

Trešdiena, 2017. gada 4. oktobris

Kurzemnieks

LAIKRAKSTS VIDUSKURZEMEI

Ielu stils. Džinsi. 13. lpp.

Sēņu
fotokonkurss
beidzies.

6., 11. lpp.



„Ja esi gatavs spert soli,
bet nezini, kurp, var palīdzēt
koučs,” saka Inta Santa.

12. lpp.

Jābūt gataviem cīņai ar mēri

Kopš vakardienas arī Kuldīgas novada Vārmes pagastā un daļā Rumbas pagasta, kas atrodas uz dienvidiem no Kabiles ceļa, Āfrikas cūku mēra dēļ noteikta savvaļas cūku karantīnas teritorija. Mūsu novads Latvijā bija viens no pēdējiem šīs slimības neskartajiem.



Pārtikas un veterinārā dienesta dzīvnieku infekcijas slimību uzraudzības daļas vecākais eksperts Mārtiņš Seržants skaidro, kādi pasākumi medniekiem, pašvaldībai un iedzīvotājiem veicami, lai ierobežotu cūku mēra izplatību.

Vakar Kuldīgas novada domē Pārtikas un veterinārā dienesta (PVD) dzīvnieku infekcijas slimību uzraudzības daļas vecākais eksperts Mārtiņš Seržants pašvaldības darbiniekiem, pārvalžu vadītājiem, slimības skarto pagastu mednieku kolektīvu pārstāvjiem un citiem skaidroja, kā šī slimība kopš 2014. gada Latvijā izplatījies un kas darāms, lai izplatību samazinātu. Kā rādīt prakse, arī citās valstīs, ne tikai Latvijā vien apkarot to neizdodas gadiem. Tādēļ eksperts prognozē, ka jau drīz šo slimību var konstatēt arī citos pagastos un būs jāievēro karantīnas nosacījumi – medniekiem PVD jāinformē par visām nometītajām un atrastajām mirušām mežacūkām, kā arī jānodrošina nometīto ķermeņu un blakusproduktu identificēšana un uzglabāšana, līdz

saņemti laboratorisko izmeklējumu rezultāti.

Šoreiz pārrunāts, kas jā dara pašvaldībai, piemēram, jāslēdz līgumi ar mednieku kolektīviem vai citu instanci, kas būtu gatava mežā atrasto mirušo cūku ķermeņus savākt. PVD inspektora klātbūtnē mežā tos varēs aprakt vai arī, ja to nevarēs izdarīt tā, lai kāds tos neizraktu, būs jānogādā līdz speciālam konteineram, kas novadā tiks novietots šim nolūkam, bet vieta vēl nav izraudzīta.

PVD Dienvidkurzemes pārvaldes inspektore veterinārajā jomā Aivita Vītoļņa atgādināja, ka mājas cūku novietnēs, kas atrodas karantīnas teritorijā, aizliegts izvest cūkas un to bioproduktus. Tāpat no karantīnas apgabala aizliegts izvest cūkgaļas produkciju: svaigu gaļu, tās izstrādājumus un produktus, kas satur

Iedzīvotāji aicināti par mežā atrastām mirušām cūkām ziņot PVD, tostarp veterinārajam inspektoram Modrim Karlsonam (tāl. 29162330), arī mežsargam un pašvaldībai.

cūkgaļu. Cūku novietnēs karantīnas teritorijā dzīvniekus drīkst turēt tikai to atrašanās vietā vai izolēt citā, savvaļas cūkām nepieejamā vietā. Novietnē jānodrošina tādi apstākļi, lai mežacūkas nepieļūtu materiāliem vai priekšmetiem, kuri var nonākt saskarē ar mājas cūkām. Pie novietnes ieejām un izejām jānoliek ar dezinfekcijas šķīdumu piesūcināti paklāji.

Jolanta Hercenberga
Lāsmas Reimanes foto

ĪSIZINĀS

Aptieka būs slēgta

Alsungā no 11. oktobra vairākas nedēļas būs slēgta SIA *Maija aptieka*, lai atļauju pārreģistrētu no aptiekas uz filiāli. Kā pastāstīja īpašniece Aiga Zariņa, tas jā dara līdz ar darbinieku maiņu: „Aptiekā drīkst strādāt tikai farmaceits vai tā asistents. Viena darbiniece vēlas darba attiecības pārtraukt, meklējām vietā farmaceitu, bet nepieteicās. Savukārt filiālē drīkst strādāt arī feldšere, kas vēlas te strādāt, tādēļ licenci pārreģistrējam.” Iedzīvotāji aicināti ar zālēm nodrošināties laikus.

Kas ir sociālā uzņēmējdarbība

Līdz 6. oktobrim biedrības, nodibinājumi un uzņēmumi aicināti pieteikties semināram *Sociālā uzņēmējdarbība: kas tas ir un vai man tas der* 12. oktobrī no 11.30 Kuldīgas Mākslas namā. Varēs uzzināt, kas jā dara, lai nodarbotos ar sociālo uzņēmējdarbību, kāds ir valsts atbalsts utt. Pieteikties <http://ejuz.lv/socialaud> vai pa tālr. 29886960 (Lindai). Vairāk: www.kurzemesno.lv.

Zaļais iepirkums

Latvijā stājušās spēkā izmaiņas publiskajos iepirkumos, ietverot zaļo iepirkuma principus. Vides aizsardzības un reģionālās attīstības ministrija aicina interesentus uz semināriem par šādu principu pašvaldību iepirkumos. Kurzemē mācības plānotas 25. oktobrī Pāvilstā. Plašāk e-pastā: zpi@varam.gov.lv.

Piektdien, 6. oktobrī:

- Pielikums *Radošā Kuldīga*.
- Ozols Latvijas Senāta priekšsēdim.
- Vai sēnes silda ekonomiku.
- *Sadales tīkla jaunumi*.



REDZĒJUMS

Lēnprātība kā tikums

Jolanta Hercenberga,
63350565,
jolantah99@gmail.com



Pagājušajā nedēļas nogalē Katalonijas neatkarības piekritēji rīkoja referendumu par atdalīšanos no Spānijas un atsevišķas valsts veidošanu. Kā arguments tiek minēts tas, ka tur dzīvojošie ir tauta ar senām saknēm, kas pirms 300 gadiem pret savu gribu iekļauta Spānijas sastāvā. Tikmēr vienotas valsts piekritēji, kuri uzskata, ka nekas nebūtu maināms, atsauca

„Dzirdot par ideoloģijas vārdā radītām nekārtībām zemēs, kurās dzīvo temperamentīgāki ļaudis, labi vien ir, ka esam lēnprātīgi.”

uz referendumā apstiprināto Spānijas konstitūciju, par kuru nobalsojis arī Katalonijas iedzīvotāju vairākums un kas pieņemta aptuveni pirms 40 gadiem.

Nu Spānijas valdības aizliegtais, bet katalāņu rīkotais referendums pārvērties īstā haosā. Sociālo tīklu fotogrāfijās, kas fiksējušas epizodes no sadursmēm starp referendumā dalībniekiem un policiju, redzami diezgan nežēlīgi skati, kuros policisti izmanto savus darba instrumentus. No vienas puses, viņiem jau nav izvēles. Viņu uzdevums ir novērst nekārtības, un to ne vienmēr var izdarīt, mīļi

palūdzot. No otras puses, tas patiesi izskatās briesmīgi, ja kāds kādu sit ar steku. Ko darīt? Un kurš izšķirs, kas ir kārtības iedibināšana un kas – nekārtību celšana?

Ik pa laikam pasauli pāršalc ziņas, ka valstu kontūras kartē sašūpojas, jo kāda cilvēku grupa uzskata – tās jāmaina. No agrākiem gadiem atceramies Vācijas un Korejas pārdalīšanos, atmiņā vēl nesenie nemieri Ukrainā. Savulaik izveidota Eiropas Savienība, un joprojām ir valstis, kas vēlas tajā iekļauties. Taču bijis arī *breksīts*, kurā Apvienotās Karalistes pilsoņi nobalsoja par izstāšanos.

Latvijā pēdējā gadsimtā teritorija dalīta un pārdalīta vairākkārt. Ne viens vien karapulks gājis pāri mūsu zemei, un tos vadījis kāda ideja, kā šo vietu turpmāk sauks un kas to pārvaldīs. Arī brīvajā valstī nemitīgi notiek teritoriālā pārdale. Bet, paldies Dievam, mūsu temperaments ir miermīlīgāks nekā karstasinīgajiem spāņiem un katalāņiem.

Kad no bijušā Kuldīgas rajona tika izveidoti trīs novadi, asinis nelija un cilvēki ar plakātiem ielās neparādījās. Nu trīs novadu starpā joprojām notiek kultūras pasākumi un turpinās arī citāda sadarbība. Piemēram, pensionāru saietos joprojām tiekas bijušā rajona cilvēki, bet nu jau trīs novadu ļaudis: dzied, līksmo.

Lai arī reizēm šķiet, ka esam pārāk kūtri, lai savas tiesības aizstāvētu, reizēm lēnprātība ir saprātīgākā rīcība. Jo, lūkojoties vēsturē līdz pat Kristus dzimšanai, tā jau ik pa laikam kāds var vēlēties ietekmes sfēras atkal pārdalīt. Bet kuram no tā labums?

MANUPRĀT

Pārmetumi pārspilēti, process necaurspīdīgs

Tā var teikt par to, kas pagājušonedēļ notika ar Latvijas Radio (LR), kad Nacionālā elektronisko plašsaziņas līdzekļu padome (NEPLP) uzteica darbu valdes locekļiem jeb faktiski radio vadītājiem Sigitai Kirilkai. Vēl vasarā visa padome viņas darbu atbalstīja, bet nu pēkšņi pieprasītajos dokumentos atrasti tādi grēki, ka momentā no darba jāatbrīvo. Kādi pārkāpumi? Piemēram, līgumi par sponsorēšanu, ko radio uzraugs Ivars Āboliņš nosauca bezmaz par draudiem Latvijas drošībai, bet kas faktiski bijusi sociālā kampaņa, kas aicināja nebraukt dzērūmā. Savukārt jaunie LR valdes locekļi tika izvēlēti, neļaujot tajā piedalīties lielākajai profesionālajai organizācijai – Latvijas Žurnālistu asociācijai. LR ir sabiedrībai ļoti svarīgs medijs, kas strādājis neatkarīgi, nodrošinot ar augstvērtīgu, vispusīgu informāciju, tāpēc svarīgi, lai tā vadība nepakļautos politiskam vai citam spiedienam. Un lai pārraugošā NEPLP turpmāk nelieto šādas radio reputāciju graujošas metodes, kad nav konstruktīvu sarunu, bet ir skaļi publiski paziņojumi, un lai atceras savu galveno uzdevumu – nodrošināt kvalitatīvu sabiedriskā pasūtījuma izpildi radio.

Daiga Bitiniece, tālr. 63350567;
daiga.bitiniece@kurzemnieks.lv

Ja pamanāt ko interesantu, nofotografējiet un sūtiet: redakcija@kurzemnieks.lv.

TRIS VIEDOKĻI

Tas, ka Spānijas valdība noraida Katalonijas centienus iegūt neatkarību, nevienam nepārsteidz. Tomēr veids, kādā policija svētdien izturējās pret neatkarības referenduma dalībniekiem, vairumam raisa sašutumu.

Kā vērtējat notikumus Katalonijā?

ROSINA PRETESTĪBU

Jānis Dombrova, Saeimas deputāts, *Nacionālā apvienība*:

– Vardarbība referenduma laikā noteikti nenes labu rezultātu ne katalāņiem, ne spāņiem. Manuprāt, tā ir liela Spānijas puses kļūda: ļoti daudzus, kuru viedoklis neatkarības jautājumā bija 50 pret 50, vardarbība nosvērta par labu neatkarības idejai, jo katalāņi redz, ka valdība pret cilvēkiem vērs agresiju, bet tas neatkarības vēlmī noteikti nostiprina. Pilnīgs pretstats ir referendums par Skotijas neatkarību, kas noritēja pilnīgi mierīgi, Skotijas parlamenta vēlmī saskaņojot ar Lielbritāniju, un galu galā skotu vairākums nobalsoja par palikšanu Lielbritānijas sastāvā. Divas lielas valstis praktizējušas atšķirīgu pieeju, un arī rezultāti ir diametrāli pretēji. Uzskatu, ka Lielbritānija izeju meklēja krietni veiksmīgākā politiskā ceļā. Tas, vai Katalonijai jāpiešķir neatkarība, ir jāatstāj pašu katalāņu un spāņu ziņā. Citām Eiropas Savienības valstīm jārūpējas, lai nerastos cilvēktiesību pārkāpumi, lai nebūtu likuma varas neievērošana, bet tas, kādu lēmumu viņi pieņems, ir viņu pašu ziņā.

DROSME UN SAVALDĪBA

Otto Ozols, publicists:

– Situācija ir skumja, bet vien-

laikus esmu lepns par katalāņu drosmi. Es apbrīnoju milzīgo savaldību, ar kādu viņi spēj atbildēt uz provokatīvu vardarbību, pieļaujot, ka viņus sit un dauza, un vienoti uz to atbildot ar mieru. Mani apbēdina Eiropas ignorance un dubultā morāle, jo vienā vietā tā sludina demokrātiju, bet citur mierīgi noskatās, kā Spānija pret katalāņiem izturas sliktāk nekā Krievija pret Ukrainu.

Uzskatu, ka Krimas un Katalonijas referendums nav salīdzināms – nekad neesmu dzirdējis par krievisku tautu, turklāt neviens referendums nevar notikt zem ārvalstu agresora ieroču stobriem. Katalonijā turpretim runa ir par tūkstošgadu vēsturi un identitāti, kas lemj pati savas zemes likteni. Šo salīdzinājumu izplatīt nozīmē kalpot Kremļa propagandai – to darīt nevajag.

Ir tāds interesants fakts, ka 1714. gadā kāds Juris no Jelgavas piedalījies Barselonas aizstāvēšanā no spāņu uzbrucējiem. Katalāņu vēsturnieks Džozepes Luiss Alai man stāstīja, ka Barselonas arhīvos atradis ierakstu: pilsētas bombardēšanas laikā kādā slimnīcā ievietots tāds *Jordi Vilem no Mitau*, Livonijas. *Mitau*, kā zināms, ir senais Jelgavas nosaukums, savukārt *Jordi* jeb *Džordi*, visticamāk, ir pārveidots latviešu vārds Juris.

AKTUĀLAIS JAUTĀJUMS

Vai jūs uztrauc tas, ka Āfrikas cūku mēris konstatēts arī Kuldīgas novadā?



Zaiga Šulca, medmāsa: – Esmu no Saldus, pie mums cūku mēris konstatēts jau iepriekš. Dzirdēts par to ir daudz. Diez kas nav... Es cūkgaļu neēdu, bet, ja vīrs grib, tad pērkam pie pazīstamiem cilvēkiem. Mežā šovasar būts daudz, bet beigtas cūkas nekur nav manītas.



Milija Grīsele, pensionāre: – Dzirdēju, ka novadā atrasta pirmā beigtā mežacūka. Mani tas ļoti uztrauc. Pati uz mežu neeju, nekāda saskarsme man ar tām nevar būt, bet man žēl to cilvēku, kuri audzē mājas cūkas. Ja tās saslimst, visas jālikvidē. Zemniekiem cūku mēris ir nelaime.



Inga Upeniece, pārdevēja: – Ir dzirdēts, ka bija jau Saldū, tagad Vārmē. Mani tas neskar – tik vien, ka pārtikā gaļu lietoju, bet patīkami tas nav. Tos, kuri audzē cūkas, gan tas skar tiešāk – viņi noteikti uztraucas vairāk.



Mareks Jēkabsons, celtnieks: – Ir dzirdēts. Mani tas satrauc, jo tas saistīts arī ar cilvēku veselību. Kaut kā pret to jācīnās, bet kā, to gan nezinu. Ja situācija saasināsies, iespējams, veikalā cūkgaļu neizvēlēšos. Ēdīšu vistu.



Ivars Bebrišs, strādā kokapstrādē: – Par mēri dzirdēts daudz. Mani uztrauc tas, ka patiesībā nekas netiek darīts, lai to apkarotu. 14 miljoni eiro Latvijā jau esot iztērēti, bet slimība joprojām izplatās.



Edmunds Beks, pensionārs: – Neesmu neko dzirdējis, un mani tas arī neuztrauc. Cūkgaļu pārku veikalā un domāju, ka neko nemainīšu. Tas nekas pārāk briesmīgs nav.

Jolanta Hercenberga
Lāsmas Reimanes foto

„Kurzemē labāku neatradu”

Tā par ilgstošās sociālās aprūpes nodaļu Kuldīgas slimnīcā teic tās iemītniece Dzidra Līgute no Liepājas. „Šo vietu nevar saukt par pensionātu, tā ir senioru rezidence,” viņa pārliecināta.



Kuldīgas slimnīcas ilgstošās sociālās aprūpes nodaļas vadītāja Sanita Dzintare cienā klientus ar pensionāta pirmās dzimšanas dienas kūku.



Elzai Ozoliņai no Ogres 2. oktobrī apritēja 89. Pensionātā viņa nonāca pērn 4. oktobrī, kad vēl mājās bija nosvinējusi arī vārdadienu. Kuldīga izvēlēta tāpēc, ka šeit dzīvo dēls. Elzas kundzi Kurzemnieks satika gaitenī, kad pirmdienas izlasītā avīze tika nesta draudzenei uz citu istabiņu. Dzīve te esot laba, teic E.Ozoliņa un aicina nākamgad uz 90. jubileju.

GANDRĪZ KĀ ĢIMENĒ

2. oktobrī slimnīcas nodaļa jeb jaunais pensionāts svinēja gada jubileju. Ar koncertu viesojās Sv. Annas baznīcas ansamblis, Edgars Ziņģe (vijole) un Juris Kramēns (sintezators). Protams, bija gan sveicēji, gan svētku kūka, gaisā tika laisti baloni ar labām domām nākamajam gadam.

Nodaļas vadītāja Sanita Dzintare priecājas, ka gads pagājis labi, lai arī ne vienmēr viegli: „Mūsu pulciņš papildinājies – 50 vietās ir 47 klienti. Ir tādi cilvēki, kuri aizgājuši mūžībā. Tā mums klājas: vienā dienā svinam dzimšanas dienu, citā – jāiet uz bērēm. Par katru, kurš saslimst vai aiziet, ļoti pārdzīvojam. Cenšamies, lai vairāk būtu koncertu, interesantu pasākumu, ņemam vērā klientu vēlmes. Vasarā vairāk gājām laukā. Izskatās, ka cilvēki ir apmierināti, pie jaunajām mājām pieraduši. Prieks par tiem, kuri iesaistās nodaļas dzīvē un daudz palīdz. Darbinieki pamainījušies – nav gluži tā komanda, ar kuru sākām.”

TE UN CITUR

Svētkos zālē pamazām pulcējās iemītnieki. Arnis Narvaitis, kurš

pārnācis no pensionāta *Venta*, teic: „Tur apkārt bija vairāk zaļumu, liels dārzs ar ābelēm un ogu krūmiem. Pasākumi te ir labāki – tur bija pļavā jāiet, bet te vasarā varēja smuki pasvinēt. Darbinieces labas, daudzas atnāca līdzī no *Ventas*, citas nākušas klāt.”

Dz.Līgute stāsta: „Par Kuldīgas pensionātu uzzināju divainā kārtā – televīzijā skatījos raidījumu, kurā stāstīja, ka te jauns pensionāts. Es visu vasaru pa Kurzemi biju braukājusi pensionāta meklējumos, bet neviens man nepatika. Kad atbraucu šurp lūkoties, nemaz projām negribēju braukt. Vieta bija, un es pieteicos.

Ne brīdi nenožēloju. Jaunas un skaistas telpas, viss tīrs un sakopts. Personāls – engēlīši! Tikai jāpasaka, ko gribi, un iespēju robežās viss tiks izdarīts. Ļoti liels pluss ir tas, ka soļa attālumā ir slimnīca – mediķi palīdzēs kaut nakts laikā. Brauc mācītājs Mārtiņš Burke-Burkevics no Annas baznīcas – brīnišķīgs mācītājs gan jauniem, gan veciem ļaudīm. Atbrauc arī mācītājs Jānis Jūrmālis no baptistu draudzes.”

Inguna Spuleniece
Lāsmas Reimanes foto

Brauc atbrīvot iesprūdušu kāju

2. oktobrī Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests Kuldīgā saņēmis divus izsaukumus.

7.00 Dārza ielā trīsstāvu sabiedriskas ēkas dūmvadā dega sodrēji (0,5 m²). 7.55 ugunsgrēks likvidēts. 16.46 saņemts izsaukums uz Pļavas ielu, kur 12 gadus vecam bērnam kāja iesprūdusi daudzstāvu dzīvojamās mājas pagraba loga restē. Glābēji kāju atbrīvoja un bērnu nodeva ātrās palīdzības mediķiem.

Pasts strādās stundu dienā

No 31. oktobra Padurē pasts *Arājos* strādās darb dienās no 12.00 līdz 13.00. Iedzīvotāji arī turpmāk tur saņems visus pakalpojumus vai arī varēs tos saņemt savā dzīvesvietā no pastnieka, informē Latvijas Pasts. Ar pastnieka starpniecību Padurē var saņemt arī skaidras naudas izmaksu no PNS konta. To var pieteikt pa tālr. 27892759, 67608486 vai 67608488. Pārējos pakalpojumus dzīvesvietā var pieteikt pa tālr. 25702001. Pārmaiņas šai pagastā (darbības modelis, vieta un laiks) notiek mazā pieprasījuma dēļ. Padures pasta nodaļa ir mazāk nekā desmit sūtījumu darb dienā, un tas ik gadu rada 5000 eiro zaudējumus.

NO KĀRTĪBAS SARGĀTĀJU IKDIENAS

Met atkritumus citiem uz galvas

Stāsta Kuldīgas novada pašvaldības policijas priekšnieks Rinalds Gūtpelcs.

25. septembris. Tūlīt pēc pusnakts mums ziņo, ka Vārmē grāvī guļ sieviete. Pa dienu Baznīcas ielā auto invalīdu stāvvietā. Vārmē suns kļīst apkārt, bet Rendā viens kādās mājās pieklīdis. Ziņojam dzīvnieku ķērājiem.

26. septembris. Virkas ielas pagalmā kopīpašumā iegāzušies šķūnīša siena, paziņojam īpašniekiem. Gaismas ielā jaunieši laužot šūpoles. Mums ziņo, ka Ventas kreisajā krastā rumbā tiek nelikumīgi zvejoti nēgi. Dodamies turp ar Valsts policiju (VP) un vides inspektoru, bet informācija neapstiprinās.

27. septembris. Planīcas ielā pie mājas jau ilgi atrodas auto ar bojātu aizmugurējo spārnu. Informējam VP. Kāds nemierā, ka krustojumā pirms *Lukoil* izbērtu akmeņu kaudze. Tur tiek remontēts ceļš, bet nav brīdinājuma zīmes. Autobusu pieturā Mucenieku ielā kāds iemidzis.

28. septembris. Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienests lūdz palīdzēt Īvandē iecelt nestuvēs pacientu – palīdzam. Piltenes ielā kāds stipri sadzēries, nogādājam pie mums izolatorā. Sociālais dienests lūdz nogādāt cilvēku pie ārsta. Baznīcas ielā invalīdu stāvvietā kāds nolīcis auto bez stāvvietas kartes, bet, pārbaudot izrādās, ka karte ir. Autoostā kāds guļ uz perona. Liepājas ielā no trešā stāva loga tiek mesti ārā

atkritumi, apdraudot gājējus un pat aplaužot kokus. Sākta administratīvā lietvedība.

29. septembris. Pa Jelgavas ielu skrien suņi. Slimnīcas uzņemšanas nodaļā ir agresīvs pacients. Kurmāles pagasta Upīškalnā smagās automašīnas, vedot zemi, atstājušas netīru ceļu. Uzzinām uzņēmumu. Ja pēc darba ceļš netiks sakopts, brauksim skaidroties. Mucenieku ielas rotaļu laukumā jaunieši smēķējot un lamājoties, taču to nekonstatējam.

30. septembris. Kalna ielā auto nolīkts tā, ka traucē citiem, bet Rumbas ielā auto stāv uz ietves. Mucenieku ielā pie malkas šķūnīšiem kāds iemidzis – vedam uz iecirkni. Ēdoles ielā, iespējams, nepilngadīgie lietojot alkoholu un trokšņojot, bet tādus nesastopam.

1. oktobris. Mucenieku ielā pie veikala kāds ubago. Nesaskaņas radu vidū: māsa atsakoties no virtuves aizvākt savu ledusskapi un atbrīvot vietu zvanītājas ledusskapim. Baznīcas ielā mašīna invalīdu stāvvietā. Kāds zvana, ka ar draugu braucis pa Ziedoņu ielu, pienākuši divi vīrieši un draudējuši draugu nosist. Iesakām rakstīt iesniegumu VP. Palīdzību vajag kādam no Priedaines, kura dienesta dzīvokļa kaimiņš uzvedas skaļi un izaicinoši. Pa Jelgavas ielu iet sieviete reibumā ar bērnu pie rokas.

Vīriem jādodas mājup skaidrā

Stāsta Skrundas pašvaldības policijas inspektors Ģirts Miksons.

25. septembris. Saņemam sūdzību par Jaunmuižā nepieskatītu suni. Skrundā pamanām vairākus vīrus, kuri grasās sabiedriskā vietā lietot alkoholu. Pēc pārrunām visi dodas mājup.

26. septembris. Atkārtota sūdzība par suni Jaunmuižā, kas bērniem neļauj doties uz skolu un viņus apdraud. Ziņojam arī Pārtikas un veterinārajam dienestam.

27. septembris. Pārbaudām Skrundā pamestu māju – esam saņēmuši ziņu, ka tur ik pa laikam kāds iemitinās. Saņemam informāciju par pazudušu cilvēku, kurš dzīvo Kušaiņos, nedaudz vēlāk vīrietis atrasts. Izsaukums uz ģimenes konfliktu Kušaiņos,

kur dzīvo arī tikko pazudušais vīrietis. Aizbraucam un situāciju atrisinām.

28. septembris. Skrundā netālu no autoostas pamanām vīrieti, kurš sabiedriskās vietās pastāvīgi lieto alkoholu. Tiek izsaukta arī Valsts policija, sākta administratīvā lietvedība.

29. septembris. Sūdzība par nepļautu zāli Skrundā, Kuldīgas ielā. Skrundas pagastā mājlopi tiek ganīti tam neparedzētā vietā. Apstākļus noskaidrojam.

30. septembris. Pastiprināti uzraugām sabiedrisko kārtību Skrundas diskonaktī. Būtiski pārkāpumi nav konstatēti.

Uzklausīja **Iveta Grīniņa**

NUMURA CITĀTS

„Meitene grib atrast puisi, ar kuru draudzēties un vēlāk veidot ģimeni. Mūsu saruna beidzas ar ideju, ka turpmāk viņa biežāk smaidīs, jo tas ir viens no iemesliem, kādēļ nav izdevies puisi satikt. Ja cilvēks sāk biežāk smaidīt, tas maina arī noskaņojumu, vibrācijas, radīsies izmaiņas ķermenī,” saka izaugsmes veicinātāja Inta Santa.



ES JAUNUMI

Atsakās no cukura kvotām

Pati pēdējā spēkā esošā lauksaimniecības kvotu sistēma, kas regulē cukura ražošanu ES, 30. septembrī atcelta. Lēmumu no cukura kvotām atteikties Eiropas Parlaments un ES valstis pieņēma 2013. gadā kopējās lauksaimniecības politikas reformā pēc plaša reformu procesa, kas sākās 2006. gadā. Tad šim mērķim tika sniegts 5,4 miljoni eiro atbalsts. Cukura kvotas ieviestas 1968. gadā, lai kopā ar ražotājiem paredzētu atbalsta cenu, kas bija ievērojami augstāka nekā cena pasaules tirgū. Kvotu sistēmas beigas nāk pēc lielas nozares reformas 2006.–2010. gadā. Kopš pērnā gada beigām vidējā cukura cena ES atkal pieaugusi apmēram līdz 500 eiro par tonnu un dažos pēdējos mēnešos bijusi stabila. ES ir pasaules līdere cukurbiešu cukura ražošanā (saražo ap 50%). Tomēr no cukurbietēm iegūst tikai 20% pasaules cukura – pārējos 80% iegūst no cukurniedrēm.

Par ilgtspējīgu un mazoglekļa nākotni

Eiropas Komisija ES budžetā apstiprinājusi 222 miljoni eiro ieguldījumus, lai saskaņā ar vides un klimata programmu LIFE Eiropā sekmētu pāreju uz ilgtspējīgu un mazoglekļa nākotni. 20 valstīs 139 projektos tiks ieguldīti 379 miljoni eiro. Programma LIFE pastāv jau 25 gadus. Ap 182 miljoniem tiks efektīvas vides un resursu izmantošanas, dabas un bioloģiskās daudzveidības un vides pārvaldības un informācijas projekti. Daži piemēri: bioloģiski produkti no notekūdeņu nogulsniem Nīderlandē; jauna bioloģiskā attīrīšana Spānijā, lai ūdeni attīrītu no pesticīdiem un nitrātiem. Bet Slovēnijas pārrobežu projekta nolūks ir palīdzēt izdzīvot ļoti apdraudētajai Alpu lūšu sugai. Klimata pārmaiņu mazināšanā ES ieguldīs ap 40 miljoniem eiro. Projekti palīdz sasniegt mērķi līdz 2030. gadam par 40% (salīdzinot ar 1990. gadu) samazināt siltumnīcefekta gāzu emisiju.

Izdevīga tirdzniecība ar Ukrainu

1. oktobrī attiecībā uz Ukrainu stājušies spēkā ES autonomie tirdzniecības pasākumi. Ukraina varēs bez muitas tarifa uz ES eksportēt vairāk kviešu, kukurūzas, miežu, auzu un miežu putraimu un granulū, vairāk pārstrādātu tomātu, medus un vīnogu sulas. Ieguvums būs arī Ukrainas apavu, mēslošanas līdzekļu, alumīnija ražojumu un plaša patēriņa elektronikas ražotājiem. Saskaņā ar Eurostat datiem, gada pirmajā pusē tirdzniecība starp ES un Ukrainu palielinājās par 23%. Kopumā ES nonāk ap 40% no Ukrainas eksporta.

Restaurācijas centram vajag vēl

Vai aizņemties naudu no Valsts kases, lai Baznīcas ielā 30 pabeigtu ugunsgrēkā cietušās ēkas pārbūvi par restaurācijas centru – šis jautājums izraisīja diskusiju Kuldīgas novada domes sēdē.

Centra vadītāja Ilze Zariņa pastāstīja, ka telpas novada muzeja palīgēkā jau sen kļuvušas par šauru. 50 kvadrātmetros vecpilsētas namu logu atjaunošanas akcijā katru gadu nākot ap 40 cilvēku, uz restaurācijas centru tiek vestas delegācijas, nāk tūristi, iedzīvotāji. Baznīcas ielā 30 centra vajadzībām pirmajā stāvā būtu 130 m². Otro stāvu pašvaldība varētu izmantot citām funkcijām.

Centrā būs telpas gan praktiskām nodarbēm, gan reprezentācijai. Paredzētas divas darbnīcas, zāle, kurā varētu notikt semināri būvniekiem, arhitektiem, iedzīvotājiem un tūristiem. Tā būtu mūsdienīga vieta informācijai par to, kā saglabāt vecpilsētas apbūvi.

To, ka tāda vajadzīga, pierāda kaut vai fakts, ka kopš 2010. gada, kad restaurācijas centrs oficiāli sācis darbu, šo ideju pārņēmušas citas pašvaldības. Līdzīgs, bet daudz plašāks centrs izveidots Rīgā, tagad tiek veidots Tukumā, Bauskā, Cēsīs un Jūrmalā. Kuldīgā šajos gados atjaunotas 20 durvis, daudzi logi, arī verandas. I.Zariņa uzsvēra, ka ar savu darbu centrs no dažādiem fondiem pilsētai ieguvis 395 000 eiro.

Skrundas novadā – sportiski un veselīgi

Ar kuplu dalību velobraucienā sestdien Skrundas pusē beidzās veselības uzlabošanai veltītā sporta nedēļa.

Kā stāsta novada sporta organizatore Aivita Staņeviča, skrundenieki jau vairākus gadus atbalsta Eiropas Komisijas aicinājumu veicināt ikviena iedzīvotāja iesaisti fiziskās nodarbēs. Šogad tās bija nūjošana un velosports. 28. septembrī pilsētas centrā sapulcējās vietējās aktīvistes, kurām pievienojās laidenieces, jo viņām izdevīgāk esot atbraukt uz kaimiņu novadu. Lai arī laiks todiem bija dzestrs, omulīgā noskaņojumā un veiklā solī pa pilsētas ieliņām nostaigāti 5 km.

Daudz plašāk apmeklēts bija velobrauciens aizvadītajā sestdienā – ap pussimt riteņbraucēju. „Mūsu pulciņā bija gan ikgadējie dalībnieki, gan tie, kuri piedalās pirmo reizi, tostarp skrundenieku ģimenes, skolēni no Nīkrāces ekoskolas, riteņbraucējas no Laidiem un Vilgāles,” tā A.Staņeviča. „Varbūt viņus vilināja maršruts uz bijušo lokatora pilsētiņu, kur varēja noklausīties gida un vēstures entuziasta Inta Folkmaņa stāstījumu par šo vietu vairāk nekā pusgadsimta ilgumā, varbūt vienkārši iespēja izbraukt ar divriteni, izbaidot vienu no pēdējām saulainajām dienām rudens lapu krāšņumā.” Pēc



Nama atjaunošanā jau ieguldīti:

- 181 282 eiro no pašvaldības budžeta (tehniskajam projektam, jumta uzlikšanai);
- 59 157 eiro no Centrālā Baltijas jūras reģiona programmas (visu koka būvdetaļu restaurācijai).

No Valsts kases dome aizņemsies vēl 197 751 eiro pirmās kārtas (1. stāva) pabeigšanai.

Dzīvojamā ēka Baznīcas ielā 30, kas pēc ugunsgrēka nonāca pašvaldības īpašumā, pārtop Kuldīgas restaurācijas centra vajadzībām un domāta arī kā paraugs – rādot, kā nami vecpilsētā jāatjauno un jāsilina pareizi.

Viņa atzina, ka ēkas atjaunošana ir dārga, bet viss tiek darīts senās būvniecības tradīcijās, turklāt domājot par energoefektivitāti.

Deputāts Aleksandrs Lange sacīja, ka centra padarīto vērtē ļoti augstu, taču izmaksas ir pārāk lielas – teju pusmiljons. Sākotnēji bijusi runa par kādiem 40 tūkstošiem eiro jumta uzlikšanai, bet pārējo darītu paši

restauratori. Būvvaldes vadītāja Jana Jākobsone skaidroja, ka ēka domāta arī kā paraugs – rādot, kā jāatjauno un jāsilina pareizi. Jautāta, cik pēc remonta izmaksās uzturēšana, I.Zariņa skaidroja, ka ar visu apkuri tie varētu būt 500–600 eiro mēnesī.

Arī deputātam Artim Gustovskim šķiet, ka summa, kas tiks ēkā ieguldīta, ir pārāk liela: „Mēs

taisām lielus projektus – miljons šur, divi tur, te vēl pusmiljons, bet iedzīvotāju kļūst aizvien mazāk. Turklāt Kuldīgā ir niecīgs dzīvojamais fonds. Labāk būtu bijis šajā mājā atjaunot dzīvokļus.” Citi deputāti pret to tomēr iebilda – iesāktais jānovēd līdz galam un nauda jāaizņemas.

Inguna Spuleniece
Lāsmas Reimanes foto



Eiropas sporta nedēļa Skrundas novadā beidzās ar kupli apmeklētu velobraucieni uz bijušo Padomju armijas pilsētiņu – veselīga dzīvesveida piekritējus sapulcējis vai nu interesantais maršruts, vai arī iespēja svaigā gaisā izbaidīt jauku, krāsainu rudens dienu.

ekskursijas pa pamesto militāro objektu visi devās nelielā izbraucienā, lai jaukā gaisotnē pie dīķa sarīkotu pikniku, kā arī noskatītos I.Folkmaņa sarūpēto Padomju armijas poligona bilžu arhīvu. Tas

bija jau 18. Skrundas pašvaldības organizētais velobrauciens.

Sporta nedēļā iesaistījās arī citi novada pagasti. Nīkrācē organizēta pievilksnās pie stieņa, viena diena veltīta vingrošanai, nūjo-

šanai, trenāžieriem. Rudbāržos līdzīgas sportiskās nodarbes papildinātas ar jautrām atrakcijām.

Daina Tāfelberga
Aivitas Staņevičas foto

Meklē draugus kaimiņu pagastos

Ap 30 Turlavas, Kurmāles un Rumbas pagasta jauniešu no 12 līdz 25 gadiem sestdienas pēcpusdienā tikās Turlavas kultūras namā, lai sadraudzētos un iepazītu pagastu.



Kurmālnieces stāsta par paveikto. No kreisās – pagasta jauniešu brīvprātīgā koordinatore Justīne Dubure.



Turlavas meitenes izvēlējušās pērtiķīša bildi un raksta, kādas ir tā īpašības. Jauniešu koordinatore Sintija Besanaite (otrā no labās) jau zina, ka tās raksturos Turlavas jauniešus.



Turlavas kultūras nama vadītāja Zanda Spulģīte Rumbas zēniem izskaidro iepazīšanās uzdevumu.

Aicinājumam atsaucās arī Guddenieku pārstāvji, diemžēl pagasta autobuss todien bija aizņemts citur. Doma jauniešiem piedāvāt dažādas nodarbes radusies kopā ar Kuldīgas novada bērnu un jauniešu centru (BJC). Visus kopā sauca Turlavas kultūras nama vadītāja Zanda Spulģīte un brīvprātīgā jauniešu koordinatore Sintija Besanaite.

IEPAZĪSTAS UN IET DABĀ

Pirmās atbraukušas kurmālnieces ar koordinatori Justīni Duburi. Rumbas zēnus nācās pagaidīt, viņi kavējās teju pusstundu, tādēļ saņēma pelnīto sodu – katram jāpietupstas tik reižu, cik minūtes nokavētas.

Sākot saietu, visi nosauca savu vārdu un skolu. Jaunieši braukuši gan no Liepājas, Ventspils, gan Murjāņiem un citām mācību iestādēm. Turlavnieces atzinās, ka šis ir viens no pirmajiem pasākumiem, – iepriekš personiski uzrunāti 35 jaunieši, bet atsaukušies tikai trīs. Šoreiz ir vairāk. Kurmālnieces stāstīja, ka desmit jaunieši jau paspējuši doties pārgājienā, ir arī citas iecerētas. Visi sadalījās jauktās komandās un devās veikt uzdevumus mežā. Beigās dzēra tēju, ēda kliņģerī un izteica vēlmes nākamajām tikšanās reizēm.

„Parasti draugus lūkot brauc uz citām pilsētām. Sapratām,

„Katram jāzvana, jāpierunā, jāstāsta, ka būs interesanti. Teicu, ka jābrauc un jāparāda, ka arī mūsu pagastā dzīvo jauni cilvēki.”

ka ļoti maz zinām par to, kā dzīvo cilvēki kaimiņu pagastos,” skaidro Z. Spulģīte. „Jauniešu forumā Kuldīgā sākām iepazīties, bet daudzi tur nepiedalījās. Otrs pasākums Turlavā varētu būt ap Ziemassvētkiem pie eglītes. Ceram, ka jauniešu pulciņš augs. Arī ar senioriem tā bija: sākumā atturīgi, bet tagad ir sadraudzējušies un kopā nāk bieži.”

DARBOJAS BRĪVPRĀTĪGI

„Man daudzi prasījuši: „Ko tu, Zanda, ņemies ar tiem jauniešiem? Vai tev maz darāmā?” Jaunie cilvēki nāk uz kultūras namu dejojot, citos vakaros atnāk padzert tēju. Kad kultūras namā notiek pulciņi, tējošana viņiem jāatliek. Gadās, ka sanāk pie manis mājās, jo meita ir jauniešu vecumā. Viņiem vajag vietu, kur palikt. Ja būs aktīvi, dabūsim arī telpas,” pārliecināta Z. Spulģīte.

S. Besanaite Liepājas valsts tehnikuma 2. kursā mācās par komercdarbinieci un jauniešu dzīvi Turlavā koordinē brīvprātīgi: „Man vienmēr gribējies darboties ar jauniešiem, patīk piedalīties dažādās mācībās. Kad

Jauktā komanda izpilda uzdevumus Rūķīšu mežā – meklē Turlavas simpātiskāko koku, izstaigā mežu, Veltas Krūmiņas iekārtoto sajūtu taku, aptaujā vietējos u.tml.



Ieva Kaltnece no BJC pagastos tikās ar jaunajiem cilvēkiem, arī es aizgāju. Atnākušie mani izvirzīja par koordinatori, jo kaut ko līdzīgu jau darīju. Liepājā apmeklēju jauniešu centru, darbojos skolēnu pašpārvaldē. Domāju, ka šādi pasākumi ir labi, jo gan jaunie cilvēki atraisīsies.”

Sintija pārliecināta, ka draudzētājiem vajag: „Mūsu pagasti atrodas 10 km attālumā, bet reti kurš kaimiņus pazīst. Vasarā varam viens pie otra kaut ar riteņiem aizbraukt.

Pāris gadu darbojos BJC vasaras pasākumos. No citiem pagastiem esmu iepazinusi varbūt kādus 20 cilvēkus – vairāk nebūs.”

Arī Rumbas jauniešu koordinators Artūrs Cīrulis amatā iecelts pēc tikšanās ar BJC speciālistiem. „Mūsu pulciņā vairāk ir puīšu. Meitenes retāk atbrauc no skolām citur, viņām ir draugi, ar kuriem pavadīt laiku. Nemas nebija tik viegli puīšus pierunāt, lai brauc uz Turlavu. Katram jāzvana, jāpierunā, jāstāsta, ka būs interesanti.

Teicu, ka jābrauc un jāparāda, ka arī mūsu pagastā dzīvo jauni cilvēki. Pirms kļuvu par koordinatori, biju vadījis pasākumus, iesaistījies un palīdzējis. Prieccētas, ka jaunie cilvēki cenšas būt sava pagasta patrioti. Ne vienmēr tas iznāk, daži nenovērtē to, kas viņiem dots, tomēr centieni ir,” pārliecinājies Artūrs. Viņš Turlavā jau bijis, jo ir sportists, spēlē futbolu, bet daudzi pagasti novadā vēl nav apmeklēti.

TURLAVAS BIBLIOTĒKĀ

• Oktobrī Turlavas skolēnu vizuālās mākslas darbu izstāde (skolotāja Lauma Astra Grīnvalde).

• No 23. oktobra līdz 30. novembrim pirmsskolas izglītības grupas *Lāčuks* radošo darbu izstāde *Krāsainais rudens*.

• 27. oktobrī 12.00–13.30 tikšanās ar žurnāla *Ilustrētā Junioriem* radošo komandu.

• Līdz 29. decembrim darbosies Bērnu, jauniešu un vecāku žūrija. 1.–12. klases skolēni, vecāki un vecvecāki aicināti piedalīties lasīšanas veicināšanas programmā.

• Līdz 30. novembrim Annas Dinteres un Ināras Zeltītes rokdarbi izstādē *Pašas izdomāti*: A. Dinteres džemperis, sega, celiņi, I. Zeltītes zeķes, cimdi, mauci.

ĪSUMĀ

Pircēju un pārdevēju daudz

Par Miķeļdienas gadatirgu Turlavā interesējušies pat tirgotāji no Daugavpils. Kultūras darbiniece Zanda Spulģīte pastāstīja, ka bez vietējiem bijuši vismaz 12 atbraucēji: „Jautāju, kā zināja, ka jābrauc šurp. Izrādās, izlasījuši mājaslapā *Gadatirgi.lv*. Piemēram, Pūres stādaudzētāji uz Turlavu atbrauca no gadatirgus Aizputē. Ar pirkspēju tirgotāji bija apmierināti.”

Izmanto labo laiku

Kamēr laiks sauss un saulains, uzņēmums ICU projekti no Padures labo Turlavas ceļus vairākos posmos.

Pagasta pārvaldnieks Mārcis Brantevics pastāstīja, ka to varēja sākt tad, kad zemnieki nokūla tuvu ceļiem augušo labību: „Esam izbraukājuši un parādījuši vietas, kur ceļu uzturētājiem jāpiestrādā: jāpalabo segums, jāpatīra grāvji. Tie nav kilometros mērāmi posmi, bet pārdesmit metru vairākās vietās. Mēģināsim sakārtot arī pavasarī un rudenī grūti izbraucamu posmu uz vienām mājām Ķikuros. Ceļš kļuvis sliktāks, jo intensīvāk tiek izmantoti lauki tam blakus.”

Par brauktuves uzturēšanu ziemā pārvalde

jau vairākus gadus vienojas ar z/s *Kupšas* īpašnieku Raimonu Rudzīti, kura darbinieki ar diviem traktoriem apkalpo visa pagasta ceļus. M. Brantevics viņu uzrunājis arī šogad.

Pārvaldnieks atzīst, ka nedaudz satrauca Eiropas rallija čempionāta posms, kas mūspusē notiks no 6. līdz 8. oktobrim un skars arī Turlavu: „Ja lietus nelīs, cerams, viss būs kārtībā. Turklāt īpaši vērtīgi skatīsimies, lai rīkotāji izdara, ko solījuši, – pēc sacensībām ceļus sakopj. Šos posmus jau esmu izbraucis, un tagad ceļš ir labs.”

**Inguna Spuleniece
Lāsmas Reimanes foto**

Lappuse tapusi sadarbībā ar Kuldīgas novada pašvaldību.

Sēņu trakums

Noslēdzies laikraksta izsludinātais fotokonkurss par sēnēm. Paldies visiem Kurzemnieka lasītājiem par atsaucību. Saņēmām fotogrāfijas gan e-pastā, gan tās bija ievietotas mūsu feisbuka lapā.

Par labāko fotogrāfiju autorēm tika atzītas Laura Dzērve un Kristīne Gulbe.

Gaidām redakcijā darba laikā pēc balviņas – Kurzemnieka krūzītes, no kā ziemas vakaros dzert siltu tēju, atceroties skaisto sēņošanas un fotografēšanas prieku.

„Esmu bekmeitene un sēņomāne”



Laura Dzērve:
„Kad sākas sēņu sezona, man rokas trīc – vajag iet! Ja kādu laiku netieku, esmu nervoza: manas sēnes tagad lasa kāds cits, bet visas taču pieder man!”

„Ar sēnēm esmu saindēta,” tā par sevi saka V.Plūdoņa Kuldīgas ģimnāzijas darbiniece Laura Dzērve.

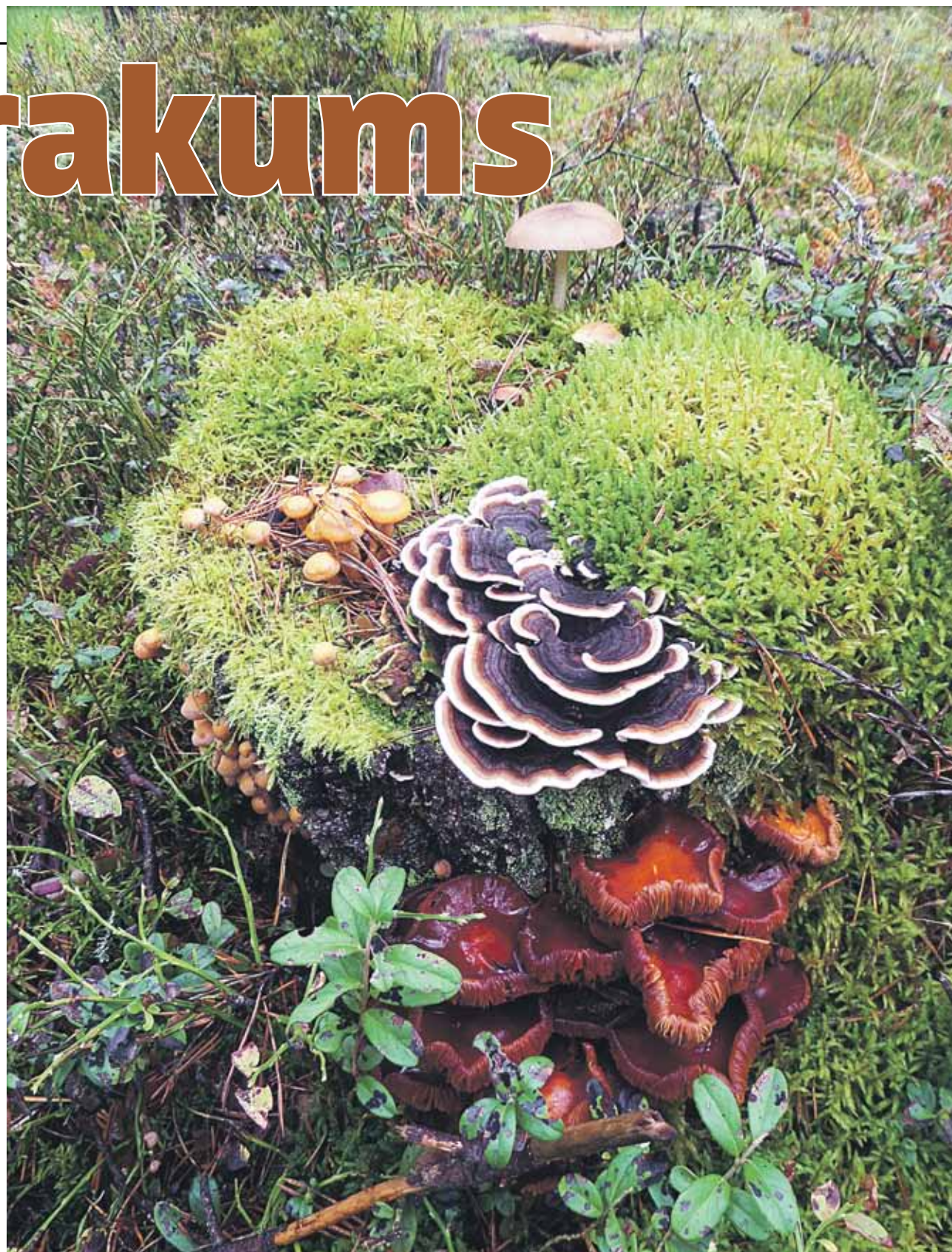
„Kas var būt skaistāks par sēni! Mežā mans plāns ir tāds: pirmkārt, nofotografēt, otrkārt, ja atceros, tad nogriezt. Gadās, ka izpriečajos, safotografēju, bet tad atceros, ka grozā to skaistumu neesmu ielikusī. Mežā varu dzīvot kliegdamā! Tas process ir brīnišķīgs: atrast un nobildēt! Otrā daļa ar sēņu tīrīšanu gan ir smagāka.”

Padures mežiem Laura pievērsusies tāpēc, ka no šīs puses ir vīrs un pa sēņu līniju abiem ļoti sapasot. „Tajos mežos man ir savi punkti – tur varu iet kaut aizvērtām acīm. 20 gados visa procedūra atstrādāta: zinu, kur jāiet vispirms,

kur pēc tam. Man patīk sēņot vienai, jo pazīstu visus celiņus, katru likumu.” Viņa smejas, ka gan grozi pildās, gan dažkārt kā dullajai Paulīnei nākoties siet nost lakatu un bekas bērt tajā. Kad ir tā, ka jāvelk nost arī jaka, ejot pa ceļu un cenšoties apkārt neskaftīties.

„Jau jūlijā spectērps mežam ir nolikts kaujas gatavībā. Ja kāds uzaicina braukt, esmu gatava piecās minūtēs. Vienu sestdienu septiņos no rīta vīrs piebaksta: „Sēnēs brauksim?” Pēc desmit minūtēm biju gatava – nesāp ne mugura, ne kas.”

Baravičiņas Laura marinē, no gailenēm vāra zupu, klāt liekot kausēto sieru, bet bekas sacēp un tur ledusskapī – stāvēt kā zelts līdz brīdim, kad sakārojas.



Inguna Spuleniece, Lauras Dzērves arhīva un Lāsma Reimanes foto



Aija Medne.



Monta Svilpe.



Inta Vēreniece. Vakariņas visai ģimenei.



Samanta Nazarova. Mazie sēņotāji.



Kristīne Gulbe.



Ilze Zanerība.



Ilze Zanerība.



Kristīne Gulbe.



Monta Svilpe.



Ilze Zanerība.



Gunta Eglīte. Vienmēr kopā.



Vija Bērziņa. Labi gan, ka tā – pičpaunā.



Šādu daudzbrūnu ģimēni – 12 baravikas vienkopus – sēņotāja Zaiga atradusi Padures mežos.



Katrina Spuleniece-Aišpūre. Beko gan!



Kitija Bīrce. Skaists pāritis, rudenīgs un beigās būs garšīgs.



Jelena Zīle. Taisons beko.



Līga Neilande.



Oļģerts Visvaldis Grūbe. Šogad aug arī tādas sēnes.

5.00	Ceturtdā studija.* Vides fakti.*	1	5.00	Nedēļas apskats.* 1000 jūdzes Urālu kalnos.	7	5.00	Greislanda 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.	3	6.00	Pieci novadi Latvijā. Ziņu stunda.*	24 RĪGA	5.00	TV6 nakts mūzika.	6
5.30	Ekspedicija Sumatrā. Rīta panorāma.		5.30	1000 jūdzes Urālu kalnos.		5.55	Mans mazais ponijs: draudzība ir brīnums 6. Animācijas seriāls.		6.30	Pieci novadi Latvijā. Ziņu Top 5.*		7.10	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.	
6.02	Mīļais viesulis 12. Vācijas seriāls.		6.03	1000 jūdzes Urālu kalnos.		6.55	Mans mazais ponijs: draudzība ir brīnums 6. Animācijas seriāls.		7.30	Vēlais ar Streipu.*		9.00	Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.	
6.30	Mīļais viesulis 12. Vācijas seriāls.		6.30	Pie stūres. Ceturtā studija.*		7.25	Mazās burves. Animācijas seriāls.		8.00	Mosties ar levu.		10.00	Stand Up. Humora šovs.	
8.35	Noslēpumu viesnīca. Meksikas seriāls.		7.00	Ceturtdā studija.*		7.45	Brunurupuči nindzjas 4. Animācijas seriāls.		8.30	Dienas personība. Ziņu Top 5.*		11.00	PAF: Privātā apsardzes firma. Krievijas seriāls.	
9.35	Televeikala skatlogs. Ceturtā studija.*		7.30	Vides fakti.*		8.05	Kā es satiku jūsu māti 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		9.00	Mosties ar levu. Latvijā. Dienas personība.		12.05	Netīri darbi 2. ASV realitātes šovs.	
10.35	Aizliegtais paņēmiens.*		8.00	Vides fakti.*		9.05	Nozieguma skelets 9. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		9.30	Mosties ar levu. Latvijā. Dienas personība.		13.05	Kobra 14. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.	
11.15	1:1. Aktuālā intervija.*		8.30	Sajūti Latgali!*		10.00	Svešā seja. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		10.00	Mosties ar levu. Latvijā. Dienas personība.		14.05	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.	
12.10	1:1. Aktuālā intervija.*		9.05	Darbs planētas labā. Rītdienas paaudze. Dokumentālu filmu cikls.		10.00	Svešā seja. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		10.30	Mosties ar levu. Latvijā. Dienas personība.		16.00	Interni 8. Krievijas seriāls.	
13.00	Televeikala skatlogs. Pasaules panorāma.*		9.10	Planēta Zeme. Dokumentāla daudzseriju filma.		11.15	Tētuka meitiņas 3. Krievijas seriāls.		11.00	Mosties ar levu. Latvijā. Dienas personība.		17.05	Simpsoni 28. Animācijas seriāls.	
13.50	Jakari 3. Animācijas seriāls.		10.10	Lēna, mana mūža mīlestība. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		12.15	Kā es satiku jūsu māti 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		12.00	La dolce vita ar Roberto.*		18.00	Kobra 14. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.	
14.20	Kas te? Es te!*		11.00	Muhtars atgriežas 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		16.15	Svešā seja. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		12.00	Rampas ugunis.*		19.00	Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.	
14.50	Televeikala skatlogs. Lēna, mana mūža mīlestība. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		11.55	Tieša runa.*		16.55	Nozieguma skelets 9. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		14.00	Vēlais ar Streipu.*		20.00	Simpsoni 28. Animācijas seriāls.	
15.05	Noslēpumu viesnīca. Meksikas seriāls.		13.00	700 pasaules brīnumi. Ziemeļindija.*		17.55	Tētuka meitiņas 3. Krievijas seriāls.		14.30	Ceļojums pagātnē 4.*		21.00	Iespējams tikai pasaulē. Humora raidījums.	
17.00	Mīļais viesulis 11. Vācijas seriāls.		13.30	Nedēļas apskats.*		19.00	TV3 ziņas.		15.00	Ziņu stunda. Dienas personība.		21.35	Fizruks 3. Krievijas seriāls.	
18.00	Dienas ziņas.		14.00	Planēta Zeme. Dokumentāla daudzseriju filma.		19.35	Bez tabu.		16.00	Ziņu Top 5. Preses klubs.		22.05	Kolka Cool. Latvijas komēdija.	
18.29	Kultūras ziņas.		15.00	Skats rītdienā.*		20.20	Svešā seja. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		16.30	Ziņu Top 5. Preses klubs.		22.05	KHL 2017./2018. Maskavas apg.	
18.44	Sporta ziņas.		15.30	Projekts „Nākotne”.		21.00	Kāsla metode 7. ASV seriāls.		17.00	Rampas ugunis. Ziņu Top 5.*		2.10	TV6 nakts mūzika.	
18.53	Laika ziņas.		16.00	Dzēguze. Slovērijas seriāls.		22.00	Gūsteknis. ASV spraiga sižeta filma.		18.30	La dolce vita ar Roberto.*		5.00	Karamba! Humora raidījums.	LNT
18.56	Ceturtdā studija. Laika ziņas.		17.00	Dzīve šodien. (krievu val.).		23.55	Elementāri, Vatson! 4. Ser. Greislanda 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		19.30	Rampas ugunis. Ziņu Top 5.*		5.25	Ticīgo uzvaras balss.	
19.27	Dzirdi balsis ar Kārlī Kazāku.		18.05	Muhtars atgriežas 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		0.50	Pēdējais īstais vīrs 5. Ser. Svešā seja. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		20.00	Vēlais ar Streipu.*		5.55	Bernards 2. Animācijas seriāls.	
19.30	Adreses. Dzīve purvā vai purvs dzīvē. Panorāma.		19.00	Šovakar. Ziņas (krievu val.).		1.45	Pēdējais īstais vīrs 5. Ser. Svešā seja. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		21.00	Nākotnes medicīna. Ārsts.lv kopā ar Pēteri Apini.*		6.00	900 sekundes.	
20.00	Sporta ziņas.		19.25	Sporta ziņas (krievu val.).		2.05	UgunsGrēks. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		22.00	Vēlais ar Streipu.*		8.15	Apsolītā. Indijas seriāls.	
20.59	Laika ziņas.		19.29	Laika ziņas (krievu val.).		2.40	UgunsGrēks. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		22.30	Preses klubs. Rampas ugunis.		9.15	Grieķiete. Ukrainas seriāls.	
21.08	Laika ziņas.		19.35	Punkti uz i.		3.45	Bez tabu.		24.00	Rampas ugunis. Ziņu Top 5.*		10.20	Sirdsmijā Monika 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.	
21.15	Ziemeļu puse. Ķīna.		21.05	Dzēguze. Slovērijas seriāls.		4.15	Bez tabu.		1.00	Ziņu Top 5.*		11.00	Televīzijas veikals.	
21.45	Ziemeļu puse. Sākums.		22.05	Sporta studija.*					1.30	Vēlais ar Streipu.*		11.15	Reičela Alena. Kūkas katrai dienai.	
22.00	Liecīnieki 2. Francijas seriāls.		22.55	Habla teleskops: ieraudzīt universu. Dokumentāla filma.					1.30	Nākotnes medicīna.*		11.50	Inga Lindstrēma. Mākoņi virs Zommerholmas. Vācijas melodrama.	
23.05	Nakts ziņas.		23.55	Nacionālie dārgumi.*					2.00	Ārsts.lv kopā ar Pēteri Apini.*		13.45	Televīzijas veikals.	
23.14	Sporta ziņas.		0.40	Personība.*					2.30	Ārsts.lv kopā ar Pēteri Apini.*		14.00	LNT dienas ziņas.	
23.16	Laika ziņas.		1.35	Projekts „Nākotne”.					3.00	La dolce vita ar Roberto.*		14.20	Sirdspuksti. ASV seriāls.	
23.20	Personība.*								4.00	Dienas personība.*		15.20	Mūsu Čārljs 4. Vācijas seriāls.	
0.20	Tieša runa.*								4.30	Preses klubs.*		16.30	Mīlestības vīns. Meksikas seriāls.	
1.25	Latvijas jaunatklāšanas raidījums Te!*											17.35	Mani virtuves noslēpumi 6. Ziņas sešos.	

PIEKTDIENA, 6. OKTOBRIS

5.00	Ceturtdā studija.* Saknes debesis.*	1	5.00	Ielas garumā.* 1000 jūdzes Urālu kalnos.	7	5.00	Greislanda 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.	3	6.00	Pieci novadi Latvijā. Ziņu stunda.*	24 RĪGA	5.00	TV6 nakts mūzika.	6
5.30	Sajūti Latgali!*		5.30	1000 jūdzes Urālu kalnos.		5.55	Mans mazais ponijs: draudzība ir brīnums 6. Animācijas seriāls.		6.30	Pieci novadi Latvijā. Ziņu Top 5.*		7.10	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.	
6.02	Rīta panorāma.		6.03	1000 jūdzes Urālu kalnos.		6.55	Mans mazais ponijs: draudzība ir brīnums 6. Animācijas seriāls.		7.30	Vēlais ar Streipu.*		9.00	Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.	
6.30	Sirds likums 3. Kanādas daudzseriju filma.		6.30	Labākais no „Euromaxx”.		7.25	Mazās burves. Animācijas seriāls.		8.00	Mosties ar levu.		10.00	Stand Up. Humora šovs.	
8.35	Noslēpumu viesnīca. Meksikas seriāls.		7.00	Ceturtdā studija.*		7.45	Brunurupuči nindzjas 4. Animācijas seriāls.		8.30	Dienas personība. Ziņu Top 5.*		11.00	PAF: Privātā apsardzes firma. Krievijas seriāls.	
9.35	Televeikala skatlogs. Ceturtā studija.*		7.30	Būt latvietim. Zviedrija.*		8.05	Kā es satiku jūsu māti 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		9.00	Mosties ar levu. Latvijā. Dienas personība.		12.05	Netīri darbi 2. ASV realitātes šovs.	
10.35	Mana mamma – zvēru daktere 4. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		8.10	Planēta Zeme. Dok. ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		9.05	Nozieguma skelets 9. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		9.30	Mosties ar levu. Latvijā. Dienas personība.		13.05	Kobra 14. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.	
11.15	Mana mamma – zvēru daktere 4. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		9.10	Planēta Zeme 2. Dokumentāls seriāls.		10.05	Kāsla metode 7. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		10.00	Mosties ar levu. Latvijā. Dienas personība.		14.05	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.	
12.15	V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts.*		10.10	Lēna, mana mūža mīlestība. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		11.00	Televeikala skatlogs. Elementāri, Vatson! 5. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		10.30	Mosties ar levu. Latvijā. Dienas personība.		16.00	Interni 8. Krievijas seriāls.	
13.00	Televeikala skatlogs. Saknes debesis.*		11.00	Muhtars atgriežas 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		11.15	Elementāri, Vatson! 5. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		11.00	Dzīvesstiils. Nākotnes medicīna.*		16.30	Fizruks 3. Krievijas seriāls.	
13.15	Saknes debesis.*		11.55	1:1. Aktuālā intervija.*		12.15	Kā es satiku jūsu māti 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		12.00	La dolce vita ar Roberto.*		17.05	Simpsoni 28. Animācijas seriāls.	
13.50	Ozolstāstu nams. Animācijas seriāls.		12.45	Nacionālie dārgumi.*		13.50	Brunurupuči nindzjas 4. Animācijas seriāls.		12.30	Rampas ugunis.*		18.00	Kobra 14. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.	
14.05	Ernests un Sestina. Animācijas seriāls.		13.35	Personība.*		14.20	Četrarpus draugu. Animācijas seriāls.		13.00	Vēlais ar Streipu.*		19.00	Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.	
14.25	Astrozēns. Animācijas ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		14.35	Ziemeļu puse. Ķīna.*		14.50	Lācēna Pedingtona piedzīvojumi 2. Animācijas seriāls.		14.30	Dakterīt, palīgā!*		20.00	Simpsoni 28. Animācijas seriāls.	
14.50	Televeikala skatlogs. Lēna, mana mūža mīlestība. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		15.05	Ziemeļu puse. Sākums.*		15.15	Īstās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		15.00	La dolce vita ar Roberto.*		21.00	Vienatnē. ASV realitātes šovs.	
15.05	Noslēpumu viesnīca. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		15.20	Darbs planētas labā. Cerību vakcīna. Dokumentālu filmu cikls.		16.15	Svešā seja. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		15.30	Rampas ugunis.*		22.00	Aklā zona. ASV seriāls.	
16.00	Noslēpumu viesnīca. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		15.30	Pie stūres. Slovērijas seriāls.		16.55	Nozieguma skelets 9. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		16.30	Vēlais ar Streipu.*		23.00	Pasaules gals. ASV spraiga sižeta trilleris.	
17.00	Sirds likums 3. Kanādas daudzseriju filma.		16.00	Dzēguze. Slovērijas seriāls.		17.55	Tētuka meitiņas 3. Krievijas seriāls.		17.00	Preses klubs. Rampas ugunis.		1.25	TV6 nakts mūzika.	
18.00	Dienas ziņas.		17.00	Dzīve šodien. (kr. val.).		19.00	TV3 ziņas.		18.30	La dolce vita ar Roberto.*		5.00	Karamba! Humora raidījums.	LNT
18.29	Kultūras ziņas.		18.05	Muhtars atgriežas 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		19.35	Bez tabu.		19.30	Rampas ugunis. Ziņu Top 5.*		5.25	Ticīgo uzvaras balss.	
18.42	Sporta ziņas.		19.00	Šovakar. Ziņas (krievu val.).		20.20	Svešā seja. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		20.00	Vēlais ar Streipu.*		5.55	Bernards 2. Animācijas seriāls.	
18.51	Laika ziņas.		19.25	Sporta ziņas (krievu val.).		21.00	„Bez tabu”: Dzīves smalkumi. Svingeru speciāllaidums.		21.00	Preses klubs. Rampas ugunis.		6.00	900 sekundes.	
18.55	Kultūršoks.		19.29	Laika ziņas (krievu val.).		22.00	Elementāri, Vatson! 4. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		22.30	Preses klubs. Ziņu Top 5.*		8.15	Apsolītā. Indijas seriāls.	
19.05	Gudrs, vēl gudrāks. Panorāma.		19.35	Personīgā lieta.		23.55	Elementāri, Vatson! 4. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.		24.00	La dolce vita ar Roberto.*		9.15	Sirdsmijā Monika 2. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.	
20.30	Sporta ziņas.		20.05	Noslēpumainie ezeri. Dokumentālu filmu cikls.					1.00	Ziņu Top 5.*		10.40	Televīzijas veikals.	
21.08	Laika ziņas.		21.05	Tās tik ir operas! Tā dara visas. Dokumentālu filmu cikls.					1.30	Vēlais ar Streipu.*		10.55	Karamba! Humora raidījums.	
21.15	Vera 7. Lielbritānijas seriāls.		22.00	Mākoņu atlants. ASV un Vācijas piedzīvojumu filma.					2.00	Globuss.*		11.10	Reičela Alena. Kūkas katrai dienai.	
23.00	Nakts ziņas.		3.35	Bez aizvainojuma.*					3.00	La dolce vita ar Roberto.*		11.45	Inga Lindstrēma. Emmas Svensones mīlestība. Vācijas melodrama.	
23.09	Sporta ziņas.		4.05	Troksnis.*					4.00	Dienas personība.*		13.45	Televīzijas veikals.	
23.11	Laika ziņas.								4.30	Preses klubs.*		14.00	LNT dienas ziņas.	
23.15	Latvijas sirdsdziesma.*											14.20	Sirdspuksti. ASV seriāls.	
0.10	Liecīnieki 2. Francijas seriāls.											15.20	Mūsu Čārljs 4. Vācijas seriāls.	
1.10	Mana mamma – zvēru daktere 4. Ser. Ištās mājsaimnieces. Beverlihilsa 2.											16.30	Mīlestības vīns. Meksikas seriāls.	
2.05	Cienījamā sieviete. Lielbritānijas seriāls.											17.35	Mani virtuves noslēpumi 6. Kulinārijas šovs.	
4.00	Sāras mūzika.											17.50	Ziņas sešos.	
4.10	Nanotehnoloģijas saules paneļos. Dokumentāla filma.											18.00	Mani virtuves noslēpumi 6. Turpinājums.	
4.20	Sporta studija.*											18.55	Nakts karaliene. Turcijas seriāls.	

5.05	1 <i>Aculiecinieks.*</i>	5.00	7 <i>Pie stūres.</i>	5.00	3 <i>Greislenda 2.</i>	6.00	24 RĪGA <i>Ziņu Top 5.*</i>	5.00	6 <i>TV6 nakts mūzika.</i>
5.20	<i>Kultūršoks.*</i>	5.30	<i>Urālu kalnos.</i>	5.30	<i>1000 jūdzes</i>	6.10	<i>Preses klubs.*</i>	7.10	<i>Stand Up. Humora šovs.</i>
5.30	<i>Province.*</i>	6.03	<i>Mia un es 2.</i>	6.03	<i>Animācijas seriāls.</i>	6.30	<i>Nakotnes medicīna.*</i>	8.10	<i>Gāzi grīdā! 21.</i>
6.02	<i>Personība.*</i>	6.30	<i>Animācijas seriāls.</i>	6.30	<i>Kas te? Es te!*</i>	7.10	<i>Pieci novadi</i>	9.40	<i>Netīri darbi 2. ASV realitātes šovs.</i>
7.00	<i>Mazā Maruko. Animācijas seriāls.</i>	7.00	<i>Robotikas pasaule.</i>	7.00	<i>Animācijas seriāls.</i>	7.40	<i>Latvijā.</i>	10.40	<i>Netīri darbi 2.</i>
7.30	<i>Mia un es 2. Animācijas seriāls.</i>	7.30	<i>Animācijas seriāls.</i>	7.30	<i>Province.*</i>	8.10	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>	11.40	<i>Netīri darbi 2.</i>
8.00	<i>Bruninieks Rūsiņš.</i>	8.00	<i>Province.*</i>	8.00	<i>Ekspedīcija Sumatrā.</i>	8.30	<i>Latvija šodien.</i>	12.40	<i>Netīri darbi 2.</i>
8.00	<i>Animācijas seriāls.</i>	8.30	<i>Automoto raidījums nr. 2.</i>	8.30	<i>Automoto raidījums nr. 2.</i>	9.00	<i>Raidījums par Latvijas uzņēmumu aktualitātem.</i>	13.40	<i>Iespējams tikai pasaulē.</i>
8.30	<i>Sveiks, Dagij!</i>	9.00	<i>Veiksmīgs uzņēmējs Latvijā.</i>	9.00	<i>Veiksmīgs uzņēmējs Latvijā.</i>	10.00	<i>Dzīvesstils.</i>	14.15	<i>Majors Peins. ASV komēdija.</i>
8.30	<i>Animācijas seriāls.</i>	9.30	<i>Sāras mūzika.</i>	9.30	<i>Sāras mūzika.</i>	11.00	<i>Dakterīt, palīgā!</i>	16.15	<i>Laiks mājai.</i>
8.45	<i>Pirāte un Kapteinīno.</i>	9.45	<i>V.I.P. – Veiksme.</i>	9.45	<i>V.I.P. – Veiksme.</i>	11.30	<i>Komēdijseriāls.</i>	16.45	<i>Zebra.</i>
9.00	<i>Kas te? Es te!</i>	10.30	<i>Adreses.*</i>	10.30	<i>Adreses.*</i>	12.00	<i>Ko, notiek? Rīgā.</i>	17.05	<i>Simpsoni 28. Animācijas seriāls.</i>
9.30	<i>Ozolstāstu nams.</i>	11.00	<i>Sporta studija.*</i>	11.00	<i>Sporta studija.*</i>	12.00	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>	17.55	<i>Virtuve 6. Krievijas seriāls.</i>
9.30	<i>Animācijas seriāls.</i>	11.50	<i>Bez aizvainojuma.*</i>	11.50	<i>Bez aizvainojuma.*</i>	13.00	<i>Rampas ugunis.*</i>	20.00	<i>Simpsoni 28. Animācijas seriāls.</i>
9.45	<i>Ernests un Selestīna.</i>	12.30	<i>Kūku čempions 6.</i>	12.30	<i>Kūku čempions 6.</i>	14.00	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>	21.00	<i>Pasaules smieklīgāko videokuriozu Top 10.</i>
10.00	<i>Ķepa uz sirds.</i>	14.45	<i>Aizliegtais paņēmiens.*</i>	14.45	<i>Aizliegtais paņēmiens.*</i>	15.00	<i>Rīgas stila pavēlnieks 7.*</i>	21.30	<i>Autoziņas.</i>
10.30	<i>Oskara laboratorija.</i>	15.45	<i>Noslēpumainie ezeri.</i>	15.45	<i>Noslēpumainie ezeri.</i>	16.00	<i>Vēlais ar Streipu.</i>	22.00	<i>Kā izbēgt no soda par slepkavību. ASV seriāls.</i>
11.00	<i>Hudini. Animācijas filma.</i>	16.45	<i>Dokumentālu filmu cikls.</i>	16.45	<i>Dokumentālu filmu cikls.</i>	17.00	<i>Nedēļas atskats.</i>	23.55	<i>KHL 2017./2018. Bratislavas Slovan – Rīgas Dinamo.</i>
12.05	<i>Enģeļu māja. LTV seriāls.</i>	17.40	<i>Nemiera gars 5.</i>	17.40	<i>Nemiera gars 5.</i>	18.00	<i>Globuss.</i>	2.05	<i>TV6 nakts mūzika.</i>
13.10	<i>Es mīlu ēdienu!*</i>	18.30	<i>Dokumentāla daudzsēriju filma.</i>	18.30	<i>Pasaules kausa izcīņas atlases spēle futbolā. Fēru salas – Latvija.</i>	18.30	<i>Dzīvīte.</i>		
13.40	<i>Adreses.*</i>	21.10	<i>Pasaules kausa izcīņas atlases spēļu futbolā.</i>	21.10	<i>Pasaules kausa izcīņas atlases spēļu futbolā.</i>	19.00	<i>Kas te tik laikmetīgs?</i>		
14.15	<i>700 pasaules brīnumi.</i>	21.25	<i>Dienas ziņas.</i>	21.25	<i>Dienas ziņas.</i>	19.30	<i>Nodokļu labirinti.</i>		
14.45	<i>Ziemeļindija.*</i>	21.55	<i>Sporta ziņas.</i>	21.55	<i>Sporta ziņas.</i>	20.00	<i>Ārsts.lv kopā ar Pēteri Apini.*</i>		
14.45	<i>Dzirdi balsis ar Kārlī Kazāku.*</i>	23.45	<i>Laika ziņas.</i>	23.45	<i>Laika ziņas.</i>	21.00	<i>Rīgas stila pavēlnieks 7.</i>		
15.20	<i>Kultūršoks.*</i>	1.30	<i>Latvijas Loto izlozes.</i>	1.30	<i>Latvijas jaunatklāšanas raidījums Te!*</i>	21.30	<i>Komēdijseriāls.</i>		
15.30	<i>Gudrs, vēl gudrāks.*</i>	2.30	<i>Teātris.zip.</i>	2.30	<i>Gavilējiet debesis!</i>	22.00	<i>Latvji, brauciet jūrīnā!</i>		
16.55	<i>Neizpētītā Amazone.</i>	2.50	<i>Nakts vēl nav galā.</i>	2.50	<i>Rihards Dubra.</i>	23.00	<i>Tete-a-Tete ar Rīgu.</i>		
18.00	<i>Dokumentāla filma.</i>	4.30	<i>Dalles teātra izrāde.</i>	4.30	<i>Dokumentāla filma.</i>	24.00	<i>Rampas ugunis.*</i>		
18.00	<i>Dienas ziņas.</i>	4.59	<i>Mākoņu atlants.</i>	4.59	<i>ASV un Vācijas piedzīvojumu filma.</i>	1.00	<i>Globuss.*</i>		
18.12	<i>Sporta ziņas.</i>		<i>ASV un Vācijas piedzīvojumu filma.</i>		<i>Mana dziesma.*</i>	3.00	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
18.16	<i>Laika ziņas.</i>		<i>Radio SWH 20 gadu jubilejas koncerts.*</i>			3.30	<i>Preses klubs.*</i>		
18.20	<i>Aculiecinieks.</i>					4.30	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
18.35	<i>Es – savai zemei.*</i>						<i>Preses klubs.*</i>		
19.05	<i>Vides fakti.</i>						<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
19.35	<i>Latvijas sirdsdziesma.</i>						<i>Preses klubs.*</i>		
20.30	<i>Panorāma.</i>								
20.59	<i>Sporta ziņas.</i>								
21.08	<i>Laika ziņas.</i>								
21.13	<i>Latvijas Loto izlozes.</i>								
21.25	<i>Teātris.zip.</i>								
21.45	<i>Nakts vēl nav galā.</i>								
23.35	<i>Mākoņu atlants.</i>								
	<i>ASV un Vācijas piedzīvojumu filma.</i>								
2.45	<i>Mana dziesma.*</i>								
4.05	<i>Radio SWH 20 gadu jubilejas koncerts.*</i>								

SVĒTDIENA, 8. OKTOBRIS

5.36	1 <i>Tunzivju audzētavas.</i>	5.30	7 <i>Adreses.*</i>	5.00	3 <i>Greislenda 2.</i>	6.00	24 RĪGA <i>Pieci novadi</i>	5.00	6 <i>TV6 nakts mūzika.</i>
5.45	<i>Aculiecinieks.*</i>	6.03	<i>Mia un es 2.</i>	5.55	<i>Brunurupuči nindzjas 2.</i>	6.30	<i>Latvijā.*</i>	7.05	<i>Peldošie nezvēri 4. Dok. seriāls.</i>
6.02	<i>Personība.*</i>	6.30	<i>Animācijas seriāls.</i>	6.55	<i>Animācijas seriāls.</i>	8.00	<i>Preses klubs.*</i>	8.05	<i>Laiks mājai.</i>
7.00	<i>Mazā Maruko. Animācijas seriāls.</i>	7.00	<i>Kas te? Es te!*</i>	7.25	<i>Sūklis Bobs</i>	8.30	<i>Nodokļu labirinti.*</i>	8.40	<i>Gāzi grīdā! 22. Izklaidejošs raidījums.</i>
7.30	<i>Mia un es. Animācijas seriāls.</i>	7.30	<i>Robotikas pasaule.</i>	7.55	<i>Kvadrātbiksis 9.</i>	9.00	<i>Nedēļa novados.</i>	9.50	<i>Zebra.</i>
8.00	<i>Bruninieks Rūsiņš. Anim. seriāls.</i>	8.00	<i>Animācijas seriāls.</i>	8.30	<i>Animācijas seriāls.</i>	10.00	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>	10.05	<i>Autoziņas.</i>
8.30	<i>Sveiks, Dagij! Animācijas seriāls.</i>	8.00	<i>Vides fakti.*</i>	8.50	<i>Dusmīgie bebrī.</i>	10.30	<i>Latvji, brauciet jūrīnā!*</i>	10.35	<i>Majors Peins. ASV komēdija.</i>
8.45	<i>Pirāte un Kapteinīno. Anim. ser.</i>	8.30	<i>Ielas garumā.*</i>	9.25	<i>Animācijas seriāls.</i>	11.00	<i>Latvijas kultūras vēstnieki.*</i>	12.35	<i>Viesuļvētru mednieki.</i>
9.00	<i>Kas te? Es te!*</i>	8.45	<i>Aculiecinieks.*</i>	10.00	<i>Džungļu krustojums 2.</i>	11.00	<i>Rīgas stila pavēlnieks 7.*</i>	13.35	<i>Vienatnē. ASV realitātes šovs.</i>
9.30	<i>Reaktīvie draugi. Anim. seriāls.</i>	9.00	<i>Vai Rīga jau gatava?*</i>	11.05	<i>Animācijas seriāls.</i>	12.00	<i>Tete-a-Tete ar Rīgu.*</i>	14.35	<i>Ekstrēmie tālbraucēji 7. ASV realitātes šovs.</i>
10.00	<i>Uzmanību, gatavību, kosmosā!</i>	9.30	<i>Skats rīdiena.</i>	11.05	<i>Puika pret kaķi.</i>	13.00	<i>Rampas ugunis.*</i>	15.35	<i>Gāzi grīdā! 21. Izklaidejošs raidījums.</i>
10.00	<i>Animācijas seriāls.</i>	10.00	<i>Notikumu skatlogā.</i>	12.05	<i>Animācijas seriāls.</i>	14.00	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>	17.05	<i>Simpsoni 28. Animācijas seriāls.</i>
10.25	<i>Kaut kur uz Zemes 7.</i>	10.30	<i>Nedēļas apskats.</i>	12.35	<i>Māmiņu klubs.</i>	15.00	<i>Daba top.</i>	18.00	<i>Comedy Club. Krievijas humora raidījums.</i>
11.00	<i>Dokumentāla daudzsēriju filma.</i>	11.35	<i>Hudini.</i>	13.15	<i>„Gatavo 3” mežā 2.</i>	15.30	<i>Kas te tik laikmetīgs?*</i>	19.00	<i>Istie veči 2. Latvijas realitātes šovs.</i>
11.00	<i>Itālijas noskaņas. Dok. filmu cikls.</i>	13.15	<i>Mājas, kur atgriezties.</i>	13.15	<i>Superbingo.</i>	16.00	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>	20.00	<i>Simpsoni 28. Animācijas seriāls.</i>
12.00	<i>Dievkalpojums.</i>	13.15	<i>Austrālijas seriāls.</i>	14.00	<i>Istie veči 2.</i>	17.00	<i>Rampas ugunis.*</i>	21.00	<i>F-1. Japānas Grand Prix izcīņa.</i>
13.00	<i>Saknes debesīs.</i>	13.15	<i>35. starptautiskais sporta deju festivāls Baltic Grand Prix 2016.*</i>	14.00	<i>Latvijas realitātes šovs.</i>	17.00	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>	23.35	<i>Hitman: aģents 47.</i>
13.26	<i>Daudz laimes, jubilār!</i>	15.10	<i>Supernova 2017.*</i>	12.05	<i>Pasaules smieklīgāko videokuriozu Top 10.</i>	18.00	<i>Daba top.</i>	1.30	<i>ASV un Vācijas detektīvfilma.</i>
14.10	<i>Latvijas sirdsdziesma.*</i>	17.25	<i>Tās tik ir operas!</i>	12.35	<i>Dejo līdz! ASV muzikāla drāma.</i>	18.30	<i>Kur tas suns aprakts?*</i>		
15.10	<i>Ķepa uz sirds.*</i>	18.20	<i>Tā dara visas.</i>	15.00	<i>Nakts muzejā.</i>	19.00	<i>Nacionālo interešu kluba diskusija.*</i>		
15.40	<i>Kailašs. Ceļā uz sevi.</i>	18.20	<i>Dokumentālu filmu cikls.</i>	17.10	<i>ASV piedzīvojumu komēdija.</i>	20.00	<i>Dzīvīte.</i>		
16.15	<i>Nacionālie dārgumi.</i>	19.10	<i>Nemiera gars 5.</i>	19.00	<i>Pasaka par Despero.</i>	20.00	<i>Dakterīt, palīgā!</i>		
17.00	<i>Skolotājs vakar un šodien.</i>	20.55	<i>Dokumentāla daudzsēriju filma.</i>	19.50	<i>ASV un Lielbritānijas animācijas filma.</i>	21.00	<i>Tete-a-Tete ar Rīgu.*</i>		
18.00	<i>Grāntčestera. Detektīvsēriāls.</i>	22.35	<i>SOKO Štutgarte 2.</i>	20.20	<i>Nekā personīga.</i>	22.00	<i>Latvijas kultūras vēstnieki.*</i>		
18.00	<i>Dienas ziņas.</i>	23.10	<i>Seriāls.</i>	23.00	<i>Melu teorija 2.</i>	23.00	<i>Daba top.</i>		
18.12	<i>Sporta ziņas.</i>	23.40	<i>Izmeklētājs un jūra.</i>	1.05	<i>X faktors.</i>	23.30	<i>Globuss.*</i>		
18.16	<i>Laika ziņas.</i>	23.40	<i>Vācijas un Zviedrijas seriāls.</i>	3.10	<i>Latvijas muzikāls šovs.</i>	24.00	<i>Vēlais ar Streipu.</i>		
18.20	<i>Province.</i>	1.25	<i>Pasaules kausa izcīņas atlases spēļu futbolā.</i>	3.55	<i>Skorpionu karalis 3: cīņa par grēku izpiršanu.</i>	2.00	<i>Streipu. Nedēļas atskats.</i>		
18.50	<i>Mīlestība, bērni un karsta sirds. Solījums.</i>	2.15	<i>dienas apskats.</i>	4.20	<i>ASV fantāzijas filma.</i>	3.30	<i>Latvijas kultūras vēstnieki.</i>		
20.30	<i>Panorāma.</i>	3.00	<i>Anekdošu šovs.*</i>	1.05	<i>Dejo līdz!</i>	4.30	<i>Preses klubs.*</i>		
20.43	<i>Sporta ziņas.</i>	4.30	<i>Vasaras nakts koncerts Šēnbrunnas pilī.</i>	3.10	<i>ASV muzikāla drāma.</i>		<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
21.46	<i>Laika ziņas.</i>	5.00	<i>Eiropa koncertos.</i>	3.10	<i>Greislenda 2.</i>		<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
20.50	<i>De facto.</i>	5.29	<i>Sporta studija.*</i>	3.00	<i>Seriāls.</i>		<i>Preses klubs.*</i>		
21.25	<i>Viktorija. Lielbritānijas seriāls.</i>		<i>Izmeklētājs un jūra.</i>		<i>Sīči dara trakas lietas.</i>		<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
22.20	<i>Tas ir tikai pasaules gals.</i>		<i>Vācijas un Zviedrijas seriāls.</i>		<i>ASV amatiervideo raidījums.</i>		<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
0.10	<i>Kanādas un Francijas drāma.</i>		<i>Notikumu skatlogā.*</i>		<i>„Gatavo 3” mežā 2.</i>		<i>Preses klubs.*</i>		
0.45	<i>Ziemeļu puse. Ķīna.*</i>		<i>Veiksmīgs uzņēmējs Latvijā.*</i>				<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
1.00	<i>Neizpētītā Amazone.</i>		<i>Nedēļas apskats.*</i>				<i>Preses klubs.*</i>		
2.05	<i>Dokumentāla filma.</i>						<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
3.00	<i>Istās latvju saimnieces.*</i>						<i>Preses klubs.*</i>		
3.00	<i>Lai top!*</i>						<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
5.00	<i>Latvijas jaunatklāšanas raidījums Te!*</i>						<i>Preses klubs.*</i>		

6.02	1 <i>Ekspedīcija Sumatrā.</i>	6.03	7 <i>1000 jūdzes Transilvānijā.</i>	5.00	3 <i>Greislenda 2. Ser. Īstās māsainieces.</i>	6.00	24 RĪGA <i>Pieci novadi Latvijā.</i>	5.00	TV6 nakts mūzika.
6.30	<i>Rīta panorāma.</i>	6.30	<i>Mīlas viesulis 12. Vācijas seriāls.</i>	5.55	<i>Beverlihilsa 2. ASV realitātes seriāls.</i>	6.30	<i>Globuss.*</i>	7.10	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.
8.35	<i>Noslēpumu viesnīca. Meksikas seriāls.</i>	7.00	<i>Kūku čempions 6. Kulinārijas šovs.</i>	6.55	<i>Mans mazais ponijs: draudzība ir brīnums 6. Animācijas seriāls.</i>	7.30	<i>Pieci novadi Latvijā.</i>	9.00	<i>Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.</i>
9.35	<i>Televeikala skatlogs.</i>	9.15	<i>Latvijas sirdsdziesma.*</i>	7.25	<i>Mazās burves. Anim. seriāls.</i>	8.00	<i>Ziņu Top 5.*</i>	10.00	<i>Pasaules smieklīgāko videokuriozu Top 10.</i>
10.35	<i>Kepa uz sirds.*</i>	10.10	<i>Lēna, mana mūža mīlestība. Seriāls.</i>	7.45	<i>Bruņurupuči nindzjas 4. Animācijas seriāls.</i>	8.30	<i>Dzīvīte.</i>	10.30	<i>Pacietības mērs 3. Realitātes šovs.</i>
11.20	<i>Mīlestība, bērni un karsta sirds. Solījums. Vācijas romantiska drāma.</i>	11.00	<i>Muhtars atgriežas 2. Seriāls.</i>	8.05	<i>Kā es satiku jūsu māti 2. Ser. Nozieguma skelets 9. Seriāls.</i>	9.00	<i>Mosties ar levu.</i>	10.55	<i>Virtuve 6. Krievijas seriāls.</i>
13.05	<i>Televeikala skatlogs.</i>	12.00	<i>FIFA Konfederācijas kausa izcīņa 2017.* Spēle par 3. vietu.</i>	10.05	<i>Māmiņu klubs. Televeikala skatlogs.</i>	9.30	<i>Dienas personība. Ziņu Top 5.*</i>	13.05	<i>Kobra 14. Seriāls.</i>
13.20	<i>Es – savai zemītei.*</i>	14.10	<i>Labākais no „Euromaxx”.</i>	11.00	<i>Elementāri, Vatson! 5. Seriāls.</i>	10.00	<i>Mosties ar levu.</i>	14.05	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.
13.55	<i>Oskara laboratorija.*</i>	14.40	<i>Bez aizvainojuma.*</i>	11.15	<i>Elementāri, Vatson! 5. Seriāls.</i>	10.30	<i>Arsts.lv kopā ar Pēteri Apini.</i>	16.00	<i>Interni 8. Krievijas seriāls.</i>
14.25	<i>Reaktīvie draugi. Animācijas seriāls.</i>	15.20	<i>Punkti uz i.*</i>	12.15	<i>Kā es satiku jūsu māti 2. Seriāls.</i>	11.00	<i>Nodokļu labirinti.*</i>	17.05	<i>Simpsoni 28. Animācijas seriāls.</i>
14.50	<i>Televeikala skatlogs.</i>	17.00	<i>Dzīve šodien. (krievu val.).</i>	13.50	<i>Bruņurupuči nindzjas 4. Animācijas seriāls.</i>	12.00	<i>La dolce vita ar Roberto.</i>	18.00	<i>Kobra 14. Seriāls.</i>
15.05	<i>Lēna, mana mūža mīlestība. Seriāls.</i>	18.05	<i>Muhtars atgriežas 2. Seriāls.</i>	14.20	<i>Četrarpus draugu. Animācijas seriāls.</i>	13.00	<i>Rampas ugunis.*</i>	19.00	<i>Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.</i>
16.00	<i>Noslēpumu viesnīca. Meksikas seriāls.</i>	19.00	<i>Šovakar. Ziņas (krievu val.).</i>	14.50	<i>Lācēna Pedingtona piedzīvojumi 2. Animācijas seriāls.</i>	14.00	<i>Vēlais ar Streipu.*</i>	20.00	<i>Simpsoni 28. Animācijas seriāls.</i>
17.00	<i>Mīlas viesulis 12. Vācijas seriāls.</i>	19.25	<i>Sporta ziņas (krievu val.).</i>	15.15	<i>Īstās māsainieces. Beverlihilsa 2. ASV realitātes seriāls.</i>	14.30	<i>Dzīvīte.</i>	21.00	<i>Ekstrēmie tālbraucēji 7. ASV realitātes šovs.</i>
18.00	<i>Dienas ziņas.</i>	19.29	<i>Laika ziņas (krievu val.).</i>	16.15	<i>Svešā seja. Seriāls.</i>	15.00	<i>Pusdieno ar levu.</i>	22.05	<i>„Hardcore”: brutālais Henrijs. ASV un Krievijas spraiga sižeta filma.</i>
18.29	<i>Kultūras ziņas.</i>	19.35	<i>Bez aizvainojuma.</i>	16.55	<i>Nozieguma skelets 10. Seriāls.</i>	15.30	<i>Pilsētas pulss.</i>	24.00	<i>Izdzīvojušie 2. ASV seriāls.</i>
18.44	<i>Sporta ziņas.</i>	20.10	<i>Ceļš uz skolu. Dokumentāls seriāls.</i>	17.55	<i>Tētuka meitiņas 3. Krievijas seriāls.</i>	16.00	<i>Dienas personība. Ziņu Top 5.</i>	1.40	TV6 nakts mūzika.
18.53	<i>Laika ziņas.</i>	20.10	<i>Ceļš uz skolu. Dokumentāls seriāls.</i>	19.00	<i>TV3 ziņas.</i>	17.00	<i>Preses klubs.</i>		
18.56	<i>Ceturtdā studija.</i>	21.10	<i>Dzēguze. Slovērijas seriāls.</i>	19.35	<i>Bez tabu.</i>	18.30	<i>La dolce vita ar Roberto.</i>		
19.27	<i>Laika ziņas.</i>	22.10	<i>SOKO Štutgarte 2. Seriāls.</i>	20.20	<i>Svešā seja. Latvijas seriāls.</i>	19.30	<i>Rampas ugunis. Ziņu Top 5.</i>		
19.30	<i>Aizliegtais paņēmiens.</i>	22.10	<i>SOKO Štutgarte 2. Seriāls.</i>	21.00	<i>Saimnieks meklē sievu 4. Latvijas realitātes šovs.</i>	20.00	<i>Nacionālo interešu kluba diskusija.</i>		
20.30	<i>Panorāma.</i>	24.00	<i>Midsomeras slepkavības 7. Seriāls.</i>	22.05	<i>Zem kupola 3. ASV seriāls.</i>	22.00	<i>Vēlais ar Streipu.*</i>		
20.59	<i>Sporta ziņas.</i>	1.25	<i>Sveika, Rīga!</i>	23.05	<i>Motīvs? 4. ASV seriāls.</i>	22.30	<i>Preses klubs.</i>		
21.08	<i>Laika ziņas.</i>	1.55	<i>Pasaules smieklīgāko videokuriozu Top 10.</i>	24.00	<i>Nekā personīga.</i>	24.00	<i>Rampas ugunis. Ziņu Top 5.*</i>		
21.15	<i>V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts.</i>	2.15	<i>Svešā seja. Seriāls.</i>	0.55	<i>Melu teorija 2.</i>	1.00	<i>Ziņu Top 5.*</i>		
22.00	<i>Sporta studija.</i>	2.50	<i>UgunsGrēks. Seriāls.</i>	1.25	<i>Sveika, Rīga!</i>	1.30	<i>Vēlais ar Streipu.*</i>		
22.45	<i>Sajūti Latgali!</i>	3.50	<i>TV3 ziņas.</i>	1.55	<i>Pasaules smieklīgāko videokuriozu Top 10.</i>	2.00	<i>Nacionālo interešu kluba diskusija.*</i>		
23.20	<i>Nakts ziņas.</i>	4.20	<i>Bez tabu.</i>	2.15	<i>Svešā seja. Seriāls.</i>	3.00	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
23.29	<i>Sporta ziņas.</i>			2.50	<i>UgunsGrēks. Seriāls.</i>	4.00	<i>Dienas personība.*</i>		
23.31	<i>Laika ziņas.</i>			3.50	<i>TV3 ziņas.</i>	4.30	<i>Preses klubs.*</i>		
23.35	<i>De facto.*</i>			4.20	<i>Bez tabu.</i>				
0.10	<i>Nacionālie dārgumi.*</i>								
0.55	<i>Pasaules panorāma.*</i>								
1.25	<i>Aculiecinieks.*</i>								
1.40	<i>Kailašs. Ceļā uz sevi. Dokumentāla filma.</i>								

HUMORIŅŠ

Kad mani brīdina: „Tu no rīta to nožēlosi!”, es guļu līdz pusdienlaikam.

OTRDIENA, 10. OKTOBRIS

5.00	1 <i>Ceturtdā studija.*</i>	5.00	7 <i>Automoto raidījums nr. 2.*</i>	5.00	3 <i>Dakteris Kaišs. Ser. Īstās māsainieces.</i>	6.00	24 RĪGA <i>Pieci novadi Latvijā.</i>	5.00	TV6 nakts mūzika.
5.30	<i>Ekvadora.*</i>	5.30	<i>1000 jūdzes Transilvānijā.</i>	5.55	<i>Beverlihilsa 2. Ser. Ķepu patruļa 3. Animācijas seriāls.</i>	6.30	<i>Pilsētas pulss.*</i>	7.10	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.
6.02	<i>Ekspedīcija Sumatrā.</i>	6.03	<i>1000 jūdzes Transilvānijā.</i>	6.55	<i>Mazās burves. Animācijas seriāls.</i>	7.00	<i>Dienas personība.*</i>	9.00	<i>Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.</i>
6.30	<i>Rīta panorāma.</i>	6.30	<i>Eiropa fokusā.</i>	7.25	<i>Bruņurupuči nindzjas 4. Animācijas seriāls.</i>	7.30	<i>Pieci novadi Latvijā.</i>	10.00	<i>Stand Up. Humora šovs.</i>
8.35	<i>Mīlas viesulis 12. Vācijas seriāls.</i>	7.00	<i>Ceturtdā studija.*</i>	7.55	<i>Auniņa Šona piedzīvojumi. Animācijas filma.</i>	8.00	<i>Ziņu Top 5.*</i>	11.00	<i>PAF: privātā apsardzes firma. Krievijas seriāls.</i>
9.35	<i>Noslēpumu viesnīca. Meksikas seriāls.</i>	7.30	<i>Kūku kari.*</i>	8.15	<i>Kā es satiku jūsu māti 2. Ser. Nozieguma skelets 10. Seriāls.</i>	8.30	<i>Vēlais ar Streipu.*</i>	12.05	<i>Netīri darbi 2. ASV realitātes šovs.</i>
10.35	<i>Televeikala skatlogs.</i>	8.25	<i>Sāras mūzika.</i>	8.30	<i>Kā es satiku jūsu māti 2. Ser. Nozieguma skelets 10. Seriāls.</i>	9.00	<i>Mosties ar levu.</i>	13.05	<i>Kobra 14. Seriāls.</i>
10.50	<i>Ceturtdā studija.*</i>	8.40	<i>Vienas dienas restorāns.*</i>	9.05	<i>Motīvs? 4. Seriāls.</i>	9.30	<i>Dienas personība. Ziņu Top 5.*</i>	14.05	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.
11.15	<i>Latvijas sirdsdziesma.*</i>	9.10	<i>Planēta Zeme 2. Dokumentāla daudzseriju filma.</i>	10.05	<i>Televeikala skatlogs.</i>	10.00	<i>Mosties ar levu.</i>	16.00	<i>Interni 8. Krievijas seriāls.</i>
12.15	<i>Daudz laimes, jubilāri!*</i>	10.10	<i>Lēna, mana mūža mīlestība. Seriāls.</i>	11.00	<i>Elementāri, Vatson! 5. Ser. Kā es satiku jūsu māti 2. Seriāls.</i>	10.30	<i>Nacionālo interešu kluba diskusija.*</i>	17.05	<i>Simpsoni 28. Animācijas seriāls.</i>
13.00	<i>Televeikala skatlogs.</i>	11.00	<i>Muhtars atgriežas 2. Seriāls.</i>	11.15	<i>Elementāri, Vatson! 5. Ser. Kā es satiku jūsu māti 2. Seriāls.</i>	11.00	<i>La dolce vita ar Roberto.</i>	18.00	<i>Kobra 14. Seriāls.</i>
13.15	<i>Province.*</i>	11.55	<i>Aizliegtais paņēmiens.*</i>	12.15	<i>Kā es satiku jūsu māti 3. Seriāls.</i>	12.00	<i>La dolce vita ar Roberto.</i>	19.00	<i>Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.</i>
13.50	<i>Bruņinieks Rūsiņš. Animācijas seriāls.</i>	12.50	<i>Saistītās dzīves.</i>	13.15	<i>Bruņurupuči nindzjas 4. Animācijas seriāls.</i>	13.00	<i>Rampas ugunis.*</i>	20.00	<i>Simpsoni 28. Animācijas seriāls.</i>
14.20	<i>Uzmanību, gatavību, kosmosā! Animācijas seriāls.</i>	13.20	<i>FIFA Konfederācijas kausa izcīņa 2017.* Spēle par 1. vietu.</i>	14.20	<i>Šerlocks Jaks, zvēru detektīvs. Animācijas seriāls.</i>	14.00	<i>Vēlais ar Streipu.*</i>	21.00	<i>Gāzi grīdā! 22. Izklaidējošs raidījums.</i>
14.50	<i>Televeikala skatlogs.</i>	15.30	<i>Vienmēr formā! Dzeguze. Seriāls.</i>	14.50	<i>Lācēna Pedingtona piedzīvojumi 2. Animācijas seriāls.</i>	15.00	<i>Pusdieno ar levu.</i>	22.10	<i>Rokijs 4. ASV sporta drāma.</i>
15.05	<i>Lēna, mana mūža mīlestība. Seriāls.</i>	16.00	<i>Dzīve šodien. (krievu val.).</i>	15.15	<i>Īstās māsainieces. Beverlihilsa 2. ASV realitātes seriāls.</i>	15.30	<i>Pilsētas pulss.</i>	24.00	<i>Apokalipses vēstneši. ASV seriāls.</i>
16.00	<i>Noslēpumu viesnīca. Meksikas seriāls.</i>	17.00	<i>Muhtars atgriežas 2. Seriāls.</i>	16.15	<i>Svešā seja. Seriāls.</i>	16.00	<i>Dienas personība. Ziņu Top 5.*</i>	1.50	TV6 nakts mūzika.
17.00	<i>Mīlas viesulis 12. Vācijas seriāls.</i>	18.05	<i>Šovakar. Ziņas (krievu val.).</i>	16.55	<i>Nozieguma skelets 10. Seriāls.</i>	17.00	<i>Preses klubs.</i>		
18.00	<i>Dienas ziņas.</i>	19.00	<i>Sporta ziņas (kr. val.).</i>	17.55	<i>Tētuka meitiņas 3. Krievijas seriāls.</i>	18.30	<i>La dolce vita ar Roberto.</i>		
18.29	<i>Kultūras ziņas.</i>	19.25	<i>Laika ziņas (krievu val.).</i>	19.00	<i>TV3 ziņas.</i>	19.30	<i>Rampas ugunis. Ziņu Top 5.</i>		
18.44	<i>Sporta ziņas.</i>	19.29	<i>Kaut kur uz Zemes 7. Dokumentāla daudzseriju filma.</i>	19.35	<i>Bez tabu.</i>	20.30	<i>Kur tas suns aprakts?*</i>		
18.53	<i>Laika ziņas.</i>	20.05	<i>Itālijas noskaņas. Dokumentālu filmu cikls.</i>	20.20	<i>Svešā seja. Latvijas seriāls.</i>	21.00	<i>Vēlais ar Streipu.*</i>		
18.56	<i>Ceturtdā studija.</i>	21.05	<i>Vēstule no Dalbes. Dokumentāla filma.</i>	21.00	<i>Ēnu spēles 3. Latvijas seriāls.</i>	22.00	<i>Preses klubs.</i>		
19.27	<i>Laika ziņas.</i>	21.15	<i>Pasaules kausa izcīņas atlases spēle futbolā. Latvija – Andora.</i>	22.05	<i>Kobra 11. Seriāls.</i>	24.00	<i>Rampas ugunis. Ziņu Top 5.*</i>		
19.30	<i>Personība. Egons Dombrovskis.</i>	0.10	<i>Pasaules kausa izcīņas atlases spēļu futbolā dienas apskats.</i>	0.10	<i>Elementāri, Vatson! 5. Seriāls.</i>	1.00	<i>Ziņu Top 5.*</i>		
20.30	<i>Panorāma.</i>	0.25	<i>Grāntčestera. Detektīvsēriāls.</i>	1.05	<i>TV3 ziņas piedāvā: Hamids. Bēglis, kurš palika. Dokumentāla filma.</i>	1.30	<i>Vēlais ar Streipu.*</i>		
20.59	<i>Sporta ziņas.</i>	1.25	<i>Vienmēr formā!</i>	1.35	<i>Kā es satiku jūsu māti 2. Ser. Svešā seja. Seriāls.</i>	2.00	<i>Kur tas suns aprakts?*</i>		
21.08	<i>Laika ziņas.</i>			2.00	<i>Svešā seja. Seriāls.</i>	3.00	<i>La dolce vita ar Roberto.*</i>		
21.15	<i>1:1. Aktuālā intervija.</i>			2.35	<i>UgunsGrēks. Seriāls.</i>	4.00	<i>Dienas personība.*</i>		
22.05	<i>Elektroniskā cigarete: par un pret. Dokumentāla filma.</i>			3.40	<i>TV3 ziņas.</i>	4.30	<i>Preses klubs.*</i>		
23.05	<i>Nakts ziņas.</i>			4.10	<i>Bez tabu.</i>				
23.14	<i>Laika ziņas.</i>								
23.16	<i>Sporta ziņas.</i>								
23.20	<i>Tas ir tikai pasaules gals. Kanādas un Francijas drāma.</i>								
1.10	<i>V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts.*</i>								



5.00	Ceturtdā studija.*	1	5.00	Dzimis Eiropā.*	7	5.00	Dakteris Kaifs.	3	6.00	Pieci novadi	24	5.00	TV6 nakts mūzika.	6
5.30	Es – savai zemei.*		5.30	1000 jūdzes		5.30	Seriāls.		6.00	Latvijā.	RIGA	7.10	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.	
6.02	Ekspedīcija Sumatrā.		6.03	Transilvānijā.		6.03	Istās		6.30	Pilsētas pulss.*		9.00	Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.	
6.30	Rīta panorāma.		6.30	1000 jūdzes		6.30	mājsaimnieces.		7.00	Dienas		10.00	Stand Up. Humora šovs.	
8.35	Mīlas viesulis 12.		6.30	Transilvānijā.		6.30	Beverlihilsa 2.		7.00	personība.*		11.00	PAF: privātā apsardzes firma.	
	Vācijas seriāls.		6.30	Projekts „Nākotne”.		6.30	ASV realitātes seriāls.		7.30	Pieci novadi		12.05	Krievijas seriāls.	
9.35	Pamosties līdzās.		7.00	Ceturtdā studija.*		7.00	Keņu patruļa 3.		7.30	Latvijā.		13.05	Netīri darbi 2. ASV realitātes šovs.	
	Meksikas seriāls.		7.30	De facto.*		7.30	Animācijas seriāls.		8.00	Ziņu Top 5.*		14.05	Kobra 14. Seriāls.	
10.35	Televeikala skatlogs.		8.05	Province.*		8.05	Animācijas seriāls.		8.30	Vēlais ar		16.00	NCIS: Losandželosa 2. ASV seriāls.	
10.50	Ceturtdā studija.*		8.35	Uzvelc tautastērpu!*		8.35	Bruņurupuči nindzjas 4.		8.30	Streipu.*		17.05	Interni 8. Krievijas seriāls.	
11.15	Viktorija. Lielbritānijas		9.10	Planēta Zeme 2.		9.10	Animācijas seriāls.		9.00	Mosties ar		17.05	Simpsoni 28. Animācijas seriāls.	
	seriāls.		10.10	Dokumentāla daudzseriju		10.10	Kā es satiku jūsu māti 2.		9.30	leļu.		18.00	Kobra 14. Seriāls.	
12.15	Nacionālie dārgumi.*		10.10	filma.		10.10	Seriāls.		10.00	Dienas		19.00	Divarpus vīru 4. ASV komēdijseriāls.	
13.00	Televeikala skatlogs.		10.10	Lēna, mana mūža		10.10	Nozieguma skelets 10.		10.30	personība.		20.00	Simpsoni 28. Animācijas seriāls.	
13.15	Vides fakti.*		11.00	mīlestība. Seriāls.		11.00	Seriāls.		10.30	Ziņu Top 5.*		21.00	Viesuļvētru mednieki.	
13.50	Jakari 3.		11.00	Muhtars atgriežas 2.		11.00	Seriāls.		11.00	Mosties ar		21.00	ASV dokumentāls seriāls.	
	Animācijas seriāls.		11.55	Seriāls.		11.00	Kobra 11. Seriāls.		11.00	leļu.		22.00	Kontrabanda. ASV krimināldrāma.	
14.20	Kas te? Es te!*		11.55	Latvijas jaunatklāšanas		11.00	Televeikala skatlogs.		11.15	Kur tas suns		0.10	KHL 2017./2018.	
14.50	Televeikala skatlogs.		13.00	raidījums Te!*		11.15	Elementāri, Watson! 5.		11.15	Seriāls.		2.20	Nižņijnovgorodas Torpedo –	
15.05	Lēna, mana mūža		13.00	mīlestība. Seriāls.		12.15	Seriāls.		12.15	La dolce vita			Rīgas Dinamo.	
16.00	Noslēpumu viesnīca.		13.30	Automoto raidījums nr. 2.*		12.15	Kā es satiku jūsu māti 3.		12.00	ar Roberto.			TV6 nakts mūzika.	
	Meksikas seriāls.		14.00	Planēta Zeme 2.		13.50	Seriāls.		13.00	Rampas				
17.00	Mīlas viesulis 12.		14.00	Dokumentāla daudzseriju		13.50	Bruņurupuči nindzjas 4.		13.00	ugunis.*		5.00	Karamba! Humora raidījums.	LNT
	Vācijas seriāls.		15.00	filma.		14.20	Animācijas seriāls.		14.00	Vēlais ar		5.25	Ticīgo uzvaras balss.	
18.00	Dienas ziņas.		15.00	Personīgā lieta.*		14.20	Šerloks Jaks,		14.30	Streipu.*		5.55	Bernards 2. Animācijas seriāls.	
18.29	Kultūras ziņas.		15.30	Eiropa fokusā.		14.20	zvēru detektīvs.		14.30	Latvji, brauciet		6.00	900 sekundes.	
18.44	Sporta ziņas.		16.00	Dzēguze.		14.50	Animācijas seriāls.		15.00	jūriņā!*		8.15	Apsolītā. Indijas seriāls.	
18.53	Laika ziņas.		17.00	Dzīve šodien.		14.50	Lācēna Pedingtona		15.00	Pusdieno ar		9.15	Centrālā slimnīca. Ukrainas seriāls.	
18.56	Ceturtdā studija.		17.00	(krievu val.).		15.15	Animācijas seriāls.		15.30	leļu.		10.25	Sirdsmīļā Monika. Seriāls.	
19.27	Laika ziņas.		18.05	Muhtars atgriežas 2.		15.15	Istās mājsaimnieces.		16.00	Dienas		10.55	Televīzijas veikals.	
19.30	Es mīlu ēdienu!		18.05	Seriāls.		16.15	Beverlihilsa 2.		16.30	personība.		11.10	Reičela Alena. Kūkas katrai dienai.	
20.00	700 pasaules brīnumi.		19.00	Šovakar. Ziņas		16.15	ASV realitātes seriāls.		17.00	Ziņu Top 5.		11.45	Brauciens pretī laimei. Melnkalne.	
	Ziemeļindija.		19.00	(krievu val.).		16.55	Svešā seja. Seriāls.		17.00	Preses klubs.		13.45	Vācijas melodrāma.	
20.30	Panorāma.		19.25	Sporta ziņas		16.55	Nozieguma skelets 10.		18.30	La dolce vita ar		14.00	Televīzijas veikals.	
20.59	Sporta ziņas.		19.25	(krievu val.).		17.55	Seriāls.		18.30	Roberto.		14.20	LNT dienas ziņas.	
21.08	Laika ziņas.		19.29	Laika ziņas		17.55	Tētuka meitiņas 3.		19.30	Rampas ugunis.		14.20	Sirdspuksti. ASV seriāls.	
21.13	Latvijas Loto izlozes.		19.35	(krievu val.).		19.00	Krievijas seriāls.		20.30	Ziņu Top 5.		15.20	Mūsu Čārlis 4. Vācijas seriāls.	
21.20	Tieša runa.		19.35	Garšu skola.		19.35	TV3 ziņas.		21.00	Latvijas labums.		16.30	Mīlestības vīns. Meksikas seriāls.	
22.30	Pasaules panorāma.		20.10	Gēnu mantojums.		20.20	Bez tabu.		21.00	Vēlais ar		17.35	Mani virtuves noslēpumi 6. Kulinārijas šovs.	
	Raidījums par ārpolitiku.		20.10	Dokumentāla filma.		20.20	Svešā seja.		22.00	Streipu.		17.50	Ziņas sešos.	
23.05	Nakts ziņas.		21.15	Dzēguze.		21.00	Latvijas seriāls.		22.30	Preses klubs.		18.00	Mani virtuves noslēpumi 6. Turpinājums.	
23.14	Sporta ziņas.		21.15	Slovākijas seriāls.		21.00	Ekstrasensu ciņas 17.		24.00	Rampas		18.55	Nakts karaliene. Turcijas seriāls.	
23.16	Laika ziņas.		22.15	Anekdošu šovs.*		22.40	Realitātes šovs.		1.00	ugunis.		20.00	LNT ziņas.	
23.20	Cienījamā sievietē.		22.45	Pasaules kausa izcīņas		23.35	Lucifers. ASV seriāls.		1.30	Ziņu Top 5.*		20.40	Degpunktā 7.	
	Lielbritānijas seriāls.		23.20	atlasē spēļu futbolā		0.40	Ēnu spēles 3. Seriāls.		2.00	Vēlais ar		21.10	Zebra.	
1.15	Elektroniskā cigarete:		23.20	dienas apskats.		1.35	Elementāri, Watson! 5.		3.00	Streipu.*		21.25	Doktors Mārtins 2. Lielbritānijas seriāls.	
	Dokumentāla filma.		0.20	Ceļš uz skolu.		2.20	Seriāls.		4.00	Latvijas labums.*		22.35	Gravitāte. ASV un Lielbritānijas fantastikas	
			0.55	Dokumentāls seriāls.		2.50	Dakteris Kaifs.		4.30	Roberto.*		0.25	filma.	
			1.25	Garšu skola.		3.50	Seriāls.			Dienas		1.10	Lojalitāte. Seriāls.	
				Uzvelc tautastērpu!*		4.20	Svešā seja. Seriāls.			personība.*		1.55	Nakts karaliene. Seriāls.	
				Eiropa fokusā.			UgunsGrēks. Seriāls.			Preses klubs.*		2.40	Centrālā slimnīca. Seriāls.	
							TV3 ziņas.					3.05	Degpunktā 7.	
							Bez tabu.						900 sekundes.	

HUMORIŅŠ

Guadrās domas galvā nāk tad, kad jau esi savārijis ziepes.

RADIO PROGRAMMA

CETURTDIENA, 5. OKTOBRIS

6.00 **Labrīt!** 9.00, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00 Ziņas, laika ziņas. 9.07 **Kā labāk dzīvot.** 10.07 **Zināmais nezināmajā.** 11.06 **Kultūras rondo.** 12.00 **Pusdienu.** 12.30 **Krustpunktā.** 12.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 12.45 **Brīvais mikrofons.** 14.05 **Gimenes studija.** 15.06 **Talantu galerija.** Atk. 15.36 **Radio mazā lasītava.** 16.05 **Pēcpusdienu.** 18.00 **Dienas notikumu apskats.** 18.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 18.45 **Ziņas vieglajā valodā.** 19.06 **Monopola viesis.** 20.05 **Kā labāk dzīvot.** Atk. 20.45 **Labu nakti!** 21.05 **Krustpunktā.** Atk. 22.05 **Ielūdz radioteātris.** N. Bulgakova romāna **Meistars un Margarita** fragmenti. 23.03 **Dienas notikumu apskats.** 23.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 24.00 **Nakts programma.**

PIEKTDIENA, 6. OKTOBRIS

6.00 **Labrīt!** 9.00, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00 Ziņas, laika ziņas. 9.07 **Kā labāk dzīvot.** 10.07 **Zināmais nezināmajā.** 11.06 **Kultūras rondo.** 12.00 **Pusdienu.** 12.30 **Krustpunktā.** 12.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 12.45 **Brīvais mikrofons.** 14.05 **Gimenes studija.** 15.06 **XXI gadsimta latvietis.** Atk. 15.36 **Dienas vidū.** 16.05 **Pēcpusdienu.** 18.00 **Dienas notikumu apskats.** 18.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 18.45 **Ziņas vieglajā valodā.** 19.06 **Monopola viesis.** 20.05 **Kā labāk dzīvot.** Atk. 20.45 **Labu nakti!** 21.05 **Krustpunktā.** Atk. 22.05 **Ielūdz radioteātris.** N. Ikstena. **Vīrs zīlajā lietussmēlītī.** Romāna fragmenti. 1. daļa. 23.03 **Dienas notikumu apskats.** 23.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 24.00 **Nakts programma.**

SESTDIENA, 7. OKTOBRIS

6.02 **Latvijas stāsti Latvijas simtgadei.** 7.00 **Labrīt!** 9.00, 9.30, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Ziņas, laika ziņas. 9.05 **Svētīts.** 9.30 **Latvijas pērles.** 10.05 **Kāpēc? Tāpēc!** 10.35 **Radioteātris bērniem.** Projekts **Re! Starts!** L. Pastores sērijas **Mākslas detektīvi** trešās grāmatas **Svešinieka atnākšana 1.** lasījums. 10.55 **Mūzika.** 11.06 **Kultūras rondo.** 12.00 **Pusdienu.** 12.15 **Dzīves ritmi mūzikā.** 13.06 **XXI gadsimta latvietis.** 13.36 **Dienas vidū.** 14.05 **Lieliskais piecnieks.** 14.46 **Saldie astoņdesmitie.** 15.05 **Sīsdienas acim.** 15.36 **Radio mazā lasītava.** 16.05 **Talantu galerija.** 16.35 **Laika rata rīti.** 17.05 **Ielūdz radioteātris.** 18.00 **Dienas notikumu apskats.** 18.15 **Piespēle.** Atk. 18.45 **Ziņas vieglajā valodā.** 19.05 **Monopola viesis.** Atk. 20.05 **Zināmais nezināmajā.** Atk. 20.45 **Labu nakti!** 21.05 **Džeza klubs.** Kekko Fornarelli. 22.05 **Ielūdz radioteātris.** N. Ikstena. **Vīrs zīlajā lietussmēlītī.** Romāna fragmenti. 2. daļa. 23.03 **Dienas notikumu apskats.** 23.15 **Dzīves ritmi mūzikā.** Atk. 24.00 **Nakts programma.**

SVĒTDIENA, 8. OKTOBRIS

6.02 **Zaļais vilnis.** Atk. 7.00 **Labrīt!** 9.00, 9.30, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Ziņas, laika ziņas. 9.05 **Svētīts.** 9.30 **Latvijas pērles.** 10.05 **Kāpēc? Tāpēc!** 10.35 **Radioteātris bērniem.** Projekts **Re! Starts!** L. Pastores sērijas **Mākslas detektīvi** trešās grāmatas **Svešinieka atnākšana 1.** lasījums. 10.55 **Mūzika.** 11.06 **Kultūras rondo.** 12.00 **Pusdienu.** 12.15 **Dzīves ritmi mūzikā.** 13.06 **XXI gadsimta latvietis.** 13.36 **Dienas vidū.** 14.05 **Lieliskais piecnieks.** 14.46 **Saldie astoņdesmitie.** 15.05 **Sīsdienas acim.** 15.36 **Radio mazā lasītava.** 16.05 **Talantu galerija.** 16.35 **Laika rata rīti.** 17.05 **Ielūdz radioteātris.** 18.00 **Dienas notikumu apskats.** 18.15 **Piespēle.** Atk. 18.45 **Ziņas vieglajā valodā.** 19.05 **Monopola viesis.** Atk. 20.05 **Zināmais nezināmajā.** Atk. 20.45 **Labu nakti!** 21.05 **Augstāk par zemi.** Atk. 22.05 **Pāri mums pašiem.** 23.00 **Ziņas vieglajā valodā.** 23.03 **Dienas notikumu apskats.** 23.15 **Dzīves ritmi mūzikā.** Atk. 24.00 **Nakts programma.**

PIRMDIENA, 9. OKTOBRIS

6.00 **Labrīt!** 9.00, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00 Ziņas, laika ziņas. 9.07 **Kā labāk dzīvot.** 10.07 **Zināmais nezināmajā.** 11.06 **Kultūras rondo.** 12.00 **Pusdienu.** 12.30 **Krustpunktā.** 12.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 12.45 **Brīvais mikrofons.** 14.05 **Gimenes studija.** 15.06 **Latvijas dienasgrāmata.** 15.36 **Dienas vidū.** 16.05 **Pēcpusdienu.** 18.00 **Dienas notikumu apskats.** 18.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 18.45 **Ziņas vieglajā valodā.** 19.06 **Monopola viesis.** 20.05 **Kā labāk dzīvot.** Atk. 20.45 **Labu nakti!** 21.05 **Krustpunktā.** Atk. 22.05 **Mūsu leģendas.** Latvijas Filharmonijas kamerorķestrim – 50. 1. daļa. Atk. 23.03 **Dienas notikumu apskats.** 23.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 24.00 **Nakts programma.**

OTRDIENA, 10. OKTOBRIS

6.00 **Labrīt!** 9.00, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00 Ziņas, laika ziņas. 9.07 **Kā labāk dzīvot.** 10.07 **Zināmais nezināmajā.** 11.06 **Kultūras rondo.** 12.00 **Pusdienu.** 12.30 **Krustpunktā.** 12.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 12.45 **Brīvais mikrofons.** 14.05 **Gimenes studija.** 15.06 **Latvijas stāsti Latvijas simtgadei.** Atk. 15.36 **Latvijas pērles.** Atk. 16.05 **Pēcpusdienu.** 18.00 **Dienas notikumu apskats.** 18.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 18.45 **Ziņas vieglajā valodā.** 19.06 **Monopola viesis.** 20.05 **Kā labāk dzīvot.** Atk. 20.45 **Labu nakti!** 21.05 **Krustpunktā.** Atk. 22.05 **Ielūdz radioteātris.** I. Makjuena grāmatas **Melnie suņi** fragmenti. 23.03 **Dienas notikumu apskats.** 23.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 24.00 **Nakts programma.**

TREŠDIENA, 11. OKTOBRIS

6.00 **Labrīt!** 9.00, 10.00, 11.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00 Ziņas, laika ziņas. 9.07 **Kā labāk dzīvot.** 10.07 **Zināmais nezināmajā.** 11.06 **Kultūras rondo.** 12.00 **Pusdienu.** 12.30 **Krustpunktā.** 12.30 **Istenības izteiksme 15 minūtēs.** 12.45 **Brīvais mikrofons**

Iedrošina doties pretim izaugsmei

„Palīdzu cilvēkiem īstenot viņu dzīvē pārmaiņas,” saka izaugsmes veicinātāja, kādreizējā kuldīdzniece INTA SANTA, kura tagad dzīvo Aizputē.

Izaugsmes veicinātājs ir pēdējos gados profesiju klasifikatorā iekļauta nodarbošanās. Intas izmantotās metodes esot koučings, eneagramma, meditācija un transformācijas spēle.

Kā līdz šādai profesijai nonācāt?

Darbojos nozarē, kas pasaulē attīstījies jau gana ilgi. Drīz būs desmit gadi, kopš tā ienākusi Latvijā. 2009. gadā sāku studēt Rīgas koučinga skolā. Tas vēl bija laiks, kad vārds *koučings* (*coaching*) tika rakstīts angļu valodā, jo daudzi nezināja, kā to pareizi izrunāt. Biju viena no šīs skolas pirmajiem absolventiem. Mūs mācīja pasniedzēji no Starptautiskās Ēriksona universitātes, no Maskavas, Kanādas. Tagad Latvijā izaugsmes veicinātājus sagatavo vairākas skolas. Katrs absolvents atrod kādu nišu jeb specializējas, jo ir individuālais, komandu, līderības, finanšu, biznesa un vēl citi koučinga veidi. Es vairāk strādāju ar dzīves koučingu.

Interese radās, kad nomainīju darbavietu, – uzņēmumā *Lauma Lingerie* sāku strādāt par personāla vadītāju. Jaunā vietā paiet laiks, kamēr saproti, kas jā dara. Kāda kolēģe iedeva kaudzīti ar žurnāliem par cilvēka izaugsmi, un man bija laiks tos izlasīt. Uzzināju, ka ir tāds koučings jeb metode, ko lieto biznesa un personisko mērķu sasniegšanai. Sāku lasīt žurnālu *Biznesa Psiholoģija*, aizgāju uz prezentācijām, kursiem, lai uzzinātu vairāk, un tad sāku studēt.

Kā notiek darbs ar klientu?

Izmantoju četras metodes. Viena no tām ir koučings – divu gudru cilvēku saruna. Viens iemācījies uzdot jautājumus, otrs ļoti labi pārzina savu dzīvi un meklē atbildes uz jautājumiem. Šī metode palīdz katram pašam saprast, ko viņš vēlas un kas jā dara, lai iecerēto sasniegtu, kā jā rīkojas, kad viņš sāks to darīt. Pēc sarunas cilvēkam parasti jau ir saraksts ar to, ko izdarīt tuvākajā laikā. Kā smejos, apmeklēt kouču ir bīstami, jo pilnīgi skaidrs, ka kaut kas būs noteikti jā izdara. Turklāt cilvēks vēl maksā par to, lai pēc tam pats darītu.

Eneagramma ir otra metode, kas, manuprāt, ir vienīgais, ko cilvēkam vajadzētu zināt, lai dzīvotu pilnvērtīgi. Tā ir mācība par deviņām motivācijām, kaislībām, grēkiem, kas vada mūsu dzīvi.

Individuālajā sesijā cilvēks var uzzināt, pie kāda psiholoģiskā tipa pieder, kas viņa izaugsmei rada šķēršļus. Ar eneagrammu var ļoti labi sevi iepazīt un saprast, kādēļ konkrētās situācijās katrs rīkojas tieši tā. Sevi pētīt no eneagrammas skatpunkta – tas ir tāds kā studiju darbs.



„Man nav nolūka cilvēkus padarīt atkarīgus no maniem padomiem. Es gribu dzīvot tādā sabiedrībā, kurā cilvēki paši spēj pieņemt lēmumus,” saka izaugsmes veicinātāja Inta Santa.

Šajā tipoloģijā viss balstās uz to, ka katrs pasaulē nācis ar savu misiju. Katram ir kāda spēja, spēcīga prasme. Saskaņā ar klasiskās psiholoģijas pamatiem bērnībā mēs pazaudējamies, apaugam ar paņēmiem, kā pielāgoties. Satiekoties ar vidi, paslēpjami, uzauzējam biežāku ādiņu, kas vēlāk kļūst kā bruņas, pazaudējam patieso būtību un savu misiju vairs neapzināties. Sākam uzvesties, vadoties pēc tā, ko diktē mūsu izpratne par to, kā vajadzētu rīkoties. Mūs sāk vadīt kaislība, ko kristīgajā pieejā dēvē par grēku. Eneagrammas teorija runā par to, kā no grēka stāvokļa nonākt atpakaļ sākuma stadijā.

Piemēram, cilvēks nācis pasaulē, lai to pilnveidotu. Man dota spēja saskatīt pasaules pilnību, to papildināt. Ir talants saskatīt detaļas, to nozīmi. Saskaņoties ar pasauli un saprotot, ka reizēm tas nav droši, pieklājīgi vai citiem pieņemami, kādā mirklī vēlmi pēc pilnības sāku sevi apspiest. Loģiski: kad kaut kas tiek apspiests, rodas negatīvas emocijas un izpausmes. Es sāku pasauli kritizēt. Jo vairāk kritizēju, jo vairāk redzu, cik tā nepilnīga, un dusmojos. Tā vietā, lai pasauli pilnveidotu, ar savām dusmām un kritiku to grauju.

Pēc eneagrammas apgaves cilvēki saka: viņiem ir vieglāk pieņemt pašiem sevi, saprast, kā pēc viņi tā rīkojas. Ir vieglāk saprast arī citus, jo skaidrs, ka viņi neko nedara tikai tāpēc, lai man ieriebtu, un ka viņiem ir savas ēnas puses tāpat kā man. Katrs var sevi mirklī pieķert, kad sāk kritizēt, un sevi mainīt. Tad dzīve kļūst vienkāršāka.

Vadu arī meditācijas, kas ir vissievīšķīgākais pārmaiņu veids. Tas ir ilgāks ceļš līdz nodomu realizācijai, taču palīdz paplašināt apziņu, ieraudzīt neredzamo.

Transformācijas spēle ir Skotijas un Findhornas ekokopienā radīta galda spēle, ar kuru var atklāt katra spēcīgās puses, izprast šķēršļus ceļā uz mērķi un iedrošināt pie-

ņemt lēmumus, lai dzīvē ieviestu pārmaiņas. Cilvēkam rodas skaidrība, kas traucē nodomus īstenot un kā šos aspektus pārveidot tā, lai tie palīdz sasniegt iecerēto.

Spēli var spēlēt gan viens, gan ar partneri vai draugiem. Smejoties saku, ka tas ir riču-raču ar Taro kārtīm: tur ir metamais kauliņš, lauciņi un kārtis. Katrā lauciņā jā izdara noteiktas darbības. Cilvēks ar šo spēli meklē atbildes sevi. Vienam spēlētājam tā ilgst vismaz trīs stundas, četriem – 12 stundas. Es spēli vadu. Man patīk, kad to spēlē pāri, jo pēc tam ir ļoti labas izjūtas. Saprotu, ka esmu izdarījusi ko labu.

Cilvēki nonāk pie ļoti interesantām atklāsmēm un secinājumiem. Var pieredzēt dziļi aizkustinošus notikumus.

Cik ilgstoši un bieži cilvēki konsultējas ar izaugsmes veicinātāju?

Nav tādu stingru noteikumu, cik daudz un cik bieži mūsu konsultācijas vajadzīgas. Vieniem pietiek ar vienu sesiju, kurā iegūt motivāciju, un sākas darbība, lai iecerēto sasniegtu – cilvēkam, iespējams, kādā mirklī pazudis fokuss, bet nu atkal skaidrs, kurp virzīties. Reizēm vajag divas vai trīs sesijas. Tad pati pasaku, ka vairāk tikties nevajag, jo vienkārši jā dara tas, ko pārrunājām. Iespējams, biznesa koučingā ir stingrāki rāmji, par cik tikšanās reizēm uzņēmums gatavs maksāt, bet dzīves koučingā tas ir brīvāk, individuālāk.

Kādās situācijās cilvēki lūdz palīdzību?

Gana daudz klientu ir kādas izvēles priekšā pirms pārmaiņām. Bieži tā ir neapmierinātība ar situāciju darbā. Liela daļa sākuši biznesu, un radušies jautājumi. Jānoformulē fokuss, lai virzītos uz vēlamo. Ir daudz personisku jautājumu. Ne akurāt tā – kur dabūt otru pusi, bet gadās arī tādi. Piemēram, meitene grib atrast puisi, ar kuru draudzēties, vēlāk veidot ģimeni. Runājam par viņas nodomu, vērtībām, vēlmēm. Saruna beidzas ar ideju, ka turpmāk meitene biežāk smaidīs, ikdienā pievērsīs uzmanību

Ir četras situācijas, kad meklē kouču.

- Cilvēks ir gatavs uzņemties atbildību par savu dzīvi, zina, ko negrib, bet nezina, ko grib.
- Cilvēks zina, ko grib, bet nezina, kā to īstenot. Izvērtējot resursus, iespējas, top plāns, kas jāmaina, jā mēģinās.
- Cilvēks zina, ko grib, kā sasniegt, bet nezina, kā to izdarīt ātrāk. Koučings liek mobilizēties.
- Cilvēks zina, ko grib, kā ātri to sasniegt, bet vēl vēlas, lai tas arī sagādātu prieku.

„Es smejos: apmeklēt kouču ir bīstami, jo pilnīgi skaidrs, ka kaut kas noteikti būs jā dara. Un cilvēks vēl maksā par to, lai pēc tam pats darītu.”

sejas izteiksmei. Jo sarunas laikā nākusi atklāsme, ka tas ir viens no iemesliem, kādēļ nav izdevies puisi satikt. Noskaņojums saistīts ar ārējām izpausmēm – ja cilvēks sāks biežāk smaidīt, tas mainīs arī noskaņojumu, vibrācijas, radīsies izmaiņas ķermenī. Tādēļ jā izdara konkrēta darbība un jāskatās, ko tā maina.

Koučings nedod 100% garantiju, ka sasniegsiet vēlamo, taču veidosies prasme pašam ar savu dzīvi rīkoties. Mēs katrs kaut ko neprotam: dusmoties, draudzēties utt. Citam šī prasme šūpulī ielikta, citam jā iemācās. Pie manis bijuši vadītāji, kuri jautā,

kā iemācīties negribēt. Viņi sasniedz to, ko izdomā, bet no mūžīgās darbošanās jūtas paguruši. Katrai pozitīvajai īpašībai mūsos ir arī negatīvā puse. Izaugsmes veicinātājs palīdzēs iemācīties lietot spējas vislabākajā veidā un attīstīt to, kas vajadzīgs.

Cik pieprasīta ir šī profesija?

Biznesa vidē pieprasījums ir pastāvīgs. Lielos uzņēmumos, kuriem ir konkrēti uzdevumi, tas ir attīstības instruments, kā darbiniekiem izkopt prasmes pildīt savu pienākumu. Arī valsts iestādes nodrošina

„Daži vadītāji ir jautājuši, kā iemācīties negribēt. Viņi sasniedz to, ko izdomā, bet no mūžīgās darbošanās jūtas paguruši.”

koučingu vadītājiem individuāli un viņu komandām. Dzīves koučings nav tik pieprasīts, jo tā ir katra izvēle, to nediktē vadītājs vai darba nepieciešamība.

**Jolanta Hercenberga
Lāsmas Reimanes foto**



INTERESANTI

- Džinsi (angļu val. *jeans*) ir bikses no rupja kokvilnas auduma (parasti no deni- ma). Visbiežāk ar to saprot zila džinsa auduma bikses ar metāla kniedēm.
- Vārds *džinsi* cēlies no Itālijas pilsētas Dženovas amerikā- nizētā nosaukuma (franču: *Gênes*), bet vārds *denims* – no zila Francijas pilsētas Nīmas kokvilnas auduma (franču: *Serge de Nîmes*). Tātad *denima džinsi* nozīmē *Nīmas auduma dženoviešu bikses*.
- Džinsus, kuriem bija ar vara kniedēm stiprinātas kaba- tas, izgudrojis Rīgā dzimu- šais Džeikobs V. Deiviss. 1873. gadā viņš kopā ar biz- nesa partneri Līvaju Strosu (*Levi Straus*) tos patentējis.
- Līdz 20. gs. 50. gadiem džin- sus valkāja lielākoties kov- boji, jo tie neplīsa tik ātri kā cita auduma un neknie- dētās bikses. 50. gados tie kļuva populāri pusaudžu vidū, drīz tos sāka valkāt visas paaud- zes. Vispopulārākie zīmoli ir *Levi's*, *Lee* un *Wrangler*.

/No Vikipēdijas/

DŽINSS būs modē jebkurā veidā

Modernas bikses ir svarīgs stila un tēla elements, un tās ideāli iekļaujas gan sieviešu, gan vīriešu garderobē. Dzīvesstila blogere Brigita Dambē dalās novērojumos, kādas džinsa bikses izvēlas sievietes Latvijā.

B.Dambe stāsta: „Džinsi kļuviši par neatņemamu mūsdienu modes un arī ikdienas tērpa daļu. Valkāšanas tendences gadu laikā ir pārstei- gušas: mainījušās, nākušas atpakaļ un nepārpro- tami iepriecinājušas. Pēdējos gados par prieku modes mīļotājiem vien dažus aktuālos modeļus nomainījuši vesela virkne citu fasonu – tos uz- skaitīt nav iespējams! Valkātājiem tas nozīmē plašāku izvēli un iespējas veidot savu stilu.”

Blogere uzsver, ka nu jau ierastajiem džinsu modeļiem *Skinny*, *Boyfriend* un *Mom* nākuši klāt vairāki jaunumi, kuriem vērts pievērst uzmanību. „Latvijā sievietes jau iecienījušas vairā- kus veidus, kas beidzas virs potītes, kas rotāti ar izšuvumiem, pērlēm un moderniem caurumiem,

kā arī *vintage* stila džinsus, kurus var atrast ne tikai lietoto preču veikalos, bet arī lielo veikalu piedāvājumā. Retāk redzami džinsi divos toņos: viens priekšā, otrs aizmugurē. Vai, piemēram, viens tonis līdz ceļim un cits zem ceļa. Runājot par krāsu, jāsaka: atgriežamies pie pamata – pie klasiskajiem zilajiem, nebalinātajiem.”

B.Dambe skaidro, ka vairākas jaunas džinsu tendences Latvijā joprojām redzētas vien uz mē- les modes skatēs, attiecīgo aprindu pasākumos vai labi ja modes žurnālu lapās. „Viena tendence ir dramatiski paplašināti un apdriskāti gali, kas beidzas nedaudz virs potītes un nereti priekšā ir īsāki nekā aizmugurē. Otrs veids: ir *Oversized* tipa (izmērs par lielu – aut.) džinsi, kurus pagai-



Dzīvesstila blogere Brigita Dambē uzsver, ka džinsi ir visiecienītākais apģērbs gan sieviešu, gan vīriešu garderobē.

dām, šķiet, atzīst vien jaunatne un modes entuziasti. Šī sezona un nākamās džinsu mīļotājiem ir labvē- līgas – tās piedāvā daudz variantu, no kā izvēlēties, un atstāj mazas iespējas būt ārpus modes apvāršņa, jo skaidrs ir viens – džinss būs aktuāls jebkāda izpil- dījumā.”

BIKSES – ZILAS UN ĒRTAS

Ielās visbiežāk džinsa biksēs sastopami skolēni, tāpēc jautājām, kur un kādas viņi izvēlas.



Iecienītākais apģērbs

Viktoriya Makējeva, skolniece:
– Cenšos piemērotu apģērbu atrast tepat, bet, ja va- jag, dodos uz Rīgu. Mans iecienī- tākais apģērbs noteik- ti ir džinsa bik- ses. Es visbie- žāk pārku tumši zilas vai melnas, jo tās nevar tik ātri nosmērēt. Platas man nepatīk – vien- mēr izvēlos tādas, kas pieguļ. Galve- nais, lai ir ērtas un labi izskatās. Manā drēbju plauktā ir arī plēstas un krāsainas bikses, bet tās velku retāk. Par džinjiem parasti maksāju no 20 līdz 30 eiro.



Iepērkas Vācijā

Elīna Putniņa, skolniece:
– Es apģērbu pār- ku Vācijā, šogad esmu tur bijusi iepirkties divas reizes. Man tur dzīvo māsa, tāpēc iznāk diez- gan bieži doties uz Vāciju. Esmu novēro- jusi, ka tur daudz lielāka izvēle, apģērbs ir arī labāks un lētāks. Man patīk šauri un plēsti džinsi, tādu man ir visvairāk, bet platas bikses nepatīk. Izvēlos tikai zilas. Man ir dažas zīmo- lu bikses, kuru cena ir ap 50 eiro. Tās atšķiras ar kvalitāti, tāpēc var nēsāt ilgāk.



Vienmēr uzlaiko

Dana Blūma, skolniece:
– Apģērbu visbiežāk pārku Rīgā. Neva- ru nosaukt konkrētus veikalus, jo parasti ir tā: ja ieraugu kaut ko labu, tad pārku. Bikses man ir da- žādas: gan šauras, gan platas. Vien- mēr veikalā uzlaikoju un apskatos, vai labi izskatās. Pārsvārā man ir zilas bikses, bet patīk arī baltas. Cenu ziņā izvēlos tādas, kas maksā ap 20 eiro.



Šodien pelēkas

Vilis Rīns, students:
– Visbiežāk iepēr- kos Rīgā veikalos *H&M*. Man iecienītākais ir ielu apģērbs. Izvēloties džinsus, pats galve- nais – lai būtu ērti, nepie- vērsu uzmanību ne krāsai, ne īpašam piegriezu- mam. Mode mainās katru dienu, esmu novērojis, ka tagad aktuālas ir ieplēstās džinsa bikses, bet sev tādas vēl neesmu atradis. Drēbju skapī visvairāk atrodas zilas un pelēkas. Arī šodien kājās ir pelēkas.

PASĀKUMI



KULDĪGAS NOVADĀ

KULDĪGĀ

7.X 12.00–16.00 **Hercoga Jēkaba gadatirgus** Pilsētas dārzā, Kalna, Pils, Skolas un Liepājas ielā, Rātslaukumā. Uztāsies kapelas: 12.10 *Lēnām pār tiltu*, 13.10 *Hāgenskalna muzikanti*, 14.10 un 15.30 *Saimniekdēli*. 15.00 sakoptāko īpašumu saimnieku godināšana; 18.30–23.00 rudens ražas balle *Jēkaba sētā* kopā ar grupu *Labamba*.

Kultūras centrā 8.X 16.00 Viktora Lapčenoka 70. dzimšanas dienas koncerts.

10.X 13.00 koncertuzvedums *Mollījas un Dollījas sapnis par skatuvi*. Piedalās dziedātāji Annija Putniņa, Annija Zahovska, Edvards Grieze, Raimonds Petrauskis (taustiņinstrumenti), Mārtiņš Milevskis (sitamīnstrumenti), Pēteris Liepiņš (basģitāra) un deju grupa *Jazz'n'Coffee*. **Muzejā** 6.X 17.00 pasākumu cikls *Kā tur īsti bija?* – saruna par sporta vēsturi Kuldīgā.

Mākslas namā līdz 22.X Oļega Tillberga izstāde *Pali*.

Līdz 6.XI pirmdienās 18.00 fotokursi iesācējiem (vada Andrejs Sergejevs).

Bibliotēkā 12.X 15.00 grāmatas *Kuldīga: laiki, cilvēki, ainava* atvēršana.

ĒDOLĒ

Kultūras namā 7.X 20.00 pašdarbnieku vakars.

GUDENIEKOS

7.XI tiek organizēts brauciens uz etniski stilizētu koncertu *Dod, dieviņi* Ventspilī. Pieteikties līdz 20.X pa tālr. 29266724.

Kultūras namā 6.X 14.00 senioru pēcpusdiena, pieteikties un autobusu pieteikt var vēl šodien pa tālr. 29266724.

KABILĒ

Bibliotēkā Ditas Lasmanes-Slišānes gatavotās apsveikuma kartītes. 11.X 10.00–13.00 un 15.00–18.00 kartīšu un aplokšņu gatavošana kopā ar meistari, līdzī ņemt šķēres, būs loterija.

AUTOSPORTS

Rallijs ies vaļā!

No 6. līdz 8. oktobrim Kurzemē notiks FIA Eiropas rallija čempionāta beidzamais posms **Rally Liepāja**, un 7. oktobrī trīs ātrumposmi būs arī Kuldīgas novadā (skatīt kartē).

Pieteikušies visu ieskaite klašu kopvērtējuma līderi, kopā 38 dalībnieki, viņu vidū arī piecas latviešu pilotu ekipāžas (tās vada liepājnieks Mārtiņš Sesks, Jānis Berķis, Jānis Vorobjovs, Ralfs Sirmacis un Reinis Nitišs).

Pilnpiedziņas ieskaite grupā ERC1 saņemti 12 pieteikumi – **Rally Liepāja** startēs divkārtējais Eiropas čempions Kajetans Kajetanovičs (*Lotos Rally Team*), viņa šīs sezonas galvenais konkurents portugālis Bruno Magalešs, kā arī atraktīvais krievu autosportists Aleksejs Lukjaņuks (*Russian Performance Motorsport*). Starp jaudīgākās klases dalībniekiem atrodamas arī divas latviešu ekipāžas – pērnā gada Liepājas posma uzvarētājs R.Sirmacis (*Sports Racing Technologies*) un J.Berķis (*Neiksans*

KURMĀLĒ

Izstāžu zālē līdz 19.X Kristīnes Grīnbergas gleznu izstāde *Maigums... Ārpus saprāta robežas*.

10.X 13.00 *Pagrabiņa noslēpums* – interesenti aicināti degustēt un dalīties kulinārijas mākslā, gatavojoties ziemai. Līdzī ņemt burciņu un tās pildījuma gatavošanas recepti.

Priedaines bibliotēkā Oļģerta Visvalža Grūbes fotoizstāde. 11.X 10.00 Henrikas Zahares lekcija *Kas es esmu, kas ir manas dzīves jēga*.

LAIDOS

Pamatskolā 19.X 18.00 koncertā *Atkal rudens* uzstāsies mūzikas skolu audzēkņi no Aizputes un Kuldīgas.

Bīfītē līdz 13.X laidenieces Emīlijas Bergmanes dzeja attēlos.

Sermītes bibliotēkā kuldīdznieka Kārļa Dazarta gleznas.

PADURĒ

Bibliotēkā Kārļa Dazarta gleznas.

PELČOS

Bibliotēkā (pils jumta remonta laikā atrodas pagastmājā) izstāde *Eiropas vērtības Latvijas mākslā*.

RENDĀ

Bibliotēkā mākslinieces, Kabiles skolotājas Ivetas Fogeles grafika.

RUMBĀ

Pārvaldes zālē Edmunda Puķes gleznas.

Ventas ciema Bukaišos otrdienās 18.30 vingrošanu (pilates) vada Jeļena Miezīte, tālr. 20251385.

4.X 14.15 kulinārijas pasākums *Gardēži*.

6.X 15.00 pirmā nodarbība amatierētārim, tiek uzņemti arī jauni dalībnieki.

SNĒPELĒ

Bibliotēkā snēpelnieces Aijas Irbes rotas un aksesuāri; kuldīdznieces Skaidrītes Davidsones apsveikuma kartītes un no papīra pītas lietas (kaķu mājīņas).

Kultūras namā 7.X 19.00 dziesmu konkurss *Dziedam savam pagastam*.

TURLAVĀ

Bibliotēkā pamatskolas radošie darbi, Annas Dinteres un Ināras Zelfītes rokdarbi izstādē *Pašas izdomāti*.



SKRUNDAS NOVADĀ

SKRUNDĀ

Kultūras namā 4.X 17.30 vingrošana ikvienam vecumam.

Līdz 6.X kuldīdznieka Kārļa Dazarta mākslas darbi.

9.X 16.00 animācijas filma *Urfins Džīss un viņa koka zaldāti*, 18.00 režisora Vara Braslas filma *Vectēvs, kas bīstamāks par datoru*.

Bibliotēkā līdz 26.X žurnālistes, grāmatas *Latvijas dievnami* autorei Vivantas Volkovas fotoizstāde *Zvanu stāsti*.

ANTUĻOS

Bibliotēkā 9.–19.X Pārdaugavas mākslas skolas bērnu papīra darbi.

NĪKRĀCĒ

Atpūtas centrā 5.X 18.30 sievietes ansamblis *Diantus* sāk sezonu un aicina jaunas dalībnieces.

7.X 12.00 radoša darbnīca *Citādākas lelles*, līdz 5.X pieteikties kultūras organizatorei Ingai Ezerietei.

21.X 17.00 rudens pēcpusdiena senioriem, līdzī ņemt cienastu, pieteikties līdz 17.X.

RANĶOS

Pasākumu zālē 6.X 19.00 senioru vakars.

RUDBĀRŽOS

Bibliotēkā Ritas Reihleres sveču kolekcija.



ALSUNGAS NOVADĀ

Muzejā 4.X 16.00 ikviens, kuram patīk dziedāt, aicināts uz sadziedāšanos kopā ar Daci Nasteviču.

KINO

KULDĪGAS KULTŪRAS CENTRA KINOZĀLĒ 14.–11. oktobris!

4.X 20.30 **Ciemos pie Elisas** (romantiska komēdija, ASV, 12+, stunda 37 min). Vientuļās mātes Elisas dzīve iegūst negaidītu pavērsienu, kad viņa izmitina pie sevis trīs jaunus vīriešus.

4.X 18.00, 5.X 20.00 **Tas** (šausmu filma, ASV, 16+, divas stundas 15 min). Septiņi draugi, kurus citi bērni atstājuši, bezbailīgi stājas pretī mazpilsētas briesmonim – klaunam Penīvaizam.

5.X 18.00 starptautiskā **festivāla Manhattan Short programma** (12+, divas stundas) – desmit īsfilmas, pirmoreiz kinodarbs no Latvijas – režisora Pāvela Gumennikova *Sarauj, Just* par jaunu vīrieti ratiņkrēslā, kurš nolēma noķert zagļus, kas aplaupījuši viņa mīļoto meiteni, un tikšanās ar radošo komandu.

6.X 18.00, 9.X 20.00, 10.X 18.00, 11.X 20.00 **Pieviltie** (drāma, ASV, 16+, stunda 34 min). Meiteņu pansijas ikdienu satricina Pilsoņu karā ievainota kareivja ierašanās. Par šo filmu Sofija Kopola šīgada Kannu kinofestivālā saņēmusi balvu kā labākā režisore.

6.X 20.00, 9.X 18.00, 10.X 20.00, 11.X 18.00 **Loganam veicas** (komēdija, ASV, 12+, stunda 59 min). Logani nav paši veiklākie zagļi, toties par viņu līdzdalībnieku kļūst ielaušanās eksperts Džo Bengs, kurš jādabū laukā no cietuma.

RADIO

Jauns raidījums **Novads uz delnas**

Kurzemes Radio ēterā no 2. oktobra līdz 24. novembrim darbīdēs 14.10 skan jauns raidījumu cikls **Novads uz delnas – par Kurzemes un Zemgales jaunumiem.**

Katrs raidījums veltīts vienai tēmai, kas cieši saistīta ar pašvaldību darbu. Pirmdienās tiks runāts par pašvaldības iecerēm un aktualitātēm, otrdienās – par uzņēmējdarbību, trešdienās – par izglītību, ceturtdienās – par spor-

tu un kultūru, piektdienās būs saruna ar novada lepniumu.

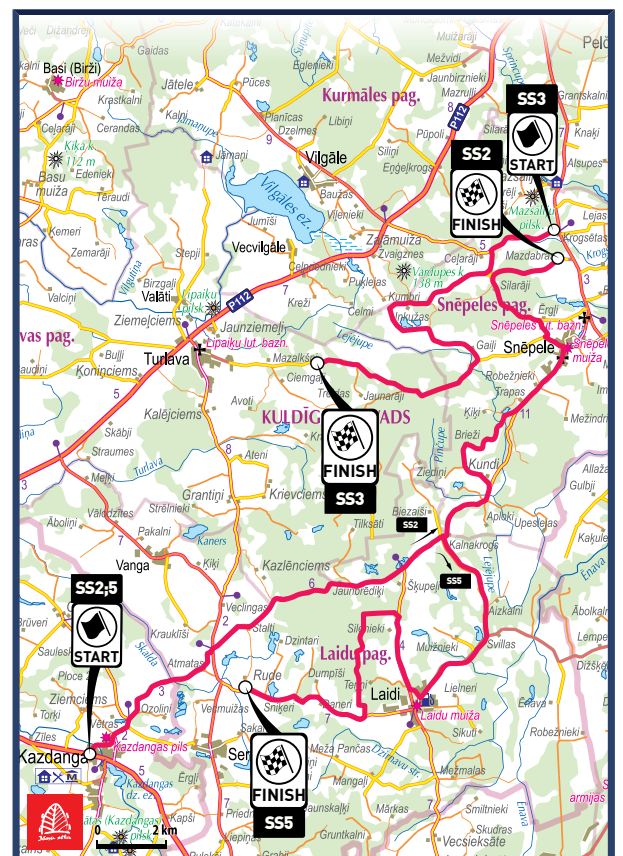
Kurzemes un Zemgales iedzīvotāji var iesūtīt jautājumus **Kurzemes Radio**, pašvaldību vadītāji vai pārstāvji uz tiem atbildēs.

Ciklu vada **Kurzemes Radio** žurnālistes Dace Blūma un Signe Krebse. To var klausīties arī mājaslapā www.kurzemesradio.lv. No Latvijas valsts budžeta raidījumus finansiāli atbalsta Valsts reģionālās attīstības aģentūra.

BAZNĪCĀS

Dvēselei lieliem un maziem

Kuldīgas katoļu draudzē (Sv. Pāvila rekolēkciju mājā) svētdienās 12.30 atsākas svētdienas skolas nodarbības: jaunākajai grupai (4–7 g.), pirmās svētās komūnijas grupai (no 8 g.). Bet pieaugušie uz lūgšanu skolu (sekojot *Apustuļu darbiem*) aicināti otrdienās 19.00. Pieteikties dominikāņu māsām (tālr. 29857920) vai prāvestam Vjačeslavam Bogdanovam (tālr. 29414748).



SS2 - LDZ CARGO 1
SS3 - RAMIRENT
SS5 - LDZ CARGO 2

Rally Sport). Šajā klasē startēs arī Latvijas čempions Kalle Rovāpera, kurš sev ierasto auto *Škoda Fabia R5* nomainījis pret komandas *M-Sport* automašīnu *Ford Fiesta R5*. Jaudīgākajā klasē brauks arī otra komandas *Sports Racing Technologies* ekipāža ar Nikolaju Grjazinu pie stūres.

ERC2 grupā (N4 grupas automašīnas) saņemti septiņi pieteikumi: sezonas līderiem Zelindo Melegari (Itālija), Tiboram Erdi (Ungārija) un Sergejam Remeņņikam (Krievija) izaicinājumu metīs divas latviešu ekipāžas: vairākkārtējais Latvijas čempions J.Vorobjovs (*Vorobjovs Racing*), kurš 2014. gadā ieguva uzvarētāja kausu šajā ieskaite grupā, un FIA pasaules rallijkrosa čempionāta dalībnieks R.Nitišs (*Neiksans*

Rally Sport), stūrmanis būs Māris Neikšāns.

Visplašāk būs pārstāvēta priekšpiedzīņas ieskaite grupa ERC3 – uz starta stāsies 19 ekipāžas, kas pārstāvēs 15 valstis.

Latvijas rallija čempionāta posmam pieteikušās 27 ekipāžas, 13 startēs arī Eiropas čempionāta ieskaitē, bet 14 tikai Latvijas ieskaitē, tā sacīšu **Rally Liepāja** kopējo dalībnieku skaitu palielinot līdz 52.

Starp LRC dalībniekiem vēl divas ekipāžas startēs ar R5 grupas auto – Sergejs Ugers (*Cone Forest Motorsport*) un Sergejs Popovs (*ASRT Rally Team*), bet priekšpiedzīņas klasē – pasaules čempiona Petera Solberga dēls Oliveris Solbergs (*Sports Racing Technologies*).

PĀRDOD

AUDI A4 AVANT, 1999. Tālr. 29193814.

VOLVO S-40, 2,0, D, 2007. Tālr. 29275360.

No Vācijas **PEL MERIVA**, 1,3, D, 2008, sudraba, jauna TA. Tālr. 26318731.

MOTORZĀGI Stihl MS 291 ļoti labā tehniskā kārtībā. Cena 300 eiro. Tālr. 26771451.

Pārdod **METĀLA JUMTUS** un noteksistēmas no ražotāja. Cena no 4,50 EUR/m². Tālr. 22019737.

Pārdod **PVC LOGUS** un **DURVIS**, visu veidu žalūzijas, bīdāmās durvis, moduļu virtuves. Iespējams līzings. Mucenieku iela 25, tālr. 28448638, Gravas iela 1 (Elvi), tālr. 28378818.

PVC LOGUS, DURVIS, PALODZES. Mērīšana, montāža, piegāde. E-pasts: imk@inbox.lv, tālr. 26441415.

Labus saimniecības **SVARUS** ar celtspēju 350–400 kg ar atsvaru bumbu komplektu. Jaunu **MTZ 52** priekšējo kardānu ar krustiņiem. Lēti. Tālr. 28255250.

ŪDENS TRIECI. Tālr. 29407789.

Pārtikas **KARTUPEĻUS**. Tālr. 26262343.

Bioloģiski audzētus **KARTUPEĻUS**. Tālr. 29682802.

Horizontālo **LENTZĀGI**. Tālr. 28782043.

Sausu, skaldītu **MALKU** ar piegādi. Tālr. 27885688.

Skaldītu lapkoku **MALKU**. Ātra piegāde. Tālr. 26627800.

Sausu, skaldītu bērza **MALKU** maisos. Tālr. 26544462.

SIA **AJG plus** – sazāģētu lapkoku nomaļu **MALKU**. Tālr. 29399939.

Ozola atgriezumu **MALKU** ar piegādi. Tālr. 63322142.

Ar piegādi pārdod sausu, skaldītu **MALKU**, zāģētavas atgriezumus, 3 m garu lapkoku meža malku. Tālr. 29249578.

Skaldītu **MALKU**, piegādā. Tālr. 29428876.

Bērza kurbuļa **MALKU** ar piegādi. Tālr. 29782600.

Sausu **MALKU**. Tālr. 29254530.

GRANTI, SMILTI. Tālr. 27101850.

TRŪDMĒSLUS 50 l maisos ar piegādi, cena 3 eiro/gab. Tālr. 26776151, 28115501.

KŪTSMĒSLUS, trūdzeni, kūdru, mulču maisos un kravās. Tālr. 28323920.

PĒRK

SIA **Lāses AM** kautuve par labām cenām iepērk **GOVIS, BUĻĻUS, TELES**. Bioloģiski sertificētiem lopiem augstas cenas.

Piemaksa par nodoto lopu daudzumu, par gaļas šķirņu lopiem. Tālr. 29353243, e-pasts: lases@inbox.lv.

SIA **AIBI** iepērk **LIELLOPUS, JAUNLOPUS, AITAS, ZIRGUS**. Labas cenas. Samaksa tūlītēja. Svāri. Tālr. 26142514, 20238990.

SIA **Kurzemes Gaļsaime** – **BUĻĻUS, GOVIS, TELES**. Transports bez maksas. Tālr. 63454845, 26569362, 26436271.

MOTOBLOKU MTZ 05, MB 1, MF 70, Krot u.c., to agregātus. Var būt remontējams. Tālr. 22434304.

MEŽUS, CIRSMAS, MALKU – ātra un laba samaksa. Palīdz noformēt dokumentus. Tālr. 26544462.

Latvijas mežsaimnieks – **MEŽUS** ar **ZEMI**. Tālr. 26106212.

ĪPAŠUMUS ar mežu un cirsmas. Tālr. 25770062.

SIA **PRIEDES AG** pērk **MEŽA ĪPAŠUMUS** un **CIRSMAS**. Tūlītēja, visaugstākā samaksa. Tālr. 26993794.

NEPĀRDOD, bet izstrādā! Profesionāla mežizstrādes konsultācija, www.proto.lv, tālr. 29434182.

Bērza, melnalkšņa, ozola, oša **ZĀĢBAĻĶUS**. Tālr. 29428876.

Iepērk **MALKU** (3 m). Tālr. 26125312.

SIA **ML Dvīņi** pērk **ŠĶELDOJAMO MATERIĀLU**: zarus, krūmus, nomaļus. Tālr. 29576511.

Veco **PAPĪRA NAUDU**, apbalvojumus, fotogrāfijas, figūras. Tālr. 26499892.

Jebkāda daudzuma, izmēra **DZINTARUS**, tai skaitā rotaslietas. Tālr. 28250892, Gatis.

Melnā **PLŪŠKOKA OGAS**. Tālr. 29821205.

Rudens **SĒNES, OGAS, ĶIPLOKUS**. Tālr. 20334876, 24795129.

Kuldīgā, Mederu ielā 8, **ĀBOLUS**. Augstākā cena, braucam pakal. Tālr. 22481824.

Alsungā, Liepu ielā 4, **ĀBOLUS**. Tālr. 26528953.

Iepērkam **ĀBOLUS**. Braucam pakal. Tālr. 28797494.

Sulas **ĀBOLUS** par labu cenu. Ir transports. Tālr. 27331679.

DAŽĀDI

PĒTERA AUTOSKOLA rīko **95. KODA** kursus. Sākums 9. un 16. oktobrī. Adrese: Kuldīga, Mucenieku iela 6. Tālr. 29210837.

Lētas **ZIEMAS RIEPAS** līdz 22.00, juraauto.lv, tālr. 29242556.

KARATĒ bērniem un pieaugušajiem. Tālr. 26017476.

Ēku siltināšana ar **EKOVATI**. Aizpildām ēku gaisa spraugas. Tālr. 27829190.

Remontē **SADZĪVES TEHNIKU** Skrundā. Tālr. 29209809.

SIA **Bērzi plus** notīra krūmu **APAUGUMU** no laukiem un grāvjiem. Pērk zarus šķeldošanai un cirsmas izstrādei. Tālr. 29150380, 26458900.

SPIEŽ SULU. Tālr. 29653166.

SPIEŽAM un **PASTERIZĒJAM** sulu no jūsu āboliem, bumbieriem. Tālr. 29497262.

Tīrām **DZIĻURBUMUS**. Tālr. 29296723.

Tīra un remontē **AKAS**. Tālr. 27448331.

KAPU PIEMINEKĻI, apmales, sētiņas Baložu ielā 6 (blakus pastam). Tālr. 28666270.

Kuldīgā, Mederu ielā 8, pērk **GAILENES, liepenes un alksnenes**. Tālr. 22481824.

Pērkam **OZOLA ZĀĢBAĻĶUS**. Cena līdz 450 EUR/m³. Tālr. 26433288.

SIA STILLS

Talsu nov. Laidzē pērk zāģbaļķus:

- **OZOLA ZĀĢBAĻĶUS** no 24 cm/d
A klase no 90 līdz 330 eiro/m³
1. šķira no 40 līdz 140 eiro/m³
2. šķira no 40 līdz 90 eiro/m³
- **OŠA ZĀĢBAĻĶUS** no 24 cm/d
A klase no 80 līdz 130 eiro/m³
1. šķira no 50 līdz 85 eiro/m³
- **PRIEDES ZĀĢBAĻĶUS** no 24 cm/d
A klase 83 eiro/m³
1. šķira 79 eiro/m³
Samaksa tūlītēja.
Tālr. 29463811, 29334955.

Viss par reklāmu **Kurzemniekā!** Tālrunis 63324881.

VAJADŽĪGI

Kokapstrādes uzņēmums SIA **Vēvers** (41203017104) piedāvā darbu lentzāģa **OPERATORAM** un **STRĀDNIEKIEM** kokapstrādē. Piedāvājam konkurētspējīgu atalgojumu. Tālr. 28635733.

A/s **Ventspils zivju konservu kombināts** (40003013492) aicina darbā **ZIVJU APSTRĀDĀTĀJAS** (zivju pakošana konservu kārbās). Var būt bez darba pieredzes. Apmācība notiek uz vietas. Darba devējs nodrošina transportu nokļūšanai darbā un mājās līdz Kuldīgai un Talsiem. Pieteikties pa tālr. 25448265 vai e-pastā: info@vzkk.lv.

VĒLAS NOMĀT

Labu **ARAMZEMI** āboliņa audzēšanai. Augsta samaksa. Tālr. 29179992.

MAINA

AUTOMAŠĪNAS SsangYong Actyon Sports, 2,0, D, 2009; Audi A4, 1,8T, 2002; Peugeot Partner, 2,0, HDi, 2004, pret **GRAUDIEM**. Tālr. 25616457.

LĪDZJŪTĪBAS

*Tu, mīļo māt, nu projām aizej klusi,
Tai ceļā pēdējā, no kura nepārmāk.*

/M.Bārbale./
Izsakām līdztūlību Zigurdam Lindemanim un viņa ģimenei, no māmiņas un vecmāmiņas atvadoties.
Sekcijas kaimiņi

*Daudz darbiņi padarīti,
Daudz solīši iztecēti;
Lai nu mīļi Zemes māte
Pārklāj savu seģenti.*

/T.dz./
Izsakām līdztūlību Līgai Kovaļevai, tēvu smiltainē pavadot.
VPDK Bandava

9. oktobrī 10.00–13.00
Kuldīgā, Mārtiņzālē,
DONORU DIENA.
Līdzī jāņem pase,
donora apliecība,
bankas konta nr.

Biedrība **Integrācijas centrs „Atvērtās durvis”** rīko sociālās un garīgās attīstības projektu **GAISMA PASAULEI**, piedāvājot palīdzību ar pārtiku grūtībās nonākušajām ģimenēm ar bērniem un pensionāriem.
Pieteikties: zvanot vai sūtīt īsziņu 29682802 vai aizpildot anketu www.atvertasdurvis.lv.

Saistībā ar 2017. gada 6.–8. oktobrī notiekošo FIA Eiropas rallija čempionāta posmu **Rally Liepāja**, **7. oktobrī tiks veiktas izmaiņas autobusa maršruta #6327 Kuldīga-Laidi-Skrunda kursēšanas grafikā.**

Virzienā uz Kuldīgu mainīti atiešanas laiki:
no Laidiem autobuss aties 8.45 (iepriekš plānots 8.55),
no Snēpeles autobuss aties 9.10 (iepriekš plānots 9.20).

Virzienā uz Skrundu mainīti atiešanas laiki:
no Snēpeles autobuss aties 13.40 (iepriekš plānots 13.50),
no Laidiem autobuss aties 13.55 (iepriekš plānots 14.15).

SIA RA EVENTS

VIKA SIA «Vika Wood»
kokzāģētava **PĒRK**
egles un priedes zāģbaļķus.

Sīkāka informācija pa tālruni 26443376.
Papildu informācija www.vikawood.lv.

TOLMETS



Iepērkam **METĀLLŪŽŅUS, melnus un krāsainus**

Mederu ielā 8, Kuldīgā, tālr. 26567540.

Tērauds (gabarīts)	169 EUR/t
Tērauds (negabarīts)	139 EUR/t
Skārds	134 EUR/t
Čuguns	169 EUR/t
Varš	4300 EUR/t
Alumīnija velvējumi	910 EUR/t
Alumīnija lējumai	1050 EUR/t
Alumīnijs pārtikai	1180 EUR/t
Alumīnija bundžas	600 EUR/t
Misiņš	3100 EUR/t
Nerūsējošais tērauds	820 EUR/t
Akumulatori	750 EUR/t

Ņņemam automašīnas no uzskaites. Nodrošinām transporta un konteineru pakalpojumus, objektu demontāžu.

OKTOBRA ERUDĪTS

Kā sauca samitu, kas sekoja Melnajam septembrim un kurā tikās Jasirs Arafats un Gamāls Abdels Nāsers?



Atbildes līdz 5. oktobra 12.00 atsūtīt e-pastā: redakcija@kurzemnieks.lv.

Atbilde: Bordžu dzimta – renesanses laikā valdoša spēnu izcelsmes Itālijas augstmaņu dzimta, kuras augstākais sasniegums bija divreiz iegūts pāvesta krēsls.

Pareizi atbildējuši: Indra Ābelīte, Ingars Neimanis, Mārcis Kalējs.

INTERESANTI

Sirds risks un brokastu neēšana

Īslaicīga brokastu izlaišana var kaitēt sirdij, liecina jauns pētījums Spānijā. Tika novēroti gan cilvēki, kuri brokastis neēda, gan ļaudis, kuri ēda mazas brokastis, gan tādi, kuri brokastoja kārtīgi. Pētņieki novērtēja viņu artērijas, apkopoja ziņas par dzīvesveida paradumiem un sirds slimību riska faktoriem. Konstatēts, ka tiem, kuri brokastis neēd vai ēd ļoti maz, artērijās bija 1,5 reizes vairāk iekaisuma plankumu nekā tiem, kuri enerģiju uzņēma pilnvērtīgās brokastīs. Pirmo divu grupu cilvēkiem bija liekā svara vai aptaukošanās problēmas. Vidēja vecuma vīriešiem un sievietēm, kuri regulāri neēda brokastis vai dzēra tikai kafiju vai sulu, aterosklerozes risks bija dubultojies, salīdzinot ar tiem, kuri ieturēja veselīgas rīta ēdienreizes. Lielāks kaloriju patēriņš no rīta var cukura līmeni asinīs noturēt visu dienu, tas arī palīdz mazināt bada sajūtu un regulē ēstgribu, bet tas savukārt palīdz novērst pārēšanos. Turklāt brokastu izlaišana cieši saistīta ar citiem neveselīgiem ieradumiem, piemēram, smēķēšanu un pārmērīgu alkohola lietošanu, skaidro pētījuma autors Hosē Penalvo, Bostonas universitātes uztura zinātnes skolas docents.

JOKI

– Ir reizes, kad paklusējot patiesībā izskatīties gudrāks.

– Šis nav tas gadījums. Atbildiet uz eksāmena biļetes jautājumiem!

Nav svarīgi, cik ilgi turi plaukstu zem roku žāvētāja, tik un tā pēc tam noslaucīsi arī biksēs.

LAIKA ZIŅAS

ŠODIEN, 4. OKTOBRĪ

Dienas garums – 11 st. 17 min.
Saule lec 7.33, riet 18.50.

Naktī +10°...+11°

z
R A
D
5-6 m/s

Dienā +10°...+12°

z
R A
D
5-7 m/s

RĪT, 5. OKTOBRĪ

Dienas garums – 11 st. 12 min.
Saule lec 7.35, riet 18.47.

Naktī +8°...+9°

z
R A
D
4-5 m/s

Dienā +8°...+10°

z
R A
D
2-3 m/s

FLORBOLS

Veiksmīgās spēles

Latvijas meistarsacīkstēs florbolā mājas spēlē pa uzvarai guvusi gan 1. līgas komanda *Kuldīga/KNSS*, gan 2. līgas vienība *Vārme*.

1. līgā kuldīdznieki ar 6:3 pieveica komandu *Rīga Rockets*. Pirmajā periodā vārtus guva Linards Vimbsons, otrajā rezultatīvi bija Matīss Mačulāns un Klāvs Andersons (viņam labi

piespēlēja Kristis Bergmanis), trešajā periodā vārtus guva Pēteris Birznieks, K.Andersons un Niklāvs Ērcītis. Mājinieku rindās par labāko atzīts Artūrs Jansons.

Tajā pašā dienā 2. līgas rietumu grupā mājas spēli aizvadīja arī klubs *Vārme*, kas ar 7:3 uzveica komandu *NND*. Pirmajā trešdaļā, saņemot labu piespēli no Jāņa Larionova, vārtus guva Viktors

Leimanis. Otrajā periodā rezultatīvi bija Uģis Pickainis, Aivis Turluts, Emīls Šveicars un Artis Urbanovičs. Trešajā atkal pie vārtu guvuma tika U.Pickainis un A.Urbanovičs. Vārmes vārtus sargāja Kaspars Ozoliņš, viņš arī šajā reizē labākais mājinieku rindās.

Inta Jansone

GALDA TENISS

Godalgas pirmajā kārtā

Stīgas kausa izcīņā galda tenisa pirmajā kārtā meitenēm uzvara tika Viktorijai Poriņai, bet zēniem ar sudrabu var lepoties Markuss Sīlis.

Viktorija bija pirmā 2003.–2005. g. dzim. grupā, savukārt Markuss – otrais 2000.–2002. g. dzim. grupā, kurā desmitais bija Kārlis Gebauers, tālākās vietās

ierindojās Dāvis Avdjukevičs un Klāvs Anrijs Zariņš. Meitenēm 10. vietā Laine Lauva. Sacensības 30. septembrī notika Birzgalē.

Inta Jansone

VESELĪBAI

Rudens vīrusu laikā

Šogad rudens atnācis negaidīti agri, un šim gadalaikam līdzī nāk saaukstēšanās un vīrusi. Ko lietot uzturā, lai stiprinātu imunitāti? Iesaka farmaceite Rūta Vasilevska.

MAZGĀT ROKAS, VĒDINĀT Telpas

Ikdienā jāmazgā rokas, īpaši pēc braukšanas sabiedriskajā transportā, tas jāatceras arī cilvēkiem, kuriem jāstrādā ar naudu. Tāpat regulāri jāvēdina telpas: gan mājās, gan birojā. Nelielo pauzi vēdināšanai var apvienot ar izkustēšanos.

MEDUS UN BIŠU PRODUKTI

Tie ir vieni no labākajiem palīgiem cīņā ar vīrusiem, bet jāatceras, ka ļoti maziem bērniem nevajadzētu tos dot pārāk daudz. Medus satur ap 70 vērtīgu vielu. Svarīgi iegādāties Latvijā ievāktu, jo tas ir dabīgāks un tajā ir vairāk bioloģiski aktīvu vielu. Lai vērtīgās vielas nezustu, medu nedrīkst karsēt.

LABĀKĀS – UPENES

Mūsu klimatā labākais C vitamīna avots ir upenes. Tās var ēst kā bērni, tā pieaugušie. Ja vasa-

rā nav apēsts gana daudz svaigu ogu, tās var saldēt vai vārīt ievārījumā, ko lietot ziemā.

DZER ŪDENI!

Ja dzeram daudz kafijas vai zaļās tējas, jāpalielina arī izdzertā ūdens daudzums, jo šie produkti to izdzē. Auksts ūdens veicina organismā vielmaiņu. Ūdens jādzer visu gadu neatkarīgi no laikapstākļiem. Vislabāk lietot negāzēto dabīgo minerālūdeni vai avotu ūdeni, kas ir bagāti ar minerālvielām. Gāzēto nevajadzētu dzert tiem, kam ir problēmas ar kuņģi.

BRĪNUMODŽINĀS – SMILTĒRKŠĶI

Tos var lietot visdažādākajos veidos: dzert tēju, sulu vai ēst ievārījumu. Sulā ir daudz vitamīnu un citu bioloģiski aktīvo vielu, tāpēc pirms lietošanas to var atšķaidīt ar citu sulu vai ūdeni.

CITRONS UN INGVERS

Bāzisko vidi organismā palīdz uzturēt arī citrons. C vitamīna tajā nav daudz, taču tas palīdz attīrīt organismu. Ķermenim par sliktu nenāks arī ingvers, kurā ir ēteriskās eļļas ar spēcīgu pretiekaisuma un pretvīrusu iedarbību. Ingvers var līdzēt ne tikai saaukstēšanās, bet arī rota vīrusa gadījumā, jo novērš sliktu dūšu.

C VITAMĪNS TABLETĒS

Saaukstēšanās laikā vismaz pāris dienu jālieto liela C vitamīna deva – ar vienu mazo ripiņu nebūs līdzēts. Ja gadījies apēst par daudz, var uzņemties pumpas, taču pārlieto vitamīna daudzumu var neitralizēt, dzerot daudz ūdens.

ZIVJU EĻĻA UN D VITAMĪNS

Rudenī un ziemā noteikti vajadzētu lietot zivju eļļu un D vitamīnu, kam ir būtiska nozīme imunitātes veidošanā.

IZDEVĪGI!

Abonējot Kurzemnieku 2018. gadam

no 2. līdz 22. oktobrim

visās pasta nodaļās, pie pastniekiem, internetā, redakcijā

un pa tālruni 67008001 vai 27008001,

ĪPAŠĀ CENA

62 eiro

67,10 eiro

BASKETBOLS

Puikas cīnās, cik spēj

Kuldīgas novada sporta skolas audzēkņi ar mainīgām sekmēm aizvadījuši vairākas spēles Latvijas jaunatnes basketbola līgā.

U-16 grupas puīši vispirms ar 66:64 sīvā cīņā apspēlēja vienības *Ķeizars Rīga* basketbolistus, bet nākamajā ar 70:103 zaudēja *Jelgavai*. U-15 grupas zēni ar 73:54 viegli tika galā ar vienaudžiem no *Jelgavas*. Bet U-14 grupas puīši ar 48:92 piedzīvoja zaudējumu klubam *Ķeizars Rīga*.

Inta Jansone

VIEGLATLĒTIKA

Vēl tikai viens skrējienis

Skriešanas seriāla *Kuldīgas apli* septītajā kārtā piedalījās 90 skrējēju.

Pēdējā kārtā notiek šodien, 4. oktobrī, no 17.00 līdz 18.30 Kraujū priedēs.

1. grupā (2008. g. dzim. un jaunāki, 800 m) 1. Marta Ļaudama (3:34), Kristiāns Freijs (3:21), 2. Kellija Liepa, Ziedonis Majorenkovs, 3. Rebeka Pargaļauska, Krišs Duburs.
2. grupā (2005.–2007. g. dzim., 1200 m) 1. Viktorija Bogdanova (4:58), Dāvis Šimiens (5:38), 2. Sanija Robežniece, Nauris Lauris, 3. Dace Verpakovska, Mareks Paulovskis.
3. grupā (1999.–2004. g. dzim., jauniešiem 2400 m, jauniešiem 3600 m) 1. Izabella Bogdanova (10:31), Mareks Ņikiforovs (14:19), 2. Sabīne Sanija Šēle, Ingus Bogdanovs, 3. Ita Zita Ozoliņa, Linards Nikolass Ņikiforovs.
4. grupā (1978.–1999. g. dzim., sievietēm 3600 m, vīriešiem 6000 m) 1. Rīgonda Ņikiforova (19:18), Janeks Rumbegs (25:12), 2. Sintija Linde, Ivars Krūmiņš, 3. Inga Robežniece, Ainārs Brahmanis.
5. grupā (1977. g. dzim. un vecāki, veterānēm 2400 m, veterāniem 4800 m) 1. Ludmila Joce (11:30), Linards Ņikiforovs (23:11), 2. Odeta Turka, 3. Džanita Freija.