



Как оживить заброшенные здания? – стр. 3



В 96 лет главное здоровье – стр. 4



Результаты соревнований на кубок «Латгалес Лайкс» – стр. 8

ISSN 1407-9216



ЛАТГАЛЕС ЛАЙКС

№ 83 (2814) Вторник, 24 октября 2017 года

Розничная цена 0,50 EUR

+ СКАНВОРД И СУДОКУ

Останки польских воинов обрели покой в Лауцесе



Процессия к месту захоронения.

Артем Сталидзанс

21 октября, на католическом кладбище Лауцесе, в присутствии должностных лиц, военных, представителей духовенства и местных жителей прошла церемония перезахоронения останков девяти воинов 1-й дивизии Польского легиона, павших в боях за освобождение Латвии в 1919 году.

(Окончание на 5-й стр.)

Стоянки и променады достроят в 2018 году

Александр Рубе

19 октября депутаты Даугавпилсской городской думы в сопровождении заместителя руководителя УКХ Артура Джериньша отправились на выездное заседание комитета городского хозяйства с целью осмотреть строящиеся парковки и променады. Поездка оказалась полна неприятных наблюдений и выводов.



Стоянку у СГД не могут завершить уже с осени 2016 года.

Фото автора.

Начинаются традиционные встречи с земляками редакции газеты «Латгалес Лайкс»!

27 октября

В Ликсенском волостном управлении с 9.00 до 10.00

В Ницгальском народном доме с 10.30 до 11.30

В Калупском волостном управлении с 12.00 до 13.00

В Вабольском волостном управлении с 13.30 до 14.30

Вы сможете оформить подписку на 2018 год: «Латгалес Лайкс» – € 30 на весь год.

«Реклама по пятницам» – € 40 на весь год.

В подарок – настенный календарь на 2018 год! Уважаемые читатели! Мы ждем вас!

Приходите, спрашивайте, критикуйте, предлагайте и оставайтесь с нами в 2018 году!

Прогноз погоды



В середине недели в Латвии прогнозируется снег, снежный покров образуется во многих районах страны, пишет lsm.lv.

Сегодня погода сохранится без больших изменений, в основном, будет солнечно. Существенных осадков не предвидится, во многих местах возможен туман и иней. Температура утром составит +1..-4 градуса, днем +1..+5 градусов.

Утром в среду на большей территории страны ожидается мороз, днем небо затянут тучи.

В ночь на четверг местами будет идти сильный снег, в центральной и восточной части страны сформируется снежный покров. Возможен небольшой дождь, порывистый юго-западный ветер принесет более теплый воздух, и температура достигнет +4..+9 градусов.

В конце недели над Латгалией пройдет обширный циклон, поэтому часто будет идти дождь, возможен мокрый снег и сильный ветер.

Dr. Mauriņa Vēnu klinika

ДНИ ВЕН

Прием будут вести врачи „DR. MAURIŅA VĒNU CENTRS”

☞ **Сонографическое обследование вен на ногах**

☞ **Консультации и план лечения**

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

Пятница, 27 октября, с 8.00 до 19.00



С картой привилегий клиники на консультацию – скидка!



Др. ЮРИС РИТС
хирург кровеносных сосудов, флеболог



Др. РЕТС ВИГАНČС
хирург, флеболог

Предварительная запись на ПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ по тел. 67374747, 67315316

Началась акция «Сбор зеленой массы»

Александр Рубе

В этом году акция «Сбор зеленой массы» будет проводиться на протяжении двух недель – с 23 октября по 6 ноября. Работники оператора по вывозу мусора SIA «AADSO» будут вывозить отходы биологического происхождения, для чего в нескольких микрорайонах города установят металлические контейнеры объемом в 7 кубометров.

Даугавпилсская дума напоминает, что в контейнеры можно сбрасывать скошенную траву, листья деревьев, ветви и прочий мусор, который появился

в результате очистки административной территории Даугавпилса. Эта тара не предназначена для бытовых или строительных отходов.

Контейнеры будут установлены на перекрестках следующих улиц:

- Апшу и Нометню
- Диенвиду и Даугавас
- Гродняс и Баускас
- Риексту и Апию
- Транспорта и Кайниеку
- Вентспилс, Ливану и Гродняс
- Уденс и Базницас
- Шуню и Ликснас
- Достоевского и Ошкарна
- Ирбью и Вентас
- Миера и Гродняс.

Переезд «SW Kover» по-прежнему под вопросом

Предприятие по калибровке кишок «SW Kover» в Межциемсе, возможно, закроется. Об этом на пресс-конференции 17 октября в Даугавпилсской думе сообщил заместитель председателя Айвар Здановский.

Как уже сообщалось ранее, в соответствии с постановлением Государственной службы по охране окружающей среды, предприятие должно переехать в другое место до марта 2018 года, или ему больше не будет присвоена специальная категория для ведения своей деятельности. Жалобы жителей на запах с производства поступают почти каждую неделю, но ситуация остается неизменной.

Хотя пару лет назад между «SW Kover» и самоуправлением был подписан договор о намерениях, вопросу о переезде предприятия в микрорайон Крыжи не уделялось должного внимания. Теперь ситуация изменилась – промышленную зону, на которую ранее претендовала межциемская фирма, могут отдать фирме «Latraps», перерабатывающей рапс и зерновые. Оборот этого предприятия составляет около 300 млн евро в год, и дума однозначно хочет видеть данную компанию в городе. Более того, не исключается, что в случае переезда «SW Kover» в Крыжи там может сложиться точно такая же ситуация с

запахом, как и в Межциемсе, сказал А. Здановский.

«Юридическое соглашение с «SW Kover» у нас до сих пор отсутствует, поэтому заниматься ради них развитием какой-либо деградированной территории у нас мотивации нет. Сейчас этот вопрос остается открытым, но дума, с учетом всех жалоб и мнения службы по охране окружающей среды, не поддерживает это предприятие. Скорее всего, его придется закрыть», – отметил он.

По словам А. Здановского, в случае закрытия фирмы по переработки кишок потеря рабочих мест сможет компенсировать кооперативное общество «Latraps».

Согласно требованиям самоуправления, размещение какого-либо предприятия в производственной зоне Крыжей допустимо лишь при привлечении как минимум 700 000 евро инвестиций и обеспечении 60 новых рабочих мест. Эти показатели должны гарантировать одно юридическое лицо – размещение сразу нескольких предприятий по этой схеме запрещено. ■

Стоянки и променады достроят в 2018 году

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Парковку на ул. Кандавас, 1 должны были открыть уже в начале августа, однако фирма «CKD D» решила взять технический перерыв без уточнения срока сдачи работ. В ответ самоуправление назначило предприятию штраф в размере 10% от суммы договора (общая стоимость – 30,6 тыс. евро). На самой площадке, которая располагается напротив музыкальной средней школы, уже выполнено 2/3 работ, осталось уложить асфальт. Поэтому депутаты считают приемлемым расторгнуть договор и заказать укладку у другой фирмы.

«Проблема стоянки на ул. Кандавас 1 заключается в низком рельефе, из-за которого вода не уходит, а застаивается на месте. Рядом пруд и Даугава, откуда приходят грунтовые воды. Если все утрамбовать, то можно смело укладывать асфальт. Но этого до сих пор не сделано», – сказал А. Джериньш.

Аналогичная ситуация создавалась на парковке в центре города рядом с су-



Депутаты обсуждают парковку на ул. Кандавас, 1.

пермаркетом «Максима». Здесь работы нужно было завершить к концу августа, но эти планы сорвал продолжительный ливень. Фирма «DSM Meistari» попросила о продлении срока сдачи работ, приложив к этому данные из Метеорологического центра, и получила положительный ответ. Напомним, здесь создается двойная парковка, по обе стороны ул. Кандавас. Но если с левой стороны дороги все почти готово, то справа асфальт все еще не уложен.

«Чрезвычайной ситуации здесь никто не вводил, так что нам нужно будет проверить обоснованность решения о продле-

нии срока сдачи стоянки в эксплуатацию, – отметил после осмотра депутат Янис Лачплесис. – Все это нужно выяснить уже на следующем заседании комитета городского хозяйства».

Еще более драматичная ситуация складывается на ул. Клуся, где парковку около православного кладбища не могут закончить уже на протяжении года. С начала сезона работа здесь практически остановилась, хотя нужно было только уложить асфальт. Строительство проводит фирма «CKD D», к которой и в этом случае был применен штраф. По мнению представителя самоуправления, в городе стоит провести показательный процесс за халатное отношение к своим обязательствам. В то же время, прибегать к крайним мерам тоже нельзя, ведь в противном случае работников придется приглашать из других городов.

«Хочется видеть хоть какое-то уважение к городу со стороны строительных предприятий, но положительных примеров очень мало – констатирует А. Джериньш. – Зачастую,

когда у фирм уже подходят сроки, они все еще заняты на объектах за пределами Даугавпилса».

Многострадальный променады

После стоянок члены комитета осматривали зону променада у озера Большие Стропы. Стоянка на 101 парковочное место у Даугавпилсской региональной больницы почти закончена – последние «штрихи» будут сделаны уже на этой неделе, фирма «Labiēkārtošana-D» (168 000 евро). Здесь повезло с почвой, так как область по ул. Васарницас имеет хороший фильтрующий слой, и дождевая вода здесь не застаивается. Скоро машины здесь сможет бесплатно оставлять как медперсонал, так и посетители.

В свою очередь, строительство променада придется отложить до весны, поскольку здесь сложности вызвали не только ливни, но и судебное разбирательство с владельцем частной собственности. С недовольным хозяином удалось договориться, но удачный момент для стройки был упущен.

Сейчас строители «Latgales Ceļdaris» работают в ускоренном режиме. Но даже при самом хорошем сценарии максимум, что удастся сделать, уложить асфальт у спасательной станции, вывезти строительный мусор и обогатить обочины. Артур Джериньш надеется, что зимой эту часть променада (пока без асфальта) уже можно будет использовать для прогулок. ■



Променады в этом году достроен не будет.

Ночной приют работает круглосуточно

Елена Иванцова

Социальная служба Даугавпилса сообщает, что ночной приют готов к работе в холодных погодных условиях и призывает горожан не оставаться равнодушными, сообщая о людях, которым нужна помощь.

В зимний период, который начался с 16 октября, ночной приют работает круглосуточно. Здесь 16 спальных мест для женщин, столько же для мужчин, 8 мест в изоляторе и 20 сидячих мест. В случае необходимости приют может принять большее количество клиентов.

Клиентам в приюте предоставляется ужин и завтрак, они получают услуги социальных работников,

первую медицинскую помощь, санитарную обработку, они могут постирать белье, принять душа, посмотреть телевизор.

В рамках программы социальной реабилитации «Горячая еда – здоровая среда» клиентам предоставляется бесплатное горячее блюдо (400 гр супа и 100 гр хлеба), первичный медицинский осмотр для обнаружения платяных вшей и педику-

леза, рекомендации пройти профилактический осмотр (флюорография) у пульмонолога в Даугавпилсской региональной больнице, консультации о получении услуг социального/ночного приюта. По статистике, ежедневно бесплатную горячую еду здесь получают от 60 до 120 клиентов. Всего с начала года и до начала октября социальные услуги ночного приюта получили 197 клиентов. Средний возраст клиентов от 40 до 60 лет, преимущественно, это мужчины.

Каждую неделю социальные работники вместе

с муниципальной полицией выезжают в районы наибольшего скопления людей без определенного места жительства. Совместные выезды с муниципальной полицией проводятся 8 лет.

Жители Даугавпилса, заметив на улице в холодное время или ночью людей без определенного места жительства, могут звонить по телефонам: **113, 654-21500 в полицию самоуправления или работникам ночного приюта в рабочие дни с 8.00 до 17.00 по телефонам: 65442691, 65442694, 65442698, 65441698, вечером по тел. 65442694.** ■

| | | | | | |
|--|--|--|---|---|--|
| <p>ЛАТГАЛЕС ЛАЙКС ЛАТГАЛЬСКАЯ ГАЗЕТА</p> <p>Редакторы Латгалес Лайкс Елена Иванцова Latgales Laiks Инесе Минова</p> | <p>Регистр. удостов. № 0930.</p> | <p>Тел. для справок - 65422134 моб.тел. - 29454560 тел./факс - 65449185</p> | <p>АВТООТВЕТЧИК 65423424</p> | <p>Подписка принимается в отделениях "LATVIJAS PASTS" и в редакции газеты</p> | <p>Издатель - SIA "LATGALES LAIKS"</p> |
| | <p>Газета выходит по вторникам и пятницам с 23 мая 1992 года.</p> | <p>ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ - 65423483 e-mail: info@latgaleslaiks.lv e-mail: reklama@latgaleslaiks.lv http://www.latgaleslaiks.lv</p> | <p>ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС - 3008</p> | <p>Регистрационный № 41503004556</p> | |
| <p>Отпечатано в SIA "Latgales Druka", ул.Базницас,28, Резекне, LV 4601. Офсетная печать.</p> | <p>Наш счёт: № LV45UNLA0005009467898 AS SEB BANKA; код: UNLALV2X</p> | <p>Член правления – Ивета Валпетере</p> | | | |

Как оживить заброшенные здания?

Александр Рубе

Проблема заброшенных и не используемых зданий актуальна и постоянна не только в Даугавпилсе, но и во всей Латвии. Решать ее пытаются разными способами, но успешных примеров пока еще единицы. О том, как можно оживить «заброшки», в Даугавпилсе рассказали Марцис Рубенис и Язепс Бикше – основатели негосударственной организации «Free Riga», которая дает вторую жизнь заброшенным зданиям.

Мероприятие «Пустые пространства», организованное Институтом Гете и Региональным образовательным центром немецкого языка и изучения Германии при Гуманитарном факультете ДУ, состоялось 14 октября в малом пороховом погребе Даугавпилсской крепости. Увы, собрались на встречу лишь единицы заинтересованных.



Малый пороховой склад Даугавпилсской крепости совсем недавно перешел в собственность города.

Фото – RFZ Daugavpils.



Здания на перекрестке улиц 18 Ноября и Виенибас давно портят облик города.

Фото автора.

Все говорят «нет»

Презентация «Free Riga» началась с сурового, но реалистичного описания нынешней ситуации с пустующими объектами в Латвии. На протяжении многих лет Рига считалась «столицей заброшек в Европе», поскольку удельный вес неиспользуемых зданий был, действительно, очень высок. Сегодня не самый почетный титул ушел к некоторым населенным пунктам Германии, но в Риге кардинально так ничего и не изменилось. В других городах Латвии, таких как Даугавпилс и Лиепая, положение фонда недвижимости также оставляет желать лучшего.

В разных частях страны периодически появляются инициативные группы, готовые использовать заброшенные постройки для разных творческих, социальных или туристических нужд. Однако, уже на стадии планирования своей деятельности, подавляющее большинство из них сталкиваются с двумя большими проблемами, главные из которых хитросплетения законодательства и апатия владельцев недвижимости.



Огромные пространства – особенность заброшенных зданий в крепости.

Фото автора.

«Все, и чиновники, и владельцы зданий всегда говорят «нет», - делится опытом Марцис Рубенис. – Когда у вас на протяжении многих лет стоит гниющее здание, и кто-то вдруг начинает им интересоваться, то это вызывает большие подозрения. Хуже всего, конечно, когда собственник находится в какой-нибудь Канаде».

Главная задача «Free Riga» - обслуживать пустующее здание на основе взаимной выгоды. Владелец недвижимости, соглашающийся на предоста-

вление своего объекта организации и ее партнерам, получает сразу несколько очень важных преимуществ:

- Скидку налога на недвижимость в размере 90% (благодаря статусу негосударственной организации);
- Приведение объекта в приятный внешний вид;
- Минимальные, но бесплатные для владельца ремонтные работы;
- «Оживление» и реклама недвижимости за счет ее новой функции.

Договор между НО и владельцем заключается

по принципу временного пользования – пока организация использует его для своих нужд, собственник не может продать или сдать объект кому-то еще. Обычно срок такого соглашения от 2 до 5 лет, в зависимости от планов владельца. В пустующем доме может появиться коммуна художников, галерея искусств, социальная столовая, концертная площадка, магазин благотворительности и многое другое.

Карты скрытого потенциала

По мнению основательницы «Free Riga», лучшим способом начать что-либо делать в деградированной зоне можно с двух важных шагов – создания карты заброшенных зданий города/района и утверждения отдельных энтузиастов в качестве «менеджеров квартала». В первом случае горожане, предприниматели и просто неравнодушные люди смогут увидеть реальное положение дел с заброшенными зданиями и узнать об их потенциале возможного применения. Для этого мож-

но использовать как интернет, так и печатные карты или карточки. Во втором случае речь идет о поддержке со стороны самоуправления тех лиц, кто и так помогает жителям города на добровольных началах.

Присутствующие горожане в первую очередь выделили два наиболее проблемных, но вместе с тем и перспективных района Даугавпилса: крепость и Межциемс. В них сконцентрировано большое количество заброшенных объектов, которые представляют историческую и культурную ценность. Многие здания принадлежат или уехавшим владельцам, или ГАО «Valsts nekustamie

trašumi», которые предпочитают лишь консервировать или продавать недвижимость, но не выделять ее для каких-либо нестандартных целей. Жителям бы очень хотелось видеть заброшенные здания другими – живыми и красивыми.

«Даугавпилсская крепость – очень интригующее место, – отметил Язепс Бикше. – Нам бы очень хотелось как можно ближе познакомиться с архитектурным наследием города, однако в условиях нашего рабочего графика это совсем не просто. Но мы с радостью готовы помочь советом всем тем, кто хочет изменить свое окружение к лучшему».

ДЛЯ СПРАВКИ

● Организация «Free Riga» была основана в 2014 году и на данный момент удачно управляет пятью большими заброшенными зданиями в Риге. За это время организация заручилась поддержкой более 40 спонсоров и партнеров. Сумма средств, которую владельцы недвижимости экономят благодаря деятельности «Free Riga», составляет 15-16 000 евро в год.

● Информацию об «Free Riga» можно найти на сайте www.freeriga.lv и в соцсети Facebook (@FreeRiga).

€15

ЧИТАЙ И ВЫИГРЫВАЙ!

24.10.

Разрешение на проведение лотереи № 4698.

Имя, фамилия _____ Род занятий _____

Адрес _____

Тел. _____ Газету покупаю Выписываю

Разрешаю использовать свои данные для проведения лотереи.

Во всех номерах «Латгалес Лайкс» до 19.12.2017 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

26 октября

(участвуют анкеты за октябрь)
5 денежных призов

2-й розыгрыш 10.00

30 ноября

(участвуют анкеты за ноябрь)
5 денежных призов

Финальный розыгрыш 10.00

Рождественский*

21 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 pams», в микрорайоне химиков – магазин «Rimi» (ул. Смилшу, 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!

До 100 лет рукой подать

Анатолий Крылов

В пятницу, 27 октября, редакция «Латгалес Лайкс» начинает традиционные поездки к своим верным читателям. Накануне мы навестили одну из наших многолетних подписчиц Янину Кантане (на снимке), которой 26 октября исполнится 96 лет.

В свои годы женщина прекрасно выглядит, с ней можно говорить на самые разные темы, она прекрасно ориентируется в текущих событиях, к тому же в совершенстве знает 4 языка.

По течению

«Я сама не верю, что через несколько дней мне исполнится 96 лет. Не пойму, как дожила до такого возраста. Жизнь пролетела незаметно. Все было, но больше хорошего. Слава Богу, я на своих ногах и за мной не надо ухаживать», — с этих слов она начинает разговор.

Нарядно одетая к нашему приходу, Янина Кантане напоминает учительницу, давшую путевку в жизнь не одной сотне учеников.

Родилась она в далеком 1921 году, в семье помимо нее росли еще

брат и сестра, которые сейчас уже в лучшем из миров. Отец Язеп работал на железной дороге машинистом паровоза, а мама была домохозяйкой. В годы войны Язеп уехал в Россию, и 3 года о нем ничего не было известно. Вернулся в 1944-м, а спустя год, после трех инфарктов, умер.

Почти всю жизнь Янина прожила в Даугавпилсе в разных домах, которые еще до войны строил отец. Сначала жили в Гайке на берегу Даугавы. Но в 1922 году во время сильнейшего наводнения дом семьи унесло большой водой. Отец вновь отстроился на том же месте, заверив, что снаряд дважды в одну воронку не попадает. Тем не менее, Даугава не раз держала семью в страхе, пока они не построили и не переехали в дом на Новом Строении.



Фото автора.

Янина полька по матери и латышка по отцу. Она закончила 4 класса польской школы, после чего ее перевели в основную школу с латышским языком обучения. Немецкий она освоила во время немецкой оккупации,

русский тоже знает в совершенстве.

После окончания школы Янина поступила в коммерческую гимназию, потом училась в Даугавпилском институте, но закончила всего два курса. Следующие 45 лет

женщина проработала в управлении торговли Даугавпилса.

Любимая мама и бабушка

Янина Язеповна хорошо помнит, как познакомилась со своим будущим мужем Станиславом: «Наши дома находились рядом. Он видел, как я выходила из подъезда. Однажды столкнулись, и так состоялось наше знакомство». Впоследствии мужа репрессировали, 6 лет он провел в Сибири. В 77-летнем возрасте Станислав ушел в мир иной: «А я все живу... Общаться почти не с кем — все умерли. Разве что костел посещаю и там вижу с некоторыми знакомыми». Впрочем, у Янины Кантане есть одно объяснение своего долголетия. Много лет назад в компании со знакомыми поляками она часто исполняла песню «Сто лет, сто лет...».

Впрочем, Янина не совсем одинока. В Риге живет 65-летний сын Витолд, есть у нее внучка Нелия и внук Эдуард, а также трое правнуков, самой маленькой Юле всего 4 месяца. С родными Янина

Язеповна поддерживает тесные добрые отношения, и они ее не забывают. Сын помогает оплачивать часть коммунальных платежей.

Анализируя качество времени и перемену власти, Янина Язеповна добрым словом вспоминает бывшего президента Латвии Карлиса Улманиса. О других руководителях говорит сдержанно.

В квартире именинницы идеальная чистота и порядок. По вечерам хозяйка смотрит телевизор — обязательно новости, читает газету от первой до последней строчки, а перед сном молится Всевышнему за себя и за других людей.

«Мне даже страшно подумать о трехзначной цифре. Доживу ли? Это зависит не только от меня, а от Бога и других обстоятельств. Буду стараться», — обещает Янина на прощание.

Коллектив газеты «Латгалес Лайкс» от всей души поздравляет Янину Кантане с днем рождения, желает ей крепкого здоровья и обязательно встретит свой вековой юбилей. ■

Жители Илуксте вспоминали историю аптеки

Эгита Тереза Йонане

12 октября центральная библиотека Илукстского края собрала аптекеров, чтобы отпраздновать 215-ю годовщину создания первой аптеки Илуксте.



Рута Крапане работает в восстановленной аптеке «Āla».



Полвека в аптеке отработали Мария Яриновская и Мария Цибульская.



Аптекари участвуют в играх.

Фото из архива центральной библиотеки Илукстского края и фото Э.Т. Йонане.

Фармацевты рассказали, как аптеки работали в прошлом веке, и участвовали в играх с детьми и педагогами дошкольного учреждения «Zvaņiņš», которые дали веселый концерт.

Мария Яриновская рассказала «Латгалес Лайкс», что в Илукстской аптеке отработала 50 лет. «В работе аптекаря есть преимущества и сложности. Мы лекарства готовили на месте, и это было нелегко. Тогда лекарства действительно принимали по необходимости, а сегодня многие их едят, как хлеб. Фармацевты, как врачи и учителя, были уважаемыми людьми», — сказала Мария.

Первым рабочим мес-

том Руты Крапане после окончания Рижской фармацевтической школы была Илукстская аптека, а на данный момент она работает в «аптеке «Āla» SIA «Vebrā serviss».

Рута отметила: «Мама меня, маленькую девочку, брала с собой в аптеку, и я из-за прилавка наблюдала, как люди в белых халатах смешивают порошки. Позже, уже сама будучи фармацевтом, делала так же. Мы готовили лекарства для больницы, взвешивали специальными весами, и самый легкий вес составлял 0,001 г. Сначала мы читали, какие составные части входит в порошок, потом перемешивали их. Когда порошок был готов,

снова перечитывали то, что записали. А в наши дни редко кто читает состав лекарства».

На презентации, которую подготовила руководитель читального зала библиотеки Ганя Рошане с коллегами, внимание было акцентировано на том, что первую аптеку в Илуксте в 1802 году открыл провизор Йохан Ритер. К сожалению, не удалось разыскать исторические свидетельства о здании, в котором находилась первая аптека. Немного позже, в 1814 году, основали аптеку в Субате. Тогда провизорами называли работников медицины с высшим фармацевтическим образованием. В других местах

Илукстского края аптеки открывались в первой половине 20 века: в 1921 году — в Эглайне, в 1924 году — в Бебрене, а в 1925 году начала действовать и аптека в Субате.

В Первую мировую войну Илукстский край пересекала линия фронта, больше всех пострадал Илуксте, были разрушены почти все здания, в том числе и аптеки. Если бы президент Латвии Карлис Улманис не призвал рижан отправиться в регионы, в 1920 году в Илуксте не приехал бы провизор Хуго Аль, отмечает Г. Рошане, иллюстрируя рассказ подаренными жителями Илуксте и найденными в архивах фотографиями.

Чтобы открыть аптеку, Х. Аль арендовал помещения на мельнице Петериса Славинского. Потом он на бывшей улице Райниса построил частный дом с 13 комнатами, три из них он отвел под аптеки. Х. Аль был знающим аптекарем и поддерживал меценатство, например, жертвовал лекарство для школ. Спасаясь от преследования евреев, которое началось в Европе, он сменил фамилию, став Хуго Айваром, но это не спасло семью аптекаря от ссылки в Сибирь. Интересно, что владелец ООО «Vebrā serviss» Андис Пуйда, увековечив память дедушки, восстановил аптеку Аля в историческом здании.

Г. Рошане дала обширный обзор об аптеках, которые работали после Второй мировой войны, уже в советские времена, а также рассказала о самых знаменитых фармацевтах и современных аптеках. Например, в 1982 году жители Илуксте построили новое здание аптеки. Здесь работало 24 человека. Аптека обслуживала и больницы, и сельские фельдшерские пункты.

Как рассказала руководитель библиотеки Инара Валпетере, библиотекари фотографии и память о аптеках будут собирать и дальше. Эти материалы используют и студенты, и ученики, как предложение для исследовательских и дипломных работ. ■

Останки польских воинов обрели покой в Лауцесе



Захоронение останков польских солдат.



Фото автора.

Эва Дембска.

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

В сентябре 1919 года на территории Лауцесской волости, недалеко от железнодорожной линии Санкт-Петербург — Варшава, были захоронены 9 солдат 1-й дивизии Польского легиона. Почти

100 лет спустя, в ходе археологических раскопок и исследований (2016-2017 годы) их останки были найдены и эксгумированы.

Личности всех солдат были установлены: Antoni Dutkiewicz (szer.), Jan Balnat (szer.), Beniamin Popiel (plut.), Wladyslaw Smolinski (szer.), Antoni Pietrucha

(szer.), Wilhelm Grolbrycht (szer.), Blazej Suwala (szer.), Emil Brzychozy (kpr.) и Roch Bonusiak (sar).

Воинов перезахоронили рядом с их боевыми товарищами — солдатами 1-го пехотного полка Польского легиона, так как на католическом кладбище в Лауцесе уже есть два места захоронения польских солдат. Здесь покоятся воины, павшие 27 и 28 сентября 1919 года и в январе 1920 года в боях за Гривский мост. Польские войска в 1919-1920 годах под командованием генерала Эдварда Рьдз-Смиглы приняли участие в операции по освобождению Латгалии.

21 октября, в полдень, в Лауцесском костеле началась месса, после которой слово взяли дипломаты, военные и представители куль-

туры польской и латвийской сторон. На мероприятии присутствовали государственный секретарь Министерства культурного и национального наследия Польши Ярослав Селлин, а также посол Польши в Латвии Эва Дембска и представитель департамента общественной интеграции Министерства культуры Латвии Анита Клейнберга.

По окончании мессы, в о е н н о с л у ж а щ и е польской армии и Земессардзе Латвийской Республики вынесли останки солдат, и в сопровождении оркестра, почетного караула и большого количества гостей проследовали к месту захоронения. Там под выстрелы почетного караула и молитвы священнослужителей, воины были преданы земле. ■

В Прейли будет зарядная станция для электромобилей

Диния Емельянова

В Прейли у магазина «Maxima», напротив Прейльской главной библиотеки, закончены работы по оборудованию стоянки, запланированной для 49 машин. Заложено не только новое покрытие под площадку, но и обустроено место, где будет зарядная станция для электромобилей. Ее постройкой займется Дирекция безопасности дорожного движения (ДБДД).

Проводя перестройку стоянки, заново отстроен подъездной путь, и со стороны стоянки поставлены ограждающие барьеры. Заменена ливневая канализация, построены пешеходные дорожки, проведены работы по озеленению, высажены насаждения, поставлены скамейки и мусорные урны. Работы проводило строительное предприятие — ООО «Ošukalns».

Прейльская краевая дума приняла решение о реновации стоянки, чтобы в дальнейшем сдать ее в аренду ООО «Maxima

Latvija», 30 марта этого года. Для реализации проекта, самоуправление взяло заем в размере 213 490 евро в Государственной кассе на 15 лет. На заседании думы было принято решение заключить договор с ООО «Maxima Latvija» об использовании земли, площадью 5110 кв.м, на площади Тиргус, 11, до 14 сентября 2032 года. За 49 парковочных мест ООО «Maxima Latvija» будет платить арендную плату — 900 евро в месяц, таким образом, постепенно покрывая взятую в самоуправлении под кредит сумму. ■

Новый руководитель туристического центра

В центре туристической информации Прейльского и Риебиньского краев сменился руководитель, теперь его обязанности будет выполнять ранее организатор по туризму Ивета Шнепсте. Она сменила на посту Ирину Кьяркужу, которая продолжит работать в центре на должности специалиста на 0,25 ставки.

Руководитель отдела общественных отношений Прейльской краевой думы Майя Паэгле сообщила, что И. Шнепсте получила степень бакалавра по управлению туризмом и гостиницами в Латвийском университете, магистерская степень у нее

получена по специальности изучения ведения торговли и маркетинга. Опыт работы И. Шнепсте связан с туризмом, в последние 3,5 года она работала здесь же, в центре, ранее в Государственном агентстве развития туризма. ■



Прощание с воинами.

ПОДПИШИСЬ СРАЗУ НА ВЕСЬ 2018 год со СКИДКОЙ!

Стоимость подписки на газету **LATGALES LAIKS**

| НА МЕСЯЦ | НА ПОЛГОДА | НА 9 МЕСЯЦЕВ | НА ГОД |
|----------|------------|--------------|--|
| € 4,50 | € 27,00 | € 40,50 | ВАША ЦЕНА € 40,00 (ЭКОНОМИТЕ € 14,00) |

| | НА МЕСЯЦ | НА ГОД |
|---|----------|--|
| Для юридических лиц: | € 6,00 | ВАША ЦЕНА € 60,00 (ЭКОНОМИТЕ € 12,00) |
| Для пенсионеров и инвалидов всех групп: | € 3,50 | ВАША ЦЕНА € 30,00 (ЭКОНОМИТЕ € 12,00) |

Стоимость подписки на газету **РЕКЛАМА**

| | НА МЕСЯЦ | НА ГОД |
|----------------------|----------|--|
| Для частных лиц: | € 4,50 | ВАША ЦЕНА € 40,00 (ЭКОНОМИТЕ € 14,00) |
| Для юридических лиц: | € 6,00 | ВАША ЦЕНА € 60,00 (ЭКОНОМИТЕ € 12,00) |

С газетой «Латгалес Лайкс» вам всегда повезет!

ПРЕДЛАГАЕМ НЕСКОЛЬКО УДОБНЫХ СПОСОБОВ ОФОРМЛЕНИЯ ПОДПИСКИ!

1. 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.

2. 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 2018 год.

3. 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.

4. Подписаться можно и во время традиционных осенних встреч с земляками в волостях.



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

? Возвращаясь к опубликованному

Транспортная комиссия Даугавпилсской городской думы, рассмотрев предложение Хелены ввести для городского рейсового автобуса № 10 новую остановку напротив улицы Елгавас, 1Р, приняла решение, что делать это нецелесообразно, так как здесь от предложенной остановки до существующей «Даутком» расстояние примерно 280 м. Также до другой ближайшей остановки «Улица Стиклу» расстояние тоже небольшое – 300 м. К тому же, в соответствии с законодательством, новые остановки можно создавать при условии, что расстояние между остановками в жилых местах составляет не менее 800 м.

? Занятие плаванием для младенцев

– Проходят в Краславском бассейне занятия по плаванию для младенцев? – спрашивает Вика из Дагды.



Отвечает сертифицированный тренер Диана Вуцане:
– Занятия по плаванию для младенцев проходят по средам в 14.00. Предварительная запись по телефону 26489663.

? Контейнеры для сортировки мусора

– Будет ли в Субате площадка для сбора сортированного мусора для холодильников, телевизоров, мебели? – спрашивает Иева.

Отвечает руководитель Субатского и Продского волостных управлений София Глумане:

– В Субате площадь для сбора сортированного мусора не предусмотрена. Жителям необходимо договориться с оператором по обслуживанию бытовых отходов ООО «Eko Latgale» о вывозе крупногабаритного мусора.

? Магазин у автостанции

– Кто будет хозяином в помещениях бывшего магазина «ABC» на улице Алеяс? – спрашивает Лена.

Отвечает руководитель Даугавпилсской Буввалды Валерий Лякса:

В помещениях по улице Алеяс будет находиться алкогольный магазин.

? Экскурсия в приют

– Укажите рабочее время Даугавпилсского приюта для животных. Принимает ли он группы детского сада для экскурсий? – спрашивает Майя.

Отвечает руководитель Даугавпилсского приюта для животных Оксана Бондаре:

– Мы принимаем детсадовские группы, группы школьников, семьи в рабочие дни с 09.00 до 18.00. Также организуются прогулки с животными, но там участвуют подростки и родители с детьми.

? Праздничное украшение в городе

– Может ли самоуправление организовать конкурс идей о рождественских, пасхальных и других праздничных украшениях в Даугавпилсе? – спрашивает Валдис.



Отвечает главный художник Даугавпилса Юрис Пундурс:

– Это хорошая идея, обсудим это. Добавлю, что конкурс идей жителей организует Рижская дума.

? Сколько стоит коза?

– Доктор сказал сыну пить козье молоко. В связи с этим хотим узнать, сколько стоит коза? – спрашивает Анита.



Отвечает ИС:

– В рекламных объявлениях указанная цена козы 5-30 евро. Продавцов коз можно найти, поместив объявление в газеты «Латгалес Лайкс» или «Реклама по пятницам».

? Организуют общество

– Регина Фридман информировала, что организует общество для политически репрессированных детей. Потенциальные члены общества могут подать заявки на электронную почту iragurska@inbox.lv.

? Газовые баллоны

– Почему в Илуксте и Бебрене не торгуют маленькими баллонами газа пропана? В магазинах только большие баллоны. Они не подходят, так как кухню после ремонта оборудовала так, могу поместить только маленький газовый баллон, – спрашивает Сильвия.

Отвечает коммерческий менеджер Латгальского регионального управления предприятия «Latvijas propana gāze» Людмила Стаховская:

– Маленькие баллоны пропана 25 л можно приобрести в Илуксте на автозаправочной станции «Dinaz» и по адресу Кастаню, 5. В Бебрене пунктов торговли нет.

? Обучение для охотников

Правительство изменениями в законодательстве определяет, что организации охотников, привлекая

специалистов, можно обучить людей проводить посмертный осмотр животного. Обучение необходимо согласовать с Продовольственной– ветеринарной службой (ПВС). Также определен переходный период 2 года для тех лиц, у которых есть удостоверение обучения, но нет навыков посмертного осмотра животного.

? Удостоверение велосипедиста

– Подарил сыну велосипед. В каком возрасте необходимо получить удостоверение велосипедиста? – спрашивает Раймонд.



Отвечает специалист по связям с общественностью Дирекции безопасности дорожного движения (ДБДД) Роланд Румба:

– Удостоверение велосипедиста можно получать с 10 лет, сдав экзамен по правилам дорожного движения и дорожной безопасности (тест). Подать заявку на экзамен можно в конкретном отделении ДБДД.

? О засорении Даугавы

– Проверило ли Даугавпилсское региональное управление среды засорение Даугавы около Даугавпилсской службы водолазов и спасателей? – спрашивает Харальд Берзиньш.



Отвечает директор Даугавпилсского регионального управления Ивета Лобанока:

– Вам надо обратиться в управление коммунального хозяйства, которое находится по адресу Саулес, 5а, так как сбор вырубленных вами кустов, ликвидация мелкого бытового мусора, а также установка биотуалета в месте отдыха, находится в компетенции этого учреждения. Даугавпилсское региональное управление среды еще летом переадресовало вашу жалобу в управление коммунального хозяйства.

? О зарплатах для мам

Руководитель коммуникационного отдела Министерства благосостояния Айга Озолина информирует, что с 1 января 2018 года не будет изменен порядок расчета зарплат мамочек, зарплат пап, и пособий.

ИНФОРМАЦИОННЫЙ  СЕРВИС**Охота с преследованием**

— Правда ли, что в октябре опять будет разрешена охота с гончими? — спрашивает Роберт.



Отвечает пресс секретарь Государственной лесной службы Селва Шульце:

— Охота с гончими, в том числе охотничьими собаками, разрешена с 1 октября до 31 марта следующего года с условием, что руководитель охоты обеспечивает исполнение определенных требований обязательств ПВС по соблюдению охотничьей гигиены (биобезопасность). Например, не будет оставлять побочные продукты охоты в лесу (внутренние органы, фрагменты кожи и т.д.) Их необходимо сжигать, закапывать или складывать в специальные контейнеры.

Если охотники не будут соблюдать требований биобезопасности, ПВС и Государственная лесная служба вправе запретить охоту с преследованием.

Как сажать чеснок?

— Как сажать зимний чеснок? — спрашивает Валентина.

Отвечает эксперт по растениеводству Латвийского центра сельскохозяйственных консультаций и образования Марис Нарвилс:

— Чеснок двое суток нагревают при температуре +32°C, затем его разделяют на дольки. Для посева выбирают целые дольки. Их замачивают 15-20 минут в растворе калия перманганата или в голубых зернах 0,01% или 1г/10 л. Также, триходермин разрабатывают в почве. Это делается за 2 недели до посадки чеснока. Дольки можно размочить и в растворе пепла — 20г/2л в холодной воде. Спустя 24 часа добавляем 20г поваренной соли, 10г сульфата меди, и 10 г голубых зерен. Жидкость тщательно перемешивают, и на 30 минут кладут чеснок.

Перед посадкой можно засыпать компост, 500 г на метр. Глубина посадки в маленьких огородах может составлять 5-8 см, а на площадях, где часто бывает мороз, или дует холодный, пронизывающий ветер, необходимо соблюдать пропорции по глубине 10-12 см.

Зимний сорт чеснока надо высаживать до конца октября.

Дорога закрыта на месяц

Елена Иванцова

В «Латгалес Лайкс» позвонили несколько читателей с вопросом, как долго будет закрыт участок дороги А6 возле железнодорожной станции «Крауя».

В VAS «Latvijas valsts ceļi» сообщили, что отрезок дороги по путепроводу (А6, 238-й км) около станции «Крауя» закрыт с 17 октября примерно на месяц.

Здесь ведется восстановление элементов конструкций. Закрытый участок пути можно будет объехать по дороге Резекне — Даугавпилс — граница с Литвой (Медуми) (А13) и дороге Строрпы-Крауя (Р65).

Работы проводит фирма «Būvzinieris», их стоимость составляет 56 588 евро. Скорость движения на шоссе Строрпы-Крауя ограничена до 70 и 50 км/час.

Ограничения движения продолжают действовать на нескольких дорогах государственного и регионального значения: от Башки до Прейли (Р62) — 8 светофоров, от Вараклиан до Вилян (А12) — 5 светофоров и от Резекне до Лудзы (А12) — 4 светофора. ■

Объездные пути автодорог

— Когда «Latvijas valsts ceļi» сделает покрытие для государственной автодороги Илуксте (Вирсайши) — Бебрене — Биржи на участке пути Илуксте — Бебрене? Строители положили так называемый белый асфальт, но объездные дороги не засыпаны, поэтому жителям односторонних дворов трудно выехать на проезжую часть, — спрашивает Сильвия.

Отвечает представитель отдела коммуникации «Latvijas valsts ceļi» Ивета Канцане:

— Этим летом «Latvijas autoceļu uzturētājs» на участке путей от Илуксты до Бебрене положил двойное покрытие, но не успел засыпать объездные пути, так как предприятие ликвидировало последствия разрушений от ливней. На данный момент проходят подготовительные работы, то есть, привезен грунт. Его положат в ноябре, и сравняют таким образом, чтобы объездные пути не были ниже дорог.

Конкурс бизнес-идей

Ливанский центр поддержки предпринимательства в сотрудничестве с Ливанской краевой думой организует конкурс «Моя бизнес-идея».

В конкурсе могут участвовать ученики 5-12 классов. Авторы трех лучших бизнес-идей подучат денежные призы в размере 80 евро. Конкурсантам необходимо подготовить презентацию бизнес-идеи, которую вместе с заявкой необходимо подать в Ливанский центр поддержки предпринимательства по адресу Домес, 3, в Ливанах или отослать на электронную почту inese.stahovska@livani.lv. Презентация бизнес-идей пройдет 27 ноября в 14.00 в Ливанском центре поддержки предпринимательства.

Благоустройство парка

— Когда благоустроят парк в районе Обувного комбината между даугавпилскими средними школами 13 и 15? — спрашивает анонимный читатель.



Отвечает руководитель управления коммунального хозяйства Айвар Пуданс:

— На данный момент разрабатывается технический проект по благоустройству этого парка, после чего начнутся работы.

Текст и фото Э. Т. Йонане

Отопление в крае подключено

Диния Емельянова

В жилых домах и учреждениях самоуправления, в том числе садах и школах, Даугавпилсского края подключено центральное отопление. Необходимое для сезона топливо тоже заготовлено — в большей части котельных это щепя.

Общий долг жителей Даугавпилсского края за услуги отопления по сравнению с прошлым годом немного снизился, и по данным на 1 октября составляет 473 010 евро. Самые большие долги у жителей Науенской и Калкунской волостей, жителей Лоциков, Старых Строрп, Крауи, Науене, Калкун и Рандене.

Как уже сообщала «Латгалес Лайкс», ремонт теплотрасс необходим в Ницгальской и Свентской волостях. На строительство новой теплотрассы и автоматических теплоузлов в Ницгале уже разработан проект для получения софинансирования из европейских фондов.

ЛАТВИЯ ЗА НЕДЕЛЮ: ОБЗОР СОБЫТИЙ**Резекненцы возражают против проекта объездной дороги**

На первом общественном обсуждении проекта Резекненской южной объездной дороги, жители были категорически против, надеясь на какую-нибудь альтернативу, сообщает Латгальское региональное телевидение.

Проект подразумевает, что напрямую это коснется многих частных владений в поселке Спружева в Гришканах. В следующие 20 лет владельцам земель рекомендуется не обустраивать частные владения, не заниматься посадкой леса и не планировать другие крупные работы. На данный момент, проведя расчеты, постройка объездной дороги в экономическом плане не нужна, но существует вероятность, что после 2037 года, проект все же надо будет реализовать.

Специалисты поясняют, что объездная дорога является дорогой государственного значения, и она направлена бы поток автомашин из России в Литву, которые едут за чертой города. В случае строительства дороги частным собственникам предусмотрены компенсации в размере актуальной рыночной стоимости.

Деньги на предотвращение последствий ливней

Правительство из средств на непредвиденные расходы, предусмотрело более, чем 700 000 евро для приведения в порядок построек систем мелиорации после нанесенных ливнями ущерба в конце лета, сообщает программа «Панорама» Латвийского телевидения.

Деньги будут присвоены находящемуся в подчинении Министерства земледелия предприятию «Zemkopības ministrijas nekustamie īpašumi», которое ежедневно занимается содержанием систем мелиорации.

Министерство земледелия обещает уже в этом году закончить работу над дальнейшим развитием проекта систем мелиорации, которое будет являться основным документом для приведения в порядок этих систем и привлечения средств ЕС. Латгальские системы мелиорации не смогли справиться с большим количеством осадков, поэтому были разрушены дороги самоуправления и государственные дороги, и затоплены поля с зерновыми площадью в тысячи гектаров.

В свою очередь, пострадавшим от ливней крестьянам из государственного бюджета будут выплачены 14,87 млн евро.

Поддержку ЕС для латвийских крестьян 19 октября обещал также и президент Европейской комиссии Жан-Клод Юнкер. Ливни причинили латвийским крестьянам ущерб в размере 37 млн евро.

В стране снижается количество новорожденных и умерших

За 9 месяцев этого года в Латвии родились 15 723 малыша, что на 1113 детей меньше, чем в соответствующем периоде за прошлый год, сообщает Центральное статистическое управление. В число новорожденных не включены дети, родившиеся не в Латвии или у матерей, являющимися постоянными жителями Латвии, краткосрочно отсутствующих.

Количество умерших за первые 9 месяцев достигло 21 362 человека — это на 46 человек меньше, чем в 2016 году.

Природный прирост в Латвии сохранялся негативным уже с 1991 года.

За 9 месяцев этого года зарегистрированы 10 996 брака, что на 227 браков больше, чем годом ранее.

На 1 октября 2017 года приблизительное количество жителей в Латвии составляло 1 миллион 933 тысячи.

Депутаты Сейма, возможно, не смогут больше воздерживаться

19 октября Сейм рассмотрел предложение, в которых предусмотрено запрещать воздерживаться депутатам на голосованиях Сейма, информирует ism.lv.

Идею запретить депутатам воздерживаться на голосованиях в парламенте подала группа единомышленников. Предложение подписали 10 989 граждан Латвии. Такую идею группа подала потому, что депутаты часто уклоняются от выражения своего мнения и принятия решения. Например, в голосовании об автоматическом присвоении гражданства детям неграждан воздержались 40 парламентариев.

Во многих странах, например, в США, Великобритании и Нидерландах в парламентах не имеют права воздерживаться на голосовании.

Предусмотрено, что идею рассмотрят на юридической комиссии Сейма. Среди депутатов еще до принятия решения развернулась широкая дискуссия. Окончательное решение Сейм должен принять до 15 января следующего года.

Подготовила Инесе Минова.

Успешно закрыли сезон ориентирования

Артем Сталидзанс

21 октября в Стропах, около спортивной базы «Дзинтариныш», проходили заключительные в этом сезоне соревнования по спортивному ориентированию.



Старт дан!

В соревнованиях участвовали около 50 человек, большинство даугавпилчане, были гости и из Литвы. В эти же дни соревнования проходили и в других городах Латвии, поэтому у спортсменов был выбор.

По итогам гонки в группах с самой большой конкуренцией победу одер-

жали: V-21 Эдуард Новиченко (OK «Piurpys»), S-21 Вилия Ревайте (OK «Medeina»), V-60 Вячеслав Дебель, V-12 Илья Зиль, V-10 Никита Вавилов, S-60 Ауэра Брилле, S-12 Надежда Федотова, S-10 Арина Григорьева (все из клуба ориентирования «Stiga»).

Организатор соревно-

ваний Анастасия Смолякова рассказала, что ежегодно открытие сезона спортивного ориентирования происходит в апреле, а в октябре он традиционно закрывается. В этот полугодовой период практически каждый четверг проходят туры — всего их 20. По итогам, в конце сезона, для каждого



В поисках первой отметки.

участника выбираются 15 лучших результатов и происходит награждение.

Теперь спортсмены начинают готовиться к зимнему сезону — лыжному ориентированию. «Радует, что в соревнованиях участвуют много детей в возрастных группах 10 и 12 лет. По сути, они будущее даугавпилского ориентирования. В определенный момент была яма — поэтому в таких возрастных группах, как 14 и 16 лет, у нас практически нет собственных спортсменов. Надеемся, что юные спортсмены продолжат заниматься и прогрессировать», — сказала Анастасия. ■



Общий итог сезона:

| | |
|-------------|---|
| S-10 | Арина Григорьева «OK Stiga» |
| S-12 | Надежда Федотова «OK Stiga» |
| S-14 | Солвита Малина «OK Stiga» |
| S-16 | Татьяна Хазрятова «OK Stiga» (всего 2 этапа) |
| S-18 | Анжелика Федорова «OK Stiga» |
| S-21 | Анастасия Исаева «OK Stiga» |
| S-40 | Любовь Павлюкова «OK Stiga» |
| S-50 | Илона Грицане «OK Stiga» |
| S-60 | Дэйдра Брилле «OK Stiga». |
| V-10 | Глеб Зиль «OK Stiga» |
| V-12 | Илья Зиль «OK Stiga» |
| V-14 | Анатолий Хохлов «OK Stiga» |
| V-16 | Илья Микулов «OK Stiga» |
| V-18 | Жигимантас Найокайтис «OK Šiurpys» (всего 2 этапа) |
| V-21 | Эдуард Новиченко «OK Piurpys» |
| V-40 | Валерий Барановский «OK Stiga» |
| V-50 | Евгений Тарвид «OK Stiga» |
| V-60 | Вячеслав Дебель «OK Stiga». |

До победы не хватило всего одной подковы

Эгита Тереза Йонане

21 октября в Робежниексах можно было слышать звон лошадиных подков, так как проходили соревнования по лошадиным скачкам «Кубок Краславского края 2017» и кубок «Латгалес Лайкс 2017».

Несмотря на мокрую трассу, соревнования удалась. Участвовало более 20 спортсменов, приехали представители дальних краев — из Циблы, Гулбене, Лудзы.

Зрителей могло быть и больше, отметила главный организатор соревнований и победительница кубка «Латгалес Лайкс» Марисель Ероменок.

Уверенной победой в забеге на 1600 м и на длинной трассе соревнования завершили Инесе Берга и лошадь Атонас (Гулбенский край), Татьяна Авдее-

нок и лошади Галактика и Стронгас (Дагдский край), а также М. Ероменок и лошадь Вирджиния (Краславский край). Татьяна получила второй кубок «Латгалес Лайкс», и всего одержала две победы и 2-е место в пятом заезде, а также второе место в финале. В остальных заездах, где два раза первой финишировала Сандра Сойкане, и лошади Jam Star и Victory Boy (Циблский край), Илона Малахова и лошадь Стелла (Лудзенский край), некоторым спортсменам до победы



Первая победительница кубка «Латгалес Лайкс» Марисель Ероменок и Вирджиния.

не хватало всего одной подковы.

Краславский край успешно представляли Эве-

лина Коляда и лошадь Delot Tooma и Иосиф Манчинский (оба заняли 3-е место). Хорошие достижения показали также и соседские спортсмены из Дагдского края Янис Рускулис и лошади Гипнозас, Дакота и Идилле (одно второе и два третьих места), Николай Галилеев и лошадь Капрал (2-е место) и Татьяна Федорова с лошадью Самураем (3-е место).

Болельщики Робежниекского края аплодисментами встретили свою землячку Екатерину Манчинскую, которая одержала победу в шестом заезде с ее американским скакуном Business Traveler. Для него это были последние



Абсолютная победительница соревнований Инесе Берга.

соревнования.

Жеребец родился 14 лет назад в Швеции, заслужил десятки наград не только на ипподромах Латвии, но и за границей. И хотя конь теперь стал «пенсией», хозяйка обещала о нем заботиться так же хорошо, как и о спортивных лошадях. В завершении соревнований спортсменов поприветствовали исполнительный директор Краславской краевой думы Янис Гейба и руководитель Робежниекского волостного управления Эрика Габрусане. Робежниекские хозяйки угощали участников и гостей блинами и чаем. О призах позаботились Краславская краевая дума, Робежниекское волостное управление, газета «Латгалес Лайкс» и спонсоры. ■



Вторая победительница заезда кубка «Латгалес Лайкс» Татьяна Авдеенок.



Последний забег американского скакуна Business Traveler.

«Даугавпилс» взял реванш над «Тукумсом»

Сергей Кузнецов

«Даугавпилс» взял полноценный реванш над «Тукумсом». В первом круге даугавпилчане потерпели унижительное поражение – 1:4, но по осени дали достойный победный ответ – 8:0.

К перерыву «Даугавпилс» успел «настрелять» гостям четыре безответных мяча. Счет, по сути, отображает все происшедшее на поле. «Даугавпилс» контролировал ситуацию и по возможности забивал, а возможностей как раз хватало.

Главный тренер «Даугавпилса» Виктор Мороз: «Игру начали хорошо в том плане, что опасно атаковали, быстро развивали атаку, использовали свое преимущество за счет скоростных качеств. Однако в перерыве упрекнул ребят в том, что нужно лучше работать с мячом. С чем это связано? Может быть, потому, что концовка сезона, и нет того настроения, давит усталость. Эта была единственная претензия к ребятам, чтобы с мячом действовали надежнее, а так атака понравилась. Взяли хороший реванш после обидного поражения.

Эта неделя для нас ключевая».

В юношеском чемпионате U18 финальные игры



Фото: а.в.ча.

Чемпионат Латвии. 1 лига

| команда | игры | победы | ничьи | поражения | голы | очки |
|--------------|------|--------|-------|-----------|-------|------|
| «Валмиера» | 21 | 17 | 4 | 0 | 69:21 | 55 |
| «Прогресс» | 21 | 15 | 2 | 4 | 47:14 | 47 |
| «Даугавпилс» | 21 | 14 | 2 | 5 | 54:14 | 44 |
| «Гробини» | 21 | 14 | 2 | 5 | 62:37 | 44 |
| «Тукумс» | 21 | 9 | 3 | 9 | 34:38 | 30 |
| «Резекне» | 20 | 8 | 4 | 8 | 38:40 | 28 |
| «Смилтене» | 22 | 7 | 5 | 10 | 28:48 | 26 |
| «Альберт» | 21 | 7 | 4 | 10 | 18:31 | 25 |
| «Сконто» | 22 | 8 | 0 | 14 | 42:52 | 24 |
| «Ауда» | 21 | 6 | 4 | 11 | 36:45 | 22 |
| «Прейли» | 22 | 4 | 2 | 16 | 26:67 | 14 |
| «Стайцеле» | 21 | 1 | 2 | 18 | 14:61 | 5 |

состоятся в середине недели в Вентспилсе. В субботу пройдет ключевая игра с «Гробини».



Результаты 25-го тура. 1 лига Чемпионат Латвии. 1 лига (25 тур). 21 октября 2017 «Даугавпилс» – «Тукумс» 8:0 (4:0)

Голы: Жалдовский (10'), Шевчук (22', 35'), Залакс (39'), Седрик (68', 83'), Борисов (81').

«Даугавпилс»: Власов (Слепченко, 69'), Скребелс, Лихолетов (Шершне, 58'), Седрик, Литвинский (Акифьев, 38'), Соколов, Цуцурс, Залакс (Васильев, 58'), Жалдовский (Урбан, 69'), Шевчук, Борисов.

«Тукумс»: Николаев (Лаж, 83'), Мурниекс, Шван, Островский, Берзиньш, Витолниекс, Айзгравис, Озолс, Гайлис (Рейнголдс, 3'), Круминьш, Баринов.

Предупреждения: Васильев (87') – Мурниекс (52')

Удаления: Баринов (65')

Зрители: 150

Главный судья: Мартиньш Вегерис

На домашнем чемпионате победили местные

Эгита Тереза Йонане

Победой экипажа «Местные» и Евгения Иванова заключился открытый чемпионат Даугавпилсского края и 13-й розыгрыш кубка Виктора Леншевского по ловле на спиннинг, который состоялся 14 октября на озере Лукна в Вишкской волости.

Главный судья соревнований Валдис Зукулис рассказал «Латгалес Лайкс», что только 7 из 18 экипажей вернулись на берег с уловом, так как в озере был высокий уро-

вень воды, кроме того, у многих ловились небольшие щуки, которые не достигали 50 см, поэтому их нужно было отпускать обратно в озеро. Участники экипажа «Местные» Янис

Лазданс и Евгений Иванов из Даугавпилсского края поймали улов, размером 6,260 кг. К тому же Евгению единственному повезло «поймать» главный спортивный трофей – кубок В. Леншевского. Серебряный приз в общем зачете получили Александр Сашко и Владимир Семенов из даугавпилсского дуэта «Dinaburg» (улов 5,340 кг), а команда «Ārdava», в

которой объединились Янис Соколовский и Петерис Зариньш (улов 1,860 кг), выиграли бронзовые медали. В молодежной группе с уловом 1,08 кг победил Интарс Сманс из команды «Trakie» (Даугавпилсский край).

Чемпионат с призами поддержали Вишкское волостное управление и Даугавпилсская краевая дума.

Васильев в Москве завершает катание восьмым

Сергей Кузнецов

В Москве завершился этап гран-при по фигурному катанию. Денис Васильев, готовящийся к олимпиаде в Корею, в России показал восьмой результат.

В короткой программе Денис набрал 82,44 балла – 6-е место. В произвольной программе фигурист набрал 145,09 баллов – это девятый результат. В сумме у даугавпилчанина – 227,53 и итоговое 8-е место.

В Москве Денис выступил с личным рекордом в короткой программе. Рекорд в сумме и произволь-

ном катании у спортсмена держатся с 1 апреля этого года, где он стартовал на чемпионате мира. В сумме рекорд Дениса составляет 239 балла, в произвольной 157,27.

В Москве выиграл Натан Чен (США) – 293,79. Вторым был Юдзун Ханю (Япония) – 290,77. Тройку замкнул Михаил Коляда (Россия) – 271,06.

У «динамовцев» затянулась серия поражений

Седьмое поражение подряд терпит «Динамо-ЛО» в суперлиге чемпионата России, на этот раз от «Енисея» (Красноярск) – 2:3 (21:25, 25:21, 25:19, 19:25, 12:15).

Денис Петров в составе «динамовцев» взял два очка.

Продолжает победное шествие в Балтийской лиге ВК «Пярну» – 6 побед в шести матчах. В победном матче над литов-

ским «Расеный» 8 очков (1 эйс) за эстонский клуб положил Том Шван.

«Екабпилс луши» обыграли ТТУ – 1:3 и уступили «Саарема» – 1:3. В обоих матчах Эрик Воронько набрал по 13 очков.

Тимма выигрывает баскское дерби

«Баскония» с Янисом Тиммой, уступая 13 очков, смогла отыграться и выиграть баскское дерби в испанской баскетбольной АСВ лиге. Клуб из Витории обыграл «Gipuzkoa Basket» из Сан-Себастьяна – 88:86.

Краславчанин на площадке провел более 20 минут – в итоге 13 очков, 3 подбора, 3 передачи, одна ошибка, два перехвата.

«Баскония» при двух победах в 5 матчах находится на 11-м месте из 18 клубов.

В ЛБЛ «Екабпилс» оформил первую победу, потерпев перед этим 5 поражений. «Рыси» справились с ЛУ – 76:59. Ренарс Магоне набросал 24 очка.

Команда «Ливанское стекло» в ЛБЛ2 20 октября «разбилась». «Валмиера», не краснея, растоптала хозяев паркета со счетом 47:109.

Команда «Даугавпилсский край» начала новый сезон в ЛБЛ3 с победы над «Краславой» – 79:57. У краславчан 19 очков набрал Эдгар Гриб, отработавший на площадке 36 минут. У команды края солировал Зинтис Саулитис – 24 очка.

Полицейские играли в футбол

Латгальское региональное управление государственной полиции в середине октября организовало традиционные соревнования по футболу среди полицейских участков Латгальского региона.

Участниками футбольных баталий стали команды участков из Резекне, Прейли, Балви, Даугавпилс представляли несколько команд, в том числе команда полиции самоуправления, которая участвует в соревнованиях каждый год.

В общем зачете победителем стала команда Резекненской полиции – у нее 15 очков. На 2-м месте команда Даугавпилсской полиции (12 очков), в свою очередь, команда полиции самоуправления Даугавпилса заняла 3-е место (7 очков).

УСЛУГИ КСЕРОКСА
В редакции газет **LATGALES LAIKS** Саулес, 71 6

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|---|-------------------------------------|----------------------------|---|----------------------------------|---------------------------|----------------------------------|---------------------------|----------------------|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--------------------|
| КОЛЛЕКЦИОНЕР ПОЧТОВЫХ МАРОК | НОВОЕ СЛОВО В ЯЗЫКОЗНАНИИ | | | | | | | ФОРМЕННАЯ ОДЕЖДА | | | | | | | | | | | | |
| | | | | СЕЗОННАЯ СМЕНА ШЕРСТИ | 1 | 8 ЖИВОТНЫХ, 3 ЛЮДЕЙ И 1 ПРИБОР | ГРУЗ НА СЕБЕ | ВРАЩЕНИЕ БАЛЕРИНЫ | НАСМОРК НА ЯЗЫКЕ МЕДИКОВ | ГОРОД В НИДЕРЛАНДАХ | | | | | | | | | | |
| | | | | | | ЕЕ ЗАЧЕСЫВАЮТ НА ЛОБ | | ПЛЕМЯ, НАРОДНОСТЬ, НАЦИЯ | | | | | | | | | | | | |
| | | | | ПРАЗДНИЧНАЯ ОДЕЖДА | | НЕБОЛЬШОЕ ПАРУСНОЕ СУДНО | | КОКТЕЙЛЬ С РЫБНЫМ ИМЕНЕМ | ВЛАДЫКА МОРЕЙ С ТРЕЗУБЦЕМ | МАСТЬ ИГРАЛЬНЫХ КАРТ | КИТАЙСКОЕ БОЕВОЕ ИСКУССТВО | | | | | | | | | |
| | | | | | | | РОГАТЫЙ ЖАВОРОНОК | ЯПОНСКИЙ ЛАЗУТЧИК ВО ВСЕМ ЧЕРНОМ | | | | | | | | | | | | |
| | | | | ВАЛЮТА, ЛИСТВА И БАТАРЕЙКА | | АКВАРЕЛЬНЫЕ, АКРИЛОВЫЕ | | | ЦВЕТочная ТЕПЛИЦА | ЖЕНСКОЕ ИМЯ | ПРЕСЛЕДУЕТ В ЯСНЫЙ ДЕНЬ | | | | | | | | | |
| | СПИРТНОЕ ИЗ АГАВЫ | 2 | ОДИН ИЗ ГЕБРИДСКИХ ОСТРОВОВ | | | ЗУБНАЯ ТРАВКА | ПЛОДОВОЕ ДЕРЕВО | «ОБМОРОК» БОКСЕРА | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | КАМЕРУНСКАЯ ОБЕЗЬЯНА | | | | | | | | | | | | МУСУЛЬМАНСКИЙ ПОСТ |
| | ВИД ГРАВЮРЫ НА МЕТАЛЛЕ | | СТОИМОСТЬ ТОВАРА | | | | 3 | 4 | | | | | | | | | | | | КИТАЙСКИЙ ДРАКОН |
| | | | | | | | | ЗАСТЫВШАЯ СМОЛА ИЗ МОЯ | | | | | | | | | | | | |
| | ИГЛА ДЛЯ ВЯЗАНИЯ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | ТО ЖЕ, ЧТО ИНЖИР | | | | | | | | | | | | |
| ЮРИСТ, ЗАВЕРЯЮЩИЙ ДОКУМЕНТЫ | НЕЙТРАЛЬНАЯ ФУНДАМЕНТАЛЬНАЯ ЧАСТИЦА | | ДОКУМЕНТ, УДОСТОВЕРЯЮЩИЙ ПОЛНОМОЧИЯ | | | НОЧНАЯ НЕВИДИМОСТЬ | РЕКА В ЦЕНТРАЛЬНОЙ ЕВРОПЕ | ДОРОГА ДЛЯ ЕДЫ И ЕЗДЫ | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ХЛЕБНОЕ ПОЛЕ | | ПРИБОР, ИЗМЕРЯЕТ МОЩНОСТЬ | КОРОЛЕВСКИЙ ПЛАЩ | | ЛЕТОМ НА ДЕРЕВЕ, ОСЕНЬЮ НА ЗЕМЛЕ | ДЕЛОВОЙ ЧЕМОДАНЧИК | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | ВКЛАД В ОБЩЕЕ ДЕЛО | | | | | | | | | | | | | | |
| | ПРЕДМЕТ КУЛЬТА ДИКАРЕЙ | | БОКСЕР МУХАММЕД ... | | | | ГОРНЫЙ ЦИРК | ПОЛОСАТЫЙ ХИЩНИК | БОЖЕСТВЕННЫЙ ВЕСТНИК | ПЕРВОНАЧАЛА | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ЛИТЕРАТУРНЫЙ ЖАНР | | КОВЕР ДЛЯ БОРЬБЫ ДЗЮДО | | | РЕЖИССЕР ПО ИМЕНИ РИДЛИ | | | ГРУБАЯ ОШИБКА, ПРОМАХ | ЕДИНИЦА СИСТЕМАТИКИ | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | ИЮНЬ, ИЮЛЬ, АВГУСТ | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | НЕПРИЯТЕЛЬ | | | МИНИ-ШЛЮПКА | | | | | | | | | | | |
| | ОБЩЕСТВЕННЫЕ ТРАДИЦИИ | | УГЛУБЛЕНИЕ В ЗЕМЛЕ | | | | ПУСТАЯ БОЛТОВНЯ | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

СУДОКУ ДЛЯ ВСЕХ

ЛЕГКАЯ

СРЕДНЕЙ СЛОЖНОСТИ

ТРУДНАЯ

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

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

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

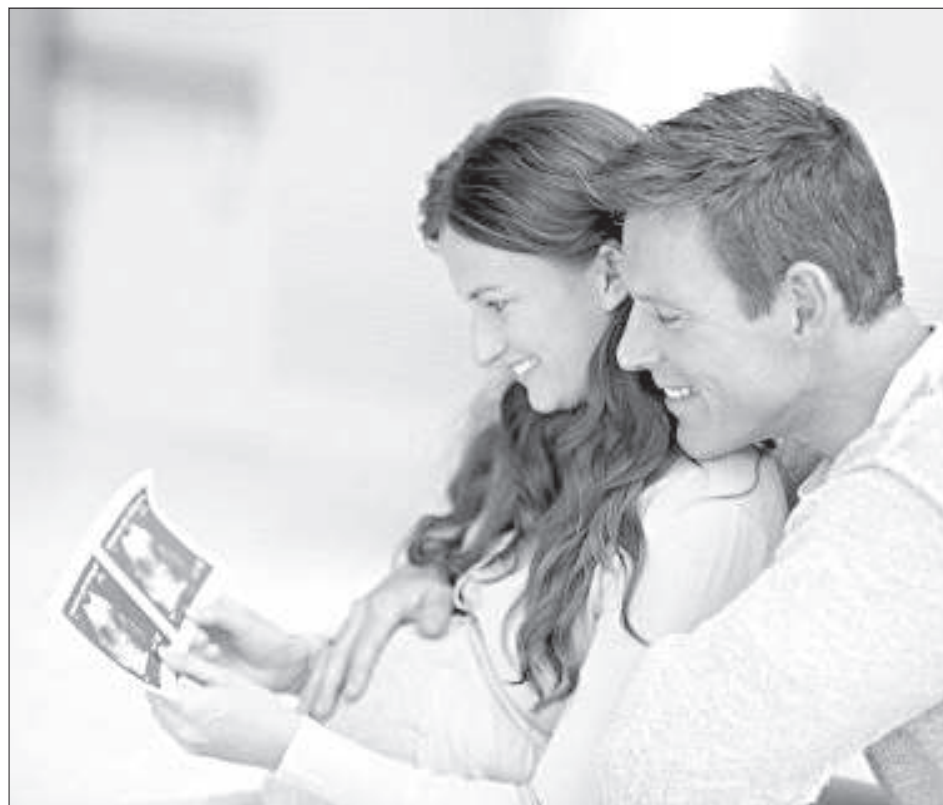
БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

В Латвии проводится кампания по лечению бесплодия

Не секрет, что многие мечтают о крепкой семье и о детях, однако в жизни случается по-разному, например, когда пациенту ставят тяжелый диагноз, он узнает, что после лечения он столкнется с нарушением фертильности.

Однако это вовсе не значит, что возможность завести детей будет потеряна навсегда — современные технологии предлагают заморозить половые клетки, пока они здоровы, чтобы провести медицинское оплодотворение в будущем. О возможностях сохранить свой генетический материал рассказывают гинеколог и репродуктолог латвийской кампании по лечению бесплодия Виола Миллер и руководитель Центра клеток и тканей, эмбриолог Лаура Вагуле.

«Чаще всего возможность заморозить свои половые клетки — яйцеклетки и сперматозоиды — используют те, кто столкнулся с онкологическим заболеванием, потому что лечение, например, химиотерапия и лазерная терапия, очень сильно портит половые клетки. Прямое облучение яичников, облучая тазовую часть или позвоночник, может безвозвратно уменьшить резерв яйцеклеток даже у самых юных девочек. В свою очередь, у мужчин появляется иная проблема — пусть сперматозоиды постоянно восстанавливаются, борьба с онкологией может привести к тому, что стволовые клетки, отвечающие за восста-



новление сперматозоидов, могут потерять свою функциональность», — рассказывает В. Миллер, добавляя, что даже здоровые люди зачастую отдают свой генетический материал на хранение с помощью заморозки, зная, что работают с вредными веществами, или отправляясь в небезопасный регион. «Например, когда обострился вопрос о вирусе Зика, многие люди, находившиеся в регионах высокого риска, решили «законсервировать» свои половые клетки, чтобы сохранить возможность в будущем родить здорового ребенка. Даже те, кто прибегает к самому радикальному методу контрацепции — стерилизации, зачастую сохраняют половые клетки, чтобы была возможность вернуться

назад», — говорит эмбриолог Л. Вагуле.

Очень важно провести процедуру не слишком поздно. Каждый врач обязан уведомить о возможности сохранить репродуктивную функцию перед началом терапии по лечению опухоли. «Нужно учитывать, что, узнав о злокачественной опухоли, любой пациент в первую очередь будет думать о своей жизни, и только потом о возможности завести ребенка в будущем. Поэтому задача онколога состоит в том, чтобы заставить пациента задуматься о подушке безопасности для будущего со своим ребенком», — говорит репродуктолог.

Технологии и наука развиваются, и уже проводятся исследования на тему решения этого вопроса у мальчиков до пубертатно-

го возраста, у которых, как известно, сперматозоиды еще не выделяются. Этот метод будет особенно перспективным в вопросах о детской онкологии. С помощью процедуры будут извлечены ткани яичек со сперматогенными клетками, которые в лабораторных условиях будут возможно развиты до сперматозоидов и использовать для медицинского оплодотворения.

Свои половые клетки каждый может сохранить на столько, на сколько это необходимо.

Кампания по лечению бесплодия проводится уже пятый год подряд. За четыре года для лечения бесплодия было собрано почти 90 000 евро. Дополнительная информация о кампании на странице www.taurenaefekts.lv ■

КАК СОХРАНИТЬ ПОЗВОНОЧНИК ЗДОРОВЫМ

1. Возьмите себе за правило делать очень простое упражнение: встаньте спиной к вертикальной поверхности, например, к стене. Обязательно касайтесь ее одновременно затылком, немного опущенными плечами, лопатками, ягодицами и пятками. Пойдите около минуты, запомните положение тела и, сохранив его, отойдите от стены. Это и есть правильная осанка. Несколько раз в день поправляйте свою осанку. Пусть ваши мышцы «запомнят» ее.

минут. Опирайтесь нужно по очереди на каждую ногу, чтобы на них попеременно приходилась масса тела. Ходите на месте. Время от времени полезно вытянуть руки вверх, прогнуться назад и сделать глубокий вдох. Вы сразу же почувствуете, как уменьшилось чувство усталости, и ощутите прилив энергии.

4. Поднимать тяжести надо двумя руками, спина при этом должна быть прямой, не наклоненной ни в одну сторону.



2. Не кладите ногу на ногу! Это вызывает боль в нижней части позвоночника, нарушает кровообращение и может даже привести к заболеваниям в области малого таза и половых органов. И не садитесь резко, со всего маха, на стул. Этим вы каждый раз наносите удар по позвонкам, отчего повреждаются хрящевые поверхности и диски.

3. Если вам приходится долго стоять (например, в очереди или в транспорте), не забывайте менять позу каждые 10

5. Боль в спине и плохое настроение тесно связаны. Не уходите в свои проблемы, обиды, переживания. При плохом психическом состоянии изменяется тонус кровеносных сосудов, что, в свою очередь, может ухудшить кровоснабжение в уже затронутых недугом нервных окончаниях. Что и приводит к болевым ощущениям не только в области спины. Боль может отдавать, например, в руку или ногу.

Апельсин на память

Всего один апельсин в день заметно снижает риск развития болезни Альцгеймера и слабоумия.

Это выяснили ученые из университета Тохоку (Япония), которые более 6 лет изучали влияние цитрусовых на 13 тысяч человек среднего и старшего возраста.

Оказалось, что у тех, кто ежедневно ест мандарины и апельсины, на 23% реже диагностировали слабоумие, чем у тех, кто ел цитрусовые не чаще двух раз в неделю.

Исследователи учли влияние хронических заболеваний и диет у добровольцев, участвовавших в исследовании.



Ученые выяснили, что мякоть и сок цитрусовых содержат сразу несколько разных веществ, кото-

рые помогают нейронам функционировать. Например, нобилетин, содержащийся в лимонной

кислоте, в опытах на животных замедлил и даже обратил вспять потерю памяти. ■

Это интересно

Почему сердце стучит дважды

Потому что кровь поступает в сердце и выбрасывается из него. Это звуки порождаются работой разных отделов сердца и разных клапанов. Первый удар — звук реверберации (отражения) крови в левом предсердии при закрытии митрального (предсердно-желудочкового) клапана. Он означает окончание перекачки порции крови из предсердия в желудочек. Второй удар создается реверберацией крови в левом желудочке при закрытии желудочково-аортального клапана и означает окончание выброса порции крови в аорту. В правых отделах сердца удары слабее, и потому они не слышны.



