

I Rožu stacija - radošu cilvēku mājas



“Rēvija” - Indras vizītkarte.



Pedagoģe Ērika Zarovska - autoritāte jauniešu vidū.

Alekseja GONČAROVA foto

SIA “Krāslavas nami”, kas nodrošina centralizētās siltumapgādes pakalpojumus un veic dzīvojamo māju apsaimniekošanu Krāslavas pilsētā, aicina pastāvīgā darbā JURISTU

Darba pienākumi:

- Darba ar uzņēmuma parādniekiem nodrošināšana (klientu maksājumu kontrole, pirmstiesas parādu piedziņas procedūras nodrošināšana, prasību sagatavošana pret uzņēmuma parādniekiem un sabiedrības interešu pārstāvēšana tiesu iestādēs).
- Rakstisku atbīžu sagatavošana uz uzņēmuma klientu iesniegumiem.
- Uzņēmuma klientu pieņemšana birojā un pasākdrojumu sniegšana par uzņēmuma darbības jautājumiem. Piedalīšanās dzīvokļu īpašnieku kopsapulcēs un to norises nodrošināšana.
- Sabiedrības darbības juridiskais nodrošinājums un visa veida juridisko dokumentu sagatavošana.
- Dokumentu padziļināta izpēte, analīze un juridisku atzinumu sniegšana par dažādiem uzņēmuma darbā aktuāliem tiesību jautājumiem.
- Nodrošināt juridisko atbalstu uzņēmuma vadībai un kolēģiem.
- Sekot normatīvo aktu izmaiņām un nodrošināt attiecīgo izmaiņu ievērošanu.

Prasības kandidātiem

- Augstākā izglītība jurisprudencē. Minimālais izglītības līmenis: otrā līmeņa augstākā akadēmiskā vai profesionālā juridiskā izglītība (jurista kvalifikācija).
- Darba pieredze jurista amatā. Minimālā darba pieredze jurista amatā 2 gadi ar tiesvedības pieredzi.
- Padziļinātās zināšanas dzīvojamo māju pārvaldīšanas un apsaimniekošanas jomas normatīvajā regulējumā.
- Spēja patstāvīgi plānot un organizēt savu darbu. Labas saskarsmes iemaņas, augsta atbildības sajūta, godīgums un precizitāte.
- Latviešu un krievu valodas zināšanas. Latviešu valodas zināšanas – augstākā līmenī (spēja brīvi runāt par profesionāliem jautājumiem, pārstāvēt sabiedrību mutvārdu tiesas procesos, gramatiski korekti sagatavot dokumentus); krievu valoda – sarunvalodas līmenī (spēja paskaidrot uzņēmuma klientiem ar uzņēmuma darbību saistītus jautājumus).
- Ļoti labas iemaņas darbā ar datoru (MS Office).

Mēs piedāvājam darbavietu birojā Krāslavā ar stabiliem ienākumiem un iespēju pilnveidot savu profesionālo pieredzi.

CV, motivācijas vēstuli, izglītību un kvalifikāciju apliecinājošu dokumentu kopijas, atsauksmes no iepriekšējās darba vietas (ja ir), kā arī citus dokumentus, kas apliecina pretendenta izvirzīto prasību izpildi, lūdzam sūtīt uz e-pastu kraslavas.nami@gmail.com vai nogādāt SIA “Krāslavas nami” Brīvības ielā 5, Krāslavā līdz 2016. gada 29. janvārim.

Sazināsimies tikai ar atlases otrās kārtas kandidātiem pēc CV un pievienoto dokumentu izvērtēšanas.

Šodien numurā

Paldies tiem, kuri piedalījās! Paldies tiem, kuri atcerās!3.lpp.

Rožu stacija - radošu cilvēku mājas 4.lpp.

Sava darba speciāliste un vienkārši laimīga vecmāmiņa.....6.lpp.

Atļauj šodien saviem gadiem ziedēt
kā ziedlapiņām, kuras saulē plaukst,
Atļauj šodien saviem gadiem skanēt
kā melodijai, kura sirdi šalc.
Ļauj kādam sapnim šodien zvaigznēs mirdzēt,
Lai dienu skrejā tie pie tevis trauc!

Sveicam dzimšanas dienā Pāvelu Ozoliņu un Veru Kunceviču!

Invalīdu biedrība “Stariņš”

Ne jau vienmēr ar gadiem viss aiziet,
Ne jau vienmēr ar gadiem viss zūd.
Katra diena nes mīklīti laimes,
Un ik mirkli kļūst bagātāks mūžs.

Mīļi sveicam Staņislavu Dzalbu Aulejā 70 gadu jubilejā!

Novēlam labu veselību un vēl daudzus skaistus dzīves gadus!

Sieva un meita ar ģimeni

Lai pagātne ar vēja spārniem aizplūst
Un tagadne kā zelta stariņš mirdz,
Bet nākotne, lai atnes visu,
It visu to, ko ilgojas Tev sirds.

Sveicam 60 gadu jubilejā Jevgēniju GORJAČKO!

Vēlam stipru veselību, možumu un prieku!

A.Orols, O. Stavro, V. Frolovs

4. februārī plkst. 11.00
Robežnieku TN
notiks
PENSIONĀRU VAKARS!
Ieeja - 4 eiro.

26.01.2016. plkst. 15.00
Krāslavas novada centrālajā
bibliotēkā notiks
“Senioru dzīves skolas”
nodarbība, tās tēma
“Migrācija - emigrācija - imigrācija”.
Aicinām piedalīties interesentus.

GIGANT

AKCIJA LĪDZ **29.02**

VEIKALS - NOLIKTAVA

PĒRC TIEŠI NO RAŽOTĀJA!

NO 29€
PAR ELEMENTU

MODULU SISTĒMA

169€
IETAUPI **176€**

SEKCIJA: 230 x 38(h)cm

189.-
~~299€~~

IZVELKAMS DĪVĀNS

Gulamā platība: **110 x 190cm**

189.-
~~255€~~

IZVELKAMS DĪVĀNS

Velas kaste, gulamā platība: **90 x 195cm**

1199.-
~~1639€~~

DĪVĀNU KOMPLEKTS 3+1+1

NEW!

KRĀSLAVA, LATGALES IELA 16

Pr.-Pk. 9-18, Sestd.9- 15, Sv. - BRĪVS, Tālr. +371 25702600

AKCIJA SPĒKĀ LĪDZ 29.FEBRUĀRIM VAI KAMĒR PRECE NOLIKTAVĀ!

- Stradiņa slimnīcas Latvijas Kardioloģijas centrā prezidentam Raimondam Vējonim konstatēta sēpes infekcija, kā rezultātā ārsti lēmuši par sirds operāciju. Sepse ir vispārēja infekcijas saslimšana, kas var izplatīties visā organismā. Tā ir asinssaindēšanās, kuras attīstību parasti nosaka novājināta organisma reaktivitāte. Attiecībā uz kardioloģiju, sēpes infekcija var izraisīt bojājumus sirds muskulī, vārstuļos un sirds izklājēja virsmā. Šobrīd Latvijas valsts prezidentam Raimondam Vējonim ir veikta operācija, viņa stāvoklis ir stabils, atbilstošs pēcoperācijas periodam. Prezidenta pašsajūta - apmierinoša.
- Zaļo un zemnieku savienības (ZZS) premjera amata kandidāts Māris Kučinskis sola, ka viņa valdībai būšot pilnīgi jauns darba stils. Jauno darba stilu raksturošot atteikšanās no valdības resoriska darba, kad katrs ministrs rūpējas tikai par savu sfēru, bet gan tikšot organizēts kopīgs ministru darbs uz konkrētām valdības darba prioritātēm.
- Slimnīcu līgumu summas par stacionārajiem pakalpojumiem šogad mazākas nekļūs un saglabāsies iepriekšējā gada līmenī. Finansējums mazāks nekļūs nevienai slimnīcai. Savukārt par ambulatoro pakalpojumu līgumiem vēl tiks lemts atsevišķi. NVD esot arī solījis, ka arī līgumi par ambulatorajiem pakalpojumiem netiks samazināti. Plānots, ka NVD līgumus par stacionārajiem pakalpojumiem ar slimnīcām sāks slēgt nākamnedēļ.
- Eiropas Savienībai (ES) ir tikai

Latvijā un pasaulē

- divi mēneši laika, lai panāktu risinājumu imigrācijas krīzei, pirms pavasarī atkal pieaugs nelegālo imigrantu skaits, paziņoja ES Padomes prezidējošais valsts Nīderlandes premjerministrs Marks Rute. Premjerministrs arī uzsvēra, ka Nīderlandes prezidentūras laikā ir jāīsteno novembrī panāktā ES un Turcijas vienošanās, kā arī jāsāk sarunas ar Jordāniju un Libānu. Nīderlandes prezidentūras laikā arī jāvirzās uz priekšu jaunas robežapsardzības aģentūras izveidē.
- Maķedonija slēgusi robežu ar Grieķiju imigrantiem, tādējādi bloķējot ceļu simtiem nelegālo ceļotāju, kas vēlas nokļūt pārtukstātajās Rietumeiropas valstīs. Grieķijas ziemeļos policijas pārstāvis sakariem ar presi sacīja, ka robeža ir slēgta jau kopš otrdienas vakara, bet līdzās robežai uzturas aptuveni 600 imigrantu. Radušās problēmas ar Slovēnijas vilcieniem, kas savukārt radījis pārtukstātajās imigrantu pārvadāšanā, lēmuma pieņemšanu skaidroja Skopjes policijas amatpersona. Tiesa gan, Slovēnijas dzelzceļa uzņēmums "Slovenske Železnice" (SZ) uztāja, ka vilcienu satiksme norit kā parasti.
- Kazahstānas prezidents Nursultans Nazarbajevs trešdien ar savu rīkojumu atļaidis parlamenta apakšpalātu un izsludinājis pirmstermiņa vēlēšanas 20. martā. Atbilstoši Nazarbajeva teiktajam šādu soli diktējusi ekonomiskā situācija un lēmumu atbalsta daudzi Kazahstānas iedzīvotāji.

Latvijā ieviests Eiropas vienotais atbalsta tālrunis noziegumos cietušajiem

116006
ATBALSTA TĀLRUNIS
NOZIEGUMOS CIETUŠAJIEM

116006 – šo ciparu virkni vērts iegaumēt katram, lai nepieciešamības gadījumā saņemtu bezmaksas atbalstu. Zvanot uz minētā tālruna numuru, psiholoģisku un informatīvu palīdzību iespējams saņemt gan nozieguma upuriem, gan aculieciniekiem daudzās ES valstīs.

Jau vairāk nekā 100 zvanu!

Vienotais atbalsta tālrunis noziegumos cietušajiem pakāpeniski tiek ieviests visās Eiropas Savienības (ES) valstīs, un šā gada 1. janvārī tas sācis darboties arī Latvijā. Kā informēja tieslietu ministrs Dzintars Rasnačs, atbalsta tālrunis ieviests, pateicoties Eiropas direktīvai, kas paredz, ka ikkatri ES dalībvalstij jānodrošina konfidencialitāts atbalsts cietušajiem.

To, ka atbalsta tālrunis bija nepieciešams arī Latvijā, apliecina daudzie zvani – pirmajās divās nedēļās pēc palīdzības vērsušies vairāk nekā 100 cilvēki! Uz tālruni zvaniem atbild speciāli apmācīti Krīžu un konsultāciju centra SKALBES speciālisti.

"Mēs iemācām cilvēkam atpazīt pārinodarījuma sekas un pastāstām, kur meklēt nepieciešamo palīdzību," atklāja centra SKALBES vadītāja Zane Avotiņa: "Cilvēki zvana dažādu iemeslu dēļ – kāds izjūt trauksmi pēc piedzīvotā nepatīkamā starpgadījuma vai laikā, kamēr notiek izmeklēšana, vai arī gaidot tiesas lēmumu. Cits zvana, lai iegūtu informāciju par iespējām saņemt atbalstu dažādās institūcijās, vēl kādam nepieciešams iedrošinājums, lai cilvēks spētu vērsties pēc palīdzības tiesībsargājošās iestādēs."

Ļaus palīdzēt labāk

Jauno palīdzības tālruni atzinīgi novērtēja arī Valsts policijas priekšnieka vietnieks Artis Velšs: "Gadā mēs saņemam aptuveni 200 tūkstošus zvanu, un 25 % gadījumu ir saskatāmas nozieguma pazīmes, taču

jebkurš no šiem zvaniem nozīmē to, ka cilvēks jutis satraukumu. Aptuveni pirms diviem gadiem veicām pētījumu, un apkopotie dati liecina, ka 65% cilvēku vērsās policijā, jo sagaida, ka tiks uzklauti, un tikai 30% vēlas saņemt arī praktisku palīdzību. Jaunais tālrunis turpmāk būs mums labs palīgs atbalsta sniegšanā tiem cilvēkiem, kuri vēlas tikt uzklauti un kuriem nav nepieciešama policijas iejaukšanās." Artis Velšs gan norādīja, ka cilvēki joprojām ir aicināti zvanīt policijai gadījumos, kad viņi kļuvuši par nozieguma upuriem, aculieciniekiem vai pat līdzzinātājiem.

"Tālruna darbība nodrošinās arī statistikas datus, un tas mums palīdzēs turpmāk daudz mērķtiecīgāk attīstīt palīdzības sniegšanas iespējas tajās jomās, kas cilvēkus satrauc visbiežāk," uzsvēra Juridiskās palīdzības administrācijas (JPA) direktore Irina Litvinova. Viņa piebilda, ka šī iemesla dēļ – ar mērķi sniegt iespējami kvalitatīvāku palīdzību – JPA noslēgusi valsts pārvaldes uzdevuma deleģēšanas līgumu ar krīžu un konsultāciju centru SKALBES. Tās vadītāja Zane Avotiņa puda: "Esmu lepnā, ka varam izmantot SKALBES speciālistu ilggadīgo pieredzi psiholoģiskā atbalsta nodrošināšanā, arī apkalpojot noziegumos cietušo atbalsta tālruni 116006."

Zvani, tevi uzklausi!

Pat šķietami vienkāršā zādzība var kļūt par nopietnu psiholoģisku traumu, kas atstāj sekas uz visu turpmāko dzīvi. Zvanīt uz tālruni 116006 aicināts ikviens, kurš iesaistīts noziegumā personīgi, ģimenē, draugu lokā. **Katru dienu plkst. 7-22** profesionāli speciālisti uzklausi, atbalstīs, informēs noziegumos cietušos par iespējām saņemt palīdzību un sniegs informāciju par citām cietušo atbalsta organizācijām un iestādēm.

Atceries!

Ja tālruna darba laikā uz tavu zvanu neviens neatbild, tas nozīmē, ka abi operatori šobrīd ir aizņemti, sniedzot palīdzību kādam citam. Lūdzu, pārzvani vēlreiz pēc mirkļa. Speciālists gaidīs tavu atkārtoto zvanu!

Jauniešu garantijas izglītības programmās turpinās ziemas uzņemšana

Decembrī sākusies uzņemšana Jauniešu garantijas profesionālās izglītības programmās, kurās gada vai pusotra gada laikā bez maksas var iegūt darba tirgū pieprasītu profesiju. Kopumā mācības 2016. gada sākumā piedāvā uzsākt 29 profesionālās izglītības iestādes, piedāvājot apgūt 56 dažādas profesijas.

Pusotru gadu ilgajās programmās uzņemšana ir noslēgusies, taču līdz pat februārim turpinās uzņemšana viena gada ilgajās programmās, kurās var apgūt 20 dažādas profesijas. Pieņemties aicināti 17 līdz 29 gadus veci jaunieši.

Lai bez maksas iegūtu profesiju kādā no Jauniešu garantijas izglītības programmām, jauniešiem jābūt vecumā no 17 līdz 29 gadiem ar pamatskolas, vidusskolas vai vidējo profesionālo izglītību. Mācīties var arī tie jaunieši, kas jau ieguvuši profesiju, taču kvalifikācija nevar būt iegūta pēdējo 12 mēnešu laikā.

2016. gada ziemas uzņemšanā Jauniešu garantijā var pieņemties arī tie jaunieši, kas strādā algotu darbu vai ir pašnodarbināti, ja ir gatavi mācības apvienot ar darbu. Tāpat jaunieši vienlaikus var mācīties vakarskolā, iegūt vidējo izglītību tālmācībā vai studēt nepilna laika studiju programmās augstskolā.

Jaunieši var būt reģistrējusies Nodarbinātības valsts aģen-

tūrā (NVA) kā bezdarbnieki vai darba meklētāji un saņemt bezdarbnieka pabalstu. Tomēr vienlaikus ar profesijas apguvi Jauniešu garantijā tie nevar saņemt finansiālu atbalstu no NVA Jauniešu garantijas pasākumiem, izņemot darba meklēšanas atbalsta pasākumus, karjeras konsultācijas un konkurētspējas paaugstināšanas pasākumus.

Stipendija 70 – 115 eiro mēnesī, apmaksāta dienesta viesnīca un citas priekšrocības

Mācību laikā jaunieši var saņemt dažāda veida atbalstu. To vidū ir stipendija no 70 līdz 115 eiro mēnesī, ja audzēknis ir sekmīgs un nekavē mācības. Tiek nodrošināti nepieciešamie mācību līdzekļi, bezmaksas dzīvošana dienesta viesnīcā, karjeras atbalsta pasākumi. Jaunieši var iegūt arī profesijā nepieciešamās papildu apliecības un sertifikātus, piemēram, darbam ar kases aparātu, tūrisma pakalpojumu rezervācijas sistēmu, auto vai traktora tehnikas vadīšanas apliecību, u.c. sertifikātus, ja to paredz izvēlētais profesijas specifika.

Nepieciešamības gadījumā audzēkņi var papildināt zināšanas eksaktajos mācību priekšmetos, kas saistītas ar inženierzinātnēm, zinātni, tehnoloģijām un matemātiku, ja tas nepieciešams izvēlētajā profesijā.

Mācības ietver arī 15 nedēļu



JAUNIEŠU GARANTĪJA
3 soļi darba atrašanai

1. PIESAKIES!
2. DODIES PRAKSĒ!
3. APGŪSTI!

Saeima spiež uz gāzi

"Latvijas gāze" draud Ekonomikas ministrijai ar tiesu

ciāliem noteikumiem, t.i., kā monopoliste.

Lēmums par pakāpenisku gāzes tirgus liberalizāciju Saeimā pieņemts pagājušā gada martā. Nākamais solis – pašas "Latvijas gāzes" sadalīšana divos uzņēmumos: viens no tiem būs tirgotājs, bet otrs – gāzes infrastruktūras operators. Patlaban "LG" nodarbojas ar gāzes iegādi, transportēšanu, glabāšanu un sadalīšanu. Uzņēmuma līdzīpašnieki ir vācu koncerns "Ruhrgas", Krievijas "Gazprom" un "Itera Latvija".

Gāzes tirgus liberalizāciju Latvija veic pēc Briseles norādījumiem. Kopš 2012. gada Eiropas Komisija izmeklējusi "Gazprom" politiku antimonopolā likumdošanas ietvaros. Rezultātā Krievijas koncerns tika apsūdzēts tirgus sadalīšanā, netaisnīgu gāzes cenu noteikšanā, pārrobežu konkurences traucēšanā un kurināmā tālāk pārdošanas aizliegšanā. EK uzskata, ka šāda politika apdraud Eiropas enerģētisko drošību. Pēc ES konkurences komisāres Margrētes Vestageres domām, piecās valstīs, arī Latvijā, gāzes

di, ja to paredz izvēlētais profesijas specifika.

Rīgā, Kuldīgā, Valmierā un Daugavpilī aicina mācīties darba vidē

Atsevišķās Jauniešu garantijas mācību programmās tiek īstenotas darba vidē balstītas mācības. Tas ir mācību modelis, kurā jaunieši vairāk nekā pusi mācību laika pavada reālā darba vidē pie darba devēja, nevis skolas solā.

Šis mācību modulis tiek īstenots Kuldīgas Tehnoloģiju un tūrisma tehnikumā viesnīcas īstabeņa un galdnieka profesijā, kā arī Rīgas Celtniecības koledžā betonētāja profesijā, kurā jaunus darbiniekus gaida būvniecības uzņēmums Skonto Prefab, kas mācību laikā nodrošinās darba vidē balstītas mācības.

Kopumā topošajiem profesionāļiem šajā ziemā ir iespēja apgūt kādu no 45 profesijām, kuru vidū ir tādi amati kā pavārs, grāmatvedis, lauku īpašumu apsaimniekotājs, multimediju dizaina speciālists, poligrāfijas ražošanas tehniķis, frizieris, SPA speciālists, namu pārzinis, viesmīlis, šuvējs, augkopības tehniķis un daudzi citi arodi. Pilns profesiju saraksts pieejams www.niid.lv.

Dokumentus var iesniegt līdz mācību sākumam

Dokumenti jauniešiem jāiesniedz kādā no profesionālās izglītības iestādēm līdz mācību sākumam. Mācības pusotra gada profesionālās izglītības programmās jau sākušās 11. janvārī, savukārt gadu ilgajās programmās – 22. februārī.

Projekta Jauniešu garantija aktivitāte "Sākotnējās profesionālās izglītības programmu īstenošana Jauniešu garantijas ietvaros" tiek finansēta ar ES Jaunatnes nodarbinātības iniciatīvas un Eiropas Sociālā fonda atbalstu, kā arī no Latvijas valsts budžeta.

Niid.lv

LG LATVIJAS GĀZE

Darja ŽDANOVA

Paldies tiem, kuri piedalījās! Paldies tiem, kuri atcerās!

Barikādēm - 25

1991. gada barikāžu aizstāvju atceres 25. gadadienai ir svarīgs notikums katram Latvijas iedzīvotājam. "Lai novērtētu iepriekšējo paaudžu veikumu, padziļinātu zināšanas un izpratni par to, stiprinātu sabiedrības saliedētību, Dagdas novada izglītības iestādēs, Tautas namos un bibliotēkās notika pasākumi, kas veltīti barikāžu aizstāvju atcerai." Dagdas novada portālā tika publicēts atceres pasākumu plāns.

16. janvārī uz barikāžu aizstāvju atceres dienu Dagdas novada JIC "Parka rozes" jauniešus pulcēties aicināja Māris Viļums, lai klātienē satiktos ar barikāžu dalībnieku, Dagdas novada ceļu meistar Aivaru Belkovski. Kā teica viens no jauniešiem: "Protams, par barikādēm esam dzirdējuši, redzējuši filmas, mācījušies skolā, bet gribētos dzirdēt viedokli no cilvēka, kurš tur atradās un izjuta situāciju." Aivars Belkovskis sniedza īsu vēsturisko ieskatu tā laika situācijā un janvāra notikumu hronoloģiju. "1991. gada 13. janvārī LTF vadītāji Dainis Īvāns un Romualds Ražuks aicināja uz nevardarbīgu pretošanos - būvēt Rīgā barikādes, lai nepieļautu Viļņas asiņainos notikumus un novērstu Augstākās padomes, Ministru padomes un TV centra ieņemšanu. No Dagdas Ceļu daļas uz Rīgu devās smagsvara tehnika. Cilvēki pieteicās vietējās LTF struktūrvienībās, brauca uz 3-4 dienām, pēc tam tos nomainīja nākamie... tika nokomplektēta Alternatīvā dienesta jauniešu vienība, kuras vadība tika uzticēta man, jo biju pieteicies doties uz Rīgu. Uz Rīgu mēs devāmies no Krāslavas divos autobusus. Rīgā apsargājām TV torni un centru pa perimetru visā Zaķusalā. Apsardzība notika 24 stundas diennaktī.

Mūsu galvenais uzdevums - nepieļaut iespējamo kaitējumu



Aivars Belkovskis-Barikāžu dalībnieks

mums uzticētajam stratēģiskajam objektam, nepieļaut uzbrucēju tuvošanos no Daugavas puses pa aizsalušo ledu. Bija vērojams ļoti liels patriotisms, savstarpējā palīdzība un atbalsts."

Jaunieši interesējās, cik ilgā laikā izdevās mobilizēties, kāds bija barikāžu dalībnieku vecums. Aivars Belkovskis stāstīja, ka barikādēs devās gan veci, gan jauni. Svarīgākais bija tas, ka nevienam nelika to darīt, cilvēki katrs pats izvērtēja savu pozīciju un gāja labprātīgi. Ļaudis juta nepieciešamību iet, braukt un aizstāvēt Latvijas neatkarību.

Sekoja jautājums: "Vai Jūs izjutāt arī nāves bailes?"

"Nē, nāves baļu nebija, bija dažādas domas... Mēs apzināti gājām un sapratām, ka tas var beigties visādi. Tas bija tāds laiks, kad arī mājās, ne tikai barikādēs Rīgā, bija jābūt modram. Tepat uz vietas vietējie Interfrontes aktīvisti bija sagatavojuši sarakstus ar aktīvākajiem Tautas frontes dalībniekiem, kurus jāiznīcina pirmām kārtām, ja notiks valsts varas apvērsums."

Aivars Belkovskis ir apbalvots ar Barikāžu dalībnieka piemiņas zīmi. Ar šo goda zīmi ir apbalvoti ap 30 tūkstošiem barikāžu dalībnieku.

Pēc dokumentālās filmas noskatīšanās laikā visus gaidīja garšīga putra un karsta tēja, kuru pagatavoja viesmīlīgā JIC darbiniece Ināra Stikute. Pie ugunsкура turpinājās kavēšanās tā laika atmiņās.

19. janvārī Šķaunes pamatskolā uz tikšanos ar skolēniem un pedagogiem bija ieradies barikāžu dalībnieks Pēteris Jermaks. Otrs tikšanās dalībnieks Gunārs Rudins ir šīs skolas darbinieks. Pasākumu vadīja vēstures skolotājs Elmārs Jermaks, kurš tajā laikā būdams Jelgavas LA students, arī vienu dienu piedalījās barikādēs.

Pasākumu atklāja skolas meiteņu vokālais ansamblis. Pēc skolas direktores Zojas Andžānes uzrunas visi klātesošie noskatījās dokumentālo filmu par 1991. gada notikumiem Rīgā. Pēc tam Elmārs Jermaks aicināja visus laikā pie atmiņu ugunsкура. Sākumā visi nolieca galvas un ievēroja klusuma mirkli, godinot barikādēs bojā gājušos cilvēkus un tos, kuri piedalījās Latvijas neatkarības aizstāvēšanā, bet šobrīd vairs nav starp mums. Pēteris Jermaks stāstīja, par notikumiem barikādēs un par to, ka 1991. gadā Šķaunē bija ļoti aktīva Latvijas Tautas frontes nodaļa. Uz Rīgu no Šķaunes devās 12 cilvēki.

Skolēni jautāja, vai arī barikāžu dalībniekiem bija ieroči, ar ko aizstāvēties?

"Mūsu ieroči bija tikai dziesmas un pašu dzīvība. Tā bija

nevardarbīga tautas pretošanās. Ar kailām rokām un savu dzīvību pret bruņotiem kaujiniekiem un tankiem" dalījās atmiņās Pēteris Jermaks. Gunārs Rudins tajā laikā uz barikādēm devās no Ķekavas. Skolēni ar interesi klausījās viņa stāstā par to, kā barikāžu dalībnieki ar traktoriem aizšķērsojuši ceļu tankiem. Gunārs Rudins ir apbalvots ar Barikāžu dalībnieka piemiņas zīmi. Bērni varēja apskatīt apbalvojumu. Karstā tēja ar citronu un maizītes laikā pie ugunsкура garšoja īpaši labi.

Asūnes pamatskola un Asūnes Tautas nams pasākumu barikāžu 25. atceres gadadienai rīkoja pamatskolā. Skolas aktu zālē bija pulcējušies skolēni, pedagogi, skolas, pagasta pārvaldes un Tautas nama darbinieki. Pasākums tika atklāts ar valsts himnu, kuru dziedāja visi klātesošie. Skolēni bija sagatavojuši un atgādināja visiem svarīgākos faktus tā laika vēsturē un 1991. gada janvāra notikumu hronoloģiju. Pasākuma vadītāja Olga Lukjanska pastāstīja par cilvēku saliedētību un savstarpējo atbalstu barikāžu dienās, kad cilvēki netika šķiroti ne pēc tautības, ne nodarbošanās. Visi bija vienoti kopīgā cīņā. No Asūnes barikādēs piedalījās Viktors un Valērijs Krūmiņi, Ilgonis Ratinskis un Gunārs Plotka. Diemžēl aizņemības un darba pienākumu dēļ viņi uz pasākumu nevarēja ierasties. Turpinājumā visi noskatījās dokumentālo filmu par barikāžu notikumiem. Noslēgumā klātesošos uzrunāja pamatskolas direktore Ārija Šumeiko, kura tai laikā atradās Rīgā, bija LU studente: "Latvijas tauta tajā brīdī bija ļoti, ļoti vienota un izcīnīja mūsu valsts neatkarību, brīvību. Ir svarīgi to saglabāt. Mums katram patīk brīvība, bet ir jāmācās būt tik brīviem, lai ar savu brīvību nenodarītu pārcitiem. Ir jābūt atbildīgiem par savu rīcību. Jums, jaunās paaudzes cilvēkiem, kuriem ir iespēja dzīvot brīvā valstī, jāzina savas valsts, savas tautas vēsture, nedrīkst aizmirst par tiem, kuri deva mums iespēju dzīvot mūsu valstī, brīvā Latvijā. Tāpēc es novēlu jums domāt par savu dzimto zemi un neaizmirst par tiem, kas piedalījās tās brīvības atgūšanā un nosargāšanā."

Lasot grāmatu "Barikādes. Latvijas mīlestības grāmata" barikāžu dalībnieku un to tuvinieku atmiņas, atsaucu atmiņā tās dienas notikumus un to nozīmi manā ģimenē. Nevaru nepieminēt manas māmiņas, Vilhelmīnes Leikumas (dzim. Geibas) drosmi un pašizliedzību barikāžu dienās. Dzīvojam Rīgā. Es tajā laikā spēju domāt un uztraukties vien par savas mazās meitiņas turpmāko likteni esošo notikumu kontekstā un baidījies iziet no mājām. Tur-

pretī mana māmiņa, parasti klusa un nevarētu teikt, ka drosmīga - cepa pīrādziņus, vārīja buljonu un bezbailīgi devās pie barikāžu dalībniekiem. Atgriezusies stāstīja par notikumiem Rīgas centrā. Arī mans brālis, Arvis Leikums, toreiz dienēja leM Ugunsdzēsības daļā un tajā laikā, arī 20. janvārī, kad notika apšaušana, dežūrēja pie Latvijas Iekšlietu ministrijas ēkas. Nu vairs viņu abu nav, es varu vien godināt viņu piemiņu.

"Bet šāvienī bija īsti, un lodes bija īstas. Un tajās janvāra dienās bija kritušie. Kā karā." raksta viens no to dienu notikumu lieciniekiem R. Runcis.

Turpinājums 6. lpp.



Pēteris Jermaks-Barikāžu dalībnieks



Atceres pasākuma dalībnieki Asūnes pamatskolā



Gunāra Rudina Barikāžu dalībnieka piemiņas zīmi tur Elmārs Jermaks



Šķaunes jaunā paaudze



Barikāžu atceres pasākums Dagdas jauniešu iniciatīvu centrā "Parka rozes". Jaunieši ieklausās stāstos un bauda Barikāžu laika ēdienu.



II Rožu stacija - radošu cilvēku mājas



Indra, Asūne, Svariņi - radošā savienība.

Indra ir ne tikai hinduistu godājamais Dievu cars. Mūsu romantiskajā uztverē – tā ir Rožu stacija, mūsu ciemats, aicinājumu uz turieni es vienmēr gaidu ar nepacietību un braucu uz Indru ar vislielāko prieku. Izkāpšu tālajā stacijā... Tas ir novads, kurā dzīvo apbrīnojami cilvēki - sirsnīgi, viesmīlīgi, ar izteiktu tieksmi radoši izpaust savus talantus. Pat smagajos deviņdesmitajos gados pārmaiņu laika izaicinājumu izturēja vietējais tautas teātris, es pats biju liecinieks tam, cik spīdoši provinciālā trupa uzstājas uz profesionālās skatuves Rēzeknē. Šeit atrodas arī bērnu baleta dzimtene, un arī tagad, turpinot tradīcijas, talantīgā horeogrāfe Lidijs Trušeļe nodarbojas ar deju eksperimentiem. Turklāt Ezeru zemē nav daudz ciematu, kuri var lepoties ar savu Mūzikas un mākslas skolu.

Arī tas, ka Indrā tika dibināts senioru ansamblis "Labvakar" ir likumsakarīga parādība, par ko kārtējo reizi gribu pateikties Ilonai

noslēguma pasākumā triju valstu mākslinieki no visas sirds pateicās ar aplausiem mākslinieciskās pašdarbības unikālajam kolektīvam.

Jaungada brīvdienas man nepatīk: ievilkusies svētku rošība ātri nogurdina un apnīk. Jau pēc pāris dienām sirdi plosīja ilgas pēc saskarsmes ar interesantiem cilvēkiem, un kurp man doties – zināju jau iepriekš. Starp citu, Indrā šo gadu laikā man izveidojās draudzīgas attiecības ar daudziem paziņām, un pat bija izdevība pacienoties viņu mājās un dzīvokļos, arī ciemos pie Anželas Kuzminskas vienmēr dodos labprāt. Mūsu intereses sakrīt: "Ezerzeme" pastāvīgi meklē interesantus tematus, bet kultūras darbinieks, kas velta visu savu dzīvi iemīļotajai lietai, vienmēr ir ieinteresēts, lai radošo meklējumu rezultāti tiktu atspoguļoti presē. Tas ir gadījums, kad mēs esam vajadzīgi cits citam.

... Kad es iegāju ciema kultūras centrā, tajā jau pulcējās daudz

svētkiem. Tuvojās arī skolas, gar kuru steidzas vilcieni, jubilejas pasākums, kas nav iedomājams bez Tautas nama piedalīšanās. Tāpat kā daudzos citos pagastos, lauku skolotāji uzdod toni brīvā laika aktivitāšu organizēšanā. Piemēram, populārais sieviešu vokālais ansamblis "Rēvija", kura kodols ir pedagogi: Ruta Andrukoviča – ansambļa dziedājošā vadītāja, Inga Jēkabsons – skolas direktore, Ilona Beitāne-Špaka, Ērika Zarovska, Ilona Bunto, Ināra Šemele. Un vēl – mūsu talantīgā Anžela Kuzminskā un tirdzniecības darbiniece Ļubova Daņilova, kas arvien biežāk uzstājas kā solodziedātāja.

"Kāds bija pagājušais gads?" mans pirmais jautājums Anželai. "Kopumā – veiksmīgs: visu, kas bija iecerēts – izpildījām. Kulminācija – aušanas darbnīcas "Indra" desmitgades svinēšana, par ko "Ezerzeme" detalizēti stāstīja saviem lasītājiem. Sezonas atradums – svētki "Ciemos pie ciņņāmās ķirbja kundzes". Eksperiments izdevās, un, bez šaubām, veiksmīga sadarbība ar Valentīnu Bārtuli, lauku konsultanti, turpināsies. Jau plānojam nākamā rudens balli, kurai būs raksturīga kāpostu garša. Brauciet pie mums oktobrī, pacienāsim ar Indras salātiem, sautētiem kāpostiem, kāpostu tīteniem, pīrāgiem, konservēto produkciju. Mūsu saimnieču fantāzija ir neierobežota. Neaizmirstiet arī par levārijuma svētkiem, kas katru gadu vieno mūsu kaimiņu ielas. Pavārmākslas stafeti no Jaunatnes, Miera un Dārza ielas iemītniekiem šogad pārņem Gagarina ielas iedzīvotāji. Līdz ar to gaidām kosmiskos augstumus pavāru meistarībā. Arī mūsu "Zaptes dārzs" pastāvīgi tiek papildināts ar jaunām ogulāju un dekoratīvo augu šķirnēm. Viss ir pārdomāts un savstarpēji saistīts."

Novecojoša, izmirstoša province ir mūsu laika sāpe un pār-

dzīvojums. Lūk, arī vidusskola tika reorganizēta par pamatskolu, satraucošā tendence turpinās. Protams, saviem jauniešiem Tautas nams arī pievērš lielu uzmanību. Taču diskotēkas notiek reti, jo nav, kam tās organizēt. Pat tad, ja ir liela vēlēšanās, bez masveidības īsta jautrība nesanāk. Jauniešu organizācija "Stāvēt aizliegts!" veiksmīgi strādā un realizē projektu pēc projekta. Pagājušajā gadā ar puīšu un meiteņu piedalīšanos izdots buklets un atklāta fotoizstāde "Indra fotogrāfijās". Zaptes dārzā jaunieši iestādīja jāņogas, ērkšķogas, avenas, zīlenes un aroniju. Parādījās arī jauni soli pie strūklakas. Atstājusi savas pēdas dzimtajā zemē, jaunatne izaug un dodas plašajā pasaulē. Vai atgriezīsies – tas ir liels jautājums. Tā



ras ansamblis no Naujenes rotāja vasaras svētkus Indrā, bet nesen partneri kultūras sadarbības jomā devās atbildes vizītē uz kaimiņu novadu. Sadraudzības pasākums bija ļoti sirsnīgs! Un ir tikai jābrīnās par to, kā Ilonai Kangizerei



Ilona Kangizere pagūst būt visur.



Audēju darbnīcas vadītāja Olga Jokste.

Kangizerei, deju nodarbību vadītājai pēc aicinājuma. Aplaudēju viņas dejotājiem ne vienu reizi vien un arī savām acīm redzēju, kā rudens plenēra "Krāslavas paletē"

cilvēku. Ilona Kangizere skaitīja pārus, kas ieradās uz mēģinājumu, bet Tautas nama vadītāja iedziļinājās nopietnā darbā – ir jāgatavojas Indras vārda dienas



Ķirbja kundze pasniedz Indras balvas māksliniekiem.

ir viena no aktuālākajām problēmām visas valsts mērogā, bet varas pārstāvji galvaspilsētā nespēj dzīvē risināt. Latgale ir nežēlīgi pamesta izdzīvošanai.

Pjotrs Namovirs - vecākais muzikants.

Ziedošo rožu stacija ieguva popularitāti vēl pirmskara gados, taču arī šodien tā apliecina savu nosaukumu, piecējot apkārtnējos ar sakoptām puķu dobēm un Latvijas šķirņu augiem. Puķes lielākoties ir sarkanā krāsā, lai piecētu ar savu krāšņumu jebkādos laika apstākļos. Ciemats gatavojas Latvijas Republikas 100-gadei, un kā vienmēr ir daudz ideju Olgai Jokstei un citām meistarēm no aušanas darbnīcas "Indra".

Pagastu draudzība palīdz saglabāt optimismu un uzkrāt jaunus radošos spēkus. Indras kolektīvi ir ļoti atsaucīgi, tāpēc tos labprāt aicina piedalīties svētkos, kas notiek citās Latgales pilsētās un novados. Pagājušajā gadā folko-

izdodas saglabāt kolektīvu, kurā ir astoņi dejojošie pāri, kad visur ir aktuāls stiprā dzimuma pārstāvju trūkums. Skatītāji to saprot.

Noteikti jāuzsver, ka vietējā vara visiem spēkiem atbalsta pašdarbniekus: brīnišķīgā šuvēja Zoja Svarinska pašlaik rada jau trešo skatuves tērpu komplektu ansamblim "Labvakar".

Runājot par kolektīvu aktīvo dalību viesizrādēs, es un Anžela atcerējamies arī par slavenajiem Indras ermoņiku spēlētājiem. Gandrīz deviņdesmit gadu vecumā Pjotrs Namovirs vēl joprojām saglabā muzikālās gvardes patriarha titulu. Viņam labprāt pievienojas arī citi pieredzējušie ermoņiku spēlētāji – Oļģerts Sivko un Leonīds Skumbins. Žēl, ka šie tautas daiļrades talanti pārstāv jau aizejošo paaudzi. Tāpēc ir aktuāls dziesmas motīvs par vientuļīgām ermoņikām. Katram laikam ir savi muzikālie simboli.

Šī gada gaidītākie svētki ir mazākumtautību mūzikas festivāls "Latgales vainags". Ziņas par mājīgo estrādi pie gleznainā dīķa izplatījušās jau pa visu valsti. Bet es atceros, kā šeit skanēja čella solo... Pati daba iedvesmoja festivāla viesi - profesionālo muzikantu – izpaust savas izjūtas.

Mūsu steidzīgā dialoga noslēgumā mana sarunbiedre izteica pateicību daudziem saviem palīgiem, it īpaši pedagogiem, Korovacku, Ļebedevu, Skumbinu ģimenēm un pagasta pārvaldes vadītājai Ērikai Gabrusānei.



Oļģerts Sivko - aizrautīgākais akordeonists.



"Labvakar!" - Krāslavas plenēra noslēguma rota.

Aleksejs GONČAROVS

Valsts goda lieta – atzīt un pateikties

Politikā runā

2016. gads jau ir ieņēmis savu vietu mūsu ikdienas dzīvē. Latvijai tas ir īpaši nozīmīgs, jo paies barikāžu laika un valsts neatkarības atjaunošanas 25. gadadienas zīmē. 1991. gada janvāris lielā mērā bija izšķirošs mūsu ceļā uz neatkarību, kuru ievadīja Latvijas PSR Rakstnieku savienības valdes plēnums, Latvijas Tautas frontes izveide (LTF) un Deklarācijas "Par Latvijas Republikas neatkarības atjaunošanu" pieņemšana 1990. gada 4. maijā.

Barikāžu laikā biju Jēkabpils rajona tautas deputātu padomes priekšsēdētāja. Joprojām atceros to dienu, kad mūs, rajonu un pilsētu padomju priekšsēdētājus, steidzami izsauca uz Rīgu, uz Augstāko Padomi. Pēc dažām stundām jābūt tur. Nakts pagāja pie televizora un radio, lai zinātu par notiekošo, jo Viļņā padomju armija bija pavērsusi savus ieročus pret Lietuvas tautu. Arī Rīgā virmoja tā īpašā briesmu priekšnojauktu un saspringtu gaidu gaisotne. Vecrīgā jau tapa pirmās barikādes. Augstākās Padomes priekšsēdētājs Anatolijs Gorbunovs lūdza mūs ziņot par stāvokli rajonos. Īpaši uzmanīgi viņš uzklausa tos priekšsēdētājus, kuru pašvaldību teritorijās atradās padomju armijas daļas: kāda kustība, kādi noskaņojumi. Sanāksme nebija ilga. Noslēgumā pateica: "Brauciet un dariet, ko varat un kā varat paši! Kā turēsieties jūs, tā būs ar Rīgu."

Jēkabpilī atgriezies vēlu, bet padomes ēkā sapulcējušies prezidija locekļi. Izstāstīju par sanāksmi un Gorbunova ceļa vārdiem. Visi bija ļoti nopietni un sakoncentrējušies. Izpildkomitejas priekšsēdētājs Mārtiņš Rupmejs tūlīt ņēma klausuli un zvanīja uz Jēkabpils rajona Lauktechniku, melioratoriem, mežrūpniekiem – toreizējiem mūsu lieliskajiem uzņēmumiem un

kollektīviem, kas bija tautfrontiski noskaņoti, un jau šajā naktī kā vieni no pirmajiem mūsu rajona vīri ar smago tehniku ieradās Rīgā.

Savukārt rajona padome pārvērtās par barikāžu laika štābu. Manā kabinetā atradās pulsts, lai pieslēgtos radiotranslācijas tīklam. To izmantoja gan valdība, saslēdzot apspriedēs visas rajonu padomes un lielo pilsētu domes, gan mēs paši noteiktās stundās. Ja vajadzēja, arī ārpus tām pieslēdzāmies radiotranslācijai ar saviem ziņojumiem. Tieša un ātra iespēja uzrunāt rajona iedzīvotājus, jo šis tīkls aptvēra visu teritoriju, un šie operatīvie sakari bija ļoti svarīgi. Uzmanību cilvēkus un aicināju steigties uz barikādēm. Atsaucība nebija ilgi jāgaida. No rajona padomes sāka doties prom autobusi ar mūsu ļaudīm.

Nevārēju visu laiku kopā ar mūsu ļaudīm atrasties uz barikādēm Rīgā, taču, kad vien varēju braucu uz Televīzijas torni pie viņiem, lai uzzinātu vajadzības, atbalstītu. Biju arī tajā "lūzuma" naktī. Kailsals, vējš. Kailajā laukā pie televīzijas torņa redzēju mūsu kultūras namu un bibliotēku darbiniekus, mediķus, skolotājus, dažādu uzņēmumu strādniekus. Satuntuļojušies, sejas nokvēpušas, nosaluši, bet jūtams, ka garastāvoklis labs, pat pārgalvīgs. Mierīgi stāstīja par instruktažu, ko saņēma no bruņotajiem torņa sargiem, kas bija aizbarikādējušies tornī, par to kā jārīkojas, kad nāks ienaidnieks no Daugavas puses. Pēc tam braucu uz centru Doma laukumā. Tur ļoti daudz cilvēku, skanēja dziesmas, kūpēja ugunsūri. Šaurāk, bet liekas, ka omulīgāk nekā mūsējiem tai plikajā laukā pie torņa. Nakts gāja uz rīta pusi, bija jāatgriežas Jēkabpilī, jo gaidīja daudz darba. Lija asinis – operatori Slapiņš un Zvaigzne, miliči, pusaudzis Edijs

Riekstiņš. Taču pateicība Dievam, ka nebija daudz, daudz vairāk nekā varēja būt, ja notiktu uzbrukumi citās barikāžu vietās.

Tajā laikā mūs vienoja ideja, kuras vārdā darījām smago un nepateicīgo deputāta darbu, atraujot sevi no ģimenēm un sevis pašiem, kuras vārdā gājām uz barikādēm un bijām gatavi uz vistragiskāko. Tas bija apbrīnojami skaisti, ka cilvēki it kā nometa kādu kupri, atraisījās, negaidīja ne norādes, ne komandas. Darīja katrs, ko varēja un kā varēja, un darīja lieliski. Cilvēki apzinājās briesmas un ka var notikt visļauņākais, bet viņi apzinājās arī sevi, savu gribu, to, ka no katra atkarīga Latvijas, tautas un pašā nākotne un liktenis. Mūs vienoja brīvības un neatkarības ideja kā tīri cilvēciskā, tā valstiskā izpratnē. Šādi mirkļi cilvēka dzīvē ir reti. Daudzi tā arī nodzīvo mūžu, neko tādu neizjutuši. Mēs šai ziņā esam laimīgi ļaudis, ka tur bijām un paši izgājām tam cauri.

Pagājuši 25 gadi, izaugusi vesela paaudze. Ir atjaunota valsts neatkarība, Latvija kļuvusi par Eiropas Savienības un NATO dalībvalsti, lai arī uz brīdi, tomēr, mums rōkās ir bijusi nacionālā valūta – mūsu lats.

Bet tai pašā laikā sabiedrībā vairojusies sociālā nevienlīdzība, bezdarbs, nabadzība. Īpaši smagi šīs sērgas skārušas Latgali. No visiem Latvijā reģistrētajiem bezdarbniekiem gandrīz katrs trešais ir Latgales reģionā, puse no viņiem ir ilgstošie bezdarbnieki. Rezultātā katrs trešais Latgales iedzīvotājs jau dzīvo nabadzībā vai ir pakļauts nabadzības riskam.

Taču tikai nedaudz vieglāk klājas arī citiem novadiem – Kurzemei, Vidzemei, Zemgalei. Nebija un nav reāla darba no valsts puses šo kultūrvēsturisko novadu vienmērīgai attīstībai. Novadu (reģio-

nu) potenciāls netiek ne pienācīgi novērtēts, ne izmantots, ne ļauts tam pašam realizēties.

Nespējot nopelnīt sev iztiku, latgalieši pametuši savas dzimtas mājas, lai dotos pelnīt maizi uz pilsētām vai svešām zemēm. Rezultātā iedzīvotāju skaits samazinājies no 422 tūkstošiem 1995. gadā līdz 281 tūkstotim pērn. Vairāk nekā mīnus 140 tūkstoši. Ar katru aizbraukušo mēs zaudējam daļu no savas valsts, no savas kultūras, savas bagātības. Latgale – šis viesmīlīgais, sirsnīgais, ļaudīm bagātais novads tukšojas. Pierobeža ar Austrumu kaimiņiem ir noplicināta. Tas ir traģiski un bīstami.

Tirgus politikas idealizēšana, valsts lomas nepamatota sašaurināšana, pie varas esošo savtīgums, šauras materiālās intereses ir nodarījušas lielu postu sabiedrības un valsts interesēm.

Redzot, kādas atsevišķas likumu normas vai likumi tiek pieņemti Saeimā, kā notiek jaunā Ministru kabineta veidošana prātā no jauna un jauna uzpeld doma – vai par tādu Latviju mēs domājam un cerējam, stāvot uz barikādēm?! Man kā opozīcijas deputātei psiholoģiski ir divtkā grūti, jo esmu augstākajā valsts varas institūcijā, kur it kā to visu var mainīt. Bet realitāte ir tāda, ka varu tikai runāt un uzrunāt, lēmumi tiek pieņemti ar opozīcijas partiju balsojumu un tikai pēc tā, kas to ieskatā valstij un sabiedrībai ir vajadzīgs.

Taču, neraugoties uz visām negācijām un grūtībām, ir jautājumi, kuros pozīcija un opozīcija spēj vienoties. Ļoti ceru, ka tas būs likumprojekts "Par 1991. gada barikāžu dalībnieka statusu", kas jau janvārī 1. lasījumā tiks iekļauts Saeimas darba kārtībā.

Uzskatu, ka tā ir Latvijas valsts goda lieta atzīt un pateikties tiem cilvēkiem, kuri ar savu varonību

pārliecību un varonību aizsargāja Latviju ceļā uz neatkarību. 1991. gada barikāžu dalībnieka statusu piešķirs Pilsotības un migrācijas lietu pārvalde, un tā saņēmējiem izsniegs noteikta parauga apliecību. Lai to saņemtu, personai Pilsotības un migrācijas lietu pārvaldē būs jāiesniedz apliecība par 1991. gada barikāžu dalībnieka piemiņas zīmes piešķiršanu vai pateicības raksts 1991. gada barikāžu dalībniekam.

Barikāžu dalībniekiem paredzēta iespēja pensionēties priekšlaicīgi divus gadus pirms pensijas vecuma sasniegšanas. Pensijas neapliekamo minimumu plānots palielināt līdz 280 eiro. Tāpat šai iedzīvotāju grupai paredzēts noteikt citus atvieglojumus. Paredzēts, ka arī pašvaldības varēs lemt par sociālo garantiju noteikšanu barikāžu dalībniekiem, piešķirot nekustamā īpašuma atlaides, kā arī atvieglojumus pašvaldības nodevu maksāšanā vai pakalpojumu saņemšanā. Par visu šo atvieglojumu klāstu, protams, būs diskusijas.

Barikāžu dalībnieki izrādīja drošsirdību un pašaieliedzību, cīnoties par mūsu tautas brīvību. Valsts nedrīkst aizmirst savus brīvības cīnītājus, mums ir jāizrāda pateicība un rūpes cilvēkiem, kuri vēsturiski sarežģītos apstākļos iestājās par Latviju. Daudzi no viņiem jau ir mūžībā. Daudzi sasnieguši pensionēšanās vecumu. Tie nebija simti tūkstoši, kas stāvēja uz barikādēm. Tie bija 40 – 50 tūkstoši un mūsu valsts vēstures kontekstā viņi ir īpaša cilvēku grupa, līdzīgi kā strēlnieki, kuri 1918 – 1919. gadā aizstāvēja jaunizveidotās Latvijas valsts galvaspilsētu Rīgu.

Silvija ŠIMFA,

"No sirds Latvijai" deputāte no Latgales vēlēšanu apgabala

Ziemassvētku lasījumi Varavīksnes vidusskolā

14. janvārī, pirmajā Jaunā gada dienā (pēc Juliāna kalendāra), Varavīksnes vidusskolā notika tradicionālie Ziemassvētku lasījumi.



Šogad skolas audzēkņu radošo darbu krājumā ir publicēti 26 skolēnu (no 4. līdz 11. klasei) stāsti un dzejoļi. Attēlus šim krājumam sagatavoja 19 jaunie mākslinieki (no 1. līdz 7. klasei). Skolēnus konsultēja krievu valodas un literatūras skolotāji, bet svētku koncerta programmu sagatavoja Rita Andrejeva, Aleksandrs Boginičs un Nadežda Tadello.

Šo pasākumu jau tradicionāli apmeklē goda viesi – dažādu baznīcu priesteri. Ziemassvētku lasījumos piedalījās: Daugavpils apriņķa prāvests virspriesteris Georgijs Popovs, Krāslavas Sv. Kņaza Aleksandra Nevskā pareizticīgo baznīcas priesteris Rostislavs Terehovs, Grāveru Encenģeļa Mihaīla baznīcas pārzinis Viktors Mjajļiks, Krāslavas Svētā Ludvika Romas katoļu baznīcas prāvests Eduards Voronečkis un vikārs Rodions Doļa, Priekšpils Sv. Brigītas un Sv. Katrīnas Romas katoļu baznīcas prāvests

Janušs Bulašs.

Tiesības prezentēt savus darbus ieguva seši autori. Piecus stāstus un vienu dzejoļu silti uzņēma visi skatītāji. Pasākuma viesus iepriecināja skolas vokālisti: ansamblis "Karamelītes", "Skolas kvartāls" un Ērika

Zaikovska.

Ar apsveikumiem un pateicības vārdiem par radošajiem darbiem klātesošos uzrunāja viesi. Skolas direktore Ludmila Senčenkova svinīgā atmosfērā pasniedza visiem krājuma autoriem pateicības un balvas. Priesteris Georgijs pateicās skolotājiem, kuriem tika pasniegti Goda raksti.

Pateicoties firmas "KV SPED" atbalstam, saldās balvas saņēma visi, kas tika uzaicināti uz tradicionālo Ziemassvētku pasākumu.

Skolas bibliotēkā ir pieejami visi radošo darbu krājumi, kas veltīti Ziemassvētku brīnumiem: ticībai, cerībai, mīlestībai un labestībai. Katru gadu kolekcija tiek papildināta ar jaunu skolas rakstnieku un dzejnieku darbu izdevumu.

Andrejs JAKUBOVSKIS
Autora foto

Aktuāla informācija Aglonas novada uzņēmējiem un investoriem

Aglonas novada dome aicina pieteikties potenciālos investorus un uzņēmējus uzsākt ERAF finansējuma piesaisti Aglonas pašvaldības teritorijā

Pašvaldībai pirms projekta iesniegšanas jānoslēdz ar komersantiem Apliecinājums par interesi.

Aglonas novada pašvaldībai līdz šī gada 16. februārim jāiesniedz iesniegums projekta priekšatlasei SAM (specifiskais atbalsta mērķis) 3.3.1. "Palielināt privāto investīciju apjomu reģionos, veicot ieguldījumus uzņēmējdarbības attīstībai atbilstoši pašvaldību attīstības programmās noteiktajai teritoriju ekonomiskajai specializācijai un balstoties uz vietējo uzņēmēju vajadzībām". SAM 5.6.2. "Teritoriju revitalizācija, reģenerējot degradētās teritorijas atbilstoši pašvaldību integrētajām attīstības programmām" priekšatlase tiks uzsākta marta mēnesī.

Lūdzam uzņēmējus, kam ir interese par šīm programmām steidzami sazināties ar Aglonas pašvaldību. Jautājumu gadījumā var griezties pie attīstības plānotājas Inetas Valaines (ineta.valaine@aglona.lv, 29188350) vai teritorijas plānošanas speciālistes Lāsma Stroles – Krasovskas (lasma.strole@aglona.lv, 29210088).

Detalizētāka informācija par programmām

Vides aizsardzības un reģionālās attīstības ministrija 2014. – 2020. gada Eiropas Savienības finanšu plānošanas periodā

plāno sniegt atbalstu publiskai infrastruktūrai uzņēmējdarbības veicināšanai un degradēto teritoriju atjaunošanai, īstenojot specifiskos atbalsta mērķus (SAM):

3.3.1. Palielināt privāto investīciju apjomu reģionos, veicot ieguldījumus uzņēmējdarbības attīstībai atbilstoši pašvaldību attīstības programmās noteiktajai teritoriju ekonomiskajai specializācijai un balstoties uz vietējo uzņēmēju vajadzībām.

5.6.2. Teritoriju revitalizācija, reģenerējot degradētās teritorijas atbilstoši pašvaldību integrētajām attīstības programmām.

SAM 3.3.1. ietvaros atbalstāmās darbības veic esošas un komercdarbības atbalstam paredzētas publiskās infrastruktūras attīstībai, bet SAM 5.6.2. ietvaros – rūpniecisko teritoriju un citu uzņēmējdarbībai plānoto vai izmantoto degradēto teritoriju atjaunošanā:

- Industriālo pieslēgumu ierīkošana un to saistītās jaudas palielināšana (elektrība, gāze, siltumapgāde u. c.).
- Ceļu satiksmei paredzētās infrastruktūras attīstīšana (t. sk. cietais segums).
- Komercdarbības mērķiem paredzēto ēku un to infrastruktūras attīstīšana (būvniecība, rekonstrukcija, atjaunošana).
- Teritorijas labiekārtošana (veco ēku nojaukšana, teritorijas sakārtošana).

Obligātie nosacījumi komer-

santiem, īstenojot SAM 3.3.1. un SAM 5.6.2. projektus:

1. Jāizveido jaunas darba vietas – vienas jaunas darbavietas radīšanai vidēji sedz 41 000 līdz 60 000 eiro ieguldītā ERAF finansējuma.

2. Jāpiesaista komersanta investīcijas – vismaz viena eiro apmērā uz vienu eiro ERAF finansējuma (ne vēlāk kā līdz 2023. gada 31. decembrim). Tas nozīmē, ka, ja pašvaldība veic, piemēram, ceļa pārbūvi par ERAF līdzekļiem, tad uzņēmējam jāveic par tādu pašu vai lielāku summu investīcijas (ēkas, iekārtas) savā uzņēmumā. ES fondu atbalsta intensitāte:

85% – pašvaldībām (ceļi, sabiedriskie pakalpojumi); 85% mīnus peļņa – pašvaldībām ēku un teritoriju projektos (nodot nomā komersantiem);

55-45% – komersantiem kā pašvaldības sadarbības partneriem (MVU, Z/S):

* Elektrības un gāzes pieslēgumam.

* Ēkām, teritorijām, ceļiem. Ar sīkāku informāciju var iepazīties VARAM mājas lapā: http://varam.gov.lv/lat/fondi/kohez/2014_2020/?doc=18633

Ineta VALAINE,
Aglonas novada domes Attīstības plānotājs (www.aglona.lv)

Sava darba speciāliste un vienkārši laimīga vecmāmiņa

Par labiem cilvēkiem



"Cik jauki, kad skolā ir ne tikai aizraujošas stundas, interesanti pasākumi, bet arī garšīgi ēdieni ēdnīcā," šo viedokli es dzirdēju divu vecāko klašu skolnieču sarunā, kas notika starpbrīdī, Varavīksnes vidusskolā. Arī mana meita, ceturtnās klases skolniece, atnākot mājās un sēžoties pie pusdienu galda, bieži vien saka: "Bet mūsu skolā to gatavo citādāk. Te vēl jāpieliek klāt šis un tas." Un, lūk, es, ziņkārības dzīta, devos uz skolu, lai iepazītos ar šo brīnumpavāri, kuras centīgumu tik augstu vērtē skolnieki - lieli un mazi.

To, ka Irēna Pavlukeviča ir ne tikai sava darba profesionāle, bet arī ļoti sirsnīgs, atvērts cilvēks, es sapratu jau pirmajās saskarsmes minūtēs. Mēs paspējam parunāt ne tikai par darbu, mācībām un bērniem; jaunā paziņa man šķita tas cilvēks, kuram gribas izstāstīt visus savus "sieviešu noslēpumus", dalīties pārdomās un ar pateicību uzklausīt viņas padomus un ieteikumus.

Irēna ir dzimusi Krāslavas novada Kombuļos, kur dzīvo līdz šim laikam. Mācījās Sauleskalna pamatskolā, pēc tam Rīgā - par pavāri, pabeidza mācības un atgriezās dzimtenē. Gandrīz 10 gadus strādāja Krāslavas pamatskolā par šefpavāri, taču ģimenes apstākļu dēļ viņai nācās aizbraukt peļņā uz Angliju. Svešā valstī bija ļoti grūti bez bērniem un radiem, tāpēc viņa drīz vien saprata, ka šie pārdzīvojumi un ilgas pēc mājām nevar atsvērt ne ar kādu naudu, un atgriezās mājās. Tieši tajā laikā Sauleskalnā tika atvērta restorāns, kurā viņa nostrādāja 2 gadus, bet pēc tam atkal gatavoja pusdienas Krāslavas pamatskolas audzēkņiem, bet jau kā vienkārša virtuves darbiniece. Kad atbrīvojās šefpavāres vieta "Varavīksnes" vidusskolā, viņa pieņēma uzaicinājumu un tagad jau otro gadu vada skolas ēdnīcas darbu.

- Kopš šī gada janvāra spēkā stājušās jaunās Ministru kabineta prasības skolēnu ēdināšanā. Pastāstiet, lūdzu, kā jūs tagad tiekat galā ar saviem pienākumiem? Kas ir mainījies?

- Aizliegumi bija vienmēr, kaut kas tiek pielikts klāt, kaut kas mainās. Kopš jaunā gada tika apstiprinātas jaunās prasības. Piemēram, tagad bērniem nedrīkst piedāvāt krējuma izstrādājumus, skolēnu uzturā jābūt tikai dabīgiem pārtikas produktiem. Jau sen no skolu ēdienkartēm pazuda siļķes un krabju nūjiņas. Ir aizliegtas krāsvielas un aromatizētāji. Smalkmaizītes mums vienmēr piegādāja SIA "Vecā maiznīca", bet izrādījās, kas arī šīs firmas produkcijas sastāvā ir

tās sastāvdaļas, kuras nav pieļaujamās bērnu uzturā. Tagad mēs cepsim savas maizītes un cepumus, un jau šajā piektdienā skolas ēdienkartē bija mūsu pašu produkcija. Mums ir ļoti laba darbiniece Janīna Jakušonoka - bijusī konditore. Viņa mūs lutina ar saldajiem ēdieniem un pīrāgiem.

Launagā dodam bērniem pašgatavotus pīrāgus ar biezpienu, āboliem. Mums ir noslēgts līgums ar Pāvelu Kavunu, kurš piegādā skolai dabīgas sulas - burkānu-ābolu, ābolu-bumbieru un ābolu. Katru dienu bērni saņem kaut kādu augli, līdz ar to nodrošinām arī vitamīnu balansu. No šī gada aizliedza arī majonēzes izmantošanu, gatavojot ēdienus skolas ēdnīcā. Bet vecāko klašu skolēniem brokastīs ļoti garšo pica. Un tad mēs atradām izeju: tagad mēs paši gatavojam savu majonēzi - bez E-vielām.

Bērniem ir savi iecienītākie ēdieni, taču visus nav iespējams uzskaitīt. Nav iecienīti zivju ēdieni. Kaut gan šis produkts ir nepieciešams bērnu organismam, tāpēc tas ir jāiekļauj ēdienkartē. Pirms Ziemassvētkiem, gavēņa laikā, piektdienās mums bija "zivju dienas", tagad skolēni pa-

gaidām "atpūšas" no šī ēdiena. Vidusskolēni parasti apēd gandrīz visu un reizēm pat palūdz papildporciju, un mēs pēc iespējas neatsakām. Bet izdabāt mazuļiem nav tik vienkārši: daži apēd tikai zupu, citi - dažus gabaliņus kartupeļu un kotletes... Vislabākā diena mūsu bērniem, šķiet, ir ceturtdiena. Tā mums ir saldu diena - gatavojam dažādus krēmus, putukrējumu, ķiseļus... Šķīvji pēc desertiem praktiski vienmēr paliek tukši.

Mēs barojam aptuveni 480 bērnus (mūsējos, poļu skolas audzēkņus un pirmsskolēnus).

Ēdienkarti sastādu uzreiz visai nedēļai, to apstiprina direktore. Uz ziņojuma dēļa pie ieejas ēdnīcā izvietojam ēdienu nosaukumus ar aprēķinātajām kalorijām un informāciju par alerģiskiem produktiem. Vecāki var ar to iepazīties: iespējams, kādam bērnam kaut kas nav pieļaujams uzturā, lai vecāki zinātu, no kā ir jāatsakās. Nedēļas laikā ēdieni nekad neatkārtojas, vienmēr cenšamies izdomāt kaut ko jaunu. Jā, šis darbs prasa daudz laika, pacietības, fantāzijas, izturības, bet man tas ļoti patīk. Darbs ir patīkams, virtuvē ir labas kolē-

ģes, skolas administrācija ir ļoti atsaucīga un pretimnākoša. Liels paldies skolas direktorei Ludmilai Senčenkovai par atbalstu un palīdzību visu jautājumu risināšanā.

- Par jūsu darbu viss ir skaidrs, bet ko jūs varat pastāstīt par savu brīvo laiku?

- Es dzīvoju laukos, man ir sava nelielā saimniecība. Ļoti patīk puķes. Patīk atpūta pie dabas krūts, bet ziemā vasaras pie mums ir īsas, un parasti tam visam trūkst laika. Siltajā gadalaikā ir pietiekami daudz pasūtījumu, banketu. Mans lielākais prieks vasarā ir mazbērnu ciemošanās! Esmu laimīga vecmāmiņa!

Dievs dāvāja man divus brīnišķīgus dēlus. Vecākajam dēlam Aināram ir divi dēli - Ralfs (4 gadi) un Renārs (2 gadi), bet jaunākajam dēlam Artūram - Armīns (3 gadi). Un, kad vasarā pie manis uz laukiem atbrauc visi šie trīs puikas, vienaudži, tad nu gan vecmāmiņai iet jautri! Ļoti mīlu savus vīriešus! Varu vēlreiz atkārtot: esmu laimīga vecmāmiņa!"

*Uz galda stāv maize,
Ap galdu sēž saime,
Tā ir tā laime!*

Natālija ZDANOVSKA
Autores foto



2016. gada dzīvnieks – ĀPSIS

Par 2016. gada dzīvnieku izvēlēts āpsis (*Meles meles*), kas ir viens no lielākajiem plēsēju kārtas sermuļu dzimtas dzīvniekiem Latvijā. Dabas muzejā atklāts gada dzīvnieka informācijas stends un pirmais āpsim veltītais pasākums – ģimenes diena – notiks jau 30. janvārī.

Āpsa gadu Dabas muzejā atklāja speciālisti no Latvijas Valsts mežzinātnes institūta "Silava" un Dabas aizsardzības pārvaldes, kā arī muzeja pārstāvi, iepazīstinot klausītājus ar sugai raksturīgajām pazīmēm, paradumiem, izplatību un situāciju Latvijā.

Arī šoreiz gada dzīvnieks nav aizsargājamo sugu sarakstos, taču tas nereti ir izteiksmīgs tēls bērnu grāmatās, un, lai arī melnbalti svītrotu purniņu pareizi noteiks daudzi, āpsa jeb Eiropas āpsa dabā atstāto liecību atpazīšana jau ir sarežģītāks uzdevums.



Īpaši tādēļ, ka to nakts dzīvnieka daba ļauj āpsim palikt nepamanāmiem, ar cilvēku ikdienā saskarsmi neveidojot. Izplatība Latvijā ir visai ievērojama - 13 800 dzīvnieku.

Āpsa gadā iecerēti vairāki pasākumi bērniem, ģimenēm un visiem interesentiem, pirmais – ģimenes diena "Āpsa labirinti" – notiks sestdien, 30. janvārī, no plkst. 11.00 līdz 16.00. Apmeklētājiem būs iespēja uzzināt vairāk par āpsi: kurās vietās Latvijā tas dzīvo, ko ēd, ko dara ziemā un ko – vasarā. Tā kā āpsis ir aktīvs galvenokārt diennakts tumšajā laikā, par tā klātbūtni mēs visbiežāk varam uzzināt pēc tā atstātajām darbības pēdām. Āpsa ķepu nospiedumos labi redzamas tam raksturīgo pirkstu un garo nagu atstātās zīmes. To un citus interesantus faktus par gada dzīvnieku varēs noskaidrot, apmeklējot janvāra ģimenes dienu.

Šogad Latvijas Dabas muzejs izsludina arī stāstu un bilžu iesūtīšanu un aicina ikvienu, kas saticis, sajūtis, sasmaržojis vai dzirdējis par āpsi darbībā, dalīties, atsūtīt savu stāstu vai fotogrāfiju uz e-pasta adresi polina.skinke@ldm.gov.lv vai K. Barona iela 4, Rīga, LV-1050.

Vairāk informācijas par gada dzīvnieku mājaslapā www.dabasmuzejs.gov.lv.

Paldies tiem, kuri piedalījās! Paldies tiem, kuri atcerās!

Barikādēm - 25



Ārija Šumeiko, Asūnes pamatskolas direktore, uzrunā pasākuma dalībniekus Turpinājums. Sākums 3. lpp.

Paldies Dagdas novada iestāžu darbiniekiem – JIC "Parka rozēs", Šķaunes un Asūnes pamatskolās, Asūnes Tautas namā, kuru rīkotajos Barikāžu atceres pasākumos man bija iespēja piedalīties. Paldies visiem, kas rīko šādus atceres pasākumus! Mums tie ir ļoti vajadzīgi, pat nepiecie-

šami, jo ziemā dzirdēju arī maldīgus viedokļus - proti, vai vispār bija vērts cīnīties barikādēs, ko mēs no tā ieguvām... Protams, cilvēki redz un piedzīvo ļoti daudz netaisnības visos līmeņos, daudziem tāpēc sāk trūkt ticības un patriotisma. Mēs esam ļoti pacietīga tauta un, kā teica viens no barikāžu dalībniekiem: "Kamēr ne-

sāks tā pa īstam svīt, cietīsim ilgi". Tomēr mēs nedrīkstam atkāpties no iegūtās Latvijas brīvības un neatkarības, no tā, par ko sēdēja cietumos, tika represēti, pat zaudēja visdārgāko – dzīvību, mūsu Latvijas cilvēki, mūsu tuvinieki.

Tāpēc es aicinu visus, kuri vēl zina sava pagasta, novada cilvēkus, kuri ir bijuši Barikāžu dalībnieki, bet nav apzināti, informēt sava pagasta bibliotēku vadītājus, skolu bibliotekārus, vai sūtīt informāciju man, Ivetai Leikumai, uz e-pastu: ivetaleikuma@inbox.lv, lai nebūtu tādas situācijas, kā vienā no bibliotēkām, kurā nebija nekādu materiālu par barikāžu notikumiem un to dalībniekiem.

Tikšanās ar cilvēkiem, kuri ir bijuši aktīvi barikāžu dalībnieki, ir ļoti vērtīgas, mūsu jaunatnei vajadzētu vairāk izjaust šos cilvēkus par viņu pieredzi un emocijām.

Paldies tiem, kuri piedalījās barikādēs! Paldies tiem, kuri atcerās un godina barikāžu dalībnieku piemiņu!

Iveta LEIKUMA

Abonē "Ezerzemi" 2016. gadam!

Periods	Fiziskai personai	Juridiskai personai	Personām ar invaliditāti
1 mēn.	3,10	3,66	2,75
3 mēn.	9,30	10,98	8,25
6 mēn.	18,10	21,96	16,50
11 mēn.	32,86	39,43	28,93

Padomi sniega tīrīšanai

Vairumā gadījumu vislabāk noderēs 40 – 55 cm plata sniega lāpsta.

Materiāls

Augstas izturības plastmasas lāpsta ir stipra, viegla un ērti lietojama, turklāt sniegs pie plastmasas piesalst nelabprāt. No otras pusēs, pastāvīga lāpstas skrāpšana pret asfaltu, betonu, bruģi un citiem cietiem ceļu seguma materiāliem plastma-



Alternatīva lāpstai - sniega frēze

Lai ātri un kvalitatīvi notīrītu sniegu lielās platībās, ērtāks un arvien populārāks risinājums darbam ar tik ierasto lāpstu ir sniega frēze jeb sniega pūtējs. Iekārtas ir piemērotas gan darbam privātmājā un lauku sētā, gan arī komunālās saimniecības uzņēmumos. Atliek vien izvēlēties iekārtu ar tirāmajai platībai atbilstošu jaudu un tehniskajām iespējām. Kam jāpievērš uzmanība, ja apsverat iespēju iegādāties sniega pūtēju?

Dažādas iekārtas dažādām prasībām

Tirdzniecības vietās ir pieejamas gan atsevišķas tehnikas vienības, gan arī tādas frēzes, ko var uzmontēt uz mauriņa traktora. Izvēloties uzmontējamu sniega frēzi, vispirms jāpārlecinās, vai konkrētajam traktoram vispār var pievienot papildu elementus. Jāņem arī vērā, ka mauriņa traktoram nepieciešami arī citi ziemas sezonas aksesuāri, daud-

rauda modeli. Tomēr, tā kā alumīnijs ir mīksts metāls, saskarē ar spīgu ledus gabalu un cietāku sniegu šāda materiāla lāpsta var deformēties.

Kāts un rokturis

Nav nozīmes, no kāda materiāla izgatavota lāpsta, ja to nav ērti turēt rokā. Izvēlies lāpstu ar izturīgu tērauda, alumīnija vai koka kātu un stiklašķiedras D – veida rokturi.

Tīrīšanas tehnika

Pie fiziskas slodzes vienmēr labāk ir stumt nevis celt. Tas pats attiecas arī uz sniega tīrīšanu. Stumjot būs vieglāk notīrīt gan piebraucamo ceļu, gan sniega, tā ietvi, jo sniegs tiks nostumts uz malām.

Tā kā lielle sniega stūmēji ir ļoti plati, tos nav ieteicams izmantot situācijās, kad sniegs ir ļoti dziļš vai tas jāmet vienā lielā sniega kupenā. Tāpat ņem vērā, lai sniega stūmējs nebūtu platāks par tavas mājas šaurākajiem celiņiem.

Drošība pirmajā vietā

Sniega tīrīšana ir šķietami vienkārša, taču ir svarīgi atcerēties, ka sniega stūmējs ir diezgan smags un spēj izraisīt nopietnas traumas, ja to lieto nepareizi. Tāpēc, pirms sākt tīrīšanu, ir svarīgi iepazīties ar iekārtas lietošanas instrukciju un drošības noteikumiem.

nekaitīga nodarbe, tomēr tās laikā var savainoties un gūt nopietnas veselības problēmas, piemēram, piedzīvot infarktu.

Ja cilvēkam bijušas nopietnas sirds saslimšanas un sniega tīrīšanas laikā persona sajūtas slikti, nodarbe uzreiz jāpārtrauc un jāmeklē medicīnu palīdzība. Pirms sniega tīrīšanas atbilstoši sagērbies, neaizmirstot arī par šalli, cimdiem un cepuri.

Sniegu tīri agri un bieži, jo vieglāk tikt galā ar plānu mīksta sniega kārtiņu, nekā centimetros biežām kupenām. Sniega tīrīšana ir fiziska nodarbe, tāpēc pirms tās nenāktu par ļaunu iesildīties. Kārtīgi izstaiplies vai 10 minūtes veic viegls vingrinājums.

Sniega tīrīšana ir fiziska nodarbe, tāpēc pirms tās nenāktu par ļaunu iesildīties. Kārtīgi izstaiplies vai 10 minūtes veic viegls vingrinājums. Ja sniegu nepieciešams pacelt, ieliecies ceļgalos un iztaisno muguru.

Ja sniegs jāpārvieta, aizvej līdz nepieciešamajai vietai un to nomet, nevis ar vēzienu aizmet no sākuma atrašanās vietas. Ja sniegu nepieciešams pacelt, ieliecies ceļgalos un iztaisno muguru.

Līdz nepieciešamajai vietai un to nomet, nevis ar vēzienu aizmet no sākuma atrašanās vietas.

www.abc.lv

2016. gada 22. janvāris

2016. gada 22. janvāris

Kā pasargāt no sala bērna ādu?



Neraugoties uz aukstajiem, laika apstākļiem, arī ziemā ikvienam ieteicams vismaz stundu dienā pavadīt svaigā gaisā. Silts apģērbs un apavi ir obligāts nosacījums, dodoties ārā aukstumā. Savukārt par to, kā no sala un mitruma pasargāt atsegtoto bērnu sejas ādu, kas ir īpaši jutīga, stāsta “BENU Aptieka” farmaceits Vītaļs Mitrohins.

Dodoties ziemas pastaigā ar mazu bērnu, BENU aptieku farmaceits Vītaļis Mitrohins iesaka ieskatīties laika prognozē. Vēlams uzzināt ne tikai gaisa temperatūru, bet, ja iespējams, arī komforta (*real feel*) temperatūru (par to informē visi meteoroloģiskie dienesti). Jaņem vērā, ka salīdzinoši siltākos, bet mitros un vējainos laikapstākļos ir lielāks risks apsaldēties nekā aukstākā un sausākā laikā.

Tā kā zīdaiņa organisms savu temperatūru sāk labāk regulēt tikai pēc pirmā mēneša, tad jaundzimušos pie pastaigām vajadzētu radināt pakāpeniski, sākot no 15-20 minūtēm svaigā gaisā. Tomēr, ja temperatūra nokrīt zem desmit grādiem, ar jaundzimušo labāk ārā neiet.

Pastaigas pamazām var sākt pagarināt pēc pirmā mēneša. Savukārt bērnu, kas vecāks par sešiem mēnešiem, vecāki var ratos vizināt arī ilgāk, jo mazulis atrodas kulbā, kuru ar elpu pats arī sasilda. Temperatūrai kritoties zem -20°C, kulbai priekšā vēlams aizklāt sedziņu, ko vajadzētu darīt arī vējinās dienās.

Āda uz bērna vaigiem ir ļoti plāna, tāpēc mitrā, vējinā un aukstā laikā apsaldējums to apdraudēt var pat tad, ja bērns ir silti sagērbts. Lai pasargātu sejas ādu, bērnam var uzvilkt īpašu sejas masku vai arī aptīt šalli tā, lai izelpotais gaiss nepaliek šallē un neveido mitrumu uz bērna zoda.

Kā pastāsta farmaceits, pieejami īpaši aukstam laikam paredzēti krēmi bērnu ādai, kas rada uz ādas aizsargslāni, kurš ādai saglabā augstāku temperatūru nekā apkārtnējai videi. Šī aizsardzība pasargās bērnu, izejot pastaigā, turklāt lietot tos var gan bērni, gan pieaugušie. Krēms jāuzsmērē aptuveni 30 minūtes pirms došanās laukā.

Jāatceras, ka āda satur daudz ūdens un arī liela daļa krēmu ir veidoti uz šķidruma bāzes, tāpēc ziemai jāizvēlas taukaināks krēms ar roņu taukiem līdzīgu konsistenci. Bērnu krēmam jābūt hipoalerģiskam, bez izteiktas smaržas un krāsvielām. Turpretī vēlamas ir tādas sastāvdaļas kā E vitamīns un pantenols, kas ādu kopj un saudzē.

Noteikti nevajadzētu aizmirst arī par lūpu saudzēšanu, izežot tās ar ziemai paredzētu lūpu zīmulī, ko droši var uzziest arī zem deguna.

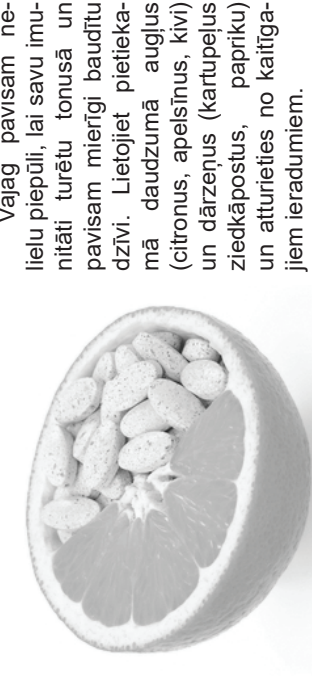
Par šo un to, par visu ko

C vitamīna deficīts

C vitamīna trūkums var novest pie traģiskām sekām: nervu sistēmas traucējumi, novājināta imūnsistēma, vairogdziedzera disfunkcija, krunku un grumbu veidošanās agrīnā stadijā, blakusparādību risks lietojot zāles un vismazās agrīnā stadijā – cinga.

Cinga cilvēka dzīvē parādās kopā ar nepareizu uzturu un kaitīgajiem ieradumiem. Cilvēks, kurš ir saslimis ar cingu, pamazena sekojošus simptomus: smaganu asiņošana, zobu izkrišana, centrālās nervu sistēmas darbības traucējumi, raksturīgi izsitumi uz ādas, sirds ritma traucējumi, problēmas ar zarnu traktu un citi. Īsāk sakot, cieš praktiski visi cilvēka orgāni.

Ja jūs esat pamanījuši dažus no C vitamīna deficīta simptomiem, ir vērts aizdomāties par savas ēdienkartes pārskatīšanu, iespējams, ka tieši nepareizais un vienveidīgais uzturs ir pie vainas.



Vaiag pavisam nelielu piepūli, lai savu imunitāti turētu tonusā un pavisam mierīgi baudītu dzīvi. Lietojiet pietiekamā daudzumā augļus (citronus, apelsīnus, kivi) un dārzeņus (kartupeļus, ziedkāpostus, papriku) un atturieties no kaitīgiem ieradumiem.

Ir zinātniski pierādīts, ka nikotīns izvada no organisma vairumu vitamīnu, tajā skaitā arī tik ļoti svarīgo C vitamīnu un tas ļoti ietekmē smēķējoša veselību.

Kumelišu eļļa kāju vēnu veselībai

Šis patīkamais, aromātiskais, ar saules enerģiju piepildtais līdzeklis palīdzēs jūsu kāju veselībai.

Salasiet ārstnieciskās kumelītes ziedus. Nomazgājiet, nopuriniet lieko ūdeni un ļaujiet apžūt. Kaitēt ziedus nevajagi!!

Ziedus saberiet pudelē un aplejiet ar augu eļļu (vislabāk protams, olīveļļu, bet tas nav obligāti) līdz pudeles “plečņiem”.

Lieciet pudeli tumšā vietā uz 40 dienām, lai ievēlkas. Pēc 40 dienām izkāšiet eļļu caur marli, atlikumu izspiediet. Uzglabājiet ledusskapī.

Eļļu ierīvējiet katru dienu tajās vietās, kurās jūsu vēnas ir paplašinātas. Dariet to maigi un uzmanīgi. Lai efektivitāte būtu lielāka, varat uz nakti likt kompreses. Palīdz ļoti labi, bet noteikti eļļu vajag lietot katru dienu. Kopā ar ārstniecisko efektu, jūsu kāju āda būs maiga, tiks noņemts kairinājums, nogurums un piepampums.



Atbrīvojes no rētām ar dabīgiem līdzekļiem

Keloīdi ir rētas, kas veidojas uz ādas pēc traumām, operācijām, apdegumiem un injekcijām. Tās paliek uz visu mūžu un rada emocionālu un reizēm pat fizisku diskomfortu.



Saīdzinot keloīdus ar parastajām rētām, tie veidojas uz āru, tiem ir sarkana, vai zilgana nokrāsa. Šādas rētas var augt vairākus gadus, niezēt, vai pat sāpēt. Piedāvājam jums tautas medicīnas receptes, kas jums palīdzēs atbrīvoties no keloīdiem agrīnā to veidošanās stadijā.

Citronu sula

Ar C vitamīnu bagāto citrona sulu ir jāsmērē rētas. Tā apturēs uzaukuma veidošanās procesu, mīkstinās un pabalinās ādu. Citrona sulu lietojiet katru dienu, kamēr iegūsiet vēlamo rezultātu.

Alveja

Šis ir lielisks līdzeklis ādas reģenerācijai. Alvejas sulā ir liels C un E vitamīnu daudzums, kuri ir lieliski antioksidanti, atjaunoina un dziedina ādu.

Aspirīns

Saberziet 2 aspirīna tabletes pulverī, pievienojiet pilnu ūdens, lai veidotos bieza pasta. Klājiet uz rētas. Kad pasta ir izkaltusi nomazgājiet to ar ūdeni. Procedūru atkātojiet katru dienu.

Medus

Medus ir piesātināts ar dažādiem vitamīniem, minerālvielām un antioksidantiem. Tas mīrina rētu, novērš ādas raupjumu un pigmentācijas veidošanos. Medus veicina jaunu ādas šūnu veidošanos.

Ābolu etiķis

Ar samazina un balina rētas. Reizi dienā iesmērējiet bojāto ādu.

Ķiploku eļļa

Var kļāt uz parastajām rētām, lai izvairītos no keloīdu veidošanās. Ja jums nav ķiploku eļļas, tad variet sablendēt ķiplokus putnīnā un likt to.

Pastāsti saviem draugiem par šiem veidiem kā atbrīvoties no rētu saaugumiem.

Lai vienmēr būtu nauda – ticējumi

- Nekad vakarā neiznesiet atkritumus no mājas vai dzīvokļa.
- Nemeļiet neko ārā pa logu, lai labklājība nepamestu jūsu māju. Un vispār – tas nav skaisti.
- Pēc saules lēkta neskatīties naudu, savādāk pazudīs. Dariet to no rīta.
- Nagus grieziet tikai otrdienās un piektdienās – tā pievilnāsiet mājš naudu.
- Lai vienmēr būtu nauda, nagi jāgriež augošā mēnesī un pilnmēnesī.
- Svētku laikā uz galda neatstājiet tukšas pudeles. Vīsus dzērienu pāralkumus obligāti izlejiet, lai arī cik grūti tas būtu.
- Vienā mājā nedrīkst būt divas slotas, savādāk bagātība aizmaks pa stūriem.



Uzzini kāpēc ir jāēd marinēti gurķi!

Kādēļ jāēd marinēti gurķi? Gurķos atrodas tāda skābe, kas novērš ogļhidrātu pārvešanos par taukiem. Tie atstāj labvēlīgu ietekmi uz vielmaiņas procesiem. Pateicoties tam, ka gurķos ir kālijs, nātrijs un ūdens, tie uzlabo vielmaiņu un sniedz dažādus citus labumus, tostarp palīdz uzsūkt vitamīnus.

Augu šķiedras ir nepieciešamas normālai zarnu darbībai, jo tās veicina normālo mikrofloras veidošanos. Gurķi spēj uzlabot olbaltumvielu uzsūkšanos zarnās un palīdz tikt galā ar elpceļu slimībām un bronhītu.

Tāpat šis noderīgais produkts veicina labu gremošanu un tam ir vieglas caurejas veicinoša iedarbība.

BET! Šo produktu savā uzturā nedrīkst lietot cilvēki ar sirds un asinsvadu slimībām, jo tur tomēr ir ļoti daudz sāļsi!



Sīpolu sīrups – aknu slimību profilaksei

Pēdējā laikā ļoti bieži ir nācies saskarties un dzirdēt par aknu darbības problēmām un saslimšanām. Piedāvājam jums dabīgu, lētu un iedarbīgu recepti no tautas medicīnas pūra lādes...

1 kg zilo sīpolu samaliet galasmašīnā un sajauciet kopā ar 850- 900 g cukura. Nolieciet tumšā, vēsā vietā uz 10 dienām, lai nostāvas. Tad izkāšiet caur marli.

Sīrupu lietojiet pa 3-8 desertā karotēm dienā, atkarībā no saslimšanas smaguma. Ja problēma ir akūta, var sākt lietot jau pēc 3 dienām no pagatavošanas brīža. Sīrups veiksmīgi ārstē aknu cirozes gadījumā kā arī lieliski samazina tūsku.

Lietojiet un esiet veseli!

Anekdotēs

Makšķermieks sež upes malā, sež jau kuru stundu.
Piepeld krokodils un jautā:
– Nu kā, ķeras?
– Neķeras.
– Ek, būtu labāk nācis nopeldēties.

Mednieka atziņa:
Tās lapsas tik tiešām ir baigi vilīgās... pat tad kad es to nošāvu un piegāju tai klāt – viņa izlikās par beigtu suni!!!



Kārtainās mīklas kūciņas ar iebiezināto pienu

1 iepakojums kārtainās rauga mīklas,
100 g sviesta,
1/2 bundžas iebiezinātā piena,
1 citrona miziņa,
valrieksti rotāšanai

Kārtainās rauga mīklas plāksnes izrullē taisnstūra formā. Katru mīklas taisnstūri sagriež 4 daļās. Mīklas četrstūrus ieliek veidnē, kurā ieklāts cepamais papīrs. Cep 180°C temperatūrā, 15 minūtes, kamēr kļūst zeltaini, atdzesē. Gatavo krēmu - uz smalkās rīves saīvē citrona miziņu. Mīkstu sviestu samaisa ar iebiezināto pienu un citrona miziņu. Ar krēmu noziež kūciņas kārtas un mazliet piespiež. Pēdējo kārtu nenoziež ar krēmu, bet piespiež ar slogu un ieliek ledusskapī uz 1 stundu. Kad kūciņas ir noprošētas, uzklāj krēmu virsējai kārtai un sāniem, ieliek ledusskapī ievilkies. Rotā ar valriekstiem un pasniedz.

.....

Fetučīni ar frikadelēm tomātu mērcē

1 kg liellopu maltās gaļas,
3 sīpoli,
3 daiviņas ķiploka,
1/2 glāze rīnmaizes,
1/2 glāze rīvēta Parmas siera,
1,5 ēdamkarotes kaltētu garšaugu,
sāls, pipari - pēc garšas,
1000 - 1200 g tomātu savā



suļā,
Fetučīni makaronu

Sīpolus un ķiplokus samalcina, pievieno malto gaļu, 1 ēdamkaroti kaltētu garšaugu, Parmas sieru, rīnmaizi, piparus, sāli un visu kārtīgi samīca. No gaļas masas izveido bumbiņas, ieliek uz pannas sakarsētā eļļā un cep no abām pusēm brūnas. Pannā pievieno vēl 1/2 ēdamkarotes kaltētu garšaugu un tomātus savās suļā. Gatavo uz vidējās uguns, līdz sāk vārīties. Tad uguni samazina un sautē uz mazas uguns apmēram 1 stundu. Sāli un piparus pievieno pēc garšas. Izvāra Fetučīni makaronus. Makaronus pasniedz ar mērci un frikadelēm. Pārkaisa ar smalcinātus pētersīļu zaļumus un rīvētu Parmas sieru.

.....

Rīvētu kartupeļu sacepums ar rūgušpienu

1 1/2 kg kartupeļu,
1 glāze rūgušpiena,
50 g sviesta,
sāls,
dzeramā soda,
skābs krējums

Nomizotus, noskalotus kartupeļus sarīvē, masai nospiež sulu, pievieno sāli, rūgušpienu, dzeramo sodu. Ietaukotā veidnē ieliek masu, pārīek ar sviesta pīciņām, cep cepeškrāsnī (40 minūtes). Pasniedz ar skābu krējumu.

.....

Vistas filejas salāti ar ananāsiem un šampinjoniem

1 vistas fileja,
300 g svaigu šampinjonu,
1 bundža konservētas kukurūzas,
200 g siera,
1 sīpols,
2 ķiploka daiviņas,
1 bundža konservētu ananāsu,

Receptes

majonēze pēc garšas

Sēnes sagriež vidēja lieluma gabaliņos, apcep ar sakapātu sīpolu, pieber mazliet sāli. Vistas fileju izvāra, sagriež gabaliņos, pievieno tai kukurūzu. Sieru sagriež sīkos gabaliņos, pievieno visas gaļai ar kukurūzu. Samaisa visas saļātu sastāvdaļas ar konservētiem ananāsiem, pārlej ar majonēzi, kas samaisīta ar sakapātiem ķiplokiem.



Fritētas kartupeļu bumbiņas

1 kg miltainu kartupeļu,
120 g gabaliņos sagrieztā sviesta,
3 olas (dzeltenumi atdalīti no baltumiem),
120 g rīvēta Parmas siera,
2 ēdamkarotes maltu ciedru riekstu,
1 ēdamkarotes sakapātu pētersīļu,sāls,
120 g rīnmaizes,
oliveļļas fritēšanai

Kartupeļus ar visām mīzām vāra sālsudenī 20-25 minūtes. Karstus nomizo un sastampā. Kartupeļus ieliek bļodā, iemaisa sviestu, olu dzeltenumus, Parmas sieru, ciedru riekstus, pētersīļus un sāli. Olu baltumus saputo. Ar ēdamkaroti ņem kartupeļu maisījumu un veido bumbiņas, iemērc olu baltumus, apvīdā rīnmaizē. Lieklā pannā sakarsē eļļu un frītē kartupeļu bumbiņas 5-7 minūtes. Ar putu smeļamo karoti izņem no pannas un nosusina. Pasniedz karstus.

Latvenergo

Vai arī 2016. gadā ir valsts atbalsts Aizsargātajiem lietotājiem un kurš tirgotājs to nodrošinās?

Jā, atbalsts būs un 2016. gadā ir paplašināts saņēmēju loks. Aizsargātā lietotāja tirdzniecības pakalpojumu līdz 2015. gada 31. decembrim nodrošina AS "Latvenergo". Elektroenerģijas tirgotāju, kas turpmāk sniegs Aizsargātā lietotāja tirdzniecības pakalpojumu, izvēlēties publiskā konkursā, un Ministru kabinetam, pamatojoties uz sociālekonomisko faktoru analīzi, būs jānosaka Aizsargātā lietotāja tirdzniecības pakalpojuma saturs (cena, apjoms). Tā kā 2015. gada otrajā pusē tika paplašinātas atbalsta saņēmēju mērķgrupas, konkursa procedūra par pakalpojumu sniedzēju nav notikusi. Tādēļ AS "Latvenergo" turpina nodrošināt valsts atbalstu paplašinātajām mērķgrupām.

Kas varēs elektroenerģiju pirkt par zemāku cenu 2016. gadā?

Sākot ar 2016. gada 1. janvāri, ir noteiktas šādas mērķgrupas, kurām ir piešķirts aizsargātā lietotāja statuss aizsargātā lietotāja tirdzniecības pakalpojuma saņemšanai:

- trūcīga vai maznodrošināta ģimene (persona);

daudz bērnu ģimene (ģimene, kurā aug 3 un vairāk bērni līdz pat 24 gadu vecumam, ja vien viņi turpina mācīties);

- ģimene (persona), kuras aprūpē ir bērns invalīds;
- persona – I grupas invalīds.

Kāds atbalsts tiks piešķirts Aizsargātajiem lietotājiem 2016. gadā?

Valsts atbalsta programmas ietvaros 2016. gadā daudz bērnu ģimenes (ģimenes, kurās aug 3 un vairāk bērni līdz 24 gadu vecumam, ja bērni mācās) katru mēnesi par pirmajām 300 izlietotajām kilovatstundām var norēķināties par cenu, kas atbilst Starta tarifam (šo cenu veido elektroenerģija – 0,0131 EUR/kWh - un attiecīgajā norēķinu periodā spēkā esošais tarifs par sistēmas pakalpojumiem, OIK un PVN likme), bet par pārējām – atbilstoši izvēlētajam *Elektrum* produktam. Savukārt maznodrošinātas un trūcīgas mājāsaimniecības, I grupas invalīdi, kā arī ģimenes, kuru aprūpē ir bērns invalīds katru mēnesi var saņemt atbalstu pirmajām simts patērētajām kilovatstundām.

Kā pieteikties atbalstam maznodrošinātām un trūcīgām

personām?

Tieši tāpat kā 2015. gadā, arī no 1. janvāra maznodrošinātām un trūcīgām personām atbalstu AS "Latvenergo" piešķirs katru mēnesi, saņemot datus no pašvaldību sociālajiem dienestiem.

Trūcīga vai maznodrošināta persona aizsargātā lietotāja tirdzniecības pakalpojumu saņems, ja trūcīgas vai maznodrošinātas personas statuss tai ir bijis piešķirts iepriekšējā kalendāra mēnesī. Tātad tās trūcīgās vai maznodrošinātās personas, kurām atbilstošs statuss bijis 2015. gada decembrī, jau par janvārī patērēto elektroenerģiju varēs norēķināties, izmantojot atbalstu. Klientam, kļūstot par aizsargāto lietotāju un sākot saņemt atbalstu, tiks nosūtīta informācija ar paskaidrojumu par turpmāko norēķinu kārtību.

Vai atbalsts var summēties, ja aizsargātais lietotājs ir gan daudz bērnu ģimene, gan maznodrošināta persona?

Nē. Vienlaikus ir iespējams saņemt tikai vienu atbalsta veidu. Piemēram, daudz bērnu ģimene ar trūcīgās ģimenes statusu var saņemt tikai atbalstu, kas ir paredzēts daudz bērnu ģimenēm, bet nevar vienlaicīgi saņemt atbalstu trūcīgām personām

Vai varu saņemt valsts atbalstu, ja dzīvoju īrētā mājoklī?

Jā, atbalstu varat saņemt, ja vien īpašniekam vai apsaimniekotājam ir noslēgts līgums ar AS "Latvenergo". Svarīgi, ka valsts atbalstu var attiecināt uz jebkuru Latvenergo līgumu. Atbalstu var saņemt arī tad, ja ģimene dzīvo īrētā īpašumā vai par elektroenerģiju norēķinās ar apsaimniekotāju. Šajā gadījumā klientam ir jānorāda līguma numurs, uz kuru atbalstu nepieciešams attiecināt.

Kā valsts atbalstu var saņemt daudz bērnu ģimenes, ģimenes, kurās aug bērns invalīds vai 1. grupas invalīdi?

Daudz bērnu ģimenēm, ģimenēm, kuras aprūpē ir bērns invalīds, kā arī 1. grupas invalīdiem atbalstam būs jāpiesakās *elektrum.lv* vai arī klātienē *Latvenergo* klientu apkalpošanas centrā. Ja daudz bērnu ģimene atbalstu ir saņēmusi 2015. gadā, tirgotājs atkārtoti pārbaudīs informāciju un atbalstu piešķirs automātiski. Savukārt tām daudz bērnu ģimenēm, kurās aug bērni līdz 24 gadu vecumam un kuri turpina mācības, būs jāpiesakās *elektrum.lv*, Atbilstoši Ministru kabineta noteikumiem, dati tiks pārbaudīti un tirgotājs paziņos klientam par

Jautājums - atbilde

atbalsta piešķiršanu un turpmāko norēķinu kārtību.

AS "Latvenergo" aicina valsts atbalstam elektroenerģijas norēķiniem pieteikties I grupas invalīdus, kā arī ģimenes, kuru aprūpē ir bērns invalīds

Valsts atbalsta programmas ietvaros 2016. gadā I grupas invalīdi, kā arī ģimenes, kuru aprūpē ir bērns invalīds, katru mēnesi var saņemt atbalstu pirmajām simts patērētajām kilovatstundām. Ģimenēm, kuras aprūpē ir bērns invalīds, kā arī 1. grupas invalīdiem atbalstam jāpiesakās *elektrum.lv* vai *Latvenergo* klientu apkalpošanas centros *Elektrum*.

Lai atbalstu saņemtu par janvārī patērēto elektroenerģiju, AS "Latvenergo" aicina tam pieteikties jau janvārī.

Pieteikšanās atbalstam ir vienkārša – autorizējoties ar internetbanku un aizpildot pieteikumu portālā *elektrum.lv*. Atbalsta pieteikumu invalīda vietā var veikt arī viņa radnieki vai asistenti. Vairāk informācijas klienti var iegūt arī zvanot uz bezmaksas klientu servisa tālruni – 80 200 400.

Ivita Bidere, AS "Latvenergo"

Konkursam "Pagasta bibliotekārs – gaismas nesējs"

aicina pieteikt aktīvus lauku bibliotekārus

Arī šogad Latvijas Nacionālās bibliotēkas Atbalsta biedrība (Biedrība) izsludina konkursu "Pagasta bibliotekārs – gaismas nesējs" un aicina pieteikt aktīvus, radošus un izcilus lauku bibliotekārus. Konkurss norisināsies deviņos reizi. Tā ir lasītāju balva un atzinība saviem bibliotekāriem.

Ik gadu tiek apbalvoti pieci bibliotekāri – viens no katra Latvijas reģiona: Kurzemes, Latgales, Vidzemes, Zemgales un Rīgas.

"Pagasta bibliotekārs – gaismas nesējs" ir iespēja atrast un izcelt pašreizējās, darbīgas, iedvesmojošas mūsu mazo "gaismas pilu" darbiniekus. Pateicoties konkursam, visa Latvija var uzzināt par aktīviem cilvēkiem pagastos, kuri palīdz uzlabot līdzcilvēku ikdienas dzīvi.

Šogad Biedrība aicina

lasītājus vēstulēs pastāstīt par saviem bibliotekāriem, kuri ir entuziasma un radošuma pilni, rūpējas par saviem lasītājiem, sagaida tos ar smaidu, izveidojuši savu bibliotēku par vietējo gaismas pili, organizē pasākumus un apmācības, veido pievilcīgu un mājīgu bibliotēkas vidi.

Pieteikuma vēstules un fotogrāfijas, kas stāsta par bibliotekāra aktivitātēm, Biedrība gaidīs līdz 1. martam pa pastu (Mūkusalas iela 3, Rīga, LV1048) vai e-pastā (gaisma@gaisma.lv).

LNB Atbalsta biedrība



Noslēpums un Dieva svētība



CITĀDĀ PASAULE

19.01 - 02.02.2016.

- **Šamanis Lauris Daņilovs:**

Dievs atnāk pie mums kā brīnums vai kā "cūkas laime"

- **Nikas Turbinas slava un nāve**

Noslēpumaina balss nesa mazai meitenei dzejas rindas un ritmu



Žurnāli janvārī-februārī

- **Indigo bērni Latvijā**

Pirms piedzimšanas viņi izvēlas vecākus un apciemo tos.

- **Svētvieta sargātājs dižraibais dzenis**

Mūsu senči šo putnu godāja, ieklausījās tajā un pat bijās

- **Krievijas akadēmiķis Grigorijs Kvaša:**

Mainīt savu horoskopu ir cilvēka spēkos

- **Attiecību ABC**

Risināt problēmas ar prātu un neaizmirst vienlaikus attīrīties garīgi

- **Marijas Magdalēnas evaņģēlijs**

Jēzus viņiem teica: mana sieva, viņa varēs kļūt par manu sekotāju

Katrā Citādās Pasaules numurā: astroloģes un numeroloģes atbildes uz jūsu jautājumiem, cilvēkstāsts par to, kā dziedināt pašam sevi, Mēness dienas kalendārs.



Otrdien, pēc dievkalpojuma Sv. Aleksandra Ņevska baznīcā, notika Krusta ceļa gājiens uz Persteņa ezeru, kur tēvs Rostislavs iesvētīja ūdeni.

Alekseja GONČAROVA foto

SESTDIENA, 23. janvāris

LTV1		11.15 Sporta studija 12.00, 4.00, 5.30 PK bobslejā 14.05, 16.05 PK biatlonā 14.55 Noglabāt drošībā 17.05 Aizliegtais panēmiens 18.05 Eiropa koncertos 19.00 Nemiera gars 19.50, 21.20 PK skeletonā 21.00 Momentuzņēmums 22.35 Inspektors Lūiss 0.20 Vera 2.00 Imanta - Babīte pietur 3.35 Šefpavārs līdzņemšanai	10.00 Auto ziņas 10.35 Bibliotekāri 12.35 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 13.00 Tēta nedienas 15.05 Mf. Zobu feja 17.10, 23.40 Mf. Karstgalvji 2 19.00, 4.15 TV3 Ziņas 19.35 Nelūgtie viesi. Eiropas krastos izskalotie 20.00 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 21.35 Mf. Gluži kā debesīs 1.15 Mf. Advokāts 3.15 Divarpus vīri 3.35, 5.00 Anarhijas dēli 5.45 Ekstrasensu ciņas
LNT		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.30 Attīstības kods 9.00, 3.45 LNT Brokastis 10.00 Profesija – mamma 11.00 Fišeres kundzes izmeklēšanas noslēpumi 12.15 Dabas stihiju varā 13.10 Galileo 13.55 Mf. Par mīlestību pašreiz nerunāsim 15.45 Glābiet mūsu ģimeni 17.40, 18.00 Paisums 17.50, 20.00 Ziņas 20.35 Degpunktā 21.05 Nosvērtie 22.40 Mf. 21 grams 0.50 Mf. Īstais Maikls 4.30 Karamba! 5.00 Mežonīgā sirds 5.40 Briklberija	7.00 Multfilmas 8.00 Kino detaļās 8.55 Breters 9.55 Dejas 11.50 Mf. Elektronika piedzīvojumi 13.05 Mf. Ķepas 14.40 Mf. Mīlestība un dejas 16.20 Mf. Visi ir kā bez prāta Mērijas dēļ. 18.35 Mf. Trīs varoņi 20.00 Sporta skolotājs 21.00 Mf. Doktors Dūlītis 22.45 Mf. Krāpšanas cena 0.35 Māja-2
LTV7		6.35 Latvijas sporta varoņi 7.35 LTV - 60 8.00, 3.05 1000 jūdzes Persijā 8.30 Automoto raidījums 9.00 Nedēļas apskats 9.30 Aktualitātes 10.00, 5.00 Province 10.30 V.I.P.	8.00, 9.15 Paspēt 24 stundu laikā 9.00, 11.45 TV skatlogs 10.15, 0.15 Lietišķa pieeja 10.45, 0.45 Astondesmitie 12.00, 15.25 6 kadri 12.25 Mf. Sveicināti, es esmu jūsu tante 14.25, 15.50 Hokejs 18.25 Greizais spogulis
LTV3		7.15 Makss Stīls 7.40 Džungļu krustojums 8.10 Rozā Pantera un draugi 9.00 Kung fu panda 9.25 Kinomānija	20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV5			20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV3		7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi	7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi
LTV3+		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.30 Attīstības kods 9.00, 3.45 LNT Brokastis 10.00 Profesija – mamma 11.00 Fišeres kundzes izmeklēšanas noslēpumi 12.15 Dabas stihiju varā 13.10 Galileo 13.55 Mf. Par mīlestību pašreiz nerunāsim 15.45 Glābiet mūsu ģimeni 17.40, 18.00 Paisums 17.50, 20.00 Ziņas 20.35 Degpunktā 21.05 Nosvērtie 22.40 Mf. 21 grams 0.50 Mf. Īstais Maikls 4.30 Karamba! 5.00 Mežonīgā sirds 5.40 Briklberija	7.00 Multfilmas 8.00 Kino detaļās 8.55 Breters 9.55 Dejas 11.50 Mf. Elektronika piedzīvojumi 13.05 Mf. Ķepas 14.40 Mf. Mīlestība un dejas 16.20 Mf. Visi ir kā bez prāta Mērijas dēļ. 18.35 Mf. Trīs varoņi 20.00 Sporta skolotājs 21.00 Mf. Doktors Dūlītis 22.45 Mf. Krāpšanas cena 0.35 Māja-2
LTV5		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.30 Attīstības kods 9.00, 3.45 LNT Brokastis 10.00 Profesija – mamma 11.00 Fišeres kundzes izmeklēšanas noslēpumi 12.15 Dabas stihiju varā 13.10 Galileo 13.55 Mf. Par mīlestību pašreiz nerunāsim 15.45 Glābiet mūsu ģimeni 17.40, 18.00 Paisums 17.50, 20.00 Ziņas 20.35 Degpunktā 21.05 Nosvērtie 22.40 Mf. 21 grams 0.50 Mf. Īstais Maikls 4.30 Karamba! 5.00 Mežonīgā sirds 5.40 Briklberija	7.00 Multfilmas 8.00 Kino detaļās 8.55 Breters 9.55 Dejas 11.50 Mf. Elektronika piedzīvojumi 13.05 Mf. Ķepas 14.40 Mf. Mīlestība un dejas 16.20 Mf. Visi ir kā bez prāta Mērijas dēļ. 18.35 Mf. Trīs varoņi 20.00 Sporta skolotājs 21.00 Mf. Doktors Dūlītis 22.45 Mf. Krāpšanas cena 0.35 Māja-2
LTV7		6.35 Latvijas sporta varoņi 7.35 LTV - 60 8.00, 3.05 1000 jūdzes Persijā 8.30 Automoto raidījums 9.00 Nedēļas apskats 9.30 Aktualitātes 10.00, 5.00 Province 10.30 V.I.P.	8.00, 9.15 Paspēt 24 stundu laikā 9.00, 11.45 TV skatlogs 10.15, 0.15 Lietišķa pieeja 10.45, 0.45 Astondesmitie 12.00, 15.25 6 kadri 12.25 Mf. Sveicināti, es esmu jūsu tante 14.25, 15.50 Hokejs 18.25 Greizais spogulis
LTV3		7.15 Makss Stīls 7.40 Džungļu krustojums 8.10 Rozā Pantera un draugi 9.00 Kung fu panda 9.25 Kinomānija	20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV5			20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV3		7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi	7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi
LTV3+		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.05 Šefpavāru ciņas 9.00, 3.55 LNT Brokastis 10.00 Dabas stihiju varā 11.00, 1.20 Agata Kristi Erkils Puaro 12.55 Galileo 13.25 Greizais spogulis 15.20 Nosvērtie 16.55 Dzintara dziesmas 17.50, 20.00 Ziņas 18.00, 2.50 Komisārs Rēksis	7.00, 8.35 Multfilmas 8.05 6 kadri 8.45 Kino detaļās 9.45 Zaicevs+1 10.40 Kulinārā dinastija 12.40 Mf. D'Artanjans un trīs musketieri 14.05 Mf. Kāzas apmaiņas procesā 15.50 Mf. Nenotveramie 17.30 Mf. Doktors Dūlītis 19.10 Dejas 21.00 Mf. Halks 23.35 Mf. Nenodari pāri
LTV5		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.05 Šefpavāru ciņas 9.00, 3.55 LNT Brokastis 10.00 Dabas stihiju varā 11.00, 1.20 Agata Kristi Erkils Puaro 12.55 Galileo 13.25 Greizais spogulis 15.20 Nosvērtie 16.55 Dzintara dziesmas 17.50, 20.00 Ziņas 18.00, 2.50 Komisārs Rēksis	7.00, 8.35 Multfilmas 8.05 6 kadri 8.45 Kino detaļās 9.45 Zaicevs+1 10.40 Kulinārā dinastija 12.40 Mf. D'Artanjans un trīs musketieri 14.05 Mf. Kāzas apmaiņas procesā 15.50 Mf. Nenotveramie 17.30 Mf. Doktors Dūlītis 19.10 Dejas 21.00 Mf. Halks 23.35 Mf. Nenodari pāri
LTV7		6.30 Brīnumskapja skola 7.00 Vides fakti	8.00, 9.15 Paspēt 24 stundu laikā 9.00, 11.45 TV skatlogs 10.15, 0.15 Lietišķa pieeja 10.45, 0.45 Astondesmitie 12.00, 15.25 6 kadri 12.25 Mf. Sveicināti, es esmu jūsu tante 14.25, 15.50 Hokejs 18.25 Greizais spogulis
LTV3		7.15 Makss Stīls 7.40 Džungļu krustojums 8.10 Rozā Pantera un draugi 9.00 Kung fu panda 9.25 Kinomānija	20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV5			20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV3		7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi	7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi
LTV3+		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.05 Šefpavāru ciņas 9.00, 3.55 LNT Brokastis 10.00 Dabas stihiju varā 11.00, 1.20 Agata Kristi Erkils Puaro 12.55 Galileo 13.25 Greizais spogulis 15.20 Nosvērtie 16.55 Dzintara dziesmas 17.50, 20.00 Ziņas 18.00, 2.50 Komisārs Rēksis	7.00, 8.35 Multfilmas 8.05 6 kadri 8.45 Kino detaļās 9.45 Zaicevs+1 10.40 Kulinārā dinastija 12.40 Mf. D'Artanjans un trīs musketieri 14.05 Mf. Kāzas apmaiņas procesā 15.50 Mf. Nenotveramie 17.30 Mf. Doktors Dūlītis 19.10 Dejas 21.00 Mf. Halks 23.35 Mf. Nenodari pāri
LTV5		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.05 Šefpavāru ciņas 9.00, 3.55 LNT Brokastis 10.00 Dabas stihiju varā 11.00, 1.20 Agata Kristi Erkils Puaro 12.55 Galileo 13.25 Greizais spogulis 15.20 Nosvērtie 16.55 Dzintara dziesmas 17.50, 20.00 Ziņas 18.00, 2.50 Komisārs Rēksis	7.00, 8.35 Multfilmas 8.05 6 kadri 8.45 Kino detaļās 9.45 Zaicevs+1 10.40 Kulinārā dinastija 12.40 Mf. D'Artanjans un trīs musketieri 14.05 Mf. Kāzas apmaiņas procesā 15.50 Mf. Nenotveramie 17.30 Mf. Doktors Dūlītis 19.10 Dejas 21.00 Mf. Halks 23.35 Mf. Nenodari pāri
LTV7		6.30 Brīnumskapja skola 7.00 Vides fakti	8.00, 9.15 Paspēt 24 stundu laikā 9.00, 11.45 TV skatlogs 10.15, 0.15 Lietišķa pieeja 10.45, 0.45 Astondesmitie 12.00, 15.25 6 kadri 12.25 Mf. Sveicināti, es esmu jūsu tante 14.25, 15.50 Hokejs 18.25 Greizais spogulis
LTV3		7.15 Makss Stīls 7.40 Džungļu krustojums 8.10 Rozā Pantera un draugi 9.00 Kung fu panda 9.25 Kinomānija	20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV5			20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV3		7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi	7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi
LTV3+		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.05 Šefpavāru ciņas 9.00, 3.55 LNT Brokastis 10.00 Dabas stihiju varā 11.00, 1.20 Agata Kristi Erkils Puaro 12.55 Galileo 13.25 Greizais spogulis 15.20 Nosvērtie 16.55 Dzintara dziesmas 17.50, 20.00 Ziņas 18.00, 2.50 Komisārs Rēksis	7.00, 8.35 Multfilmas 8.05 6 kadri 8.45 Kino detaļās 9.45 Zaicevs+1 10.40 Kulinārā dinastija 12.40 Mf. D'Artanjans un trīs musketieri 14.05 Mf. Kāzas apmaiņas procesā 15.50 Mf. Nenotveramie 17.30 Mf. Doktors Dūlītis 19.10 Dejas 21.00 Mf. Halks 23.35 Mf. Nenodari pāri
LTV5		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.05 Šefpavāru ciņas 9.00, 3.55 LNT Brokastis 10.00 Dabas stihiju varā 11.00, 1.20 Agata Kristi Erkils Puaro 12.55 Galileo 13.25 Greizais spogulis 15.20 Nosvērtie 16.55 Dzintara dziesmas 17.50, 20.00 Ziņas 18.00, 2.50 Komisārs Rēksis	7.00, 8.35 Multfilmas 8.05 6 kadri 8.45 Kino detaļās 9.45 Zaicevs+1 10.40 Kulinārā dinastija 12.40 Mf. D'Artanjans un trīs musketieri 14.05 Mf. Kāzas apmaiņas procesā 15.50 Mf. Nenotveramie 17.30 Mf. Doktors Dūlītis 19.10 Dejas 21.00 Mf. Halks 23.35 Mf. Nenodari pāri
LTV7		6.30 Brīnumskapja skola 7.00 Vides fakti	8.00, 9.15 Paspēt 24 stundu laikā 9.00, 11.45 TV skatlogs 10.15, 0.15 Lietišķa pieeja 10.45, 0.45 Astondesmitie 12.00, 15.25 6 kadri 12.25 Mf. Sveicināti, es esmu jūsu tante 14.25, 15.50 Hokejs 18.25 Greizais spogulis
LTV3		7.15 Makss Stīls 7.40 Džungļu krustojums 8.10 Rozā Pantera un draugi 9.00 Kung fu panda 9.25 Kinomānija	20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV5			20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV3		7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi	7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi
LTV3+		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.05 Šefpavāru ciņas 9.00, 3.55 LNT Brokastis 10.00 Dabas stihiju varā 11.00, 1.20 Agata Kristi Erkils Puaro 12.55 Galileo 13.25 Greizais spogulis 15.20 Nosvērtie 16.55 Dzintara dziesmas 17.50, 20.00 Ziņas 18.00, 2.50 Komisārs Rēksis	7.00, 8.35 Multfilmas 8.05 6 kadri 8.45 Kino detaļās 9.45 Zaicevs+1 10.40 Kulinārā dinastija 12.40 Mf. D'Artanjans un trīs musketieri 14.05 Mf. Kāzas apmaiņas procesā 15.50 Mf. Nenotveramie 17.30 Mf. Doktors Dūlītis 19.10 Dejas 21.00 Mf. Halks 23.35 Mf. Nenodari pāri
LTV5		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.05 Šefpavāru ciņas 9.00, 3.55 LNT Brokastis 10.00 Dabas stihiju varā 11.00, 1.20 Agata Kristi Erkils Puaro 12.55 Galileo 13.25 Greizais spogulis 15.20 Nosvērtie 16.55 Dzintara dziesmas 17.50, 20.00 Ziņas 18.00, 2.50 Komisārs Rēksis	7.00, 8.35 Multfilmas 8.05 6 kadri 8.45 Kino detaļās 9.45 Zaicevs+1 10.40 Kulinārā dinastija 12.40 Mf. D'Artanjans un trīs musketieri 14.05 Mf. Kāzas apmaiņas procesā 15.50 Mf. Nenotveramie 17.30 Mf. Doktors Dūlītis 19.10 Dejas 21.00 Mf. Halks 23.35 Mf. Nenodari pāri
LTV7		6.30 Brīnumskapja skola 7.00 Vides fakti	8.00, 9.15 Paspēt 24 stundu laikā 9.00, 11.45 TV skatlogs 10.15, 0.15 Lietišķa pieeja 10.45, 0.45 Astondesmitie 12.00, 15.25 6 kadri 12.25 Mf. Sveicināti, es esmu jūsu tante 14.25, 15.50 Hokejs 18.25 Greizais spogulis
LTV3		7.15 Makss Stīls 7.40 Džungļu krustojums 8.10 Rozā Pantera un draugi 9.00 Kung fu panda 9.25 Kinomānija	20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV5			20.10 LNT ziņu TOP 21.00 Mf. Vitnija 22.45 Vegasa 23.35 Mf. Parasta nāvēssoda izpilde 4.40, 5.00 Karamba! 5.35 Kristīgā programma
LTV3		7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi	7.05, 9.30, 12.00 Amerikas smieklīgākie videokuriozi 7.35 Makss Stīls 8.00 Džungļu krustojums 8.30 Kung fu panda 8.55 Māmiņu klubs 10.00 Superbingo 11.00, 4.15 Imperija 13.30, 2.50 Mf. Lizija Magvaira 15.25 Mf. Gluži kā debesīs 17.20 Mf. Sūklis Bobs Kvadrāt-biksis 19.00 Nekā Personīga 20.00 Mf. Betmens. Sākums 22.45 Mf. Neiespējamā misija 0.55 Mf. Briesmoņi 5.00 Anarhijas dēli 5.40 Rozenheimas detektīvi
LTV3+		6.00, 3.00 Ķerto līga 6.20, 3.20 Lui 6.40, 13.40 Bernards 6.50, 2.15 Dauntonas abatija 7.40 Trakie no Baltā nama 8.05 Šefpavāru ciņas 9.00, 3.55 LNT Brokastis 10.00 Dabas stihiju varā 11.00, 1.20 Agata Kristi Erkils Puaro 12.55 Galileo 13.25 Greizais spogulis 15.20 Nosvērtie 16.55 Dzintara dziesmas 17.50, 20.00 Ziņas 18.00, 2.50 Komisārs Rēksis	7.00, 8.35 Multfilmas 8.05 6 kadri 8.45 Kino detaļās 9.45 Zaicevs+1 10.40 Kulinārā dinastija 12.40 Mf. D'Artanjans un trīs musketieri 14.05 Mf. Kāzas apmaiņas procesā 15.50 Mf. Nenotveramie 17.30 Mf. Doktors Dūlītis 19.10 Dejas 21.00 Mf. Halks 23.35 Mf. Nenodari pā

19.10 Ziņas
19.20 Hokejs
22.00 Vakars@22
23.00 Ārpus likuma
23.30 Apustulis
0.55 Mūzika

NTV

6.00 Rīts
7.00, 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 5.00 Šodien
7.10 Rīts ar Jūliju Visocku
8.00 Muhtara atgriešanās
9.20 Bākas gaisma un ēna
11.00 Zvērināto tiesa
12.20 Ārkārtas gadījums
13.00 Brāļi
15.20 Aste
17.00 Runājam un rādām
19.00 Augstas likmes
21.00 Dienas kopsavilkums
21.35 Biškopis
23.25 Izmeklēšanas komiteja
1.20 Ceļu patrūļa
3.10 Viss būs labi!
4.10 Mežonīgā pasaule
5.05 Advokāts

RTR Baltija

8.55 Par pašu galveno
10.00, 13.00, 16.00, 16.50, 19.00 Vēstis
10.35, 13.30, 16.30, 18.35 Vēstis-M
10.55 Kamenska
14.00 Zemstes ārsts
17.15, 2.50 Tiešais ēters
20.00 Man tēva dēls

22.50 Godīgs detektīvs
23.50 Vladimirs Visockis.
1.10 Steidzami uz numuru!
2.00 Smieklu istaba
4.00 Krievijas rīts

PBK

6.00, 1.15 Euronews
6.35, 9.00, 11.00, 14.35, 17.10, 1.45 Ziņas
6.40, 12.35 Bērnu klubs
7.00, 9.25 Labrīt
9.55 Dzīvo vesels!
11.30 Gaidi mani
12.55 Tabletes
13.45 Laiks rādīs
14.55 Vīriešu/ sieviešu
15.55, 3.30 Moderns spriedums
17.50, 18.05 Precamies!
18.00, 20.45, 23.00 Latvijas laiks
19.00 Lai runā!
20.00 Laiks
21.20, 23.05 Mažors. Seriāls.
23.50 Mf. Nastja
2.00 Mf. Sportloto - 82
4.20 Humora raidījums
5.50 Smieklīgi videoklipi

RenTV Baltic

6.20 Karavīri
7.10 Bērnu klubs
7.30 Laika ziņas
7.35, 19.45 Saviesīgas vakariņas
8.35, 16.25 Fantastika zem grifa

9.55, 17.30, 21.55 Dokumentāls projekts
12.05 Dīvaina lieta
13.05 Maldu teritorija
15.20 Civilizāciju cīņa
18.35, 5.30 Visšokējošākās hipotēzes
20.50 Slepēnās teritorijas
23.55 Skopums
0.45 Skatīties visiem

ONT

5.00, 7.30, 8.00, 10.00, 12.00, 15.00, 17.00, 19.30, 23.05 Ziņas
5.05 Rīts
8.05 Kontūras
9.00 Dzīvo vesels!
10.05, 12.05, 15.15, 17.15, 20.00 Sporta ziņas
10.10 Moderns spriedums
12.10 Vīriešu/ sieviešu
13.10 Vienatnē ar visiem
14.05 Laiks rādīs
15.20 Tabletes
16.00 Precamies!
17.20 Atskaite atpakaļgaitā
17.55 Gaidi mani
19.00 Laiks
20.05 Principa lieta
21.15 Mf. Neadekvāti cilvēki

Baltkrievija 1

5.00, 6.20, 7.15 Labrīt, Baltkrievija!
6.00, 7.00, 8.00, 11.00, 14.00, 18.00, 22.35 Ziņas
6.05, 7.05 Ekonomikas ziņas

15.25 Mf. Brīļainis
19.40 Ziņas
19.50 Mf. Starpnieks
22.00 Vakars@22
23.00 Ārpus likuma
0.55 Mūzika

NTV

6.00 NTV rīts
7.00, 9.00, 12.00, 15.00, 18.00, 5.00 Šodien
7.10 Rīts ar Jūliju Visocku
8.00 Muhtara atgriešanās
9.20 Bākas gaisma un ēna
11.00 Zvērināto tiesa
12.20 Ārkārtas gadījums
13.00 Brāļi
15.20 Trīs zvaigznes
17.00 Runājam un rādām
19.00 Augstas likmes
21.00 Dienas kopsavilkums
21.35 Biškopis
23.30 Izmeklēšanas komiteja
1.25 Ceļu patrūļa
3.20 Kriminālā Krievija
4.20 Galvenais ceļš
5.05 Advokāts

RTR Baltija

8.55 Par pašu galveno
10.00, 13.00, 16.00, 16.50, 19.00, 22.50 Vēstis
10.35, 13.30, 16.30, 18.35 Vēstis-M
10.55 Kamenska
14.00 Zemstes ārsts
17.15, 2.50 Tiešais ēters
20.00 Mana tēva dēls
0.35 Slānekļa afēra.
1.55 Steidzami uz numuru!
4.00 Krievijas rīts

PBK

6.00, 0.40 Euronews
6.30, 9.00, 11.00, 14.35, 17.10, 1.10 Ziņas
6.40, 12.35 Bērnu klubs
7.00, 9.25 Labrīt!
9.50 Dzīvo vesels!
11.30 Vienatnē ar visiem
12.55 Tabletes
13.35 Laiks rādīs
14.55 Vīriešu/ sieviešu
15.55, 2.45 Moderns spriedums
17.50, 18.05 Precamies
18.00, 20.45, 23.00 Latvijas laiks
19.00 Lai runā
20.00 Laiks
21.15, 23.05 Mažors
23.50 Vladimirs Visockis
1.25 Taigas saimnieks
3.35, 5.20 Smieklīgi videoklipi
3.50 Humora raidījums

RenTV Baltic

6.20 Karavīri
7.10 Bērnu klubs
7.34 Laika ziņas
7.35, 19.45 Saviesīgas vakariņas
8.40, 16.30 Fantastika zem grifa
9.55 Civilizāciju cīņa

6.10, 7.10, 18.40, 22.15 Zona X
8.10 Galvenais ēters
9.05 Redaktoru klubs
9.45 Vienkārsa dzīve. Seriāls.
10.00, 12.00, 15.00 90 sekundes
10.40 Zilonis un Mosjka
12.35, 14.55 Neaizej!
14.15, 17.40 Reģiona jaunumi
16.40 Baltkrievijas laiks
18.20 Arēna
19.00, 0.35 Majora Sokolova geteri
20.00 Panorāma
20.45 Likums un kārtība
21.00 Pēdas
22.50 Sports
23.05 Nejausi paziņas. Seriāls.

Baltkrievija 2

6.00 TV rīts
8.00, 9.00, 20.05 TV barometrs
8.05 Ērglis un cipars
9.35 Garšas ābece
10.05, 16.35 Ielu maģija
11.00 Sabraukuši...
12.00 Pārsteidz mani
13.00 Kauli
17.10 Voroniņi
18.10 Virutve
19.05 Rudie
20.10 Ekstrasensi - detektīvi
21.00 KENO
21.05 Neredzamais cilvēks
22.05 Reportieris
22.55 Mf. Ziemassvētku pasaka

11.00, 15.25, 17.30 Dokumentāls projekts
12.05 Čapmanes noslēpumi
13.10, 20.50 Maldu teritorija
18.35, 5.30 Visšokējošākās hipotēzes
23.00 Vadīt krievu stilā
23.55 Mūsu planētas noslēpumi
0.50 Skatīties visiem

ONT

5.00, 7.30, 8.00, 10.00, 12.00, 15.00, 19.30, 23.55 Ziņas
5.05 Mūsu rīts
8.05 Dzīvo vesels!
9.25 Kontrolpirkums
10.05, 12.05, 15.15, 17.15, 20.00 Sporta ziņas
10.10 Moderns spriedums
12.10 Vīriešu/ sieviešu
13.10 Vienatnē ar visiem
14.05 Laiks rādīs
15.20 Tabletes
16.00 Precamies!
17.00 Ziņas
17.20 Tētuka meitiņas
17.50 Lai runā!
19.00 Laiks
20.05 Mažors
22.05 Mf. Malavita

Baltkrievija 1

5.00, 6.20, 7.15 Labrīt, Baltkrievija!
6.00, 7.00, 8.00, 11.00, 14.00, 18.00, 23.45 Ziņas
6.05, 7.05 Ekonomikas ziņas
6.10, 7.10, 18.40, 23.10 Zona X
8.10, 21.55 Pēdas
9.00, 12.00, 15.00 90 sekundes
9.50 Vienkārsa dzīve
11.10, 15.35 ģimenes melodrāmas
12.10 Diena lielpilsētā
13.00 Meiču medības
14.15, 17.40 Reģiona jaunumi
14.25, 0.15 Mīlestības izlīdzināšana
16.40 Baltkrievijas laiks
18.20, 23.30 Interesu sfēra
19.00 Majora Sokolova geteri
20.00 Panorāma
20.45 Tuvplānā
21.15 D.F. Vadības akadēmija.
0.05 Sports

Baltkrievija 2

6.00 TV rīts
8.00, 20.05 TV barometrs
8.05, 16.30 Ielu maģija
8.35, 21.10 Neredzamais cilvēks
9.40, 15.30 Aizliegtā skola
10.40, 20.10 Ekstrasensi detektīvi
11.35, 17.05 Voroniņi
12.40, 19.05 Rudie
13.35, 18.05 Virtuve
14.35, 22.10 PIN kods
21.05 Sportloto 6 no 49, KENO
23.00 Bafija pret vampīriem

22. janvārī

Ir iemesls!

Visgarākie svētki pasaulē – Torrablouts (Islande)

Visbiežāk svētki turpinās tikai vienu dienu, retāk - divas dienas. Taču vieni no iemīļotākajiem Islandes svētkiem turpinās četras nedēļas! Torrablouts ir ceturtais ziemas mēnesis, kas ir veltīts dievam



Toram, kurš aizmieg šajā aukstajā periodā un uz laiku atstāj savu veseri bez darba. Tāpēc islandieši no sirds priecājas veselu mēnesi, lai pamodinātu debesu kalēju, aizraidītu ziemu un tuvinātu vasaru.

Esam pieraduši, ka mūsu gads dalās četrās sezonās, mēs protam novērtēt pavasara, vasaras, rudens un ziemas jaukumus. Islandiešu kalendārā ir tikai divas sezonas - ziema un vasara. Vasara visziemeļnieciskākajā Eiropas valstī turpinās 7 mēnešus, bet ziema - 5. Torrablouts - visaukstākais ziemas laiks - no janvāra beigām līdz februāra beigām. Un tas ir interesantākais laiks Islandē.

Islande, iespējams, ir visneparastākā valsts ne tikai Eiropā, bet arī visā pasaulē. Republika lepojas ar savu seno parlamentu, kurš strādā no 930.gada līdz šim laikam. Islandiešiem nav uzvārdu, tikai vārdi un patronīms (tēva vārda variants). Atbilstoši republikas likumiem jebkuram pasažierim, kuram nepietiek vietas sabiedriskajā transportā, ir tiesības nokļūt līdz vajadzīgajai vietai ar taksometru par autobusa biļetes cenu. Valstī praktiski nav noziedzības, un policistiem nekad neizsniedz ieročus. Armijas lomu pilda krasta apsardzes vienība, kuras pienākumos ietilpst zvejnieku un pasažieru kuģu glābšana to grimšanas gadījumā. Islandē cilvēki neaizslēdz dzīvokļu un mašīnu durvis, atstāj bērņus bez uzraudzības pie ieejas bārā vai veikalā, un katram salas iedzīvotājam ir savs profils “feisbukā”. Valstī ir pieņemta īpaša cenu politika attiecībā uz alkoholu: galvenā vērtība ir spirta daudzumam dzērienā. Smalkie Itālijas vai Francijas vīni šeit maksā lētāk nekā vistriviālākā divdesmitgrādīgā dzira.

Pateicoties attālumam no kontinenta, Islande nekad nepiedalījās kontinentālajos karos un citos konfliktos, kuru bija ļoti daudz Vecās pasaules vēsturē. Islandieši saglabāja senas paražas un savu senču valodu. Viņi var brīvi lasīt viduslaiku vikingu sāgas un hronikas, kuras ir tik grūti izprast mūsdienu Zviedrijas un Dānijas zinātniekiem. Ir saglabājušās arī daudzas sadzīves īpatnības, kuras tagadējiem eiropiešiem šķiet dīvainas: islandieši ir pārliecināti, ka nošņaukties ir ļoti neveselīgi, tāpēc visa valsts izpilda “puņķaino simfoniju” visas ziemas garumā. Bet splaut ārā, tai skaitā sabiedriskajās vietās, viņiem ir normāla parādība. Islandieši nemaksā par māju apkuri, jo apsilda mājas ar karsto ūdeni no pazemes termālajiem avotiem. Maksa par ūdeni arī netiek pieprasīta, ūdens tiek piegādāts pa taisno no aukstajiem avotiem, un tas ir kristāldzidri tīrs. Skaidrā nauda Islandē netiek izmantota, jo visiem ir bankas kartes.

Starp citu, norēķinoties ar skaidro naudu veikalā vai bārā, jūs riskējat piesaistīt sev cilvēku nelabvēlīgos skatienus un izraisīt aizdomas... Tik neparasta valsts ir Islande.

Torrablouta svētki ir zināmi no viduslaiku Skandināvijas hronikām. XIII gadsimtā šīs svinības izraisīja nopietnu pretestību no Baznīcas puses. Pagānu tradīcijas centās iznīcināt. Ilgus gadus Torrabloutu svinēja tikai ģimenes lokā. Bet kopš 1960. gada ar šiem svētkiem vairs necīnījās. Mūsdienās Torra mēnesis (no janvāra beigām līdz februāra beigām) tiek svinēts, lai veicinātu unikālās salas kultūras saglabāšanu un lai saglabātu senlaiku tradīcijas un paražas, kā arī nacionālās kulinārijas vērtības.

Svētku dienās māju saimnieki izpilda vienu un to pašu rituālu: ģimenes galva uzvelk bikses tikai vienā kājā un basām kājām lēkā ap savu māju. Šī rituāla jēga jau sen ir aizmirsta, bet katrs sevi cienošs islandietis, kam pieder nekustamais īpašums, obligāti izpilda šo neparasto deju un kustas ap savām mājām.

Visa svētku mēneša garumā cilvēki Islandē lieto savā uzturā tikai tradicionālos ēdienus. Daži ir diezgan garšīgi: žāvēts lasis, vītināta jēra gaļa. Turpretī vairākumam tradicionālo ēdienu ir diezgan nestandarta garša. Piemēram, vārīta auna galva vai slavenais Islandes *haukarls*. Grenlandes haizivi, jēlu, ar garšvielām, ierok zemē uz vairākiem mēnešiem, bet pēc tam izrok, noskalo, sagriež un... ēd. Parasti islandieši ēd *haukarla* gabalus, tos nesaņķlājot. Bet tūristi mēģina košļāt un... Šī ēdiena garša ir tik pretīga. Ne mazāk pretīga ir arī vaļa gaļa, kas ir pagatavota atbilstoši nacionālajai receptei.

Pats interesantākais ir tas, ka arī paši islandieši atzīst, ka dažu nacionālo ēdienu garša nemaz nav ideāla. Tādēļ Torrablouta svētku laikā vairākkārt pieaug vietējā kartupeļu degvīna (brennivīna) pārdošanas apjomi. Uzdzerot degvīnu, piemēram, *haukarlam* vai citiem nacionālajiem ēdieniem, islandieši nedaudz mīkstina vikingu ēdienu smaku un neparasto garšu.

Šāds gaļas un zivju “konservācijas” veids ir saistīts ar to, ka Islandē nav sāls ieguves vietu. Bet ziemā gaisa temperatūra šeit nav pietiekami zema, lai sasaldētu produktus.

Tā visaukstāko gada mēnesi pavada islandieši: gan lēkā uz vienas kājas apkārt mājai, gan pulcējas pie galda, uz kura ir ne pārāk garšīgi ēdieni. Bet līdz ar to viņi saglabā savu identiskumu, saudzē tradīcijas un paliek paši par sevi! Sveicam svētkos, Islande! Lai šogad Torrablouts ir īpaši jautrs!

Andrejs JAKUBOVSKIS

OTRDIENA, 26. janvāris

LTV1

6.00 LR valsts himna
6.02 Ekspedīcija Sumatrā
6.30 Rīta Panorāma
8.35, 17.00 Mīlas viesulis
9.35, 16.00 Mīlas jūra
10.35, 13.05, 14.55 Top-Shop
10.50, 18.53, 5.00 Ceturtā studija
11.20 Mf. Sappu viesnīca Čīanmai
13.20 Province
13.55 Mia un es
14.20 Džungļu grāmata safari
14.35 Millijas jaunkundzes jautājumi
15.10 Hārtlenda
18.00, 23.05 Ziņas
19.30 100 g kultūras
20.30 Panorāma
21.15 1:1
22.05 Robežas
23.20 Mf. Sapieris
1.40 Momentuzņēmums
5.30 Daugavieši

LTV7

6.00 LR valsts himna
6.03, 5.30 1000 jūdzes Mjanmā
6.30 Eiropa fokusā
7.00 Ceturtā studija
7.30 Melu laboratorija
8.30 Aculiecinieks
9.00 Aizliegtais paņēmiens
10.00 Hārtlenda
10.50, 16.05 Muhtars atgriežas
11.45, 20.10 Alpu dakteris
12.35 100 g kultūras
13.25 PK skeletonā
15.35, 1.30 Vienmēr formā!
17.00 Dzīve šodien
18.00 Šodien
18.35 Uz motocikliem apkārt Ķīnai
19.05 Francijas piekraste
21.00 Selfridžs
21.55 Balss pavēlnieks
23.30 Mf. Taisnības eņģelis. Galvojums
1.15 Vai Rīga jau gatava?
5.00 Tas vari būt Tu

LNT

6.05, 14.20 Ēd un tievē
6.30, 2.40 900 sekundes
8.40, 23.55 Dzīvīte
9.05, 20.35 Degpunktā
9.35 Dzintara dziesmas
10.35, 13.45 Televeikala skatlogs
10.50 Bernards
11.00 Mežonīgā sirds

11.50 Mf. Prāgas noslēpums
14.00, 17.50, 20.00 LNT ziņas
14.55, 2.00 Dallasa
15.50 Nemelo man!
16.50, 18.00 Atriebibas zeme
18.55, 1.05 Spēles karaliene
21.10 Mf. Mana mamma, mani vīrieši
23.00 Apmierini mani
0.15 Ekstrasensi – detektīvi
4.20, 5.00 Karamba!
5.35 Kristīgā programma

TV3

6.40 Mans mazais ponijs
7.05, 13.45 Bruņurupuči nindzjas
7.35, 14.15 Beibleidi
7.55, 18.00 Divarpus vīri
8.50, 2.35 Komisārs Reksis
9.50, 17.00 Ēnu spēles
10.50 Televeikala skatlogs
11.05, 0.55 Ekstrasensu cīņas
12.40, 5.50 Rozenheimas detektīvi
14.35 Simpsoni
15.05, 2.10 Būt par papucīti
15.35, 3.20 Ievas pārvērtības
16.20, 20.20 Virtuve
19.00, 3.55 TV3 Ziņas
19.35, 4.25 Bez Tabu
21.00 Īpašo uzdevumu vienība Hawaii
22.00 CSI. Lasvegasa
23.00 Melnais saraksts
0.00 Kā izbēgt no soda par slepkavību
5.00 Anarhijas dēli

TV3+

7.05 Multfilmas
7.45, 17.55, 1.55 Māja-2
8.40 Kucēnu patrūļa
9.35 Bada spēles
10.35 TV skatlogs
10.50, 14.55 Comedy batls
11.50, 15.55 Comedy Women
12.55, 16.55 Tētuka meitiņas
13.55, 20.00 SašaTaņa
18.55, 0.35 Brīvdienas Meksikā
21.00 Ekstrasensi veic izmeklēšanu...
22.35 Mf. Brigāde

TV5

8.10, 17.10 Nabaga ļaļa
9.05, 12.40 TV skatlogs
9.20 Kadeti
11.10 Paspēt 24 stundu laikā
12.10, 22.25, 0.30 Kriminal+
12.55, 18.05 6 kadri
13.20, 18.35 Nemelo man!
14.20, 23.30 Apustulis

Virszemes televīzija - dekoderu uzstādīšana; sateļlīttelevīzija - uzstādīšana, remonts.

Bezmaksas Latvijas, Ukrainas, Baltkrievijas un Krievijas kanāli.

Tālr. 26344829.

LAIKA ZIŅAS

St	23.01.	Sv	24.01.	Pr	25.01.	Ot	26.01.
- 17 ... - 13	- 18 ... - 14	- 11 ... - 7	- 1 ... - 5				
DA	1 m/s	D	2 m/s	DR	2 m/s	ZA	3 m/s

Mācību centrs

“EVA - 93”
organizē KURSUS
motorzāģa un krūmgrieža vadītājiem.

Kursu sākums
26.01.2016. plkst. 9.00
Krāslavā, Rīgas ielā 26.

Papildus informācija un pie-
teikties pa tālr. **29240545**.

SIA „ALNI AS”
IEPĒRK ZAĢBĀLKUS EUR/m³

Egle					
Garums	3,7	4,3	4,9	5,5	6,1
Diametrs	14-17	46	46	46	46
	18-24	64	64	70	70
	25+	64	64	70	70

Priede					
Garums	3,7	4,3	4,9	5,5	6,1
Diametrs	14-17	46	46	46	46
	18-24	58	58	60	61
	25+	58	58	60	61

Garumus iepriekš saskaņot!
Piegādes vieta: **Varakļāni**.
Iz transports!

www.alnias.lv
SAMAKSA 1 DIENAS LAIKĀ!
Tālr. **64866070, 29806775, 25916403**

Z/S “Madera”

Iepērk jaunlopus, liellopus,
aitas, zirgus, cūkas. Samak-
sa uz vietas. Svari.
T. **26563019**

SIA „LATVIJAS GAĻA”

Iepērk liellopus,
jaunlopus, aitas,
zirgus. Svari.
Samaksa tūlītēja.
Tālr. **28761515**.

IEPĒRK

cūkas, aitas, zirgus, liellopus,
piena teļus. Tālr. **29285927**;
zirgus, govus, teļus. Piespiedu
nokaušana un pārvadāšana.
Tālr. **29448794, 26650918**.

PĀRDOD

iekoptu, apstrādātu l/s zemi Ro-
bežnieku pag. - 44.8 ha (trijos
gab.). Labi piebraucamie ceļi.
Tālr. **29114384**;

1 - istabas dzīvokli. 4000 €. Tālr.
28653118;

“VW Passat Variant” - 1996,
mono, benzīns/gāze, labā stā-
voklī. Tālr. **26163279**;

zāgmateriālus. Vagondēļus, dē-
ļus, brusas, terases un grīdas
dēļus, blockhause (brusas imitā-
cija), vagondēļus pirtij, plauktus,
listes. Piegāde. Tālr. **27086886**;
mucas (20, 25, 30, 60, 120, 200,
1000 litri). Tālr. **27492445** (Dau-
gavpilī), **28111838** (Rēzekne);
plastmasas mucas (1000 l). Tālr.
26361548;

divguļamo gultu 160 x 200 ar diviem
naktskapīšiem un matraci. Kom-
plekta cena - 200 €. T. **27717410**;
aplecinātas šķirnes aitas (atnesī-
sies aprīlī), šķirnes aunū un elek-
troganu. Tālr. **27552243**;

jēru gaļas ieguvei. T. **26415425**;
kartupeļus. Piegāde. T. **27131681**;
bioloģiskus kartupeļus “Laura”,
“Vineta” ar piegādi Krāslavā. Tālr.
22462218;

graudus, miltus, pārtikas kartupe-
ļus. Piegāde. Tālr. **29463815**;

līnu spalvas un raušus. T. **29111637**;
graudus, miltus. Piegāde. Tālr.
25949788;

miežus, auzas, miltus. Tālr.
28353721;

malku (skaldīta, lapu koki) Dag-
das nov. Tālr. **26360277**;

sausu malku. Tālr. **25462098**.

Logi no 15 Eur, jumtīni ārdurvis
no 99 - 300 Eur
T. **26847347, durvistev.lv**

SIA “Rēzeknes gaļas
kombināts”

Iepērk liellopus un jaunlopus.

Samaksa 2-3
darba dienu
laikā.

Tālr. un is
6 4 6 2 2 4 7 5,
25435533



Mācību centrs

„LENOKS”

Profesionālās tālākizglītības
un profesionālās pilnveides
izglītības iestāde

„ASV Studija”

t. **65433978, 26300560,**
26839719

Ģimnāzijas 5, Daugavpils
Dīķu 1, Krāslava
www.lenoks.lv



NVA KUPONU

APMĀCĪBA

(stipendija EUR 99,60)

KURSI

- Latviešu valoda
- Angļu valod
- Vācu valoda
- Plaša profila frizieris
- Manikīrs
- Nagu pieaudzēšana (gēls, akrils)
- Bārmenis
- Klasiskā un aromamasāža
- Vizāžists
- Floristika
- Ainavu dizains
- Mednieks
- Apsarga sertifikāta saņemšanai

PĒRK

visaugstākā cena par meža īpa-
šumiem vai cīrsmām, l/s zemi.
Tūlītēja samaksa. T. **29105447,**
20318082, 27413393;

zemi ar jebkādu mežu. Augstas
cenās. Tālr. **29548596**;

par augstām cenām - mežus,
cīrsmas, lauksaimniecības zemi.

Palīdzēsim noformēt visus ne-
pieciešamos dokumentus. izska-
tīsim visus piedāvājumus. Sa-
maks tūlītēja. Tālr. **25282726**;

vecās mašīnas - Žiguli, Volgu,
Moskviču. Tālr. **29928618**;

automobili UAZ. Tālr. **26786447**;

senlaicīgus priekšmetus - lauk-
saimniecības inventāru, mājas
piederumus, kara tematikas
priekšmetus. Tālr. **22068511**;

aļņu, briežu, stirnu ragus. Tālr.
22402950.

IZIRĒ biroja telpas (11 m² un 30m²) Rīgas ielā
116, Krāslavā (3.80 €/m²). Tālr. **26645115**.

SIA “RENEM”

Iepērk jaunlopus, liellopus, aitas, zirgus.
ELEKTRONISKIE SVARI.

Paagstinātas cenas.

Skaidra naudā vai ar pārskaitījumu.

T. **65329997, 29485520, 29996309, 26393921**.

IEPĒRK METĀLLŪŽŅUS

Augstas cenas. Strādājam jebkurā laikā. T. **29198531**

SIA “MORTARS”

Iepērk skuju koku un lapu koku TARAS KLUČUS.
Samaksa 2 darba dienu laikā.

Piegādes vieta: “Latgran” teritorija, Ūdrīšu pag.,
Krāslavas nov. Tālr. **27827666**.

SIA “FORVEST”

Pērkam augošu mežu, mežu ar zemi, iekļātū
mežu un bez dokumentiem. Meža izstrādāšanas
pakalpojumi. Mežizstrādes pakalpojumi, meža iz-
vedēja, forvardera pakalpojumi.

Pārdodam malku (3 m). Tālr. **26677812**.

Reklāma un sludinājumi

DAŽĀDI

VAJADŽIGS meža traktora vadī-
tājs. Tālr. **27875596**.

Ziedu veikālā vajadzīga PARDE-
VĒJA. Tālr. **26130854**.

VAJADŽIGS plastikāta logu
pārdošanas menedžeris un
montāžas darbu veicējs. Tālr.
27878088, 28675525.

VAJADŽIGS cilvēks vai ģimene,
kas varētu pieņemt māju, dzīvo-
jot uz vietas un pieskatot suņus. Vasa-
ras periodam. Indrā. T. **25152527**.

Bez maksas paņemsim nevaja-
dzīgo sadzīves tehniku (ledus-
skapjus, gāzes plīti, TV utt.).
Tālr. **27540758**.

SIA “AIBI”

Iepērk liellopus, jaunlopus,
aitas, zirgus. Labas cenas.
Samaksa tūlītēja. Svari.
Tālr. **26142514, 20238990**.

Izsakām pateicību Dagdas
autoparka kolektīvam, biju-
šajiem tirdzniecības darbinie-
kiem, kaimiņiem, radiem, biju-
šajiem bērnu klasesbiedriem
un visiem, kuri izvadīja pēdējā
gaitā Fainu Utāni.

Ar cieņu, vīrs un bērni

Piekļūst šodien ziemas vēji,
Pēdējā gaitā sapņi
un jaunība iet.

Grūti aiziet,
ai, ticiet, cik grūti,
Kad ar tūkstošiem balsu dzīve pie
sevis vēl sauc.

Kad pār ziediem klusi līst
asaru lāses un negaidīti pār-
trūkušo dzīves ceļu sedz zie-
du sega, daļām sāpju smagu-
mu ar Andri Badūnu un viņa
ģimeni, no **dēla Artūra** uz
mūžu atvadoties.

PI VSPC “Dagda” kolektīvs

Vairs tevis nav, un žēlums sa-
žņaudz krūtīs,
Kam vajadzēja tev tik agri mirt,
Bez tevis taču daudziem būs tik
grūti,
Bez tevis taču daudziem sāpēs
sirds.

Sērojam sakarā ar mūsu ko-
lēģa, NM ārsta palīga, **Artū-
ra Badūna** pāragro nāvi un
izsakām visdziļāko līdzjūtību
radiem un tuviniekiem.

Latgales reģionālā centra
Dagdas neatliekamās medi-
cīniskās palīdzības kolektīvs.

Prāts negrib noticēt,
Sirds nesaprot,
kam pēkšņi apdzisusi
Tava diena.

Izsakām visdziļāko līdzjū-
tību un skumju brīdī esam
kopā ar mūsu kolēģa **Artūra
Badūna** piederīgajiem, tu-
viniekiem un draugiem viņu
mūžībā pavadot.

Neatliekamās medicīniskās
palīdzības dienests

Lai sapnis balts
viņa dvēseli aijā
un klusais miers ar saviem spār-
niem sedz...

Skumju brīdī esam kopā ar
Andri Badūnu, **dēlu** mūžībā
pavadot.

LPSAIA kolēģi

IK “KOVDORS”

ATLAIDES

Granīta pieminekļi un ka-
papaļas. Pieminekļi un
kapapaļas no marmora
smelknes (kroška). Metālis-
kie nožogojumi un soliņi.

Bez% kredīts.

Tālr. **22324315**.

Krāslava, Mednieku iela
2 (slimnīcas rajonā, bijusī
Baklābaratorijas teritorija).

SIA „LAUKU MIESNIEKS”

Iepērk mājlopus. Augstas
cenās. Samaksa tūlītēja.
Svari. Tālr. **20207132**.

Reiz pienāk diena -
nelūgta un skarba,

Kad sirdī dziļi smeldz un sāp...
PI “Veselības un sociālo
pakalpojumu centrs “Dagda”
administrācija un kolektīvs
izsaka visdziļāko līdzjūtību
Zinaīdai Gavrilovai un viņas
ģimenei, **māti** mūžībā pava-
dot.

Mēs klusu paliekam šai krastā,
Vēji šalkos un mierinās mūs,
Bet Tava vieta, kas bija šai dzīvē,
Vienmēr mūsu atmiņās būs.
Esam kopā un jūtam līdzi
Andra Badūna ģimenei, viņu
dzīves smagākajā brīdī, pa-
vadot viņusaulē **Artūru**.
Šķeltovas pagasta un Šķel-
tovas pamatskolas kolektīvi

Dieviņ, iededz vakarzvaigzni,
Zemes bērns uz mājām iet...

Izsakām visdziļāko līdzjū-
tību un skumju brīdī esam
kopā ar Andri Badūnu, **dēlu
Artūru** zemes klēpī guldot.
Krāslavas novada dome

Pārtrūka stīga, aplusa dziesma,
Apdzisa zvaigznes, saira sapņi,
Viss tas notika pēkšņi
un strauji,
Pielīja sāpju un asaru trauks.

Izsakām visdziļāko līdzjūtību
Andrim Badūnam, sakarā ar
dēla pāragro aiziešanu mūžībā.

SIA “Krāslavas slimnīca”
kolektīvs

Par vienu cilvēku tuvāko
Tev tagad mazāk būs.

Sirds zaudēto
Līdz mūža galam neatgūs.

Sērojam kopā ar Andri Ba-
dūnu, **dēliņu** kapu kalniņā
izvadot.

PA “Krāslavas slimokase”
kolektīvs

Mēs klusējot paliekam...

Vēji šalko un mierina mūs,
Bet tava vieta, kas bija šai dzīvē
Ir, bija un vienmēr būs.

Skumju brīdī izsakām vis-
dziļāko līdzjūtību sakarā ar
lielo zaudējumu un esam
kopā ar **Artūra Badūna** pie-
derīgajiem, viņu pāragri mūžī-
bā pavadot.

Bijušie klasesbiedri un audzi-
nātāja Anna

mācību centrs BUTS

**Jaunas zināšanas -
jaunas iespējas!**

Piedāvājam apmācības specialitātēs:

- krūmgrieža, motorzāģa operators
- autokrāvēja vadītājs
- hidromanipulatora operators
- apmācības dezinfektoriem
- darbs augstumā
- apmācības metinātājiem

Vairāk zvanot: **29278522**
rakstot: daugavpils@buts.lv
www.buts.lv

Materiālu un TV programmas sagatavošanā izmantoti “Neatkarīgā Rīta Avīze”, “Diena”, “Subbota”, “Rēzeknes Vēstis”, “Novadnieks”, interneta resursi un citi avoti.

“Ezerzeme”; indekss: 3019; Reģ. apl. Nr. 000700647
www.ezerzeme.lv
e-pasts: ezerzeme@ezerzeme.lv
Adrese: Lāčplēša ielā 20, Krāslavā, LV-5601.
Iznāk otrdienās un piektdienās.

Publicētie materiāli ne vienmēr atbilst redakcijas viedoklim.
Par skaitļiem, faktiem pareizību un sludinājumiem atbild autori.

Izdevējs - SIA “LER 8”.
Reģ. Nr. LV 51503017321
Norēķinu konts SEB BANKĀ:
LV22UNLA0023000467070
Iespiests SIA “Latgales drukā”.
Rēzekne, Baznīcas 28.
Reklāma, sludinājumi - tālr. **65681464**
Fakss - **65681465**

Laikraksta redaktore
Redaktore vietniece
Korespondenti

Tulkotāja

Marina Nipāne
Inga Pudnīka
Aleksējs Gončarovs
Elizabete Viļuma -
Grazule
Iveta Leikuma
Natālija Zdanovska

26795517, marina_nipane@inbox.lv
22021290, ingapudnika@inbox.lv
26065838
27068443, patite@inbox.lv

26439370, ivetaleikuma@inbox.lv
26853074, natalin240580@mail.ru