



Янис Стрейч юбилей отпраздновал в Латгалии



Янис Стрейч на юбилей в Резекне.

Зигрида Соме

Кинорежиссер Янис Стрейч в своих фильмах старался найти ответ на вопрос, кто такой латыш, каков его «код», а мы стараемся понять, кто он сам, ищем ответ на вопрос кто ты, Янис Стрейч? Празднование 80-летнего юбилей любимого народом киномастера в концертном зале «Горс» начали ведущие и одновременно его актеры: дочь Виктория Стрейч и Артур Скрастиньш.

Только что научившуюся ходить Викторию можно увидеть в картофельной борозде в фильме «Лимузин цвета белой ночи», позднее она играла в фильме «Ипполит». В свою очередь Артур Скрастиньш — это энергичный Бейсик из «Жерновов судьбы».

Хотя сам мастер со смехом признался, что в свое время не пошел работать в драматический театр, потому что боялся актеров. Оль-

га Дреге же помнит другое: актеры боялись Стрейча. Кто теперь разберет, как было на самом деле. Но в результате сотрудничества режиссера и актеров появились фильмы, которые мы готовы смотреть снова и снова, каждый раз открывая что-то новое и уже в который раз ожидая, когда режиссер Джим Лонгтон в исполнении Эдгара Павулса будет учить свою воспитанницу Джулию Ламберт (Викю Арт-

мане) жизненной мудрости: чем лучше актер, тем больше пауза. Нужно добавить, что в романе Соммерсета Моэма, который экранизировал Янис Стрейч, этих слов нет, поскольку, как в одном из интервью сказал режиссер, авторские права на это высказывание принадлежат ему, а не Моэму. На концерте в честь юбилея, который прозвучал в Резекне, и на котором за роялем сидел прошлогодний

юбиляр, маэстро Раймонд Паулс, царил музыка, умные мысли из фильмов Стрейча, воспоминания актеров и музыкантов о совместной работе с мастером.

Актеры Резия Калнина, Ольга Дреге, Байба Индриксоне, Агнесе Зелтиня, Аквелина Ливмане, Ивар Каниньш, Янис Паукштелло, Улдис Думпис, Артис Робекниекс, музыканты Ренар Кауперс, Ольга Раецкая, Валтерс Фриденберг, Карлис Бумейстерс, «Laimas muzikanti» и многие другие, кому посчастливилось работать вместе с Янисом Стрейчем, позволили осознать глубину, сердечность и простоту его личности.

(Окончание на 2-й стр.)

В ДАУГАВПИЛССКОЙ ГОРДУМЕ

В самоуправлении работают над бюджетом будущего года

Елена Иванцова

В городском самоуправлении рабочая группа разрабатывает бюджет будущего года. Об этом сообщила исполнительный директор Даугавпилсской городской думы Инга Голдберга.

До 10 октября городские учреждения подают в самоуправление проекты своих бюджетов, указывая приоритеты и планируемые мероприятия.

По словам председателя Яниса Лачплесиса, есть установка на увеличение бюджета. Это связано в том числе и с тем, что с 2017

года в стране увеличится размер минимальной заработной платы. Приоритетной станет социальная сфера, планируется, например, рассмотреть возможность бесплатного проезда в общественном транспорте для пенсионеров не только с 65 лет, но с момента выхода на пенсию.

Обычно бюджет принимают в конце января-начале февраля текущего года. Доходы общего бюджета Даугавпилса на этот год составили 74 593 607 евро, расходы — 78 807 782 евро. В 2015 году эти цифры составляли 68 343 459 евро и 78 029 637 евро соответственно.

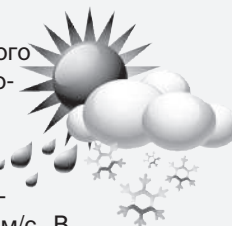
Ожидается сильный ветер и похолодание

На этой неделе из-за сильного ветра будет холодно, хотя морозов не ожидается.

Во вторник, 4 октября, ожидается солнечная погода, но дующий с севера и северо-запада ветер усилится до 10-15 м/с. В среду и в последующие дни будет облачно. В среду по всей Латвии ожидаются порывы ветра до 15-20 м/с. Во второй половине недели ветер немного стихнет, но останется порывистым.

Температура воздуха днем не превысит +7...+12 градусов. К концу недели местами температура будет не выше +5 градусов. По ночам станет заметно холоднее, но преимущественно выше нуля.

Прогнозируемое количество осадков — небольшое.



ВОЗЬМИТЕ НА ЗАМЕТКУ!

В больнице начал работать дежурный врач

Елена Иванцова

С 1 октября в Даугавпилсской региональной больнице по субботам работает дежурный врач.

Теперь у жителей Даугавпилса и ближайших регионов будет возможность получить консультацию специалиста в выходной день. Кабинет специалиста-терапевта, к которому пациенты

смогут обращаться по субботам с 8.00 до 16.00, оборудован рядом с главным входом в больницу. Стоимость посещения составит размер обычного пациентского взноса.

РАЗВИТИЕ ГОРОДА

Возле центра детского здоровья строится стоянка

В минувшую пятницу даугавпилсская фирма «CKD D», которая победила в конкурсе городского самоуправления по строительству новой стоянки возле центра детского здоровья, приступила к работе.

Коррективы в первоначальный проект внесли сами даугавпилчане. Стоянка будет построена только на участке улицы 18 новембра от ул. Циетокшня до ул. Гимназияс вдоль трамвайных путей. Здесь уже спилены старые деревья, на их месте строят стоянку на 12 мест, параллельно сто-

янке будет построена дорога. После строительства улицы Циетокшня и Гимназияс перестанут быть тупиковыми, а будут образовывать кольцо через проезжую часть с односторонним движением по ул. 18 новембра.

Строительные работы завершатся до конца этого года.



Dr. Mauriņa Vēnu klīnika

ДНИ ВЕН

Прием будут вести врачи
„DR. MAURIŅA VĒNU CENTRS”

Сонографическое обследование вен на ногах

Консультации и план лечения

Предварительная запись на ПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ по тел. 67315316, 67374747

Частная клиника "Čīmenes veselība", Даугавпилс, ул. Гимназияс, 10

Пятница, 7 октября, с 8.00 до 19.00



Др. ЮРИС РИТС
хирург кровеносных
сосудов, флеболог



Др. РЕТС ВИГАНТС
хирург,
флеболог

В ИЛУКСТСКОМ КРАЕ

Большинство депутатов высказалось за доверие руководителям

Эгита Терезе Йонане

В Илукстском крае 29 сентября прошли два заседания думы: очередное и внеочередное. На первом заседании большинство депутатов девятью голосами «за» высказали доверие председателю Илукстской краевой думы Стефану Разне и его заместителю Майгуру Криевансу.



Фото автора

Майгурс Криеванс и Стефан Разна и впредь будут руководить краевой думой.

Во время первого голосования за доверие С. Разне «за» проголосовали Артур Богданович, Дайнис Миллерс, Гунтар Цепуритис, Имант Врублевский, Инесе Вушкане, Янис Криеванс, Витольд Кведер, Майгур Криеванс (все Латвийский крестьянский союз) и Петерис Макавецкий («Центр согласия»), воздержались Инесе Зиединя («Единство») и Стефан Разна (ЛКС). В свою очередь, 4 депутата Кристап Аверьянов («Единство»), Андис и Илвар Кисисы («Едини для Латвии») и Виктор Ясинявичюс («Центр согласия») не участвовали в голосовании.

Во втором голосовании за доверие М. Кисису «за» голосовали С. Разна, А. Богданович, Д. Миллерс, Г. Цепуритис, И. Врублевский, И. Вушкане, Я. Криеванс, В. Кведер, П. Макавецкий. Воздержались И. Зиединя, в голосовании не участвовали М. Криеванс, К. Аверьянов, А. Кисис, И. Кисис и В. Ясинявичюс.

В свою очередь на внеочередном заседании,

которое создали по заявлению оппозиционных депутатов К. Аверьянова, И. Зиедини, А. Кисиса, И. Кисиса и В. Ясинявичюса, рассматривали проекты решений об освобождении от должностей С. Разны и М. Криеванса.

При голосовании за освобождение С. Разны «за» были К. Аверьянов, И. Зиединя, А. Кисис, И. Кисис и В. Ясинявичюс. «Против» голосовали 9 депутатов: М. Криеванс, А. Богданович, Д. Миллер, Г. Цепуритис, И. Рублевский, И. Вушкане, Я. Криеванс, В. Кведер, П. Макавецкий, воздержался С. Разна. В вопросе об освобождении М. Криеванса «за» голосовали К. Аверьянов, И. Зиединя, А. Кисис, И. Кисис и В. Ясинявичюс. «Против» были С. Разна, А. Богданович, Д. Миллер, Г. Цепуритис, И. Рублевский, И. Вушкане, Я. Криеванс, В. Кведер, П. Макавецкий, в свою очередь, М. Криеванс в голосовании не участвовал.

Таким образом, оба проекта решений были отклонены. ■

Уточнение

Депутат **Роберт Йонанс** будет вести прием населения 10 октября с 10.00 до 12.00 в Свентском волостном управлении.

Александр Студенников – 28 октября с 8.30 до 9.30 в Бикерниекском волостном управлении.

Приносим свои извинения за причиненные неудобства!

Даугавпилсская краевая дума.

ВОПРОСЫ ОБРАЗОВАНИЯ

Утверждены зарплаты директоров школ и садов

Елена Иванцова

Депутаты Даугавпилсской городской думы утвердили размер зарплат директоров общеобразовательных, профессиональных и дошкольных учебных учреждений, такое голосование проводится каждый год.

При расчете зарплат внимание принимается количество учеников. К сумме зарплат директоров школ, которая рассчитывается в зависимости от количества детей, самоуп-

равление доплачивает 10% из своего бюджета. Исключение составляют специальные школы Даугавпилса (1-я специальная, логопедическая школа-интернат), где допла-

ту директора получают из государственного бюджета, а также детско-юношеский центр «Яуниба», в котором зарплаты полностью платит самоуправление. Руководитель управления образования Марина Исупова сообщила, что зарплаты директоров школ вырастут от 8 до 144 евро. Максимальная сумма составит 1265 евро.

Директора детских са-

дов получают доплату к зарплате от 5 до 15%, это зависит от результатов оценки профессиональной деятельности, которую проводит управление образования. Самая высокая зарплата составит 957 евро.

Год назад максимальная зарплата директора школы составляла 1147 евро, заведующего детским садом – 832 евро. ■

Распределили целевую дотацию на зарплаты

Эгита Терезе Йонане

На заседании Даугавпилсской краевой думы 29 сентября депутаты распределили государственную целевую дотацию на зарплаты педагогам учебных заведений и установили размер месячной зарплаты для директоров учебных заведений.

Целевая дотация на сентябрь-декабрь 2016/2017 учебного года составляет 709 488 евро для учителей общеобразова-

тельных учебных заведений, 63 352 евро – для педагогов дошкольников 5-6-летнего возраста, а также 36 869 евро – педа-

гогам образования по интересам и 351 520 евро – Медумской основной школе-интернату.

Во всех учебных заведениях, за исключением Ницгальского дошкольного учебного заведения «Спридитис», директора будут работать на полную ставку. Поэтому самоуправление выделит дополнительное финанси-

рование в размере 3782 евро из средств на непредвиденные случаи. Установлено, что директора школ с количеством учащихся до 100 детей будут получать зарплату в размере 900 евро, от 101 до 150 детей – 950 евро, от 151 до 300 детей – 1000 евро и 301 до 500 детей – 1050 евро (до уплаты налогов). ■

ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЕ ЛЮДИ

Янис Стрейч юбилей отпраздновал в Латгалии



Фото автора

Янис Стрейч вместе с женой Видой.

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Режиссуру концерта создали дочь Стрейча Виктория, актриса Каунасского музыкального театра, и зять, главный режиссер этого театра Кестутис Якшта, которого мы помним по роли Карлиса Улманиса в фильме «Защитники Риги». На Латвийском телевидении запись концерта можно будет посмотреть в пятницу, 7 октября в 21.15.

В свое время Янис Стрейч признавался, что

дорога его жизни проходила через все края Латвии и для каждого вышло по фильму: «Дитя человеческое» – Латгалии, «Лимузин цвета белой ночи» – Видземе, «Жернова судьбы» – Курземе, «Чужие страсти» – Земгале. Рига его манила театрами, она запечатлена в фильме «Театр». Всего мастер снял 22 фильма. Скоро выйдет книга кинокритика Дайры Аболини «Магический реализм Яниса Стрейча». Заложенные в название слова, кажется, ярче всего харак-



Янис Юбалтс, Марис Михельсонс, Резия Калниня, маэстро Раймонд Паулс и Ренар Кауперс.

теризуют самого мастера, который 6 октября на фестивале национальной кинонаграды «Большой Кристап» получит награду за вклад всей жизни в киноискусство.

Напомним, что мастер получал «Большого Кристапа» за лучшую режиссуру фильмов «Театр», «Лимузин цвета белой ночи» и «Дитя человеческое».

В свою очередь, земляки Яниса Стрейча встретятся с ним на совместном ужине 18 ноября в Прейли, где он родился в семье Яниса и Ольги Стрейч в Анспоки.

На юбилейном концер-

те в Резекне мастер отметил, что хотел бы, чтобы на этом событии чествовали бы всю Латгалию. И еще выразил надежду, что события его юбилейного года предварят празднование столетия Латгальского конгресса в 2017 году. Он напомнил, что с этого конгресса началось Латвийское государство, хотя мысль об этом уже была во времена первой Атмоды, но первое слово о единой Латвии прозвучало в Латгалии на этом конгрессе, за которым последовало провозглашение государства в Риге. ■



ЛАТГАЛЕС ЛАЙКС ЛАТГАЛЬСКАЯ ГАЗЕТА Главный редактор Зигрида СОМЕ. Зам. гл.редактора Линда КИЛЕВИЦА.	Регистр. удостов. № 0930.	Тел. для справок - 65422134 моб.тел. - 29454560 тел./факс - 65448185	АВТООТВЕТЧИК 65423424	Подписка принимается в отделениях "LATVIJAS PASTS" и в редакции газеты	Издатель - SIA "LATGALES LAIKS"
	Газета выходит по вторникам и пятницам с 23 мая 1992 года.	ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ - 65423483 e-mail: info@latgaleslaiks.lv e-mail: reklama@latgaleslaiks.lv http://www.latgaleslaiks.lv		ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС - 3008	Регистрационный № 41503004556 Наш счёт: № LV45UNLA0005009467898 AS SEB BANKA; код: UNLALV2X Член правления – Ивета Валпетеере

ДЕНЬ УЧИТЕЛЯ

Мы все вышли из школы

«Мы все вышли из школы. У каждого были хорошие, прекрасные учителя, которые дали нам не только знания, но и мудрость, как жить», – на мероприятии Дня учителя 29 сентября в Центре культуры Даугавпилсского края сказала председатель Даугавпилсской краевой думы Янина Ялинская.



Янина Ялинская поздравляет Галину Пищуленок с 40-летием трудовой деятельности.



Александр Сибирцев поздравляет Илону Ананько.

Руководители краевой думы поблагодарили директоров и учителей на пенсии, в том числе многолетнего директора Ницгальской основной школы Антию Вевере, бывшего директора Вецпилсской средней школы и Бирзниекской основной школы Павла Вагеля, а также 30 юбиляров, которые отработали в школах 25, 30, 35 и 40 лет. Самые опытные – директор Медумской основной школы-интерната Галина Пищуленок и учитель Раиса Авскокевич, учителя Шпогской средней школы Анжела Павлова и Надежда Лиєпа, а также директор Земгальской средней школы Александр Петкевич, чья педагогическая деятельность началась 40 лет назад. В свою очередь, 55 учителей получили пособие по стимулированию педагогической деятельности в размере 250 евро (до уплаты налогов).

В этом году в школах работают молодые учителя. Директора школ выразили радость, что в школах меняются поколения. А молодые педагоги получили символическую подарочную сумку, в которую будут собирать опыт и новые знания. Директор Свентской средней школы Александр Сибирцев (стаж 30 лет) поздравил свою бывшую ученицу, а теперь и коллегу – молодого педагога Илону Ананько.

Традиционную награду



Татьяна Лебедь 25 лет работает в Салиенской средней школе.

года вручил и „Swedbank”, и в этом году ее обладателями стали: директор новой Лауцесской основной школы Валентина Вавжиняк и учитель истории Науенской основной школы Инга Чаленко.

Ингу Чаленко наградили за достижения воспитанников на республиканских олимпиадах по истории, например, в прошлом году Вита Кузмицкая из Науене завоевала 3-е место. В свою очередь, В. Вавжиняк в ходе оптимизации Таборской и Бирзниекской школ успешно укомплектовала коллектив воспитанников, педагогов и работников Лауцесской школы.

Учителям был посвящен концерт, на котором выступили женский ансамбль управления образования и дуэт учителей Юлии Пецевич и Ольги Ларионовой, солисты дошкольного и начального школьного возраста Наталья Рыжая, Виолетта Хуцме, Арвис Стаутма-

лис и Эрика Жбанкова. Над педагогами пролился дождь из воздушных шаров, о которых позаботилось управление образования.

Директор Калупской основной школы Инара Ондзуле сказала «Латгалес Лайкс»: «День учителя – особый праздник. Сначала проводится праздничное мероприятие краевой думы и управления образования. Потом мы отмечаем праздник в школе, где нас поздравляют ученики, а вечером мы, педагоги, отправляемся на небольшую экскурсию. В этом году коллектив Калупской основной школы побывал на спектакле Даугавпилсского театра и посетил Даугавпилсскую крепость».

«Когда у меня спрашивают, можно ли ребенка научить рисовать, я рассказываю опыт своего сына Гунара на уроке рисования у учительницы Ренате Пудане. Мальчику в 3 классе нужно было нарисовать, как отец ремонтирует трактор. У всех на рисунках действительно был отец, который ремонтирует трактор. А Гунар нарисовал только трактор. Учительница спросила, где папа? Мой Гунар сказал, что папа работает с другой стороны трактора... На моих уроках так же – рисовать умеют все», – отметила учительница по визуальному искусству Вабольской средней школы Анна Лаздане.



Лауреаты «Swedbank» Валентина Вавжиняк и Инга Чаленко.



Павел Вагель – самый опытный директор школы в крае.



Владислав Павловский – молодой учитель спорта в Медумской основной школе.

В БИКЕРНИЕКСКОЙ ВОЛОСТИ

С любовью можно переступить столетний порог

Жительница Бикерниекской волости Вера Парфильевна Фильманович 30 сентября отметила 105-летний юбилей.



«Юбилар говорит, что человек переступить столетний порог может с любовью к работе, семье и Богу. Вера Парфильевна родилась в Бикерниекской волости (в то время – Витебская губерния). Всю жизнь она проработала в колхозе. Хотя юбиларша не создала свою семью, она всегда чувствовала себя любимой сестрой и многочисленных родственников, которые живут в Латвии, на Украине и в Белоруссии. Сегодня Вера Парфильевна безбедно живет вместе с племянником Константином Петровым и семьей его сына. Свой день В. Филь-

манович проводит в молитвах и воспоминаниях», – газете «Латгалес Лайкс» рассказала руководитель Бикерниекского волостного управления Марите Данилова.

Веру Парфильевну поздравили руководитель социальной службы думы Даугавпилсского края Анна Егорова, соцработник Бикерниекского волостного управления Александра Артикова и М. Данилова.

В настоящее время в Даугавпилсском крае живут 3 человека, переступившие столетний порог. Долгожители проживают в Бикерниекской, Науенской и Скрудалиенской волостях.

Страницу подготовила Эгита Терезе Йонане.

€20

20

04.10.

20 EURO

ЧИТАЙ И ВЫИГРЫВАЙ!

Разрешение на проведение лотереи № 8498.

Имя, фамилия

Род занятий

Адрес

Тел.

Газету покупаю ☐

Выписываю ☐

☐

Разрешаю использовать свои данные для проведения лотереи.

Во всех номерах «Латгалес Лайкс» до 22.12.2016 будут публиковаться анкеты с изображением банкнот разного достоинства. Вырезав эти анкеты, заполнив их и прислав в редакцию, вы становитесь участником лотереи, 20 победителей которой получат за свою «счастливую банкноту» реальные деньги.

1-й розыгрыш 10.00

27 октября

(участвуют анкеты за октябрь)
5 денежных призов

2-й розыгрыш 10.00

24 ноября

(участвуют анкеты за ноябрь)
5 денежных призов

Финальный розыгрыш 10.00

Рождественский*

22 декабря

(участвуют все присланные анкеты)*
10 денежных призов

*ДЛЯ УЧАСТНИКОВ ЛОТЕРЕИ, КОТОРЫМ НЕ УДАЛОСЬ ВЫИГРАТЬ В ОКТЯБРЕ И НОЯБРЕ, БУДЕТ ЕЩЕ ОДИН ШАНС ПОЙМАТЬ СВОЮ УДАЧУ!

Каждый участник лотереи может прислать или принести в редакцию неограниченное количество анкет.

Ждем вас в редакции: г.Даугавпилс, ул. Саулес, 71 б, LV-5401, тел. для справок 65422134, моб. 29454560. Заполненные анкеты можно также опустить в почтовый ящик «Латгалес Лайкс» в Резекне у входа в типографию «Латгалес друка»; на автостанциях – в Преили (снаружи, у входа); в Илуксте; в Краславе (внутри помещения), и в Даугавпилсе: в киоске № 29 SIA "VELTE D" в т/ц "Ditton nams", в микрорайоне химиков – магазин "Rimi" (ул. Смильшу, 92 б); на Новом Форштадте – магазин "Mego" (ул. Авеню, 26); в магазине "Mego" (ул. Валкас, 1а, у входа); в т/ц "DITTON NAMS"; в магазине "NARVESEN" (возле эскалатора).

Желаем удачи!

ИНФОРМАЦИОННЫЙ



СЕРВИС

ЗАДАВАЙТЕ СВОИ ВОПРОСЫ КАЖДЫЙ ЧЕТВЕРГ с 9.00 до 11.00 по тел. 654 23424, моб. 29342210 или info@latgaleslaiks.lv

? Сбор крови на выезде

Государственный центр донорской крови в октябре проведет ряд выездов:



- **6 октября** (9.00 – 12.00) в Доме культуры Бикирниекской волости,
 - **11 октября** (9.00 – 13.00) в Резекне в государственном колледже пограничной охраны,
 - **19 октября** (9.00 – 13.00) в Ливанской поликлинике,
 - **20 октября** (10.00 – 14.00) в Даугавпилсском университете (ул. Виенибас, 13),
 - **25 октября** (9.00 – 12.00) в социальной службе Краславской краевой думы,
 - **27 октября** (9.00 – 12.00) в Старых Стропах в центре социальных услуг.
- Особенно требуется группа крови АВ с отрицательным резус-фактором, а также группы 0– и 0+.

Автомобильные налоги

– Правительство 27 сентября рассмотрело ряд проектов, затрагивающих налогообложение транспортных средств. С 1 января 2019 года для отдельных транспортных средств объем налога будет зависеть от выбросов углекислого газа.



Другая поправка предусматривает колебания налоговой ставки на эксплуатацию транспортного средства в зависимости от изменения индекса потребительских цен.

Налогообложению также планируют подвергнуть автомобили, которые передвигаются по территории Латвии с иностранными номерами. Гражданин или негражданин Латвии, а также иностранные граждане, имеющие постоянный вид на жительство в Латвии, будут платить налог на эксплуатацию транспортного средства зарегистрированного за рубежом. За 1 день – 10 евро, месяц – 250 евро, 6 месяцев – 600 евро, 1 год – 1000 евро.

Предусматривается, что для крестьян налог будет снижен, и за грузовые автомобили, прицепы, полуприцепы, предусмотренные для перевозки грузов, надо будет платить налог в размере 25%, а не 50%, как это происходит сейчас.

Для грузового транспорта будет введен новый сбор за проезд по отдельным дорогам. Платить придется за проезд по дороге А12 Екабпилс – Резекне – Лудза – российская граница (Терехово) на участке 124,10 – 159,24 км.

Все поправки еще будут обсуждаться и анализироваться.

? До 70 км/ч в целях безопасности

– На участке дороги Стропы – Крауя стоят знаки с ограничением скорости 70, хотя все ремонтные работы уже давно завершены, их что, забыли убрать? – спрашивает Инна.

Ответ получен ГАО «Латвияс валстс цели»: – На данном участке была проведена замена асфальтного покрытия. Работы завершены недавно, но

беря во внимание, что свежий асфальт не обеспечивает полноценного сцепления с дорогой, в целях безопасности установлен знак, ограничивающий скорость движения до 70 км/ч.



Это ограничение скоростного режима простоит до весны будущего года, когда проведут повторные замеры сцепления. Интенсивность движения на этом участке дороги невысокая, чтобы до октября-ноября стереть гладкий слой. Вероятнее всего, коэффициент сцепления улучшится к весне.

? Сенсор на дороге

– На участке дороги Стропы – Крауя в одном месте на асфальте разлита смола в виде решетки. Для чего это придумано? – интересуется Инна.



Ответ получен в ГАО «Латвияс валстс цели»: – На этом месте в дорожное покрытие встроен сенсор для измерения интенсивности дорожного движения. Он никаким образом не влияет на безопасность движения.

Сенсор встроен в асфальтобетон, и на этом месте в результате залитой смолы образовались швы.

? Светофор отрегулировали

– На перекрестке дорог А13 и А6 работает светофор. Если ехать по дороге А6 (Е262) со стороны рижской объездной, то при повороте направо или при движении прямо надо ждать намного дольше зеленого сигнала светофора, чем при повороте налево. Почему светофор работает в таком режиме? – задавалась вопросом Инесе.



Ответ получен ГАО «Латвияс валстс цели»: – Перекресток построен в соответствии с проектом, на котором указаны все направления движения, а также время работы сигналов светофоров, которые разработаны в соответствии с транспортными потоками. На перекрестке установлены камеры, контролирующие движение во всех направлениях. Таким образом, проходит мониторинг потоков и в соответствии с ним проходит регулирование сигналов.

? Сезон закрывается в декабре, на льду – бесплатно

– Если ограничения по рыбной ловле на озере Стропы? – интересуется читатель.



Ответ получен в Даугавпилсской городской думе: – Сезон лицензированной рыбной ловли на озере Большие Стропы завершится в декабре и будет открыт в мае. Зимой удить рыбу на озере можно будет без лицензии. Это бесплатно. Но это не значит, что не будут проходить рейды, так как правила в отношении любительской рыбной ловли постоянны.

Правила лицензированной рыбалки на озере Стропы были приняты в марте 2015 года. За это время дважды пополнялся рыбный запас озера. В 2015 году было запущено 40 000 мальков щуки, а в этом году – 25 000 мальков судака.

Социальная реабилитация в самоуправлениях

До 31 октября 2016 года в 112 социальных службах самоуправлений Латвии продолжается прием заявок для возможности получения социальной реабилитации для детей с инвалидностью. Социальная реабилитация – комплекс мероприятий, которые должны помочь детям жить со своими физическими ограничениями, справляться с повседневными делами, учиться жить в обществе.

В реабилитации задействованы такие специалисты, как психолог, логопед, гидротерапевт, иппотерапевт. После завершения приема заявок с ноября 2016 года в удобное время для каждой семьи будет проведена консультация и оценка способностей ребенка, на основании которых определяют, в каких специалистах он нуждается больше всего.

Бесплатные услуги будут доступны в 112 самоуправлениях, которые принимают участие в процессе деинституционализации.

Министерство ознакомит с возможностями утепления

Министерство экономики и финансовая организация развития «Altum» проводит информационную кампанию «Живи теплей», в рамках которой в городах Латвии пройдет 13 семинаров.



2 ноября семинары пройдут в Балви и Ливанах, а 3 ноября – в Даугавпилсе. На семинарах будет предоставлена информация о возможностях утепления многоквартирных домов.

Подробная информация доступна на сайте Министерства экономики www.em.gov.lv. Дополнительные сведения можно получить по э-почте dzivosiltak@em.gov.lv или по телефону 67013 240.

На реновацию многоквартирных домов в период с 2016 по 2023 годы предусмотрено 166 470 588 евро. В рамках новой программы рассчитано утеплить около 1700 зданий.

ИНФОРМАЦИОННЫЙ



СЕРВИС

Изменилось время работы мусорной площадки

Изменилось время работы площадки для сортированного мусора в Лигинишках. Мусор принимают со вторника до субботы с 9.00 до 18.00. Воскресенье и понедельник – выходные дни.



Контейнеры для сбора мусора в Лигинишках начали работу в январе 2016 года. В них можно выбрасывать предварительно отсортированный мусор для вторичной переработки. Сейчас на площадке можно оставить бутылки PET, стекло, пластмассу, алюминий, упаковку из жести, бумагу, картон, шины, электротехнику и крупногабаритный мусор.

Давайте жить дружно!



Свой комментарий на автоответчике оставила наша читательница и, видимо, жительница Лоциков: «Прочитала статью про ремонт улиц в Лоциках. Большое спасибо, что что-то начали делать. К сожалению, есть люди, которым все плохо. Делают – плохо, не делают – тоже плохо. Начали возмущаться, что спилят березы. Милые соседи, прекратите ссориться. У нашего дома березы уже спилили, и открылся совсем другой вид. Строители работают отлично. Не вижу оснований ходить и кричать. Как я слышала, некоторых волнует не то, что березы спилят, а кому дрова от этих деревьев достанутся, но разве это повод возмущаться?»

? Учеба в Израиле

– Есть ли стипендиальные программы, чтобы получить возможность учиться в Израиле? – спрашивает Людмила.

Ответ получен в Министерстве образования и науки Латвийской Республики:

– До 30 ноября можно подать заявку на получение стипендии от правительства Израиля на 2017/2018 учебный год.

Виды стипендий:

– учебная или исследовательская стипендия для учебы или проведения исследовательской работы в вузах Израиля. До одного академического года.

– летние курсы по изучению современного иврита (3-4 недели).

Конкурс общий. Студенты и исследователи из Латвии будут конкурировать с претендентами из других стран.

Требования к кандидатам:

– гражданство Латвийской Республики,
– наличие как минимум степени бакалавра,
– хорошие отметки,
– не старше 35 лет,
– хорошие знания английского или иврита,
– кандидату необходимо соответствовать требованиям выбранного вуза.

Документы, которые необходимо предоставить:

– заполненная анкета (находится на сайте Министерства иностранных дел Израиля – <http://mfa.gov.il>),
– план учебы или исследования, с указанием выбранного вуза,
– CV,

– письмо-приглашение от израильского вуза. Для летних курсов не требуется,

– копия диплома и приложения к диплому. Копия должна быть заверена в отделе внешних связей вуза или у нотариуса,

– минимум два рекомендательных письма от преподавателей вуза, учивших кандидата,
– 3 фотографии,

– медицинская справка – форма справки также находится на сайте МИДа.

Документы подаются в трех экземплярах в посольство Израиля в Риге – ул. Элизабетес, 2,

– документы должны быть поданы на английском языке.

Конкурс для организаций, поддерживающих инвалидов

До 7 октября 2016 года принимаются заявки на конкурс «Приз года за поддержку людей с инвалидностью». Свои кандидатуры могут оставить любой житель Латвии или организация.



В конкурсе участвуют негосударственные организации, которые можно номинировать в семи категориях:

– «Самый громкий голос» – результативный вклад, представляя людей с инвалидностью и защищая их интересы и права в отношениях с государством или самоуправлениями,

– «Организатор занятости» – обеспечение работой лиц с инвалидностью,

– «Организатор цифровой интеграции» – награда присваивается за эффективные технологические решения, чтобы инвалиды могли легче влиться в общество,

– «Обеспечение услуг» – за предоставление доступных услуг для инвалидов,

– «Развитие образования» – за активность, благодаря которой становится доступным получение образования,

– «Социальная компания» – за эффективную социальную компанию, направленную на включение людей с инвалидностью в общество и соблюдение их интересов,

– «Защитник детей с инвалидностью» – за достижение в области защиты прав ребенка с инвалидностью.

Бланк заявки можно скачать на сайте – www.tiesibsargs.lv и отправить по э-почте – nvobalva@tiesibsargs.lv.

Маммограф в Субате

В рамках государственной программы Даугавпилсская региональная больница проводит исследование на мобильном маммографе. 19 ноября планируется выезд мобильного маммографа в Субате. Время работы 12.30 – 15.00, телефон для справок 26458044.

Письма-приглашения о скрининге груди присылает Национальная служба здоровья, обследование проходит бесплатно. Диагностика с направлением врача – 2,85 евро (пациентский взнос). Прием ведется по предварительной записи.



? Бывшие, но живые

– А сколько из бывших президентов США живы сейчас? – интересуется Артем.

Отвечает ИС:

– На данный момент из бывших президентов США по сей день здравствуют четверо. 34-й президент Джеймс Эрл Картер (род. 1 октября 1924 года). Он руководил страной с 1977 по 1981 годы. 5 сентября 2012 года Д. Картер побил рекорд пребывания в статусе экс-президента США, превзойдя прежнего президента США Герберта Гувера, который прожил после президентства 31 год. Д. Картер после ухода с поста президента живет 35 лет. 1 октября 2014 года Д. Картер стал шестым американским президентом, достигшим 90-летнего возраста (после Дж. Форда, Р. Рейгана, Дж. Адамса, Г. Гувера и Дж. Буша-старшего).

Следующий в списке 41-й президент Джордж Буш-старший (род. 12 июня 1924 года), президентствовал с 1989 по 1993 годы.

Билл Клинтон (род. 19 августа 1946 года) – годы президентства 1993-2001, Джордж Буш-младший (род. 6 июля 1946 года), руководил страной в 2001 – 2009 годах.

Ищут достойных преильчан



В преддверии государственных праздников Преильская краевая дума приглашает жителей выдвигать кандидатуры, которые достойны получить почетные грамоты. Предложения рассмотрит краевая дума. Предложения можно вносить до 14 октября. Награждение пройдет 17 ноября.

Вакцинация лис и енотов

Продовольственно-ветеринарная служба Латвийской Республики информирует, что с 5 сентября проходит вакцинация лис и енотов. При вакцинации используют ослабленный вирус бешенства «SAD Bern MIU Био», содержащийся в вакцине «Lysvulpen por.a.u.v.». Жидкая вакцина помещена в капсулу из фольги и размещена в съедобной упаковке. Приманка коричневого цвета по размерам меньше спичечного коробка.

Вакцина будет равномерно распределена по всей восточной территории Латвии – 25600 квадратных километров. На один квадратный километр размещается 20-23 вакцины.

? Пока все по-старому

– Правда ли, что техосмотр надо будет проходить раз в два года? – спрашивает Евгений.

Отвечает ИС:

– Нет. Мандатная комиссия Сейма только начала рассматривать коллективное заявление с предложением проводить техосмотр для транспортных средств раз в два года. В ближайшее время будут заслушаны доводы за и против о последствиях в случае принятия данной инициативы.

Сбор подписей за техосмотр на два года проходил на портале manabalss.lv и собрал «за» мнения 10 570 граждан, что и привело к рассмотрению предложения на законодательном уровне.

Единый телефон доверия

Государственная полиция вводит единый телефон доверия и э-почту, больше не разделяя их по регионам и видам преступления. Жители, которые в анонимном порядке хотят сообщить о преступлении, и лицах, их совершивших, могут звонить по телефону 67075444.

В свою очередь, в бюро внутреннего контроля государственной полиции предусмотрен отдельный телефон, по которому можно сообщить о противоправных действиях сотрудников госполиции – 67075456.

Звонки записываются на автоответчик, также информацию можно высылать на э-почту – uzticiba@vp.gov.lv.

Информационный телефон в случае ДТП – 67208108.

Подготовил Сергей Кузнецов.

В ИЛУКСТСКОМ КРАЕ

Ликвидируют свалки и изготавливают домики для птиц

В Илукстском крае многие необходимые ежедневные работы выполняют рабочие, направленные в самоуправление на оплачиваемые временные общественные работы Государственным агентством занятости (ГАЗ).



Фото автора

Индра Мадарниеце у разбитой специалистами по благоустройству и безработными клумбы в Илуксте.

Управляющая работами по благоустройству и коммунального хозяйства в Илуксте Илукстского края Индра Мадарниеце рассказывает, что безработные делают очень многое: «На оплачиваемых временных общественных работах в основном работают люди, средний возраст которых составляет 45-55 лет, которые уже давно или неожиданно остались без работы или у которых есть свое хозяйство или семья, поэтому они не могут отправиться на заработки в Ригу или за границу. В крае на общественных работах заняты люди с профессией повара, кулиара и тракториста. Но работодатели хотят более молодых людей, у которых в семье нет маленьких детей. Одна женщина на интервью у работодателя сказала, что у нее в семье пять маленьких де-

тей, и получила отказ. Работодатель боится, что дети будут болеть, поэтому женщины часто не будут на работе. Безработные — трудолюбивые люди, выполняющие так называемую «черную работу». Мы ежегодно боремся со стихийными свалками. И эту работу выполняют люди, направленные на оплачиваемые временные общественные работы».

В Илуксте безработные также убирают улицы, косят и убирают траву, пропалывают и поливают клумбы, красят конструкции на детских площадках, грузят дрова, приводят в порядок кладбища. Этим летом траву нужно было косить каждую неделю. В один заход нужно было привести в порядок не менее 4,5 га маленьких газонов, эстраду, канавы и протоки. Когда занимались оформлением

перед праздником Илукстского края, все цветочные и другие украшения были изготовлены при поддержке безработных. Кроме того они участвовали в ремонте и благоустройстве детской площадки на ул. Земниеку.

И. Мадарниеце отмечает: «Очень важная работа, выполняемая этими людьми — это сортировка отходов. «Война» со стихийными свалками ведется год от года. Загрязнители особенно полюбили лес напротив Братского кладбища у дороги в Арони. Безработные убирают там не только бытовой мусор, но и шины и бытовую технику. Это десятки мешков с мусором. Также люди загрязняют и другие территории вместо того, чтобы свой неорганический мусор при посредничестве ООО «Эко Латгале» честно отправить на свалку».

В каждом волостном управлении есть руководитель работ, который рассказывает безработным об их обязанностях и направляет на конкретные работы, а также следит за качеством работы.

Руководитель Бебринского волостного управления Бенита Штраус рассказала, что на оплачиваемых временных общественных работах сейчас трудятся 4 человека. «Общественная территория, которую нужно содержать в порядке, в волости занимает 30 га. Скошенная и убранная трава, вычищенные от кустарника канавы — это их заслуга. Также они грузят дрова и выполняют небольшой ремонт», — рассказывает Б. Штраус.

Тем временем в Пилскалнской волости работники оплачиваемых временных общественных работ трудятся в природном парке «Пилскалнская Сигулдиня», там установлены изготовленные ими домики для птиц. В этом году были изготовлены 15 домиков. Об этом рассказала руководитель Пилскалнского волостного управления Людмила Риекстиня.

И. Мадарниеце подчеркивает: «К сожалению, каждый год в крае 10-12 безработных прерывают договорные обязательства, поскольку имеют 4-5 прогулов без уважительных причин. Причинами, по которым люди не являются на работу, в основном являются употребление алкоголя или лень. Трудовые отношения заканчиваются и тогда, когда у безработного больничный лист более 14 рабочих дней. Есть и радостное событие, а именно: трое безработных устроились на работу здесь же в Илукстском крае. Некоторым мужчинам я посоветовала работу на торфяном болоте под Акнисте, где платили зарплату более 400 евро в месяц

(уже после оплаты налогов) и предоставляли автобус на работу, но, к сожалению, никто не изъявил желания. На рынок труда изъявляют желание вернуться только 30% людей, занятых на оплачиваемых временных общественных работах».

На вопрос, что можно было бы улучшить в этой программе ГАЗ, И. Мадарниеце отметила, что агентство могло бы привлечь к отбору работников на эту программу и самоуправление, в свою очередь тех людей, у которых имеются серьезные проблемы со здоровьем и у которых есть группа инвалидности, не отправляли бы на оплачиваемые временные общественные работы. ■

ДЛЯ СПРАВКИ

Оплачиваемые временные общественные работы в Илукстском крае:

- В 2015 году за 9 месяцев были задействованы 134 человека.
- В этом году — 124 человека.
- В месяц в среднем работают 40 безработных.
- Одного человека разрешено использовать в работе по этой программе 4 месяца.
- Оплата составляет 150 евро в месяц.



На оплачиваемых временных общественных работах ведется уборка большой территории Илукстской эстрады: насаждений и плиточных дорожек.

В спортшколе будет работать тренер по плаванию

Илукстская краевая дума утвердила новую штатную единицу в Илукстской краевой спортшколе.

Директор Айвис Рулюкс на объединенном заседании комитетов информировал депутатов, что спортшкола лицензировала программу по плаванию, поэтому необходим тренер. Депутаты поддержали эту штатную единицу. Также по предложению директора в этом году в школе будет работать заместитель директора по хозяйственной работе, в

свою очередь, у секретаря-делопроизводителя будет полная ставка, поскольку в школе вырос объем хозяйственной работы. На данный момент спортшкола Илукстского края обслуживает стадион, спортивный центр и служебную гостиницу.

С октября возобновил работу бассейн спортивного центра Илукстской краевой спортшколы. ■

В Субате время будут показывать солнечные часы

Самоуправление Илукстского края подарит Субате солнечные часы. В сентябре на заседании думы депутаты выделили 4405 евро на создание основания для часов.

Солнечные часы будет изготавливать Мартиньш Гилс, их украсит герб Суба-

те. Новый объект среды установят на площади Тиргус возле Дома культуры. ■

Обновят игровой городок

Осенью в Илуксте на детской площадке на ул. Спорта демонтируют «Игровой городок», чтобы обновить несущие конструкции.

«Городок» был установлен в 2008 году, но несущие деревянные элементы уже износились, поэто-

му их нужно заменить. Обновленные конструкции установят весной будущего года. ■

Здания подключат к сети центрального отопления

Илукстская краевая дума выделила финансирование на подключение зданий к сети центрального отопления в Субате и Шедере.

К центральному теплоснабжению впредь будут подключены как здание городского управления в Субате, так и здание волостного управления в Проде (на подключение

выделено 6733 евро), а также здание волостного управления и фельдшерско-акушерского пункта в Шедерской волости (подключение обойдется в 9855 евро). ■

Страницу подготовила Эгита Терезе Йонане.

Мария Наумова подарит слушателям новую программу «До светлых слез»

В октябре Мария Наумова подарит слушателям новую программу «До светлых слез», в которой будет представлена история романа: его зарождение, развитие, путешествие во времени и пространстве. Прозвучат романсы разных стран и эпох, известные и любимые, а так же романсы не звучавшие ранее или забытые временем.



В программе примут участие Роландс Белевич (клавиши, аккордеон), Норбертс Скрауцис (бас), Ингус Фелдманис (гитара), Егор Ковайков (гита-

ра), Андрис Буйкис (ударные).
За последние 4 года Мария Наумова объехала Латвию с более чем 40 концертами с программой

«Полночь в Париже» в сотрудничестве с известнейшим аккордионистом из Франции Франсуа Паризи. В 2013 году отметила 20-летний юбилей на сцене удивившей всех программой «Romani Rat» (Цыганская ночь), собрав на сцене известнейших музыкантов из 5 стран и рассказав об истории цыганского народа, его традициях и влиянии на мировую культуру. В 2015 году Мария начала работу над новым международным проектом — альбомом «На мосту иллюзий» (Uz «Ilūziju tilta») на музыку Себастьяна Жиньо — одного из лучших в мире исполнителей джаз-мануш, написанную на слова Яниса Петерса и Карлиса Вердиньша. Альбом будет представлен слушателям уже этой осенью.

Концерт «До светлых слез» в Даугавпилсе, в Центре латышской культуры — 13 октября.

РЕЛИГИОЗНАЯ ЖИЗНЬ

Митрополит Александр посетил илукстский монастырь

Эгита Терезе Йонане
21 сентября в праздник Рождества Богородицы после многолетнего перерыва илукстский православный женский монастырь Рождества Богородицы и приход посетил митрополит рижский и всея Латвии Александр.

Он в сослужении настоятеля Рижского округа митрофорного протоиерея Иакова Присяжнюка, отца Даугавпилско-Резекненской епархии схиигумена Агафангела (Савченко), настоятеля Даугавпилского округа протоиерея Георгия Попова, клирика Илукстского монастыря Владимира Русецкого и клирика Германа (Карташова), а также диакона Александра Степаненко совершил богослужение.

Его преосвященство вручил главную награду — священную грамоту митрополита старшей монахини монастыря Рафаиле (Кристинде) за самоотверженный труд на благо церкви и пожелал сил и терпения в руководстве монастырем.

Главу Латвийской православной церкви приветствовали: епископ-эмерит Илукстского католического прихода Янис Пурвинский, викарий Янис Тризна, настоятель Двиетского католического прихода Эдвард Заксис, а также председатель Илукстской краевой думы Стефан Разна, его заместитель Майгур Криеванс и комитет Илукстского православного прихода.



Епископ Александр здоровается с епископом Янисом Пурвинским.



Сестра Рафаила получает награду митрополита.

В ДАУГАВПИЛССКОМ КРАЕ

У сениоров – свое общество

Эгита Терезе Йонане
С 1 октября действует общество сениоров Даугавпилсского края “Čaklās skudriņas”.

Раньше уже действовало объединение сениоров Даугавпилсского

края. Чтобы можно было участвовать в разных проектах, сениоры создали

общество, рассказала «Латгалес Лайкс» председатель правления объединения Лидия Скринда. Общество объединяет 6100 сениоров Даугавпилсского края.

ПОДПИШИСЬ СРАЗУ НА ВЕСЬ 2017 год со СКИДКОЙ!

Стоимость подписки на газету LATGALES LAIKS

НА МЕСЯЦ	НА ПОЛГОДА	НА 9 МЕСЯЦЕВ	НА ГОД
€ 4,00	€ 24,00	€ 36,00	ВАША ЦЕНА € 30,00 (ЭКОНОМИТЕ € 18,00)

	НА МЕСЯЦ	НА ГОД
Для юридических лиц:	€ 5,00	ВАША ЦЕНА € 50,00 (ЭКОНОМИТЕ € 10,00)
Для пенсионеров и инвалидов всех групп:	€ 3,00	ВАША ЦЕНА € 25,00 (ЭКОНОМИТЕ € 11,00)

Стоимость подписки на газету REKLĀMA PIKTDIENĀS

	НА МЕСЯЦ	НА ГОД
Для частных лиц:	€ 4,00	ВАША ЦЕНА € 30,00 (ЭКОНОМИТЕ € 18,00)
Для юридических лиц:	€ 5,00	ВАША ЦЕНА € 50,00 (ЭКОНОМИТЕ € 10,00)

ПРЕДЛАГАЕМ НЕСКОЛЬКО УДОБНЫХ СПОСОБОВ ОФОРМЛЕНИЯ ПОДПИСКИ!

- Перечисли на счет SIA Latgales Laiks, LV45UNLA0005009467898 (SEB Banka) reģ. Nr.41503004556 указанную сумму.
В платежном поручении обязательно укажи:
* имя и фамилию абонента,
* точный адрес доставки с правильным почтовым индексом,
* индекс газеты: 3007 – для "Latgales Laiks",
3008 – для "Латгалес Лайкс",
3031 – для "Reklāma Piektdienās".
* персональный код абонента и номер телефона.
- Приходи в редакцию газеты на ул. Саулес, 71 б в Даугавпилсе с понедельника по четверг – с 8.00 до 17.00, в пятницу – с 8.00 до 15.00. (Справки по тел. 65422134, моб. 29454560).
В подарок получи фирменный настенный календарь на 2017 год.
- Подписка принимается также во всех почтовых отделениях, почтальонами, в интернете www.latgaleslaiks.lv, www.pasts.lv/abone – до 28 декабря и по бесплатным телефонам 67008001, 27008001 – до 28 декабря. За оформление подписки берут плату в размере: на почте - € 0,71, у почтальона - € 0,92 за каждое оформление абонента.
- Подписаться можно и во время традиционных осенних встреч с земляками в волостях.

участвуй в ЛОТЕРЕЕ!

Купон лотереи ищи на страницах "Латгалес Лайкс"!

С газетой "Латгалес Лайкс" вам всегда повезет!

ВЕЛОПРОБЕГ

Латгальцы развивают велокультуру

Сергей Кузнецов

Европейская неделя мобильности завершилась награждением 40 обществ, дружелюбных к велосипедистам, 12 из которых получили призы за развитие велоинфраструктуры.

В категории «Создание дружелюбной среды для велосипедистов» был отмечен Даугавпилсский велопарк, который раскинулся на площади 9000 квадратных метров.

Лауреатами в категории «Велодвижение и организация велокультуры» стали несколько обществ Латгалии: Краславу наградили за организацию велотура-2016, СЦ «Екабпилс» за организацию народного дуатлона и полчасового велопробега, клуб «Ливаны» за

проведение серии этапов «LiVelo», аглонские общества за мероприятие «Arveļiku pa Aglyunu», Карсавский край за участие в разработке веломаршрута «Ruroj Vasals». Также отметили клуб «Подснежник» из Даугавпилса за проведение велокросса и организацию велопоходов.

Конкурс приходил при поддержке Министерства окружающей среды и регионального развития и Латвийского объединения велосипедистов. ■

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

С возрастом диск становится тяжелее

На кубке Кокнесе по метательным дисциплинам Александр Кюнель занял первое место. В метании диска молодой атлет отправил снаряд на отметку 49.20 м. Результат ниже личного рекорда атлета, но это последний старт, в котором даугавпилчанин выступал в группе U18.

Александр переходит в следующую возрастную категорию. Вместе с годами тяжелее станет снаряд.

Вместо полторакилограммового диска предстоит метать снаряд массой 1,75 кг. ■

ФУТБОЛ

Объединенная команда Лауцесе и Таборе победила в первой лиге

Эгита Терезе Йонане

Победой объединенной команды Лауцесе и Таборе «ЛауТаб» завершился чемпионат первой лиги Даугавпилсского края по футболу. Команда одержала пять побед, один матч проиграла, набрав в результате 27 очков.

На втором месте команда «Скрудалиена» (19 очков), на третьем — «Бикерниеки» (16 очков).

Призы получили самый результативный игрок, автор 11 голов и лучший игрок турнира Станислав Гейкин («ЛауТаб»), лучший вратарь Виктор Зе-

ленков («ЛауТаб»), лучший защитник Вадим Давыдов («Демене»), лучший полузащитник Айгар Коваленко («Свенте»), лучший нападающий Владислав Скрупский («Бикерниеки»), а также лучший тренер Виктор Сервут («Скрудалиена»). ■

В КРАСЛАВЕ

Футбол становится привлекательным

Инесе Минова

В завершение Недели футбола, которую в Краславе проводят уже второй год, футбольный клуб «Краслава» представил первый этап проекта «Мы за привлекательный футбол». Защитная сетка за футбольными воротами на краславском стадионе «Варавикснес» установлена в ходе реализации проекта в рамках конкурса «LMT Latvījai», — сообщила руководитель отдела развития Краславской краевой думы Инара Дзалбе.

Электронное табло результатов будет готово в конце ноября, хотя активное его использование начнется только в следующем сезоне.

«Мы за привлекательный

футбол» — одна из четырех задумок, получивших поддержку в конкурсе проектов в Краславском крае, на реализацию которой получено финансирование в размере 2000 евро. ■

УВЛЕЧЕННЫЕ ЛЮДИ

Бег – это проверка твоих сил

Эгита Терезе Йонане
Санта Матисане из Вишек в этом году выдержала два серьезных спортивных испытания – «Забег сильных», посвященный Дню восстановления независимости Латвийской Республики, а совсем недавно, 24 сентября, этап пробега по тропе «Mākonkalna Stirnu buks», проходивший в Резекненском крае. Она бежит только второй год, и, как Санта отметила в беседе с «Латгалес Лайкс», ее цель – не победа, а проверка своих сил.

«Когда училась в Шпогской средней школе, старалась избегать соревнований по кроссу, который проводила учительница Мария Шаршуне. Мне просто не нравился бег. И только два года назад я поняла, как нужно себя настроить как морально, так и физически. Дистанции становились все длиннее, когда я почувствовала, что могу преодолеть себя в более сложных условиях. Поэтому в прошлом году подала заявку на участие «Забег сильных». Тогда в забеге принимали участие более 400 бегунов, и я заняла 59-е место, а в этом году улучшила свой результат – финишировала на 39-м месте. Когда пробежал намного лучше, чувствуешь себя великолепно», — говорит Санта.

В этом году в «Забег сильных» ей нужно было преодолеть 9 км с 33 препятствиями — ямами с водой, искусственными барьерами, например, горами покрывшей. «Один отрезок трассы — глубокая



Санта с призом пробега «Mākonkalna Stirnu buks».

лужа с грязью — стал испытанием для всех. Мы завязали до середины бедер, многие оставили там кроссовки вместе с контрольным чипом. Следует отметить, что забеги сильных — это не те мероприятия, на которых «рвут» и обгоняют соперника.

Если ты споткнулся, двое трое подбегают и помогают. У одной девушки судорога свела мышцу, но бежавшие мимо старались помочь. Радует то, что это мероприятие солидарности, а не конкуренции».

В свою очередь, пробег «Mākonkalna Stirnu buks» было первым крупнейшим испытанием для Санты в Латгалии. Организаторы проложили



В этом году завоевана два приза на соревнованиях на выносливость.

трассы так, чтобы участники могли бы насладиться красивым пейзажем Моконькалнса. Одни бежали босиком, другие — в специальной обуви, бежали и молодые, и старые.

«Это был всего один этап цикла мероприятий, который завершится в Валмиере. Поэтому часть бегунов участвует, чтобы набрать очки. В этот раз я решила, что нужно поставить другую, большую цель, поэтому выбрала 24-километровую трассу «Stirnu buks» (еще были трассы зайца, рыси и другие). Нужно было бежать по гравийной дороге, потом — несколько километров — по темному лесу. После выбежали на луг, полный цветов. Леса и луга поочередно сменяли друг друга. Мы бежали также через дворы, в одном из них хозяин оставил нам яблоки. В свою очередь, организаторы позаботились о том, чтобы мы могли в четырех точках попить или съесть бутерброды. Трасса была интересная. Через 10 км почувствовала, что мои силы на исходе, и тогда началось мое самое большое испытание — борьба со временем и оставшимися километрами. Хотелось часто смотреть на часы. Я бежала и останавливалась, снова бежала и снова останавливалась. Остались последние четыре километра, к тому же, нужно было подняться на Моконькалнс. Но, когда я увидела озеро Разнас, у

меня открылось третье дыхание, помогали также крики поддержки. Спасибо папе, который приехал со мной. К финишу я не бежала, а неслась», — вспоминает Санта.

С. Матисане к таким серьезным забегам готовится весь год. Она тренируется через день в лесу Нового Форштадта или на трассе в Стропах, а также дважды в неделю посещает спортзал. Тренировать выносливость помогает также участие в молодежном танцевальном коллективе «Ликсме» Центра культуры Даугавпилсского края, а также работа преподавателем танца в Науенском центре культуры и Науенской основной школе.

Санта рассказывает: «Бегаю утром и вечером, но столько, чтобы чуть-чуть сил осталось для следующего раза. Делаю это в компании. Я научилась бежать без музыки в наушниках и не думать. В последнем забеге на Моконькалнсе два с половиной часа находилась вне времени и навязчивых мыслей. В свою очередь, накануне принимала участие в «Забеге красок HOLI», но это было развлекательное мероприятие. Также впервые состоялись соревнования по ориентированию Даугавпилсского края среди молодежи, где у меня и Миланы Лочи на 12-километровой дистанции было лучшее время. Сейчас начинаю думать об участии в мероприятиях по ориентированию.

Я считаю, для человека важно не только испытать себя, проверить, что ты можешь, но и заботиться о здоровье. Ты не можешь начать думать о душевном и физическом здоровье только в 40-летнем возрасте или насладиться всем, что предлагает жизнь. Девушки должны осознавать, что позже они будут выполнять миссию матери, а парням необходимо понимать, что, став отцами, нужно будет заботиться о семье. Я знаю — если есть цели и мечты, они будут достигнуты и исполнены. К тому же, подобные мероприятия дают прекрасную возможность общения с людьми. Я очень люблю мероприятия, в которых участвуют целыми семьями. Занимаясь спортом, они не только заботятся о своем физическом здоровье, но и путешествуют по Латвии».

В повседневной жизни Санта Матисане — специалист по делам молодежи отдела образования Даугавпилсской краевой думы, учится в магистратуре ДУ, осваивает специальность дизайнера интерьеров в Даугавпилсском строительном техникуме. ■

Фото — С. Матисане и Э. Т. Йонане.



Санта на финише «Пробега сильных».

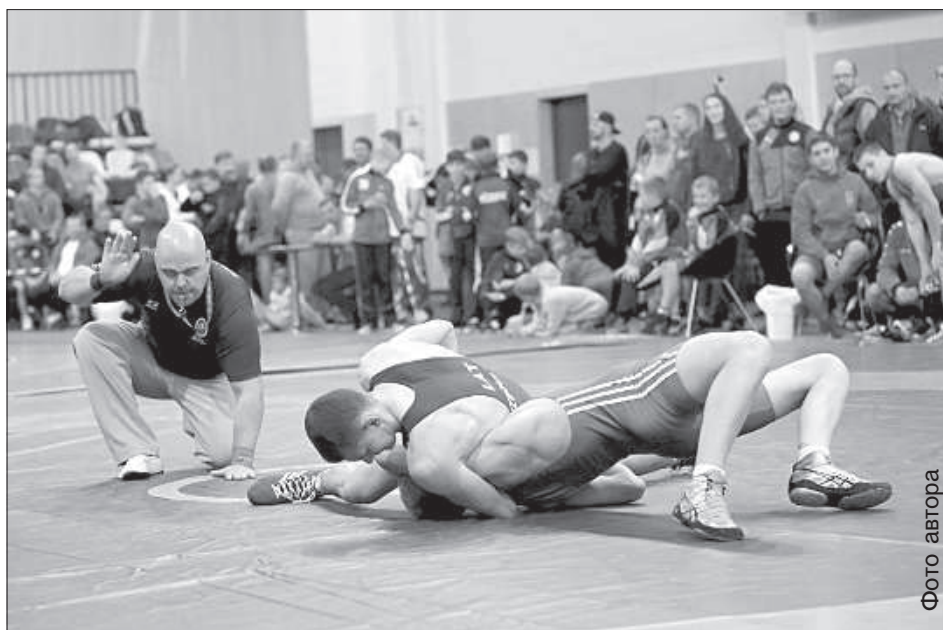
ГРЕКО-РИМСКАЯ БОРЬБА

Два «золота» на домашнем ковре

На международном турнире памяти мастеров спорта Даугавпилса по греко-римской борьбе местные атлеты взяли два «золота».

В весе до 50 кг первенствовал Артур Шешкен. Борец начал путь к пьедесталу с победы над Денисом Залецким из Советска (Россия) — 4:0. С результатом 8:0 в четвертьфинале из дальнейшей он борьбы выбил представителя Литвы. В полуфинале Артур справился с Владиславом Бегуном из Гродно (Беларусь), а в решающей схватке поверг еще одного представителя Белоруссии — Р. Снопковского из Лиды.

В весовой категории до 100 кг было три участника, которые провели турнир в три раунда. Каждый боролся с каждым. В итоге Михаил Чемиш выиг-



рал все три схватки, оставив позади гостей из Гродно и Балви.

Пятеро атлетов добрались до финалов, но уступили в заключительных схватках, завершив турнир на второй позиции — Глеб Зеньков (- 30 кг), Харитон

Богачов (- 38 кг), Дмитрий Парфен (-70 кг), Евгений Заливский (- 51 кг), Илья Полищук (- 76 кг).

Призовую тройку замкнули: К. Гейкин (- 30 кг), А. Тумаревич (- 30 кг), А. Барышников (- 38 кг), А. Тумаревич (- 38 кг), Я. Яковлев

(- 42 кг), А. Гейкин (- 70 кг), А. Филимонов (-70 кг), Ж. Лизбовский (- 58 кг), К. Дудко (- 76 кг).

В начале декабря классики проведут еще один турнир, ставший традиционным — 5-й турнир памяти Павла Крупенина. ■

БАСКЕТБОЛ

Даугавпилчанки открыли второй сезон евролиги

Команда Даугавпилсской ДЮСШ стартовала во втором для себя сезоне европейской юношеской баскетбольной лиги. После дебютного старта девчонки сразу же отоборались в финал лиги. Теперь уже искушенные в битвах на континентальных площадках подопечные Ирины Романенко открыли второй сезон на своей площадке.

Открывали турнир даугавпилчанки матчем против СДЮШОР №2 из Одессы. Фундамент будущей победы был заложен в первой четверти — 22:9, затем игра выровнялась — 11:8, 11:10, 8:10, но баланс первых восьми минут был сохранен, а вместе с ним и первая победа — 52:37. Абсолютным лидером в этом матче стала Лиза Чумик — 16 очков, 9 подборов, 4 перехвата, коэффициент эффективности +23, пять из шести двухочковых бросков ушли в корзину (83% реализации). Софья Пиманова — 8, Виктория Иванова — 6, Лаура Окунева — 6, Лига Лигита Головка — 6.

Вечером даугавпилчанки играли с варшавским «MPKK Sokolow SA». Равная борьба. В первой половине встречи удалось сделать задел в пять очков, а вторая половина завершилась с одинаковым результатом — 10:10 и 10:10.



Атакует Лиза Чумик.

Победа — 51:46. С 15 очками завершила матч Л. Чумик, плюс 11 подборов. Л. Головка — 13.

На второй день даугавпилчанки сошлись со «Спартой&К» из Подмосковья. В отличие от противостояния со сверстницами из Варшавы, с россиянками получились качели. Выиграв первую четверть — 16:14, вторую девчонки провалили — 5:13. Собирались в третьей — 13:12, но затем получили в четвертой — 5:22. Поражение — 39:61. Л. Чумик — 16, Л. Окунева — 7.

Вечером 1 октября девушки оформляют третью победу на турнире над клубом из Польши GTK

(Гдыня) — 69:34. Мощный задел был создан в первой четверти — 27:5, который удалось развить до победного — 69:34. Л. Головка — 19, Ирина Соколова — 11, Л. Окунева — 7, Анна Осипова — 7, Л. Чумик — 7.

Закрывали турнир даугавпилчанки с финскими баскетболистками из Хельсинки «Хелми». Провал в третьей четверти привел к поражению — 42:52. Л. Головка — 19, Л. Чумик — 11, Л. Окунева — 6.

По итогам первого раунда ЕЮБЛ лидером по набранному очкам за матч стала Лиза Чумик. В среднем за матч девуш-

ка набирала по 13 очков. По показателю результативных передач впереди Виктория Иванова — 2,6 в среднем за матч. Вторая по этому показателю Л. Чумик — 2,4.

По итогам первого раунда даугавпилчанки стали четвертыми. Выиграли тур представительницы «Хелми», вторые — «Елгава», а тройку замкнул еще один финский клуб — «РНУК Cadets».

Второй тур даугавпилчанки проведут 24-27 ноября в Риге, а в феврале пройдет заключительный третий раунд в Эстонии, по итогам которого определится финальная восьмерка. ■

СПИДВЕЙ

Анджей Лебедев стартовал в гоночном шоу в Лодзе

В Лодзе 2 октября ярко проводили спидвейный сезон-2016, организовав гонку «Speedway Show 2016». В товарищеском матче сошлись две команды: дружина Януша Слачке и дружина Леха Кедзеры. В составе дружины Я. Слачке выступал Анджей Лебедев.

Товарищеский матч завершился по-товарищески — 45:45. Хотя события развивались изначально совсем не по-дружески. Гонщики под руководством Л. Кедзеры вырвались вперед в первой половине встречи. Однако подопечные Я. Слачке постепенно съедали разрыв и к 11-му заезду восстановили равновесие в счете.

В заключительном 15-м заезде дружина Я. Слачке уступала — 40:44. На трек вышли А. Лебедев и Роберт Мисковяк, им противостояли Александр Локтаев и Якуб Ямрог. Роберт и Анджей вышли вперед, однако Александр, ехавший за ними упал. Был назначен перезаезд, но уже без А. Локтаева. Дуэт от Я. Слачке вновь вышел вперед и привез ничью в матче.

А. Лебедев в пяти заездах набрал 10+2 (0,2*, 3,3,2*), еще десятку

привез Эдвард Мазур — 3,3,0,1,3. 6 очков в активе Глеба Чугунова, Сергей Логачев — 1, Майк Тженсек — 3, Михал Песицкий — 4. Самым результативным был Роберт Мишко-вьяк — 11 (3,3,1,1,3).

У второй дружины по 10 очков привезли Я. Ямрог, Эрнест Коза. А. Локтаев — 9, Томаш Гапинский — 3, Марцин Новак — 6, Рафаль Трояновский — 7, Мариуш Пушаковский — 0.

В Свентохловице 8 октября состоится финал юниорского кубка NICE, в который отоборались 14 гонщиков из 40 участников по итогам шести этапов. Артем Трофимов из-за травмы, к сожалению, не смог продолжить гонки и бороться за выход в финал. В гранд-финал отоборались трое гонщиков «Локомотива»: Евгений Костыгов — 40 очков (4 место), Давис Курмис — 29 (5), Олег Михайлов — 27 (7). ■

ВОЛЕЙБОЛ

Латвия проиграла первый матч за выход на евро-2017

Мужская сборная Латвии по волейболу проиграла 1 октября в первом матче третьего раунда отборочного цикла на чемпионат Европы — 2017 в Эстонии — 2:3.

Проиграв первый сет — 17:25, во втором латвийцы взяли реванш — 25:16, но в новой партии гости опять перехватили инициативу — 19:25. В четвертой партии Латвия вновь качнула счет в свою пользу — 25:22. Однако в решающем сете эстонцы дожали хозяев паркета — 12:15.

Ответная игра пройдет в Эстонии 9 октября. Об-

ладатель путевки в финальную часть евро-2017 станет известен по сумме двух матчей.

Прибалтийское дерби стало самым результативным в третьем раунде. Турция насухо обыграла Португалию — 3:0, а Испания-Греция — 3:0.

Том Шванн в матче набрал шесть очков, столько же и у Андиса Цимошки, Д. Петров — 3. ■

ФУТБОЛ

«Локомотив» — чемпион региона

Завершился чемпионат Латвии второй лиги в латгальской зоне. «Локомотив» вничью сыграл с «Краславой», тем самым обеспечив себе победу в регионе.

«Локомотив» в 14-ти матчах набрал 40 очков, 37 очков в активе «Краславы». Тройку замкнули игроки «Илуксте» (25), далее по турнирной таблице расположились «Калупе» (22), «ДЮСШ Резекненского края/Саулеспуйкас» (18), «Дзиркстелю» (11), «ФА Резекне/ДЮСШ-2» (8), «Виесите» (1).

В рижской зоне чемпионом стал «Прогресс/Супер Нова», за ним следу-

ют Видземе — «Валка/Валмиера», Курземе — СЦ «Гробини», Земгале — ФК «Игате/Тами-Тами», северо-восток — СЦ «Балви».

Во втором этапе чемпионата Латвии могут принимать участие только победители региональных розыгрышей. Участники будут разбиты на две группы, и до 24 октября должна определиться финальная четверка, в которой выяснится чемпион второй лиги. ■

АЛКОГОЛЬ С ТРАВАМИ

МИСТЕР ФРАНЦУЗ

МАТЕРИКОВАЯ ОТМЕЛЬ

ШИРОКАЯ ОБОРКА У ПОЯСА ПЛАТЬЯ

МЕЧТА ВСЕХ КИНОЗВЕЗД

КРОМЕШНЯЯ ТЬМА

НАРОД СОСЕДИ ХАНТОВ

СОАВТОР ПЕТРОВА ПО «12 СТУЛЬЯМ»

ЧЕРТА ХАРАКТЕРА

ЕДИНИЦА ПИСЬМЕННОСТИ

НИТРАТ СЕРЕБРА — МОЗОЛЬ ПРИЖЕЧЬ

БОЛЬШАЯ ДВЕРНАЯ ЗАДВИЖКА

ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ ЛЕТКИ

САЧОК БОЛЬШОГО РАЗМЕРА

ТАНЕЦ ОБНЯВШИХСЯ ГРЕКОВ

«КАМЕНЬ ОБМАНЧИВЫХ НАДЕЖД»

ЗАПРЕТ

ГРУБОСТЬ, НЕВОСПИТАННОСТЬ

ЕГИПЕТСКИЙ БОГ ПЛОДОРОДИЯ

ФОРМА, ВИД, РАЗНОВИДНОСТЬ

ДЕРЕВО

СЕСТРА ТАЛАНТА

СОВРЕМЕННАЯ ГОРГИПНИЯ

ЕГО ЖАДНОСТЬ СГУБИЛА

ГОРНАЯ СИСТЕМА В ЕВРОПЕ

ФРАНЦ. ПЕВИЦА ЭДИТ ...

КОЛДОВОСТВО, ВОЛШЕБСТВО

1

РАМА ДЛЯ ОТЛИВКИ МЕТАЛЛА

2

ПСЕВДОНИМ ГОГОЛЯ

ЯПОНСКАЯ НЫРЯЛЬЩИЦА ЗА ЖЕМЧУГОМ

ДРУГ ЧЕБУРАШКИ

РЕКРУТИНГ

АСТРОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ

И ПТИЧКА, И ИГРУШКА

ТО ЖЕ, ЧТО КОЛЧАН

ИЗГНАНИЕ ФУТБОЛИСТА С ПОЛЯ

ТВОРЕЦ ОПЕРЕТТ ... КАЛЬМАН

МОЛОДАЯ, ЕЩЕ НЕ ЯГНИВШАЯСЯ ОВЦА

ОДНО ИЗ ВОЗМОЖНЫХ РЕШЕНИЙ

В ТАБЛИЦЕ ОН ПОСЛЕ УРАНА

ЖАН-КЛОД ВАН ...

СТИЛЬ ПРОИЗВЕДЕНИЯ

ВАЛЮТА БРАЗИЛИИ

КОРАЛЛОВАЯ ГРЯДА

И ТАНТАЛОВЫ, И ТВОРЧЕСТВА

КАТОД СО ЗНАКОМ ПЛЮС

ТРОС ВДОЛЬ БОРТА СУДНА

РЕКА В ЮАР, ПРАВЫЙ ПРИТОК ВААЛЬ

ПЕДАЛЬ ДЛЯ ОСТАНОВКИ АВТО

КРАСНАЯ СТРОКА, АБЗАЦ

И ТАНТАЛОВЫ, И ТВОРЧЕСТВА

КАТОД СО ЗНАКОМ ПЛЮС

КРЕПКАЯ КОРКА СУТРОБА

ГРУППА ПОДДЕРЖКИ КОРОЛЯ

ВОСТОК НА МОРЕ

3

ШЛА ПО ШОССЕ С СУШКОЙ

ОРЕОЛ НАД ГОЛОВОЙ СВЯТОГО

ПРОТОК, СОЕДИНЯЮЩИЙ ОЗЕРА

УГНЕТЕННЫЙ НЕВОЛЬНИК

ШАТАНИЕ НА ВОЛНАХ

СПОСОБ ПЕЧАТИ ГАЗЕТ

ВЕЛИКИЙ ГРЕК, АВТОР ТРАГЕДИЙ

ЛИЦЕМЕР ИЗ КОМЕДИИ МОЛЬЕРА

БОРЬБА ...ДЖИТ-СУ

БРИГАДА СУДЕЙ НА КОНКУРСАХ

ВЕС ТОВАРА С УПАКОВКОЙ

ОТЕЦ, ПРЕДОК У ТАТАР

КРАТКИЙ ЭПИГРАФ

УКРЕПИТЕЛЬНОЕ СООРУЖЕНИЕ

1 ММ РТУТНОГО СТОЛБА

УХАЖИВАЮЩИЙ ЗА ЛОШАДЬМИ

АДМ.-ТЕРР. ЕДИНИЦА В ДАНИИ

МУЗЫКАНТ И ТРОПИЧЕСКАЯ ПТИЦА

ВОСПЛАМЕНИТЕЛЬ ЗАРЯДА

НА НАРТАХ С ОСТОЛОМ В РУКАХ

«ДОБРЫЙ» КОЛЛЕГА САТИРЫ

КРУПНЫЙ НАРОД В ЗАПАДНОЙ АФРИКЕ

ТАК ЗОВУТ АКТРИСУ ТУРМАН

ПЛАТА ЗА ПЕРЕВОЗКУ ГРУЗА

ЗАРУБЕЖНЫЙ АВТОМОБИЛЬ



СУДОКУ ДЛЯ ВСЕХ

ЛЕГКАЯ

2	1	8		3				
	5		6			3		
		3						5
9					3			
	4	2	9		1	6	8	
			2					9
8					7			
		6			7		2	
				6		8	4	3

СРЕДНЕЙ СЛОЖНОСТИ

4	2	5	6					
					3			2
					4		6	7
7		9	4					
	1						5	
					2	8		1
2		7		1				
	3			2				
					9	2	8	3

ТРУДНАЯ

4	3					8		
				5				8
					9			4
		4		2				7
	2		1		3			8
	1			5		6		
8	4			7				
5					1			
				3			5	6

БУДЬТЕ  ЗДОРОВЫ!

Как в свой рацион «вписать» молоко?

Картошка с грибным соусом, десерты и крем-супы – вот лишь некоторые блюда, которых нередко избегают люди, старающиеся питаться с пользой для здоровья и думающие о своей фигуре. Как утверждает специалист по питанию Инга Пуце, любую трапезу можно сделать более здоровой, если найти для продуктов менее жирную альтернативу. Яркий пример – молоко, которым можно заменить ингредиенты с более высоким содержанием жира.

Молоко намного менее жирное, чем другие используемые каждый день продукты. Например, в половине стакана молока с содержанием жиров 3,2% примерно 60 ккал, а такое же количество 35% сливок содержит уже в шесть раз больше калорий! Если использовать молоко вместо сливок, можно сэкономить 270 ккал, что равноценно трем ломтям хлеба или трем картофелинам, трем большим яблокам, 50 г или половине плитке шоколада, – поясняет И. Пуце. – Использование продуктов-заменителей в долгосрочной перспективе оправдывает себя, и результат можно почувствовать и даже увидеть визуально. К тому же молоко содержит множество нужных питательных веществ – важный в нашей климатической зоне витамин D, отвечающий за здоровый иммунитет, и кальций для сильных костей».

Продукты, которые можно заменить молоком

Подслащенные напитки. Молоко с его сладким вкусом – прекрасная альтернатива богатым кало-

риями и пищевыми добавками напиткам. Лучше всего молоко употреблять теплым утром на завтрак – в чистом виде или с кофе, кроме того, можно приготовить богатую клетчаткой и витаминами кашу. Вкусные молочные напитки можно готовить и дома. Мастер по приготовлению еды Линда Вилмансоне предлагает рецепт из четырех ингредиентов: понадобятся 150 мл молока Trikata, половинка манго, банан и чайная ложка меда. Все эти продукты надо взбить в блендере до образования однородной массы. Приятная сладость манго и кремовая текстура банана прекрасно сочетаются с молоком Trikata и образуют в результате полезный и вкусный коктейль.

Перед сном, в свою очередь, можно попробовать пить молоко с чайной ложкой меда или половиной чайной ложки смеси специй, в которую входят корица, гвоздика, кардамон и куркума. Напиток ускорит обмен веществ и укрепит иммунитет.

Калорийные десерты. Вместо сливок и пирогов попробуйте что-то более



легкое, например, различные десерты с молоком. Так, из 2,5% молока Trikata можно приготовить ванильный соус со свежими ягодами, фруктовый или ягодный мусс с молоком, буберт или манную кашу с ягодным соусом, кисель с молоком. Эти освежающие десерты для завершения трапезы подарят длительное чувство наслаждения, подтвердив тем самым, что гурманство и дополнительные калории – это не обязательно синонимы.

Густые соусы. Ошибочно представление, что соусы надо готовить из жирных сливок. Для приготовления соуса из боровиков или лисичек можно использовать молоко. Это

позволит уменьшить количество калорий, а выраженный грибной вкус останется тем же. Чтобы получить несколько более густую консистенцию, можно добавить столовую ложку муки. Яйца тоже легко комбинируются с молоком.

Однако для приготовления мясных соусов лучше использовать сметану (не сливки или молоко) или томатный соус, которые облегчат переваривание мяса. Следует учесть, что молоко и молочные продукты плохо сочетаются с рыбой и считаются тяжелой комбинацией.

Жульены. Запеканки и другие запеченные блюда сами по себе богаты калориями, ведь их не-

редко посыпают тертым сыром или же они содержат более жирные куски мяса. И зачем добавлять лишние калории, если приготовленные на молоке блюда не менее вкусны, чем приготовленные на сливках? Например, при приготовлении жульена из шампиньонов обжаренные грибы можно смело залить молоком, а не жирной сметаной.

Супы. Как основу или добавку в супах вместо сливок можно использовать молоко. Один из самых популярных примеров – полезный молочный суп с перловкой. А в качестве добавки молоко прекрасно подойдет для крем-супов на основе картофеля или других

овощей. Между прочим, молоко делает более нежными перченые супы и супы, в которые положили слишком много чили, халапеньо или подобного им перца.

Вода. Как бы странно это ни звучало, есть рецепты, в которых воду можно и даже желательно заменить молоком, которое хорошо сочетается именно с зерновыми продуктами. Например, молоко можно добавить в тесто для блинов из пшеничной, ржаной или гречишной муки, а также в кашу из хлопьев.

Йогурт и сметана. Если дома молоко превратилось в простоквашу, ее можно использовать не только в качестве напитка. Ее, как и кефир, можно употреблять вместо сметаны или йогурта. Если мучают сомнения насчет происхождения йогурта или его состава, но хочется побаловать себя чем-то вкусеньким, можешь добавить в простоквашу ягоды, например, чернику, малину или клубнику. Лучше выбирать ягоды или фрукты одного вида. Этот совет особенно пригодится тем, кто хочет избавиться от лишних килограммов. Вначале сметану или йогурт можно частично разбавить простоквашей, если трудно полностью перейти на альтернативный вариант. ■

Лазерным прицелом по недугу

Это заболевание не принято обсуждать с друзьями. Даже близкому человеку не каждый может в нем признаться. Стыдно. Больно. Страшно. Это все о геморрое.

И только знающий врач может подсказать выход из трудной дилеммы. Современные методы лечения этого недуга позволяют справиться с ним быстро, безболезненно и деликатно. Правда, при одном условии: заболевание не должно быть запущенным! – Доктор, геморрой одно из самых распространенных заболеваний, хотя, об этом стараются не говорить открыто в силу деликатности вопроса. Каждый второй человек в мире страдает симптомами этого заболевания. Если не принять к обсуждению, значит, мала и осведомленность об этом недуге? Так ли это?

– По заказу «Lāzermedicīnas klīnika» недавно был проведен опрос среди населения Латвии, чтобы узнать реальную картину отношения людей к своему здоровью. В ходе опроса вы-

яснилось, что 47% опрошенных хорошо осведомлены о своем здоровье. 89% респондентов хотели бы еще больше узнать информации на эту тему. Это, конечно, порадовало нас.

Мы также задавали вопросы, касающиеся конкретно такого заболевания, как геморрой. Выяснилось, что 26% достаточно информированы о заболевании. Значительная часть опрошенных подтвердила, что имеет симптомы, при которых надо немедленно обращаться к специалисту (32%). Это – кровотечения, запоры, боли.

46% опрошенных, зная о проблемах, ничего не делают, чтобы начать серьезное лечение или же занимаются самолечением. И только 24% людей, имеющих симптомы заболевания, идут на прием к врачу. Цифры настораживают. Да и практика говорит о том, что на прием к проктологу,

преимущественно, приходят уже с запущенным заболеванием.

Можно ли, соблюдая рекомендации врача, вообще избежать геморроя?

– Как бы мы не старались, панацеи от этого заболевания нет. Мы же не живем в вакууме, вдали от мира и его соблазнов. Мы любим вкусно поесть, иногда выпить спиртного, многие ведут сидячий образ жизни в силу определенных профессиональных условий. Мы, наконец, давно уже приняли вертикальное положение, а это нагрузка на органы малого таза. Спорт, которым сегодня занимается огромное количество людей, требует определенных физических нагрузок, иногда и сверх нагрузок. Женщины рожают детей и в силу этого они также подвержены риску заболеть геморроем. Беременность – это нагрузка на вены малого таза, роды – это физические потуги и т.д. В конце концов, есть генетические факторы, которые также определяют

развитие болезни. Современный человек живет в ритме, который чаще всего не позволяет ему вести идеально правильный образ жизни, подбирать нужную пищу. Фаст-фуд, острая, копченая пища... Факторов очень много и все они влияют на то, что уже в относительно молодом возрасте мы наблюдаем пациентов с возникающими проблемами прямой кишки, в том числе, с геморроем. В среднем, это активный, работоспособный возраст от 30 до 45 лет.

Все в руках специалиста

– Что же в таком случае вы порекомендовали бы людям делать, раз так неумолимо нас преследует риск пополнить ряды мучеников геморроя?

– Если есть признаки проблемы – нужно обязательно идти к специалисту, консультироваться. И ни в коем случае не ставить диагноз самостоятельно или спасаться от болезни в аптеке, без

предписания врача, купив разных свечей, которых сегодня огромное множество в ассортименте. Подобное поведение безрассудно по отношению к себе, ведь за признаками, которые на первый взгляд могут быть аналогичны признакам геморроя, может маскироваться более страшное заболевание, которое опасно для жизни. Таким образом, можно пропустить момент развития более страшного и опасного заболевания как, например, язвенного колита, болезни Крона, полипов, рака. И об этом говорит наша статистика. Врачи проктологи редко видят у себя на осмотре человека на очень ранних стадиях ракового заболевания. Чаще всего приходят с поздней или крайне запущенной болезнью. А ее не всегда уже можно вылечить.

Что касается геморроя, то с ним можно жить, от него не умирают. Но, чем более он запущен, тем неприятнее, агрессивнее и дороже его лечение.

Кроме того, что вы тратитесь на лекарства, на курс лечение, еще идут косвенные затраты. Теряются деньги в период реабилитации, пока не работаете, вас могут перевести на менее оплачиваемую должность и т.д.

– Современные технологии творят чудеса. К счастью, они внедряются сегодня и у нас в Латвии. Знаю, что вы были первым хирургом, проктологом в нашей стране, который сделал лазерную операцию при диагнозе геморрой. Что изменилось с тех пор, появились ли новые методики?

– Операции, или лучше назвать их манипуляциями, по лазерной методике в проктологии теперь проводятся регулярно. Наши врачи из «Lāzermedicīnas klīnika» имеют уже солидный опыт в их проведении. Методики самые прогрессивные, применяемые в лучших клиниках Европы. Можно без преувеличения сказать, что это технологии № 1 на сегодня.

ДОМАШНИЙ АДВОКАТ

На вопросы читателей отвечает юрист Вячеслав Ратник. Звоните по тел. 65425553, моб. 29342210 каждую среду с 9.00 до 11.00.

Вячеслав Ратник – юрисконсульт (юридическое обслуживание юридических и физических лиц, составление договоров, судебных исков, консультации, нотариальное заверение переводов, приватизация квартир, регистрация недвижимой собственности в ЗК, представление интересов в суде), ведет прием по адресу: ул. Имантас, 51 (вход со стороны ул. Михозлса). Тел. 65413202, моб. тел. 26811561 – по рабочим дням с 9.00 до 17.30.



– Я покупаю участок сельскохозяйственной земли, на котором находится полуразрушенные постройки. Земельный участок зарегистрирован в земельной книге, постройки – нет. О собственнике построек также ничего неизвестно и документов нет. Какие нюансы могут возникнуть при дальнейшем использовании земли?

– В любом случае вы должны осознавать, что приобретаете земельный участок с применением, если все-таки у построек появятся собственник и зарегистрирует права собственности в земельной книге, он может потребовать выделение за арендную плату участка земли необходимого для содержания построек.

– Моя соседка интересуется, возможно ли в данное время выкупить квартиру, в которой она проживает, если эта квартира не была своевременно приватизирована? Проживает она в ней с 1985 года.

– Да, выкупить квартиру возможно, но уже за деньги и по цене отвечающей рыночной стоимости квартиры на данный момент.

ры необходимо обратиться с заявлением в самоуправление, на территории которого находится квартира.

– Я получил письмо из суда, где указано, что фирма, в которой я оформлял кредит, обратилась в суд с заявлением о взыскании, и что дело будет рассмотрено без участия сторон, в письменном виде. Почему судом была выбрана такая процедура? Можно ли обжаловать в случае необходимости это решение?

– Да, существует упрощенный порядок рассмотрения исков, предусмотренный для определенной категории дел. Если основной долг (без процентов и штрафов) на момент подачи заявления истцом не превышает 2100 евро, то дело рассматривается в упрощенном порядке. Заполняется бланк определенной формы и отсылается в суд. Ответчику суд тоже высылает бланк для подачи возражений. Затем дело рассматривается на основании поданных документов и выносится решение.

Решение суда, возможно, обжаловать в установленном законом порядке.

Подготовил
Сергей Кузнецов.

ОТВЕТЫ НА ПРЕДЫДУЩИЙ СКАНВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ. Ведьма. Окуроч. Ерунда. Рулон. Патронаташ. Альбом. Аве. Зной. Доминанта. Уши. Обуза. Анды. Карп. Мир. Арка. Кортж. Фото. Ром. Пижамы. Эдем. Дар. Иол. Ткань. Тёрн. Акциз. Кидала. Кегли. Аба. Убор. Риск. Хала. Аренда. Ака. Антрацит. Листья. Азот.

ПО ВЕРТИКАЛИ. Меланхолик. Эстакада. Обод. Руль. Укор. Грот. Блуза. Терминал. Шар. Кирка. Шарм. Паж. Малец. Волан. Закат. Дунай. Нахал. Мопед. Мул. Бант. Атом. Ильм. Краля. Клоун. Очистки. Арарат. Диета. Тын. Рокада. ДНК. Манул. Каштаны. Алтарь. Азарт.

ЧАСТНОЕ ОБЪЯВЛЕНИЕ
ПУБЛИКУЕТСЯ БЕСПЛАТНО:

- ▶ если объявление написано разборчиво (желательно печатными буквами) на вырезанном из газеты бланке и содержит не более 125 знаков (одна клеточка – для одного печатного знака, включая пробелы между словами);
- ▶ если объявление на бланке подается в одну рубрику и содержит информацию об одном предмете купли, продажи, обмена и т.д.;
- ▶ если объявление связано с поиском постоянного места работы, перепиской или знакомством.

ВНИМАНИЕ !!!

- Объявление должно начинаться с указания конкретного объекта купли-продажи, обмена.
- В рубрику "Знакомства" объявления с указанием домашнего адреса или телефона принимаются при предъявлении документа, удостоверяющего личность.
- Объявления на поддельных бланках не публикуются!

Все объявления фирм – коммерческие.

Если вас не устраивают ограничения, накладываемые на объявления в рубрики, вы можете подать рекламу на любую площадь (различные виды товаров, различные услуги, длинный текст).

ВНИМАНИЕ !!!

- Редакция откажет в публикации объявлений о купле-продаже документов, оружия (кроме спортивного), наркотиков, объявлений, дискредитирующих физических и юридических лиц, и с просьбой выслать деньги по указанному адресу.
- Редакция оставляет за собой право редактировать текст объявлений.
- Объявления на поддельных бланках не публикуются!
- Бланки без срока годности не принимаются.

РЕКЛАМА
и ОБЪЯВЛЕНИЯ

факс 654-49185 (реклама)
тел. 654 23483 (объявления)

000 «Lauku Miesnieks»

ЗАКУПАЕТ
ДОМАШНИЙ СКОТ

Высокие цены.
Оплата сразу. Весы.

Тел. 20207132

SIA "LATVIJAS GAĻA"

ЗАКУПАЕТ

КРУПНЫЙ РОГАТЫЙ СКОТ,
МОЛОДНЯК, ОВЕЦ, ЛОШАДЕЙ

Весы. Оплата сразу

Тел. 28761515

SIA „AIBI”
ЗАКУПАЕТ
КРУПНЫЙ РОГАТЫЙ СКОТ,
МОЛОДНЯК, ОВЕЦ, ЛОШАДЕЙ
ЗАКУПАЕТ ТАКЖЕ МЯСНОЙ
МОЛОДНЯК НА ЭКСПОРТ
Хорошие цены.
Оплата сразу. Весы.
26142514 ☎ 20238990

SIA "RENEM"
ЗАКУПАЕТ
• КРУПНЫЙ
РОГАТЫЙ СКОТ
• МОЛОДНЯК
• ОВЕЦ
Электронные весы.
Повышенные цены.
Оплата наличными или
перечислением.
☎ 29996309, 26447663, 29485520.
☎ 26393921, ☎ 65329997
re-nem@inbox.lv

Покупаем
ЛЕСА, ЗЕМЛИ
всех видов
☎ 29764751

Транспортная компания
примет на работу
ВОДИТЕЛЕЙ
с категорией СЕ
и опытом работы
на автомобиле
"Вольво" 92м³
ГОЛЛАНДИЯ или ГЕРМАНИЯ /
РИГА-МОСКВА
Сред. зарплата – 1500-1600 €/мес.
Все водители застрахованы
от всех случаев в жизни.
45-часовой отдых: водитель
находится дома. И другие плюсы.
☎ 25627777

ПРОДАЮТ

- калориферы-обогреватели б/у (немецкие), 3 вида. Малый, средний и большой. 3 штуки. Недорого. Тел. 28242699.
- картофель крупный «винета». Цена 0,15 евро\килограмм. Тел. 26169505.
- набор ключей (воротки-головки), 108 предметов. Новый! Тел. 26151316.
- электросварку инверторную, мощность 250 А. Электрод до 4 мм. Новый! Тел. 26151316.
- ячмень, 10 тонн. Цена 130 евро\тонна. Тел. 26169505.

НЕДВИЖИМОСТЬ

- Покупают землю 1 га и более, в т.ч. с лесом. Оплата сразу. Можно без Земельной книги. Тел. 22331881.

УСЛУГИ

- Боли в шее, спине, пояснице или суставах? Головные боли или головокружения? Онемение рук, хроническая усталость или плохой сон? В чем причина этих проблем и как улучшить свое состояние без медицинского вмешательства? Посетите Wellness-специалиста, сертифицированного Швейцарской академией atlasPROfilaxR, также имеющего и медицинское образование, и 35-летний опыт практики. Запишитесь на Wellness-консультацию и выясните первопричину проблемы! Получите безопасное и эффективное Wellness-решение! Звоните! Тел. 29747278, 29747225.

УВАЖАЕМЫЕ АБОНЕНТЫ SIA "LATVIJAS PROPĀNA GĀZE"!

Просьба сдать показания газовых счетчиков за 2016 год.

Показания счетчиков принимаются с 01.10.2016 по 15.12.2016

Сдать показания счетчика можно несколькими способами:

1. Сообщить показания счетчика на домашней странице - www.lpg.lv (E-Услуги)

2. SMS (сообщение):

Отправив на номер 144 следующий текст: LPG xxxxxxxx 0001.001 где: xxxxxxxx – ваш 8-значный номер абонента, который указан у вас в договоре или на квитанции к оплате.

0001.001 – Показание вашего счетчика на день отправки сообщения, целые и дробные кубометры газа должны быть разделены точкой, как указано на циферблате счетчика.

Стоимость отправленного SMS-сообщения согласно тарифам вашего мобильного оператора.

При составлении и отправке SMS-сообщений обращайтесь внимание на расстановку пробелов согласно образцам сообщений.

3. Сообщение показаний счетчика посредством электронной почты (бесплатно):

Укажите свой номер абонента, показания счетчика, дату снятия показаний счетчика и пришлите нам письмо на адрес электронной почты: abonenti@lpg.lv.

Образец письма:

Номер: xxxxxxxx; Показания: 125,046 м3 Дата снятия: 20.10.2016

4. По телефону - позвонив на номер – 67815000.

(линия часто сильно перегружена).

21.10.2016 Kultūras pils, Smilšu 92
13:00 KONCERTS
18:00 GALĀ KONCERTS

2016 Daugavpils Latvija

Kolektīva pārrašanās un informācijai:
654-43809 (www.dkp.lv)

PARADALLE

KĀRTĀPĀRTAISMAIS BĒRNU UN JAUNĒŠU CIRKA MĀKSĻAS FESTIVĀLS

CIRKS CIRKS CIRKS CIRKS

ТЕПЕРЬ И В ПРЕЙЛИ!
МОЖЕТЕ ПОДАТЬ БЕСПЛАТНОЕ
ОБЪЯВЛЕНИЕ В ГАЗЕТУ

РЕКЛАМА

PIEKTDIENĀS

БУЛЬВАР РАЙНИСА 9

НЕОБХОДИМО ПОДПИСАТЬСЯ НА "ЛАТГАЛЕС ЛАЙКС"!

BEZMAKSAS PRIVĀTSĻUDINĀJUMS

Объявление принимаем только на наших оригинальных купонах бесплатных объявлений!

Для публикации в газете ЛАТГАЛЕС ЛАЙКС
БЕСПЛАТНОЕ ЧАСТНОЕ ОБЪЯВЛЕНИЕ ☐ нужную рубрику зачеркнуть

недвижимость	авто/мото	сельхозтехника	домашние животные
сельхозпродукция	ищу работу	знакомства	разное

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
1																								
2																								
3																								
4																								
5																								

Бланк годен в сентябре/октябре

www.latgaleslaiks.lv ул. Саулес, 716, Даугавпилс, LV-5401 www.latgaleslaiks.lv
тел./факс 65449185(реклама), 65422134 (частные объявления)