzasnovads.lv](mailto:viorika.pulca@ludzasnovads.lv). tālrunis 65781191

Mācības Latvijā organizē Zemgales NVO Centrs kopā ar sadarbības partneriem no Latgales (Dienvidlatgales NVO Centrs), Kurzemes (Kurzemes NVO Centrs) un Vidzemes (Valmieras novada fonds). Par Rīgas un Zemgales reģionu atbildīgā organizācija – Zemgales NVO Centrs.

*Senioru medijpratības mācības finansiāli atbalsta Kultūras ministrija līdzdarbības līguma ietvaros „Līdzdarbības līgums ar Kultūras ministriju par valsts pārvaldes uzdevuma – senioru medijpratības veicināšana – veikšanu”, līgums Nr.2.5-8-31. Projektu koordinē un tā ieviešanu nodrošina Zemgales NVO Centrs ([www.zemgalei.lv](http://www.zemgalei.lv)).*

**Senioru mediju mācība**

MEDIJPRATĪBAS DARBNĪCAS  
**"Saproti informāciju!"**

**Dati**   **Rīki**   **Krāpnieki**   **Procesi**

**22. martā** no pl. 10:00 - 15:00

**Ludzas novada bibliotēka aicina**  
uz medijpratības darbnīca "Saproti informāciju!",  
kuru vadīs Dienvidlatgales NVO atbalsta centrs

**PROGRAMMA:**

- 10:00-10:40** Iepazīšanās un Satori sarunu kārtis
- 10:40 - 11:00** Medijpratības definīcija un dezinformācijas veidi (prezentācija)
- 11:00 - 11:40** Medijprasmes tests (individuāli un grupās)
- 11:40 - 12:30** Kā izdzīvot digitālā laikmetā? (populārākie krāpniecības veidi).
- 12:30 - 13:10** Pusdienas
- 13:10 - 13:50** Faktu pārbaudes uzdevums
- 13:50 - 14:40** Loģikas kļūdas. Maldinošie virsraksti. Rakstu analīze.
- 14:40 - 15:00** Semināra noslēgums. Atgriezeniskā saite.

**Ludzas bibliotēkas 3.stāvā**

\*Pasākuma laikā tiks veikta fotografēšana vai filmēšana. Visi iegūtie foto materiāli var tikt izmantoti publicitātes vajadzībām.

Kultūras ministrija   ZEMGALES NVO CENTRS   KURZEMES NVO CENTRS   VALMIERAS NOVADA FONDS   Dienvidlatgales NVO atbalsta centrs

# KONTAKTI



## **Rēzeknes novada pašvaldība**

3.stāvs, (33. vai 35. kabinets)

Atbrīvošanas aleja 95A

tel. +371 64607177

e-pasts: [ed@rezeknesnovads.lv](mailto:ed@rezeknesnovads.lv)

## **Sadarbības partneri:**

Krāslavas novada centrālā bibliotēka

Dīķu iela 5, Krāslava

Preiļu Galvenā bibliotēka

Kārsavas iela 4, Preiļi

Rēzeknes Centrālā bibliotēka

Atbrīvošanas aleja 81/5, Rēzekne

 [www.facebook.com/EDAustrumlatgale](https://www.facebook.com/EDAustrumlatgale)

Europe Direct informācijas centra Austrumlatgalē darbību finansē Eiropas Komisija un Rēzeknes novada pašvaldība sadarbībā ar Krāslavas novada centrālo bibliotēku, Preiļu Galveno bibliotēku un Rēzeknes Centrālo bibliotēku



**EUROPE DIRECT**  
Dienvidlatgale