



Военные пришли на помощь собакам – стр. 2



Почему 600 елочек лучше одной? – стр. 4



Не во всех авариях виноват водитель – стр. 5

ISSN 1407-9216



ЛАТГАЛЕС ЛАЙКС

№ 94 (2825) Вторник, 5 декабря 2017 года

Розничная цена 0,50 EUR

+ СКАНВОРД И СУДОКУ

«Реформа шестилеток» отложена, но не отменена



Диния Емельянова

Идея реформы нынешней системы образования отправить в 1-й класс шестилетних детей актуализировалась неоднократно, но по разным причинам свое решение насчет нового обязательного возраста для начала получения основного образования Сейм не предоставил. На сей раз реформа под руководством министра образования и науки Карлиса Шадурскиса тоже забуксовала и обещанное отложено до 2019/2020 учебного года. Но если государство до этого срока разработает новую систему и самоуправления смогут создать условия для ее введения, вопрос, который волнует больше, чем техническая сторона этого процесса, остается неизменным: готовы ли шестилетки для учебы в первом классе?

(Окончание на 3-й стр.)

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

6 декабря

В Лауцесском волостном управлении

с 9.00 до 09.45

В Деменском народном доме

с 10.00 до 10.30

В Медумском доме культуры

с 10.45 до 11.15

В Калкунском волостном управлении

с 11.30 до 12.00

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 ближайшие дни, согласно прогнозам Ism.lv, во многих местах Латвии ожидается мороз и снег, а во второй половине недели по всей стране будет оттепель и выпавший снег растает.

Во вторник снег будет идти в основном в Видземе, а к вечеру осадки в виде снега выпадут во многих местах страны, на побережье возможен дождь, температура воздуха будет 0..+5 градусов.

В среду ночью местами будет идти сильный снег и возможна вьюга, температура воздуха -2..+3 градуса, на побережье до +5 градусов.

С четверга оттепель будет по всей Латвии, днем температура воздуха в основном +1..+6 градусов, в некоторых местах даже +3..+8 градусов, а ночью похолодает до -2..+3 градусов.

Объявлен конкурс Рождественского оформления

С 4 декабря начался традиционный конкурс Рождественского оформления, который будет оцениваться в трех номинациях. Подать заявку на участие можно до 29 декабря.

В этом году зимние праздники проходят под девизом «Звонкое Рождество», в этом стиле украшены и улицы города. Данной тематике организаторы конкурса просят придерживаться и участников.

Участники будут соревноваться в трех группах: учебные заведения, предприятия, государственные и муниципальные учреждения, про-

мышленные предприятия.

В итоге в каждой номинации будут определены победители, которые займут 1, 2 и 3 место. Они получают Почетные грамоты и награды. Общий фонд конкурса составляет 2 000 евро, которые члены комиссии распределяют среди победителей.

Для участия в конкурсе необходимо до 29 декабря 16:00 заполнить заявку

и отнести ее в информационное бюро Даугавпилсской думы или Департамент городского планирования и строительства (ул. Райня, 28). Можно отправить ее и в электронном виде на почту.

Специально созданная комиссия в начале января оценит работы всех участников конкурса. Результаты конкурса планируется объявить 26 января.

Тем не менее, город уже преобразуется. В минувшие выходные в центре города установлен венок Адвента, на котором засияла первая свеча. ■



В городском венке Адвента засияла первая свеча.

Фото: Е. Чурсина

В Даугавпилском крае произойдут структуральные изменения

Со 2 января будущего года Даугавпилсская краевая дума возьмет на себя функции волостных управлений, связанные с администрированием налога на недвижимое имущество и управлением землей на волостных территориях. Для обеспечения охраны труда и требований пожарной безопасности во всех муниципальных учреждениях будет применен аутсорсинг (т. е. использование внешнего ресурса, в данном случае поставщика услуги).

Подобные изменения проводятся для того, чтобы создать более рациональную структуру для выполнения функций самоуправления, а также для обеспечения баланса между спросом и доступностью услуг и соразмерного использования административных ресурсов, необходимых для их обеспечения. Отдел имущества Управления финансов Даугавпилсской краевой думы пополнится 7 специалистами по земельным вопросам, а бюджетный отдел увеличится на 6 налоговых администраторов. В скором времени начнется отбор сотрудников, претендующих на упомянутые должности, и процедура закупки на услугу по охране труда и пожарной безопасности во всех муниципальных учреждениях.

Исполнительный директор Даугавпилсской краевой думы Ванда Кезика пояснила, что реструктуризация проводится согласно заключению и рекомендациям Госконтроля по оптимизации работы и сокращению числа специалистов. «Реструктуризация финансово обоснована, этот процесс позволит экономить средства, не ухудшая уровень обслуживания жителей», — сказала исполнительный директор.

Руководитель Финансового управления Ирена Тимшане пояснила, что на данный момент ситуация в волостях сильно различается: отличаются не только названия штатных должностей, а также трудовая нагрузка и вознаграждение специалистов. Сейчас в 19 волостях у налоговых администраторов — кассиров — имеется 23,15 ставки. Зарплаты брутто колеблются от 430 до 763 евро, на выплату которых край тратит 157 082 евро. У инженеров по землеустройству 14,45 ставки, зарплаты от 450 до 729 евро, на которые самоуправление тратит 97 808 евро. И. Тимшане подчеркнула, что реструктуриза-

ция позволит повысить качество услуг, снизить конфликт интересов и риск коррупции, равномерно распределить нагрузку и ответственность, обеспечить субординацию, а также сократить административные расходы.

План по реструктуризации предусматривает создание 6 участков — по три с каждой стороны Даугавы. В каждом будет работать один налоговый администратор и специалист по землеустройству. Один участок будет обслуживать Свентскую и Калкунскую волости, другой — Медуми, Лауцесе и Демене, третий — Таборе, Скрудалиену, Салиену и Вецсалиену, четвертый — Науене и Бикерниеки, пятый — Малинову, Вишки, Амбели и Дубну, шестой — Ликснун, Ваболе, Ницгалле и Калупе. Отбор новые должности проводится из числа имеющих специалистов.

Также изменения предусматривают, что в муниципальных учреждениях больше не будет наемных специалистов по охране труда, поскольку эти функции возьмет на себя внешняя поставщик услуги, для которого в ближайшее время будет проведена процедура закупки. «Проведя исследование рынка, пришли к выводу, что аутсорсинг такой услуги обойдется в 9000 евро, а сейчас самоуправление на зарплаты своим специалистам тратит 64 000 евро», — добавила В. Кезика.

Первый заместитель председателя Даугавпилсской краевой думы Арвид Куцинс подчеркнул, что не все смогут сохранить рабочие места, у отдельных сотрудников уменьшится нагрузка, но задача самоуправления работать эффективно и сократить административные расходы. Главная цель самоуправления создать такую среду и условия, чтобы новые рабочие места в первую очередь создавал частный сектор.

Даугавпилс – самый дружелюбный город для добровольцев

2 декабря во Дворце культуры «Ziemeļblāzma» в Риге чествовали исполнителей добровольной работы и ее организаторов со всей Латвии, а также наградили самое дружелюбное для деятельности добровольцев самоуправление. Торжественная церемония была посвящена Международному дню добровольцев, который отмечается 5 декабря. В церемонии награждения участвовал и вручал знаки почта министр благосостояния Янис Рейрс.

Самым дружелюбным самоуправлением для добровольцев в этом году стал молодежный отдел Даугавпилсской думы.

Знак почта «Доброволец года 2017» получили 8 человек, в том числе Алена Павловска, кото-

рая добровольно помогает воспитателям дошкольного образовательного учреждения Краславского края «Pīlādītis».

Знак почта «Доброволец года 2017» получили также организаторы волонтерской работы: Екаб-

пилсский ресурсный центр НГО: он поддерживает волонтерское движение в региональном масштабе, поощряет работу добровольцев и организует ее не только в Екабпилсе, но и во всем Среднедаугавском регионе, а также содействует Европейскому волонтерскому движению. Знак почта «Доброволец года 2017» также получило Резекненское общество «Jaunatnes čemodāns», которое в 2017 году организовало различные волонтерские мероприятия, а также поддержало молодежные программы

«ERASMUS+» в рамках Европейской волонтерской работы.

В октябре каждый житель Латвии, представитель негосударственных организаций, государственных или муниципальных учреждений могли выдвинуть кандидатов, имеющих особые заслуги в волонтерской работе на номинацию «Доброволец года 2017». Было прислано более 200 заявок со всех регионов Латвии. Особенно активно добровольцы в этом году работали в сфере образования, социальной работы, культуры, спорта и др. ■

Североамериканские военные пришли на помощь собакам из приюта

Ксения Хилфе
В гости к приюту животных «Второй дом» на этих выходных нагрянули военные. Международный контингент, состоящий из военнослужащих США, Канады и Латвии на добровольных началах помогал в благоустройстве территории.

Инициатива помощи исходила от военных. Около трех недель назад они написали в приют, что хотели бы помочь. Как рассказал представитель армии США капитан Джон Логан, у них несколько причин для проведения такого мероприятия. Во-первых, у многих солдат дома остались свои питомцы, они скучают по ним. Во-вторых, это смена обстановки, иногда

полезно отвлечься от военной службы. Третий момент — контакт с латвийскими коллегами. Не всегда удается пообщаться за время службы, а в такой неформальной обстановке разговор пойдет быстрее.

В первый приезд американские солдаты узнали нужды приюта. Прежде всего они были готовы предоставить рабочие руки. В итоге пришли к



мнению, что необходимо выровнять и забетонировать площадку для вольера, а также расчистить аллею, по которой необходимо выгуливать собак.

Для приюта — это как подарок, рассказывает его основатель Жанетта Соснаре: «Мы работаем с 2014 года. У нас участок на три гектара, постоянно что-то надо делать. Могу сказать, что за сегодня ребята выполнили наш месячный объем работы. Своими силами в этом году мы бы не управились».

Интерес военных был неожиданностью для приюта, который военные нашли через гугл, а остальное дело техники.

Работы шли быстро. Весь процесс был четко организован. Часть солдат отправилась на расчистку территории для аллеи. Остальные были вовлечены в создание площадки. Одни монтировали опалубку, другие загружали тачки песком, третьи их везли и сгружали на заданное место.

В работу приняло участие около 30 солдат. Военные США находятся в Латвии на авиабазе в Лиелварде, канадские солдаты на базе в Адажах. Латвийская армия была представлена 34-м артиллерийским батальоном и солдатами роты огневой поддержки. ■



Фото автора.

Увеличено пособие на учебные принадлежности

Елена Чурсина
Депутаты Даугавпилсской городской думы утвердили проект по увеличению пособий на школьные принадлежности для детей из опекунских семей.

Сумма пособия будет зависеть от возраста ребенка. Так, для вос-

питанника детского сада эта сумма составит 25 евро вместо 22,

для первоклассника — 50 евро вместо 43. Для учеников основных, средних и профессиональных школ эта сумма будет составлять 35 евро вместо 29. Воспользоваться пособием можно будет перед но-

вым учебным годом. Предложение исходило от социальной службы Даугавпилса. Целью является выравнивание материальных возможностей детей в опекунских семьях с детьми из приемных семей. ■

| | | | | | |
|--|---|--|---|---|--|
| <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>☐ Saules iela 71 b, Daugavpils, LV-5401</p> | <p>Наш счёт: № LV45UNLA0005009467898 AS SEB BANKA; код: UNLALV2X</p> | <p>Член правления — Ивета Валпетере</p> | | |

«Реформа шестилеток» отложена, но не отменена

(Окончание. Начало на 1-й стр.)

Отложенная реформа

Данные МОН свидетельствуют, что на данный момент в стране в среднем 10% шестилеток начинают школьные будни в 1-м классе. Решение принимают родители, и принцип добровольного выбора МОН обещает сохранить в первый год введения реформы, поэтому на данный момент родители пяти- и шестилетних детей смогут готовить своих детей к первому учебному дню по привычной модели. С тем, что даже один год в развитии ребенка имеет большое значение, согласны все заинтересованные стороны. Сторонники реформы, МОН, рассматривают это с другой позиции: за школьной партой не следует сидеть 19-летним юношам и девушкам. Замена 19-леток шестилетками для государства удешевила бы систему образования, поскольку на год сократится период, который ребенку нужно провести в образовательных учреждениях. Конкретных расчетов еще нет, и министерство отмечает, что результат будет виден через 13 лет.

Пока о решимости МОН ввести реформу свидетельствует то, что обучение шестилеток в 1-м классе уже включено в новую программу по содержанию и доступности учебного материала. Ее уже опробовали несколько образовательных учреждений Латвии и полностью на нее придется перейти со следующего учебного года. МОН, а также Государственный центр по содержанию образования подчеркивают, что задача — сделать учебный процесс в первых классах более структурированным, с более ясными целями, поскольку на данный момент основные положения дошкольного образования только обобщенно характеризуют поставленные цели, а стандарт начального образования более точен и детализирован.

Несмотря на готовность, «период согласования» затянулся и К. Шадурский в комиссии Сейма по образованию, культуре и науке сообщил, что реформа шестилеток откладывается. Не только Министерство финансов ждет расчеты необ-



Мама Валерии Элвира Строгонова уверена, что шестилетние дети еще не готовы к школе: «У меня пятеро детей, я категорически против».

ходимых для реформы сумм, но и самоуправления ждут нормативные акты о том, как готовить образовательные учреждения к новой системе. Министерство обещает дать переходный период, рассчитанный на подготовку школ к приему шестилеток, который продлится до 2023 года, но пока не ясно, что именно придется вводить.

В детсадах или школах?

Несмотря на то, что шестилеток планируют посадить за школьные парты, столь маленьким детям нужно обеспечить время для игр и сна, поэтому реформа предусматривает, что программу 1-го класса по крайней мере в этот переходный период, можно будет осваивать как в школах, так и в детсадах. Уже сейчас в 371 общеобразовательной школе работают группы дошкольного образования, но детсадовские группы в школах — распространенная практика именно для сельских основных и средних школ, где самоуправления, оптимизируя ресурсы в течение последних лет, в школах обустроили необходимые для детсадовцев помещения для игр и сна и т. д.

«На данный момент особых проблем для нас реформа не создаст, поскольку практически во всех школах края есть дошкольные группы», — пояснила

руководитель управления образования Даугавпилсской краевой думы Янита Зараковска. Таких групп и помещений нет только в Науенской основной школе, но в Науенской волости находится дошкольное учебное учреждение «Rūķītis», которое участвует в тестировании учебной программы с новым содержанием. «Я думаю, у нас будет хороший опыт, которым сможем поделиться с остальными, — подчеркнула Я. Зараковска, — но надеюсь, что на государственном уровне будут курсы для дошкольных педагогов и педагогов начальных классов, чтобы они освоили новые навыки, как работать с детьми данного возраста».

В городских школах другая ситуация, там школы работают отдельно от детсадов. Руководитель управления образования Даугавпилсской думы Марина Исупова говорит, что пока директора школ ответили, что будут принимать всех учащихся, в том числе и шестилеток, если будет необходимо. Но как организовать этот процесс, пока не ясно, поскольку от МОН не получено никаких указаний, какие именно условия нужно будет обеспечить шестилеткам. «В скором времени встретимся с директорами и начнем дискуссии», — говорит М. Исупова.

Критика родителей и педагогов

Дабы подготовить будущих первоклассников, некоторые школы организуют подготовительные или адаптационные занятия. Например, в Даугавпилсской 9-й средней школе они проходят по субботам, поэтому пока что шестилетки идут в школу только по субботам на пару часов. По словам учителей, после коротких переменок дети прибегают в класс с мокрыми спинами, а после урока мокрые спины у учителей. В отличие от детсадов, где в группах около 20 детей, в 1-м классе обычно около 30 учеников.

Методист Даугавпилсской 9-й средней школы Оксана Дмитриева отметила, что в ее школе дефицит свободных помещений: «В нашей школе нет такой возможности, потому что не хватает помещений, много учеников, нам будет сложно организовать помещения, где первоклассники смогут играть или спать». К тому же она уверена, что психологически, эмоционально и физиологически семилетки больше подходят на роль первоклассников. Такое мнение широко распространено среди латвийских педагогов, об этом свидетельствуют опросы Латвийского общества частных детсадов и Независимого общества по вопросам образо-

вания. Больше половины опрошенных педагогов (51%) полностью согласны с точкой зрения, что наиболее подходящее время, когда ребенку следует начинать учебу, больше зависит не от его биологического возраста, а от психологической подготовки.

С этим согласна профессор Даугавпилсского университета Элфрида Крастиня, которая еще в 80-х годах прошлого столетия участвовала в программе, когда в экспериментальном порядке в отдельные школы Латвии в 1-й класс принимали шестилеток. «Большая часть детей в этом возрасте не может удерживать внимание дольше 35 минут, — вспоминает свои наблюдения профессор. — К тому же еще не развита механика рук, пальцев». Она уверена, что детям этого возраста нужно больше времени и возможностей для отдыха, чем это возможно обеспечить в школах, по крайней мере на данный момент.

С экспертом и методистом полностью согласна Элвира Строгонова. Ее дочь Валерия посещает подготовительные занятия. Э. Строгонова не согласна с критикой МОН того, насколько качественно подготавливаются дети в дошкольных учебных учреждениях. «Нет того, что они только играют: один читает, пишет, еще чем-то занимается, и я уверена, что так во всех садиках», — говорит мамочка, старший ребенок которой пошел в школу в этом году с семи лет. Методист О. Дмитриева рассказала о своем опыте: «Моему ребенку в шесть лет сказали, что можно идти в первый класс, но я не пустила». Учительница, которая сама вырастила двоих детей, сказала, что в результате ребенок был одним из самых сильных в классе и это произошло естественно, а не потому, что от него ожидали высоких результатов. Специалист заметила, что нередко родители, решившие отправить шестилетних детей в школу, гордятся их высокими достижениями и не оценивают, действительно ли ребенок готов к школе. Учительница рекомендует проводить больше времени с ребенком и тогда решать, готов ли шестилетка к школе. ■

Фото автора.

€20

20

**ЧИТАЙ И
ВЫИГРЫВАЙ!**

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 «Латагалес друка»; на автостанциях — в Прейли (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!

В лесу пилились елочки

Анатолий Крылов

Если бы мы стали водить новогодний хоровод вокруг елки, установленной на площади Виенибас, то традиционную песенку про елочку, родившуюся в лесу, надо было бы слегка подкорректировать. Так как конструкция, символизирующая лесную красавицу, состоит из 600 маленьких деревьев.



Юрис Пундурс дает указание Видмансу Кибартсу.



Валерий Винько:
«Мне по душе большая ель».

ЦИФРА

■ В этом году предприятие «Labiēkārtošana D» закупает 974 елочки разной высоты, из них 8 десятиметровых, 2 семиметровые и 883 двухметровых. Общая сумма заказа составляет 7 763 евро.

Фото автора.

Некоторым жителям Даугавпилса, а особенно села, привыкших все лицезреть в натуральном виде, до сих пор не дает покоя то, что на площади устанавливается не традиционная одна лесная красавица, а не менее красивая, но искусственно созданная композиция из сотен маленьких елочек.

Главный художник Даугавпилса Юрис Пундурс рассказал, что до 2005 года на площади устанавливали одну большую ель высотой около 15 метров. Но пришло время, когда надо было что-то менять. «Дело не в европейских тенденциях, там, кстати, во многих городах устанавливают обычную ель. Конструкции, подобные нашей, можно встретить во многих странах мира. Есть варианты еще круче», — рассказывает Юрис.

Заказ на разработку дизайна и выполнение каркаса будущей ели выполнила даугавпилсская фирма «Stars». Несмотря на внешнюю простоту, на самом деле это достаточно сложная конструкция, складывающаяся, словно книга. В разобранном виде каркас компактен и при хранении занимает мало места, что очень удобно, а когда его собирают, то он вырастает в высоту на 13 метров и позволяет расположить на себе



На каркас нанизывают маленькие елочки.

600 маленьких елочек. Юрис Пундурс пояснил, что елки поставляются местными владельцами лесов по результатам объявляемого конкурса. При этом ущерба природе не наносится. Как правило, используются елочки, растущие на обочинах лесных дорог, под линиями электропередач и в других местах, где требуется чистка лесов от молодой поросли. Это так называемый бросовый материал.

По словам Ю. Пундурса, в Вильнюсе, например, была установлена конструкция, симво-

лизирующая новогоднюю ель, на которой не было ни единой хвойной веточки. Она полностью состояла из электроники. «Обычную ель довольно сложно довести до совершенства и украсить, а на нашей можно расположить любые украшения и электрифицировать по своему усмотрению и в соответствии со своей фантазией», — пояснил главный художник. — При этом мы учитываем пожелания жителей».

Один раз, после 2005 года, во время ремонта каркасной конструкции, на площади Виени-



В последние 5 лет главная елка Даугавпилса состоит из нескольких сотен маленьких елей.

Фото Елены Иванцовой.

бас устанавливалась обычная ель. Однако это создало множество проблем. Пришлось вызвать специальную машину из Риги, чтобы вывезти огромную столетнюю ель из леса. На пути следования, помимо спецтехники сопровождения и полиции, нужно было перекрывать дороги и перекрестки, регулировать движение транспорта и чуть ли не поднимать линии электропередачи и трамвайные электролинии.

Жители Даугавпилса по-разному относятся к современной елке. Жанна Бабицкая сказала: «Мне нравится нынешняя елка. Она оригинальная и современная. Но в то же время жаль сотни маленьких елочек. Я за сохранность природы». А Валерий Винько сказал, что ему больше по душе традиционная большая ель: «Это, видимо, из детства, когда в школе и в доме стояла елка-красавица, настоящий символ наступающих праздников».

Видманс Кибартс живет в Илуксте и трудится в SIA «Ornaments» трактористом и водителем автовышки. Каждый год он участвует в украшении елки и улиц Даугавпилса к зимним праздникам. Видманс одинаково положительно относится как к новым елкам, так и к обычной.

В микрорайонах Даугавпилса из года в год устанавливают традиционные елки. Кстати, елка, которая в прошлом году украшала микрорайон кожбувного комбината, попала в новостные ленты латвийских СМИ, настолько она была красивой. Жители к ней так привыкли, что дерево простояло до 8 марта.

Можно без конца спорить о главной елке города — современна она или нет. Но по результатам республиканского конкурса в 2015 году даугавпилсская елка была признана самой оригинальной, нарядной и красивой в Латвии. ■

Даугавпилс – лидер по задержке европейских проектов

Александр Рубе

Во время своего последнего доклада Кабинету Министров министр финансов Дана Рейзнице-Озола представила отчет о задержках в освоении средств европейских фондов со стороны самоуправлений и государственных организаций. Даугавпилсская городская дума оказалась на первом месте в этом списке.

На конец октября промедление муниципалитета в освоении еврофондов исчисляется в 30,8 млн. евро. Такого общее суммарное значение всех проектов, осуществление которых откладывается по тем или иным причинам. Самыми крупными проектами являются программа развития инфраструктуры промзоны в Крыжах (6,1 млн. евро), два проекта по развитию

Северной промзоны (3,3 млн. и 2,8 млн. евро) и программа приведения в порядок деградированных территорий на общую сумму в 11,5 млн. евро. Кроме того, Даугавпилс не успевает с освоением средств для модернизации материально-технической базы городских школ и детских садов, в том числе детско-юношеского центра «Яуниба».

Общее «фондовое отставание» разных латвийских инстанций составляет 146,2 млн. евро. За Даугавпилсом следом в списке проектных задержек находится Министерство образования (25,7 млн. евро) и Управление Лиепайской специальной экономической зоны (12,9 млн. евро). Самоуправления Краславского края и Резекне также фигурируют в этом списке с суммами в 7,4 и 2,8 млн. евро соответственно.

Даугавпилсская дума надеется частично решить эту проблему благодаря созданию новых должностей — двух заместителей исполнительного директора самоуправления. «Для нас основ-

ная сложность в освоении европейских проектов заключается в долгом составлении технической документации, — отмечает исполнительный директор Даугавпилсского самоуправления И. Голдберга. — К сожалению, рабочая нагрузка крайне высока, и нередко мы ждем получения документов в течение года и даже дольше».

При этом исполнительный директор не исключает, что часть простаивающих проектов все же удастся оформить до 1 декабря или же до конца этого года.

Ясность в этот вопрос внесла руководитель департамента развития Дайна Кривиня. Во время внеочередного заседания

думы, созданного 17 ноября, она отметила, что самоуправление само выдвигает сроки реализации своих проектов, а письменные напоминания из Министерства финансов получают все без исключения муниципалитеты. Отдельные проекты думы (центр «Яуниба», польская гимназия) были отложены лишь потому, что самоуправление посчитало их слишком дорогими.

«Мы не нуждаемся в увеличении штата нашего департамента, в этом нет необходимости, — подчеркнула Д. Кривиня. — В Даугавпилсе и в стране в целом замечен дефицит хороших проектировщиков. Поэтому они нужны всем, а не только нам». ■

5 декабря – День полиции

ВИНОВНЫЙ В ДТП НЕ ВСЕГДА ОЧЕВИДЕН

Диния Емельянова

Наряду со 100-летием Латвийской Республики в последующие два-три года исполнится 100 лет различным государственным институциям. Одна из них – Государственная полиция, которая сегодня, 5 декабря, празднует свою 99-летнюю годовщину.

Обычно с представителями данной институции случается сталкиваться в неприятных ситуациях, но это не означает, что общение с сотрудниками полиции тоже должно быть неприятным. О том, как в будни не потерять уважение и объективизм в общении с людьми, нарушившими закон, управляя автомобилем без водительских прав или будучи нетрезвыми, рассказал старший инспектор отдела криминальной полиции Даугавпилсского участка Латгальского регионального управления Гунтис Бекис.

Признать вину

В должности инспектора Гунтис Бекис провел уже 17 лет, и этот опыт работы позволяет сделать вывод, что аварии на дорогах с пострадавшими происходят практически ежедневно. В отделе криминальной полиции их расследуют три инспектора. «Я работаю именно со случаями, когда в ДТП есть пострадавшие и в аварии задействованы нетрезвые водители или водители без прав», – пояснил Г. Бекис, отметив, что аварии, где «пострадало только железо», расследует дорожная поли-

ция. Первичная задача в обоих случаях одна – выяснить, кто виноват.

Работа инспектора, расследующего аварии, обычно начинается не раньше следующего дня после произошедшей аварии. На место происшествия приезжают коллеги из дорожной полиции, регистрируют его, фиксируют необходимые факты, рисуют схемы и обобщают свидетельские показания. Но все-таки насколько бы детально и точно не были обобщены зафиксированные факты, следствие главным образом основывается на показаниях задействованных лиц, мнений и отношения. «На это влияет много факторов – национальное происхождение, религиозная принадлежность. Есть честные люди, есть недобросовестные, которые, например, стараются свои старые недуги связать с полученными в аварии травмами», – говорит инспектор.

Продолжительность следствия зависит от того, как долго выздоравливает пострадавший, а также от того, насколько благосклонны и оперативны все задействованные в аварии лица. Если не обнаружено телесных пов-



Гунтис Бекис.

реждений средней тяжести, уголовный процесс можно начинать только с заявления пострадавшего. Еще Г. Бекис отмечает, что сложно доказать вину в случаях, когда пострадавший пешеход, который сам виноват в ДТП. «Например, пешеход идет в неположенном месте в темное время суток вне населенного пункта без отражателя и его сбивает транспортное средство, –

поясняет инспектор. – Его можно призвать к ответственности за то, что ходит без отражающих свет элементов». Если доказано, что виноват пешеход, дело прекращается или пострадавшего призывают к административной ответственности.

«Самое лучшее» наказание

Несмотря на то, что уголовное наказание может

показаться суровее административного, система штрафов говорит об обратном. Г. Бекис заметил, что нетрезвые водители зачастую безработные: «Поскольку водители, ставшие виновниками ДТП будучи в состоянии алкогольного опьянения, зачастую не работают, им нельзя выписать денежный штраф. В результате нужно отработать, например, 200 часов на прину-

дительных работах и смириться с запретом на получение водительских прав». Наказание за уголовное преступление обычно важнее для молодых людей, для которых это становится преградой для создания карьеры в структурах Министерства внутренних дел.

Еще одно наблюдение, с которым приходится сталкиваться: нетрезвые водители не учатся на ошибках и одни и те же люди повторно попадают в похожие аварии. Это тоже говорит о том, что система штрафов не эффективна. «Если была бы более суровая практика, люди бы больше боялись», – уверен Г. Бекис. Похожая ситуация и с водителями без прав.

Хотя инспектор не отмечает конкретную регулярность, однозначно тяжелее работать в периоды праздников. «Знаю, что после Рождества на столе будет ждать целая куча новых дел», – полагает Г. Бекис, но коллегам из Дорожной полиции все равно тяжелее. Единственное, что можно пожелать, это чтобы движение в регионах стало более культурным именно в плане пешеходов и велосипедистов. Сельчане, по его мнению, чаще забывают об отражателях, шилетах. «Большинство ДТП совершаются не нарочно, их причина в какой-то ошибке, которую нужно не только обнаружить, но еще и признать», – уверен Гунтис Бекис. ■

Фото автора.

Семейный врач нотаций не читает

Елена Чурсина

В честь 99-летней годовщины провозглашения независимости Латвии похвальную грамоту от Даугавпилсской краевой думы получил Иван Нестеров, семейный врач Науенской, Малиновской и Бикерниекской волостей.

Ярко впечатление, толкнувшего связать жизнь с медициной, И. Нестеров не помнит. «Хотел общения с людьми, – смеется. – Надо было идти в журналистику». Но разочарования от выбора доктора не испытывает, хотя признает, что определенная человеческая усталость уже присутствует. В своей профессии он с 1987 года.

Пока гром не грянет

Доктор предпочитает не заниматься нотациями. Он считает, что «воспитывать» пациента не имеет смысла. Чаще всего человек сам видит проблему, например, кому-то надо снизить вес, кому-то стоит подумать об отказе от алкоголя и т. д. Вопрос в том, хочет ли пациент

этим заниматься. По мнению И. Нестерова, здравый смысл либо есть, либо нет. «Бывает, срывается человеческий страх обращаться к медику, – делится врач. – Зная свой организм, каждый понимает, что что-то не так и боится». По мнению Ивана Нестерова, пациентам в этом плане проще, доктора еще позже обращаются к своим коллегам. «Больше понимают, оттого меньше живут», – отмечает он. За почти 40 лет работы доктор с первого взгляда научился определять, чем болен человек. Он признается, что в профессиональном смысле его это радует, особенно, если потом узнаешь о своей правоте.

В вопросах медицины у каждой местности свои



Иван Нестеров в рабочем кабинете.

особенности. Что касается волостей, в которых работает И. Нестеров, то в них пациент, в основном, возрастной. Причины объективные, как и везде: старение населения, отъезд молодежи. И болезни соответствующие – давление, диабет и нервы. Про диабет доктор вспомнил случай на заре своей деятельности, когда проблема этой болезни так широко не стояла – пришел к нему здоровый девятилетний мальчик с вопросом, можно ли ему есть мед.

Вера и наука

Иван Нестеров признает, что современная доступность информации и интернет делают свое дело – люди стали больше интересоваться здоровьем, хотя бы регулярно сдают анализы. Когда заболевают, пытаются менять образ жизни, но чаще всего, бывает уже поздно.

Медицина сложна сама по себе и если человек находит для себя «удобо-

варимый» материал в интернете, то это только плюс, делится мнением доктор. Ведь о своей болезни человек должен знать больше, особенно хронической. Врач в таком случае выступает лишь в роли консультанта. Сам семейный врач подстраивается под современные интернет-ресурсы, но со смехом признается, что «старой собаке новым трюкам тяжело учиться». На возраст он сетует, говоря, что страсти к новому уже такой нет, но профессия обязывает идти в ногу со временем.

На вопрос о любимых занятиях и увлечениях Иван Нестеров ответил, что у него слишком много работы, а на любое хобби нужно время. К чисто мужским увлечениям – охоте и рыбалке – он относится скептически, считая блужданием. Себя он называет «верующим оптимистом» и напоследок цитирует Дарвина: «За 500 миллионов лет Земля не погибла, ей не дал погибнуть Бог». ■

Фото автора.

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

? Подписка на «Latgales Laiks»

– Почему подорожала стоимость подписки на «Latgales Laiks» на 2018 год? – спрашивает Регина.



Отвечает член правления SIA «Latgales Laiks» Ивета Валпетере:

– Стоимость подписки на «Latgales Laiks» на 2018 год стала немного дороже в связи с тем, что увеличились все расходы, связанные с изданием газеты.

В цену подписки входят затраты на издание и доставку газеты, а стоимость услуг доставки ГАО «Latvijas pasts» составляет около 40% от стоимости подписки.

? Автобус для людей с инвалидностью

– Когда Даугавпилсская краевая дума и Вишкский центр социальной опеки приобретут автобус для людей с инвалидностью? – спрашивает клиент Вишкского центра социальной опеки Иларий Киселев.

Отвечает исполнительный директор Даугавпилсской краевой думы Ванда Кезика:

– 4 декабря завершилась процедура закупки и только после этого победитель доставит специально оснащенный автобус для людей с инвалидностью.

? Анализ ДНК

– Проводят ли в Даугавпилсе анализ ДНК? – спрашивает Янис.



Отвечает зам. руководителя отдела по общественным отношениям Национальной службы здравоохранения Агнесе Ясеновича:

– Анализ ДНК можно сделать в лаборатории Э. Гулбиса и в Центральной лаборатории. Можно сдать кровь, мазок, мочу и др. образцы для установления специфической бактерии *Chlamydia trachomatis* (хламидиоз); количества антител в ДНК; полимеразной цепной реакции; выделения в ДНК генома человека; так же возможна диагностика генетических патологий человека с использованием метода полимеразной цепной реакции.

? Ремонт слуховых аппаратов

– Где в Даугавпилсе ремонтируют слуховые аппараты? – спрашивает пенсионер из Демене.

Отвечает председатель правления Центра сурдотехнической помощи Латвийского союза глухих Инесе Иммура:

– Мелкий ремонт слуховых аппаратов: трубочек, замену фильтра, проводит Даугавпилское отделение Центра сурдотехнической помощи по адресу ул. Михоэлса, 54. Если слуховому аппарату нужен более серьезный ремонт и если клиент получал слуховой аппарат у нас, то мы отправляем его поставщику, отвечающему за ремонт товара.

? Жалоба на соседа

– Почему Константин Грустанс на большом тракторе развездил дорогу в поселке Науене, ведь дорогой пользуются все жители? – спрашивает анонимный читатель.

Отвечает Рута Грустане:

– Просьба задавать вопросы нам лично, а не анонимно и не через газету. Мы ответим на все вопросы.

Комментирует руководитель Науенского волостного управления Инара Миглане:

– С К. Грустансом договорились о нескольких решениях ситуации. Я выражаю огромную благодарность Константину за помощь соседям!

? Освещение в Лоциках

– Почему в поселке Лоцики, где установлено новое уличное освещение, уже не горят несколько фонарей? Это делается в целях экономии или перегорели лампочки? – спрашивает Диана.



Отвечает руководитель Науенского волостного управления Инара Миглане:

– Уличное освещение в поселке Лоцики, так же как и в Крауе, Науене и в поселке Дорожников, работает в определенном режиме. Например, зимой фонари горят с 16:00 до 24:00 и с 5:00 до 7:30, но если на улице еще темно, то освещение работает с 4:00 до 8:00. В связи с тем, что от жителей поселка Лоцики пришло письмо с просьбой обеспечить освещение ночью, сейчас тестируем различные режимы с разным количеством горящих фонарей. Мы выберем вариант, расходы на содержание которого не превысят выделенное финансирование, поскольку в следующем году эту сумму увеличить не удастся.

? Пропало письмо

– 16 ноября из Эглайнского почтового отделения я отправила поздравительное письмо подруге, которая живет в Даугавпилсе. Она письма не получила. Почему теряются письма? (Это был не первый раз). Каждое письмо стоит денег, – спрашивает Валентина.

Отвечает руководитель отдела по внешним коммуникациям ГАО «Latvijas Pasts» Гундега Варпа:

– На предприятии «Latvijas Pasts» есть строго установленный порядок приема, обработки и доставки посылок и писем, где практически исключены риски потери. Но если все-таки у клиента возникли подозрения, что адресат не получил посылку или письмо, нужно обращаться в «Latvijas Pasts» с письменным заявлением и только после этого предприятие может начать официальное расследование.

Доставка посылки или письма может задержаться или попасть не к тому адресату, если не был указан точный адрес, индекс или у получателя сломан почтовый ящик, что дает свободный доступ третьим лицам. Также нередко письма и оповещения случайно выбираются вместе с различными рекламными материалами.

Напоминаем клиентам, что ценные посылки или письма нужно регистрировать, тогда их отмечают на каждом этапе обработки и в любой момент можно узнать, где они находятся.

? Дорожный знак в Шпогах

– В Шпогах (Вишкская волость) на дороге Вырогна, которая ведет к базе отдыха «Viroгна», установлен знак «Главная дорога». Почему этот знак установлен на тупиковой дороге, которая ведет «в никуда»? – спрашивает анонимный читатель.



Отвечает инженер транспортных сетей отдела коммунального хозяйства Даугавпилсской краевой думы Анита Паберза:

– Знак «Главная дорога» установлен потому что на дороге Вырогна интенсивное движение транспорта, к тому же дорога соединена с другой волостной дорогой.

? Навес на автобусной остановке

– Можно ли на автобусной остановке в Субате сделать навес, под которым пассажиры могли бы спрятаться во время неблагоприятных погодных условий, пока ждут автобус? – спрашивает Инара.

Отвечает руководитель Субатского и Продского волостного управления София Глумане:

– Илукстская краевая дума планирует установить навес.

? Крупногабаритный мусор

– Как часто в Даугавпилсе вывозят крупногабаритный мусор, который жители складывают возле мусорных контейнеров? – спрашивает Светлана.



Отвечает член правления «AADSO» Айвар Пуданс:

– Крупногабаритный мусор вывозим раз в неделю.

? Надписи на подарках

– Где в Даугавпилсе печатают надписи на подарках, например, ручка с надписью «Латвии – 100»? – спрашивает анонимный читатель.



Отвечает ИС:

– На подарках печатают несколько фирм. Их реклама есть в газете «Reklāma Piekdienās».

ИНФОРМАЦИОННЫЙ СЕРВИС

? Абонемент на проезд

С 1 декабря Даугавпилсский автобусный парк вводит абонементный билет, который будет годен для проезда в рабочие дни по нескольким маршрутам, — сообщила ИС руководитель отдела по общественным отношениям Автотранспортной дирекции Зане Плоне.



Многодетные семьи с семейной картой 3+ смогут приобрести абонементные билеты с другим дизайном.

До этого Даугавпилсский автопарк предлагал ежемесячные проездные билеты для проезда во все дни месяца по 46 маршрутам.

Абонементные билеты можно приобрести на Даугавпилсской автостанции на ул. Виестура, 10 в Даугавпилсе. Более подробную информацию можно получить по тел. 65429245 (по рабочим дням) или в интернете www.buspark.lv.

? Адрес супермаркета

— Почему у супермаркета «Maxima» в Даугавпилсе адрес ул. Циетокшня, 60, если это здание находится между улицами Алеяс и Виестура? — спрашивает анонимный читатель.

Отвечает руководитель Даугавпилсской стройуправы Валерий Лякса:

— Супермаркет «Maxima» находится на земельном участке, который присоединен к земельным участкам, принадлежащим «Ditton Nams», на ул. Циетокшня, 60.

Владелец этого имущества не просил самоуправление поменять адрес.

? На помощь приходят консультанты

Специалисты Латвийского центра сельских консультаций и образования предлагают консультации хозяйствам, специализирующимся на молочном и мясном животноводстве, — сообщила руководитель отдела по животноводству данного центра Силвия Дрейере.



Консультанты в офисах или по приезду в хозяйство помогут установить размер порций корма, подготовить обоснование для запроса разрешения на приобретение доз протеина и т. д.

Консультации бесплатные, если крестьянин будет участвовать в проекте ЕС до 2020 года. Телефоны для справок по рабочим дням: 65423736 — Даугавпилсское бюро; 65681104 — Краславское бюро; 65381263 — Прейльское бюро; 64625254 — Резекненское бюро.

Текст и фото Э. Т. Йонане.

АВТООТВЕТЧИК газеты "Латгалес Лайкс" работает круглосуточно.

654 23424

Звоните в любое время. Наши журналисты помогут решить все ваши вопросы. Пожалуйста, не забудьте назвать себя и сообщить, как с вами связаться.

ОБЗОР СОБЫТИЙ В ЛАТВИИ ЗА НЕДЕЛЮ

В Резекне строят новую инфраструктуру

В Резекне в Северном микрорайоне на территории специальной экономической зоны строится промышленный комплекс и необходимая для него инфраструктура, которую в будущем предложат предпринимателям, с расчетом создания в городе, по меньшей мере, 95 новых рабочих мест, сообщили по Латгальскому региональному телевидению.

Поскольку экономическая зона дает ряд налоговых скидок и льгот, спрос на объект, вероятно, будет ощутимым. По прогнозам, нефинансовые инвестиции со стороны потенциальных арендаторов могут составлять около 3,5 млн. евро. Себестоимость проекта, финансируемого Европейским фондом регионального развития, а также дотациями из госбюджета и средствами самоуправления, составляет около 6 млн. евро. Строительные работы намечается закончить в мае следующего года. В начале нового года объявят аукцион для предпринимателей на аренду объекта.

Семейные врачи прервали забастовку

Латвийская ассоциация семейных врачей (ЛАСВ) решила прервать начатую в июле забастовку, но врачи готовы ее начать в 2018 году, если правительство не выполнит требования забастовки, сообщает lsm.lv. Семейные врачи получили от Национальной службы здравоохранения подготовленные договоры о предоставлении услуг в 2018-2020 гг. и договор об использовании электронной системы э-здоровье, которые нужно подписать в течение нескольких дней. Ассоциация указала, что «права и правовые интересы семейного врача в эти договоры не включены».

Собрание членов ассоциации 1 декабря решило потребовать у Национальной службы здравоохранения незамедлительно согласовать с ассоциацией условия договора на 2018 год о первичных услугах семейных врачей, чтобы гарантировать договорные права и интересы медиков.

В вузах и колледжах надо будет изучать гражданскую оборону

Проект правил Кабинета министров (КМ) «Постановления о минимальных требованиях относительно содержания обязательного курса гражданской обороны и обучение трудоустроенных лиц по вопросам гражданской обороны», за который КМ будет голосовать 5 декабря, предусматривает, что объем обязательного курса гражданской обороны в вузах и колледжах составит не менее 1 кредитного пункта, пишет Delfi. Это значит, что в учебных программах вузов и колледжей должен быть отдельный учебный курс «Гражданская оборона», но курс не будет отдельным учебным предметом, а его темы будут интегрированы в содержание общей учебной программы.

До 1 января 2019 года ГПСС разработает рекомендации по содержанию курса для вузов и колледжей.

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.

**участвуй
В ЛОТЕРЕЕ!**

Купон лотереи ищи на страницах "Латгалес Лайкс"!

«Даугавпилс» ко второму этапу прибавил, шансы на финал отличные

Сергей Кузнецов

В Риге прошел второй этап Европейской юношеской баскетбольной лиги (EYBL), на котором команда Даугавпилса U17 (тренер Юлия Симонова) заняла второе место.

В первом матче девчонки вынесли краковскую «Вислу» — 89:45. Второй матч также принес победу, на сей раз не так легко разобрались с «Островой» из Чехии — 54:51. Победный марш даугавпилчанок остановили белорусские игроки из Гродно — 36:77. А затем победа над минским «Горизонтом» — 58:50.

В финале «ДЮСШ Даугавпилса» вновь встретился с гродненскими баскетболистками. Реванш взять не удалось — 45:75.

В символическую сборную турнира попала Эли-

за Пойша, набравшая в среднем за матч по 12 очков — третий показатель среди всех игроков этапа в Риге. Ловис Керубине была названа лучшим игроком в команде. Кроме этого четверку лучших по результативности замыкает Юта Харченко.

На первом этапе в Гродно девчонки были четвертыми.

Третий этап пройдет в Остраве (Чехия) в середине февраля. По итогам трех этапов определится финальная восьмерка, которая разыграет между собой звание сильнейшего клуба Европы. ■

Борьбу продолжили во второй восьмерке

В группе U10 на футбольном турнире «Ateitis Cip» в Вильнюсе команда Даугавпилса заняла 13-е место.

Подопечные Евгения Максимчука попали в одну группу с чемпионами Литвы, Швеции, Белоруссии и Эстонии. В первой игре уступили ФК «Вильнюс» — 1:2, в продолжении разгромили «Олимп» (Таллинн) — 4:0, ничья с «Содрой» (Стокгольм) — 0:0 и победа над «Сменой» (Минск) — 1:0.

В верхнюю сетку турнира шел победитель группы, даугавпилчане со второй позиции продолжили борьбу за 9-16 места. В первом же раунде поражение от «Минска» — 1:2 и следующий расклад —

борьба за 13-16 места. На этот раз начали с победы над минским «Динамо», успеха удалось достичь в серии послематчевых пенальти.

В игре за 13-е место «Даугавпилс» в серии пенальти обыграл «Железных волков» из Вильнюса.

Тренер команды Евгений Максимчук: «Отличный турнир, много сильных соперников. На протяжении турнира были игры, в которых нам не много не хватало везения, особенно в концовках. Реально было подняться повыше». ■

Аутсайдерам дали бой — лидерам проиграли

Артем Сталидзанс
2 декабря в Даугавпилском ледовом дворце состоялась игра Детско-юношеского чемпионата Латвии по хоккею. В возрастной группе «U-18» литовская команда «DKLRM» встречалась с Даугавпилской ДЮСШ. Для обеих команд ледовую арену в Даугавпилсе можно назвать «домашней», но на этот раз стены помогли именно даугавпилчанам.

Первыми счет открыли даугавпилчане, но случилось это лишь на 11-й минуте первого периода. Алан Гумар после передачи Ролана Васильева был точен — 0:1. Спустя минуту счет на табло удвоился силами Владислава Барковского, ассистировали ему два Артура — Понтагс и Шакуров — 0:2. Уже на 15-й минуте Алишер Мубаракшин (с передачи Бориса Дворкина и Роберта Юркияна) огорчил литовского вратаря в третий раз — 0:3.

Во втором периоде литовская команда попыталась собраться и спасти игру, но даугавпилчане не дали им перехватить инициативу. Первыми вновь забросили воспитанники Даугавпилсской ДЮСШ, так на 25-й минуте отличился Артур Понтагс (ассистенты Артур Шакуров и Эрнест Азаревич) — 0:4. Спустя 2 минуты Мартин Тучто после передачи Ар-



Фото автора.

Очередной штурм ворот.

наса Мисиукаса и Данила Дроздова отыграл одну шайбу — 1:4. Продолжить наступление на ворота литовским хоккеистам не удалось, а на 31-й минуте даугавпилчанин Ролан Васильев (ассистировал Сандис Вагелис) и вовсе сделал счет 1:5. За 4 минуты до окончания второго периода Каролис Красильниковас после передачи Каролиса Шумскаса и Данила Дроздова вновь сократил разрыв — 2:5.

На 42 секунде третьего периода литовская команда вновь сократила отставание — Данил Дроздов (ассистировали Эимантас Степонавичиус и Каролис Красильниковас) не промахнулся — 3:5. На 50-й минуте матча на арене вспыхнула массовая драка, а на скамейке штрафников, остудить свой пыл, отправилось сразу 8 игроков — по четыре от каждой команды. В завершении встречи

еще две безответные шайбы от Алана Гумара влетели в ворота литовцев. Так на 53-й минуте ему помогли Эрнест Азаревич и Артур Шакуров, а на 55-й играя в большинстве точные передачи сделали Артур Понтагс и все тот же Артур Шакуров — 3:7. Сейчас команда Даугавпилсской ДЮСШ занимает 6-е место, а следующий матч проведет дома с Елгавской ЛСШ «U-18».

У воспитанников Даугавпилсской ДЮСШ, выступающих в возрастной группе «U-16» дела шли хуже. В очередном туре они встречались со своими главными конкурентами за первую строчку чемпионата — командой «Марупе». Даугавпилчане полностью отдали соперникам два периода, а от «сухого» поражения удалось уйти лишь в третьем. Максим Галилеев сумел отыграть две шайбы —

5:2. После поражения от «Марупе» даугавпилчане переместились на третью строчку чемпионата и следующую встречу проведет дома с лидером — Елгавской ЛСШ «U-16».

2 декабря Даугавпилсская ДЮСШ в возрастной группе «U-14», плетущаяся в хвосте таблицы чемпионата, «гостила» у лидера — «Пиратов». На 8 пиратских шайб, даугавпилчане ответили лишь одной — 8:1. Дела у игроков Даугавпилсской ДЮСШ в возрастной группе «U-12» тоже не ладятся. Занимающая 2-е место в таблице «Пардаугава 06» одержала сокрушительную победу 9:1.

Стоит отметить что матч основной даугавпилсской команды «Даугавпилс/ЛЖД Карго», который должен был пройти в Вентспилсе против «Венты 2002», был отменен. Следующий матч даугавпилсская команда проведет дома против «Марупе». ■

Отметились на кроссминтоновой карте

Сергей Кузнецов

Даугавпилс принимал второй этап чемпионата Латвии по кроссминтону, который одновременно являлся открытым чемпионатом Латгалии. 8 комплектов наград было разыграно в течение дня.

Чемпионат в Даугавпилсе был организован городским клубом по кроссминтону при поддержке самоуправления. Впервые соревнования по кроссминтону, являющегося миксом бандминтона и тенниса, прошли в Даугавпилсе в 2015 году, это второй старт, рассказывает представитель клуба Оскар Приедитис: «На этапе в Даугавпилсе представлено 5 клубов со всей Латвии. Борьбу ведут 68 игроков от 7 до 50 и более лет. Соревнования получились представительными. Всего чемпионат Латвии включает 6 этапов, которые разбросаны по всей стране. ■

На каждом этапе зарабатываются рейтинговые очки. Итоги будут подводиться в конце сезона в апреле».

Кроссминтон — новый вид спорта, еще недавно называвшийся спидминтон, но решением международной федерации в 2016 году был переименован в кроссминтон с сохранением всех правил. Это парная или одиночная игра, в которой используются ракетки и волан. Игрок находится в игровом поле. Напротив на расстоянии более десяти метров расположена зона соперника. Необходимо зарядить волан в площадку оппонента. ■

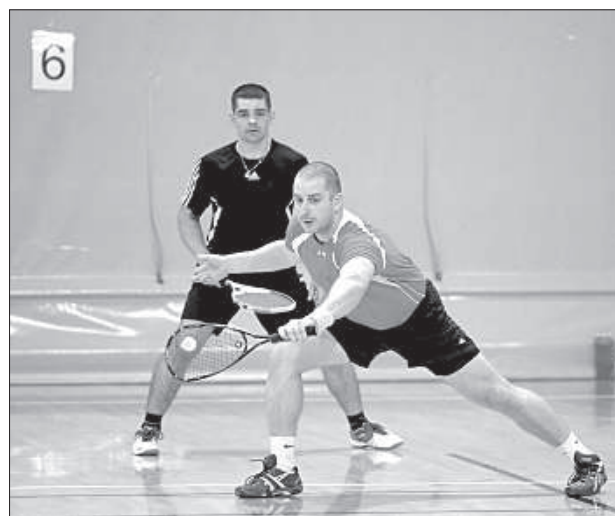


Фото автора.

Чемпионат Латгалии — 2017

| Группа | 1 место | 2 место | 3 место |
|-------------|---------------|-----------------|----------------|
| Орел (М) | А. Круминьш | У. Дзиркалис | М. Гиптерс |
| Орел (Ж) | С. Паэгле | И. Алдия | К. Аншмите |
| Орел В | А. Дзиркалис | А. Лаува | Д. Минов |
| Орел пары | Паэгле/Гулбис | Круминьш/Жоготс | Алдия/Лаздиньш |
| Девушки U14 | Л. Килупе | М. Юргенсоне | А. Спаре |
| Юноши U14 | Р. Дедушкевич | А. Дзиркалис | Р. Ширмелис |
| Мужчины U40 | У. Дзиркалис | У. Лаздиньш | Э. Спаре |
| U12 | Р. Барков | Г. Виксиньш | И. Новиков |

Первый круг завершили поражениями

«Милатс» 2 декабря на своей площадке принимал соседей по турнирной таблице из «Елгавы». Увы, но разжиться очками волейболистам Даугавпилса не удалось.

Напряженным получился первый сет. Уступая – 21:24, даугавпилчанки отыграли три сетбола – 24:24, взяли очко и имели шанс оставить первую партию за собой. Однако земгальская команда не дрогнула и перетянула одеяло на себя – 25:27.

В следующей партии «Милатс» сыграл более организовано – 25:19, но, увы, в оставшихся сетах также сыграть не получилось – 22:25, 19:25.

На следующий день «Милатс» с таким же результатом капитулировал перед RSU/MVS – 1:3.

В итоге первый круг Балтийской лиги девушки завершили с одной победой. В восьми проигранных матчах, чаще уступали с результатом – 1:3 – 5 раз. Из этих пяти раз трижды удавалось выигрывать второй сет.

Самые результативные игроки команды «Милатс» – Эльза Смишшалне и Кристине Тейване.



Эльза Смишшалне.



Кристине Тейване.

Фото автора.

Балтийская лига.
3 декабря 2017 года
«Милатс» – RSU/MVS 1:3 (23:25, 20:25, 26:24, 25:27)

«Милатс»: Храпане – 17 (3 эйса), Алехина – 14, Тейване – 13, Коваленко – 11, Коваль – 7, Линде – 5 (2 эйса), Яхимович – 2.

RSU/MVS: Эмбректе – 19, Пастаре – 15, Морозова – 13, Кудряшова – 8, Хиттинен – 7, Янсоне – 6, Гринберга – 1.

Эйсы: 7-10

Ошибки на подачах: 7-6

Ошибки на приеме: 10-7

Ошибки в атаке: 14-15

Очки на блоке: 12-11

Зрители: 72

Время матча: 101 минуты

Балтийская лига.
2 декабря 2017 года
«Милатс» – «Елгава» 1:3 (25:27, 25:19, 22:25, 19:25)

«Милатс»: Смишшалне – 24 (4 эйса), Тейване – 16 (2 эйса), Коваленко – 8, Храпане – 7, Маценко – 3, Весна – 2, Алехина – 1, Рациня – 1, Яхимович – 1.

«Едгава»: Сола – 24, Линина – 20 (3 эйса), Розите – 10, Заке – 8, Балтиня – 3, Спалва – 1, Берзиня – 1, Дзиреркале – 1.

Эйсы: 11-6

Ошибки на подачах: 8-9

Ошибки на приеме: 6-11

Ошибки в атаке: 22-17

Очки на блоке: 6-9

Зрители: 68

Время матча: 104 минуты

Латгальское дерби уходит в актив Краславе

На прошлой неделе в ЛБЛЗ состоялось первое латгальское дерби этого сезона между «Даугавпилским краем» и «Краславой». Матч получился сумасшедшим и завершился в пользу «Краславы» – 59:58 (21:17, 12:8, 15:21, 11:12).

Концовка получилась горячей. За 20 секунд до финальной сирены краславчане лидировали +4, когда Артур Суханов забросил один из двух штрафных бросков. За 8 секунд до конца Мартиньш Тейвиш имел все шансы вывести «Краславу» вперед, но два штрафных броска ушли не в кольцо. Контратака края и Эрик Крейпанс

точно кладет трешку – 58:59.

Тут же команде края удается перехватить мяч, Сергей Фролов совершает трехочковый бросок, который так и остался броском надежды. «Краслава», не смотря на нервы в концовке, уезжает домой с победой.

«Даугавпилсский край»: Крейпанс – 19 (9 подборов), Лиепиньш – 12 (6

подборов, 5 передач), Саулитис – 10, Спикис – 8, Лазда – 3, Пинте – 2, М. Гурьянчик – 2, В. Гурьянчик – 2.

«Краслава»: Бебриш – 24 (10 подборов), Суханов – 9, Дилба – 9, Штолцерс – 8 (10 подборов), Грибс – 6, Сеттаров – 3.

«Екабпилс-2» смирился с поражением от «Салацгривы» – 60:90. Эмиль Репель отметился 13 очками, а Давис Штейнарт оформил 12. Андрей Грустан при 7 очках в матче, оформил 17 подборов.

«Ливану стиклс» в ЛБЛ2 дома обыграл «Огре» – 83:73. У «стекольщиков»

дабл-дабл оформил Янис Ласманис – 12 очков, 12 подборов.

В ЛБЛ «Екабпилс» замыкает турнирную таблицу. Не сложилось у «рысей» и в минувшие выходные. Поражение в гостях от «Юрмалы» – 71:78. 18 очков в активе Роланда Деррика, Юрий Алексеев ушел с площадки с 16 очками.

Финалист ЛБЛЗ прошлого сезона «Резекне/Эзерземе» в гостях обыграл БШ «Рига» – 64:58. 20 очков набрал Юрис Мельник. 15 очков и 12 подборов в активе Ренара Булдуриса.

Денис Куранов отобранся в сборную

В Саласпилсе прошел международный турнир по каратэ «Latvia Open & Fudzi Tournament 2017». В течение двух дней более 1000 атлетов вели борьбу на татами.

«Сочин каратэ клуб» (президент Сергей Иванович) был представлен в первый день турнира командой из 4 участников. Алиса Иванько работала в судейском корпусе.

Денис Куранов (-61 кг), выступая в категории U-18, занял 5 место. В абсолютном зачете Денис также занял 5 место. Практически аналогично выступил и Арманд Гросберг (-63 кг) в категории U-16. Отлично выступая в абсолютной

категории, Арманд стал пятым.

Николай Романцевич в группе U-14 хорошо выступил в команде. Николай, выигрывая все одиночки, добился, чтобы совместная команда из бойцов «Сочина» и Огре добралась до пятого места.

В итоге Денис Куранов отобранся в сборную Латвии (LKF), которая будет выступать в феврале 2018 на чемпионате Европы в Сочи (Россия).

«Латголс» в вышке держится в тройке

В высшей лиге чемпионата Латвии по гандболу «Латголс» (Лудза) на минувшей неделе обыграл «Вайноде» – 37:26 и уступил «Тенаксу» (Добеле) – 34:39. Лудзенский клуб после 13 матчей (9 побед, 1 ничья, 3 поражения) с 19 очками находится на втором месте.

В женской вышке «Латголс» за 43 секунды до финальной сирены забросил победный гол – 24:23. «Рейр Добеле» успел совершить бросок, но безрезультатно. «Латголс» после 11 матчей (7 побед, 1 ничья, 3 поражения) с 15 очками находится на третьем

месте. На второй позиции «Екабпилс» – 16 очков (8 побед, 2 поражения).

В первой мужской лиге «Латголс юниоры» сломали сопротивление «Улброки» – 33:30. «Юниоры» с 6 очками идут на 4-м месте (3 победы, 3 поражения).

Первый сезон без медалей

Латвийская федерация футбола подвела итоги женских чемпионатов республики. В этом сезоне в первенстве первой лиги «Даугавпилс» занял четвертое место. Немного не хватило, чтобы третий год подряд попасть на пьедестал. Тем не менее, работа тренера команды Дениса Сарафанюка, не прошла незамеченной.

Лучшим вратарем первой лиги была названа Софья Нестерова, которую в этом сезоне неоднократно вызывали в сборную страны. Также Софья попала в символичес-

кую сборную чемпионата.

В топ-11 игроков лиги попала полузащитник Диана Скрибина, а Виктор Венгревич была названа лучшим игроком команды.



«Локомотив» стабильно заякорился на дне

В первой национальной волейбольной лиге очередное поражение потерпел СК «Локомотив/ДТ». На этот раз техникум выкинул белый флаг перед РТУ и прочно закрепился на дне турнирной таблицы.

«Локомотив» начал уверенно, взяв первый сет – 25:19, но затем взрыв эндорфинов три раза подряд испытывали гости из Риги – 22:25, 21:25, 21:25.

«Локомотив»: Павлов – 16, Анкудович – 13, Тишко – 11 (3 эйса), Марченко – 9, Тауклус – 4, Ефимов – 3, Тележников – 2, Мейнерт – 1.

Во второй национальной лиге в Латгалию приехала команда из топ-3 – «Дундага» и потерпела два поражения. «Екабпилс юниоры» смогли оформить «сухую» победу – 3:0 (25:15, 30:28, 25:18). «Резекненский край» выиграл – 3:2 (25:15, 23:25, 25:22, 21:25, 15:8).

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|---|---|--|--|-------------------------------|------------------------|-------------------------|---------------------------------|----------------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------|--------------------|---|--|--------------------------|---------------------|---------------------------|----------------------------|
| | | | | | | | | | ВСЕ ПЬЕСЫ ТЕАТРА | | | | | | | | | | ДУХОВНЫЙ ОТЕЦ ПРИ КРЕЩЕНИИ |
| «СЕРДЦЕ» И «МОЗГ» КОМПЬЮТЕРА |  | | | | МУСОР В ЭЛЕКТРОННОЙ ПОЧТЕ | | СТОЛИЦА МОРДОВИИ | ДЛИННЫЙ ДРУГ МАУГЛИ | | ДАМСКИЙ ГОЛОС | ВОКАЛЬНОЕ ИСКУССТВО | | АЗИАТСКОЕ «ТАКСИ» |  | | | | | |
| ЯЗЫКОВЕД | | | | | 1 | | СТУПНЯ ЧЕЛОВЕКА | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЙ ИЛИ ПРЯНЫЙ | | | ПЛАСТОВАЯ ИНТРУЗИЯ | | | | | | |
| | | | | | | СУММА ЗАТРАТ НА ПРОЕКТ | АМЕРИКАНСКАЯ КИНОПРЕМИЯ | | ДРАМАТИЧЕСКОЕ ПРОИЗВЕДЕНИЕ | | | | | | | | | | |
| ЗАЕЗД НА ВЕЛОТРЕКЕ | | | | | ПРИЗЫВ СМАТЫВАТЬ УДОЧКИ | 2 | НАДЕЖНАЯ ЗАЩИТА | | | | | УЧАСТНИК ИГРЫ | ВОЕННАЯ БОЛЬНИЦА | 3 | | | | ПОЛУПРОВОДНИКОВЫЙ ПРИБОР | |
| | | | | | МЕСТО РАСПЛАТЫ В МАГАЗИНЕ | | | | | БОЛЬШОЙ КАМЕНЬ | КИНЕМАТОГРАФ (УСТАР.) | | | | | | | | |
| КОВБОЙ ИЗ МОНГОЛИИ | | | | | | | ОРГАНИЧЕСКОЕ УДОБРЕНИЕ | ГРОМКОЕ ВОСКЛИЦАНИЕ | | | | | | | | | СПЕЦИАЛЬНОСТЬ ВРАЧА | ДРЕВНИЙ ГОРОД МЕЖДУ РЕЧЬЯ | |
| | | | | | ДИСК С ХИТОМ | | БЕСПОРЯДОЧНАЯ КУЧА | | | | ПИТЕЙНАЯ | ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ ГЕРОЙ | | | | | | | |
| | | | | | «НЕИЗВЕСТНАЯ» БУКВА | БЕЛЫЙ СЛАДКИЙ ПЕСОК | | | ХРАНИТЕЛЬ УЛОВА | НАРКОТИК | | | | | | | НАПИТОК ДЛЯ ОКРОШКИ | ТО ЖЕ, ЧТО ЛУНАТИК | |
| | | | | | | ПОДПИСАЕТ ПИПОТЕНУЗУ | ГОЛОВА КАПУСТНАЯ | ХИЩНАЯ РЕЧНАЯ РЫБА | | | | СТАРШИЙ ПСАРЬ, ДОЕЗЖАЧИЙ | ДЕРЕВЯННАЯ ОБУВЬ | | | | | | |
| ШАЛАШ ИЗ ШКУР У ИНДЕЙЦЕВ | НАСТОЛЬНАЯ ЛОГИЧЕСКАЯ ИГРА | 4 | | | В ЗОДИАКЕ – МЕЖ РАКОМ И ДЕВОЙ | | | | | БУТЕРБРОДИК НА ФУРШЕТЕ | ВАЛЮТА КУБЫ | | | | | ЯЗЫК НА ОСНОВЕ ЭСПЕРАНТО | ЖЕЛАНИЕ ПОЧЕСАТЬСЯ | | |
| | ПОРЧА ДУРНЫМ ОКОМ | | | | | | | ЛИНЕЙНЫЙ КОРАБЛЬ | ТИП ОБЩЕСТВА | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | ГИБРИД ОСЛИЦЫ И ЖЕРЕБЦА | | | | НЕВОСПИТАННЫЙ ЧЕЛОВЕК | ПОХМЕЛЬНОЕ УТРО | | | | | | | |
| МАГИЧЕСКИЙ ОБЕРЕГ | | | | | ЕГО ФИРМА НЕ ВЯЖЕТ | | | | ДЕСПОТИЧНЫЙ ПРАВИТЕЛЬ | ЗАКОННОЕ НЕНАСТЬЕ | | | | | | | | | |
| | | | | | | | ГОДЫ РАБОТЫ | МОНЕТА, ДАВШАЯ НАЗВАНИЕ ДОЛЛАРУ | | | | | | ЕСТЬ У ВЕРБЛЮДА | | | | | |
| | | | | | | | | | | | СФЕРА | ВАЛЕТ, ДАМА, КОРОЛЬ, ... | | | | | | | |
| | | | | | «ЖАЛОБА» НЕСМАЗАННЫХ ПЕТЕЛЬ | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | ПОСУДА, В КОТОРОЙ ЧУДЕСА | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | ЕГИПЕТСКАЯ БОГИНЯ | | | БУХГАЛТЕРСКОЕ КРУЖЕВО | | | | | | | | | | |
| КОСМЕТ. ГРИМ НА ДАМСКОМ ЛИЦЕ | | | | | | | ВОРОТА ГОРБОМ | ХАОС, БЕСПОРЯДОК | | | | | | | | | | | |

СУДОКУ ДЛЯ ВСЕХ

ЛЕГКАЯ

СРЕДНЕЙ СЛОЖНОСТИ

ТРУДНАЯ

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

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

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

БУДЬТЕ  **ЗДОРОВЫ!**

Польза дневного сна

Каждый из нас периодически чувствует сонливость днем. Это мешает не только работе, но и в выходные дни каким-то планам на отдых. Дневная сонливость имеет научное название «гиперсомния».



Причина дневной сонливости состоит в недостаточном ночном сне. Если несколько ночей вы не досыпаете, то вскоре почувствуете, как снижается темп вашей жизни, как портится ваше настроение. Можно кое-что изменить в своей жизни, чтобы ночной сон стал лучше и полноценнее, а дневная сонливость исчезла.

20 минут дневного сна – это своеобразная перезагрузка мозга, которая дает возможность более продуктивно мыслить, а также защищает наш организм от переутомления, восстанавливает его и дает заряд бодрости. Ученые считают, что мозгу, работающему в полную силу, отдых не требуется, в отличие от тела.

7 причин поспать днем:

1. Непродолжительный дневной сон убирает напряжение. Это научно доказанный факт. У тех людей, которые спят днем, снижается уровень гормонов стресса. И в результате становится меньше риск эмоциональных перегрузок, следовательно, человек может быть более отдохнувшим и сосредоточенным.

2. Возрастает внимание и продуктивность. Если вы по каким-то причинам утром проснулись раньше обычного времени и чувствуете, что не доспали, не нужно пытаться продол-

жить сон, лучше поспите днем. 20 минут дневного сна принесут вам больше пользы, чем досыпание на те же 20 минут.

3. Улучшается память и восприятие. Особенно полезен дневной сон для тех, кто учится. Известно, что послеобеденный сон защищает мозг от перегрузки, пока он обрабатывает поступившую информацию.

4. Дневной сон – профилактика сердечных заболеваний. Статистика говорит о том, что в тех странах, в которых соблюдается сиеста, достаточно низкий уровень сердечных заболеваний.

5. Повышает творческий потенциал. Учеными доказано, что для эффективного поиска творческих идей и решений необходим дневной сон или смена вида деятельности. Если вы зашли в тупик и не можете найти решение проблемы, просто отдохните. 20 минут дневного сна помогут вам с решением.

6. Восполняет недостаток ночного сна. В результате недосыпаний, по мнению ученых Чикагского университета, в организме происходят гормональные сбои, и он перестает усваивать углеводы, что может привести к такому заболеванию, как диабет. Исследования проводились на людях, которые спали не более четырех часов в течение недели. Другая группа исследуемых спала по во-

семь часов в сутки. Когда первая группа получила возможность дневного отдыха, то показатели по уровню внимания сравнялись в обеих группах. Отсюда можно сделать вывод, что недостаток ночного сна можно восполнить коротким дневным сном.

7. Причиной ожирения часто называют нерациональное питание. На самом деле, одним из факторов увеличения веса является обычное недосыпание. К такому результату пришли американские ученые при проведении исследований по влиянию распорядка дня на здоровье и вес. В анкету включались такие вопросы, как уровень образования, привычка курить, просмотр телевизионных программ и количество часов, отводимых на ночной отдых ежедневно. Оказалось, что ожирение и плохой сон напрямую взаимосвязаны.

Анализы показали, что при недосыпании орган испытывает проблемы с недостатком выработки мелатонина, производимого эпифизом в центре мозга. Основная его функция – выработка достаточного объема вещества в определенный сезон, месяц и нормализация обменных процессов в течение суток. От мелатонина зависит момент наступления аппетита. Если его мало – чувство голода возникает чаще. ■

Помело – полезный гигант

Помело – самый крупный представитель цитрусовых. Родина фрукта – Китай.



До нашей эры он предназначался исключительно для царской знати, а в начале 14-го века был завезен в Европу, где прижился не сразу. Сейчас же фрукт очень популярен за счет многочисленных полезных свойств. Интересно, что вес некоторых помело может достигать 20 килограмм.

Помело отличается низкой калорийностью – **100 г продукта содержат 25-40 ккал**. Такие границы обусловлены простым правилом: чем слаще помело, тем больше в нем калорий. Низкая калорийность помело объясняется большим содержанием в нем воды – на 100 г фрукта приходится почти 90 г жидкости.

В чем польза

Помело – кладезь минералов, витаминов, микроэлементов и грубых волокон.

Уникальный вкус помело оправдан его уникальным составом: это калий, кальций, железо, натрий, витамины группы В и А, бета-каротин, витамин С, эфирные масла.

Экспертами был проведен интересный опыт: исследовались лимон, мандарин, грейпфрут, апельсин и помело на наличие витамина С, и победителем стал помело. Будучи источником витамина С, помело служит профилактикой простудных, инфекционных и вирусных заболеваний. Если они уже есть, помело поможет справиться с ними легче и быстрее. Эфирные масла в составе помело прекрасно укрепляют иммунитет. Грубые волокна собирают шлаки и непереваренные остатки пищи, абсорбируют и выводят их из организма.

Помело помогает нормализовать работу сердечно-сосудистой системы и стабилизирует давление, а также улучшает настроение, повышает жизненные силы и помогает прийти организму в тонус. Лемониды в составе помело отвечают за нашу работоспособность, внимательность и продуктивность. Содержащийся в помело фосфор способствует активной умственной деятельности. Кальций в помело укрепляет кости, волосы и ногти. Антиоксиданты в составе помело помогут надолго сохранить молодость и хорошее физическое здоровье.

Фрукт помогает быстрому расщеплению белков и жиров в организме, ускоряет метаболизм и способствует сжиганию лишних калорий.

Помело рекомендуют включать в рацион людям, страдающим повышенным сахаром в крови. Регулярное его потребление поможет нормализовать уровень сахара.

Вдыхая запах кожуры помело, можно легко устранить заложенность носа и даже немного понизить температуру тела.

Не стоит употреблять помело, если у вас есть аллергические реакции на цитрусовые, диагностирована язва желудка и двенадцатиперстной кишки, повышенная кислотность желудка, гепатит, нефрит, колит.

Обязательно проконсультируйтесь с врачом, прежде чем кушать фрукт при наличии вышеперечисленных заболеваний. Поедание помело может вызвать обострение хронических заболеваний пищеварительного тракта. Сильно повышая кислотность щелочной среды, он вызывает изжогу.

Аллергия на цитрусы может привести к опуханию горла и даже приступам удушья. Чтобы проверить, есть ли у вас аллергия на помело – достаточно скушать 1-2 его дольки или вспомнить, какова реакция организма на другие цитрусы.

В период кормления грудью помело кушать не рекомендуется. Чрезмерное потребление помело может произвести слабительный эффект. Переедание фрукта вызывает зуд и крапивницу.

Детям до одного года не рекомендуется давать помело. После года вносить в рацион можно, но с осторожностью и малыми порциями, обязательно проконсультировавшись с педиатром.

Как выбрать помело?

На ощупь фрукт должен быть мягкий, по весу тяжеловатый, по запаху ароматный, а по цвету – светло-желтый. Покупать помело лучше всего в период с января по март, ведь именно на эти месяцы приходится пик его созревания. Обязательно проследите за кожурой – она не должна быть повреждена! Кожура фрукта должна быть твердой и блестящей, запах от нее должен исходить интенсивный. ■

Это интересно

Жвачки действительно защищают от кариеса?

Жевание резинки очищает поверхность зубов от остатков пищи и бактериального налета, а также стимулирует слюноотделение, препятствующее развитию кариеса. Резинки, содержащие фтор, усиливают устойчивость зубной эмали к разрушению, особенно у детей и подростков, а специальные резинки с лактатом кальция и другими веществами даже частично восстанавливают минеральный слой. Однако профилактические эффекты резинки действуют не дольше 10-15 минут ее жевания и не могут заменить чистку зубов щеткой.



ДОМАШНИЙ АДВОКАТ

На вопросы читателей отвечает юрист Вячеслав Ратник. Звоните по тел. 65425553, каждую среду с 9.00 до 11.00. Вячеслав Ратник – юрист-консульт (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.



– Хочу подарить квартиру. Какие документы нужно подготовить и каков размер госпошлины? – спрашивает Алексей.

– Вам нужно составить договор дарения и заверить его в Земельной книге. Договор дарения можно подготовить у нотариуса или юриста, но заверить его можно только нотариально.

Если имущество дарится детям, супругу, родителям, братьям, сестрам, сводным братьям или сестрам, внукам, правнукам, бабушке или дедушке, то госпошлина составит 0,5% от стоимости недвижимого имущества.

– Инспектор рыбнадзора выписал денежный штраф, но мой прожиточный минимум меньше этой суммы, поэтому не могу оплатить этот штраф. Что делать?

– Вам нужно написать заявление с просьбой разделить данный платеж на части. Иначе взыскание долга направят судебным исполнителям, а это существенно увеличит конечную сумму, которую нужно выплатить.

– Может ли банк обязать выплатить кредит за умершего родственника?

– Если родственники вступят в права наследования, то они наследуют не только имущество умершего, но и долговые обязательства, в том числе кредит.

Подготовила Э. Т. Йонане.

РЕКЛАМА
PIEKTDIENAS

ПОМОЖЕТ ВАМ!
ПРОДАТЬ • КУПИТЬ • ОБМЕНЯТЬ
НАЙТИ РАБОТУ • ПОЗНАКОМИТЬСЯ

Тел.: 371 654 22 134 www.latgaleslaiks.lv

ОТВЕТЫ НА ПРЕДЫДУЩИЙ СКАНВОРД

ПО ГОРИЗОНТАЛИ. Альбинос. Лесопилка. Дутар. Ези. Бисер. Есаул. Олимп. Кот. Визитка. Мемуары. Нувориш. Луза. Пиар. Арык. Бусы. Антик. Алоэ. Фантазер. Серау. Тятя. Амт. Ритор. Клоун. Пояс. Ощип. Пика. Узел. Круг. Клон. Реал. Лия. Бита. Март. Сделка. Шрифт. Платье. Каяк. Мол. Пристрелка. НЛО. Язь. Ретро. Уялы. Упрямство. Указание. Ата. Ряж. Капрон. Монеты. Амур. Бал. Ткань.

ПО ВЕРТИКАЛИ. Объектив. Акажу. Зебу. Ляссе. Софт. Инвар. Плитка. Бедро. Атлас. Лов. Утеря. Нитки. Износ. Риск. Ат. Скрепки. Луо. Тропа. Рог. Лунатик. Ринит. Жмот. Азиат. Ящик. Обрат. Сделка. Шрифт. Платье. Каяк. Мол. Пристрелка. НЛО. Язь. Ретро. Уялы. Упрямство. Указание. Ата. Ряж. Капрон. Монеты. Амур. Бал. Ткань.

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).

КОММЕРЧЕСКИМИ СЧИТАЮТСЯ ОБЪЯВЛЕНИЯ:

- ▶ не касающиеся частной жизни;
- ▶ связанные с бизнесом, работой (за исключением поиска постоянного места работы), предложением любых услуг, куллей-продажей товаров (более одной вещи одного наименования), сырья, материалов, в т.ч. леса, сельхозпродуктов, стройматериалов, если их количество не оговаривается;
- ▶ о купле-продаже средств производства: грузовых и специальных автомобилей, компьютерной техники (кроме игровых приставок), принтеров, телефаксов, всех станков и оборудования, офисной мебели, сейфов даже в одиночном экземпляре;
- ▶ о сдаче в аренду помещений под офис и производство, о продаже лекарств, о купле-продаже приватизационных сертификатов и др. ценных бумаг;
- ▶ с ссылками на интернет-сайты.

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)

SIA "RENEM"

ЗАКУПАЕТ

- КРУПНЫЙ РОГАТЫЙ СКОТ
- МОЛОДНЯК • ОВЕЦ

Электронные весы
Оплата наличными или перечислением

ТРЕБУЮТСЯ:

- СБОРЩИКИ СКОТА
- ЗАБОЙЩИКИ

☎ 29996309; 26447663;
29485520; ☎ 653-29997
re-nem@inbox.lv
Звоните, цены меняются каждую неделю!

OOO «Lauku Miesnieks»

ЗАКУПАЕТ
домашний скот

Высокие цены.
Оплата сразу. Весы.

Тел. 20207132

ПОКУПАЕМ
крупный рогатый скот, телят, ягнят.
Оплата сразу.

Высокие цены за биологический скот
62003939 ☎ 26190124

ЗАКУПАЕТ
КРУПНЫЙ РОГАТЫЙ СКОТ,
МОЛОДНЯК, ТЕЛЯТ, ЯГНЯТ.

Высокие цены.
Оплата сразу. Весы.

20238990

SIA "LATVIJAS GAJA"

ЗАКУПАЕТ
КРУПНЫЙ РОГАТЫЙ СКОТ,
МОЛОДНЯК, ОВЕЦ, ЛОШАДЕМ

Весы. Оплата сразу

Тел. 28761515

ЖИВОТНЫЕ

- Продаю 6-месячных петушков на племя в количестве 8 штук. На выбор. Тел. 29842114.

SIA Cēsu gaļas kombināts
по ВЫСОКИМ ЦЕНАМ закупают

МОЛОДНЯК
КРУПНОРОГАТЫЙ СКОТ
также пойманных на охоте ОЛЕНЕЙ и ЛОСЕЙ

Оплата – по договоренности
26185703 ☎ 25573447

Покупаем
ЛЕСА, ЗЕМЛИ
всех видов

☎ 29764751

УСЛУГИ

☎ +371 20392799

SIA AA Apjoms nodrošina kvalitatīvu kurjeru pakalpojumu, no vienas dienas līdz sešiem mēnešiem.

MAKŠTARĀTS KURJERPACĪGĀBĀ
PILNĀS LAUKSAIMNĪBAS
PILNĀS LAUKSAIMNĪBAS

Доставка посылок в Англию, Шотландию! Тел. 20392799.

ПРОДАЮТ

- диски оригинальные литые от "MERCEDESa" на зимней резине, размер 215/65 R-16, цена за комплект 150 евро. Тел. 29550641.

НЕДВИЖИМОСТЬ

- Латвийская сельскохозяйственная фирма SIA "CDM" купит лес и землю за высокие цены, рассмотрим все предложения, покупаем делянки, оплата при сделке. Тел. 25637120.

- Куплю землю 1 га и более, в т.ч. с лесом. Оплата сразу. Можно без Земельной книги. Тел. 22331881.
- Покупаю землю с лесом от 5 до 30 га, лес мин. 30% от площади, с Земельной книгой. Тел. 29888098.

РАБОТУ ИЩУТ

- сиделкой (инвалидам, престарелым, одиночкам), опыт работы. Тел. 22174170.



Очевидцы ДТП – отзовитесь

Стражи порядка просят отозваться свидетелей дорожно-транспортного происшествия, произошедшего в Даугавпилсе 28 ноября в 18:25, сообщает старший специалист Латгальского регионального управления полиции Ксения Белова.

В тот день на перекрестке улиц Елгавас и Ароду темно-синяя автомашинка Volkswagen Passat Variant столкнулась со светло-серой Peugeot.

По имеющейся в распоряжении сотрудников поли-

ции информации, оба транспортных средства двигались по улице Елгавас со стороны улицы Смилшу.

Очевидцев этой аварии просят звонить по телефону 65403302 или лично обращаться в полицию. ■

Детям предлагают нарисовать полицейскую супер-машину

5 декабря Государственная полиция Латвийской Республики празднует 99-ю годовщину со дня своего основания. По случаю данного торжества Латгальское региональное управление ГП объявляет конкурс творческих работ «Полицейская супер-машина».

В своей каждодневной работе, отправляясь на вызовы, спеша на помощь пострадавшим, проводя задержание нарушителей закона, полицейские используют различные транспортные средства: мотоциклы, машины и микроавтобусы. Их можно узнать по особой окраске, а также по включенным проблесковым маячкам и специальной сирене. На этот раз у школьников есть возможность творчески изобразить свое видение полицейского транспортного средства, предложить свои усовершенствования, изменив цвет, внешний вид, оснащение, что по их мнению, помогло бы повысить эффективность работы полиции в раскрытии различных преступлений и поддержании общественного порядка.

Работы на конкурс рисунков могут присылать учащиеся 1-9 классов всех образовательных учрежде-

ний Латгальского региона. С 5 декабря до 10 января 2018 года можно принести свои рисунки в ближайший участок Латгальского регионального управления ГП или прислать по почте с указанием: на конкурс «Полицейская супер-машина».

Рисовать можно любыми материалами, работа должна быть с одной стороны листа формата А4 или А3. Можно также придумать девиз, подзаголовок или стихотворение. К рисунку нужно приложить листочек с именем и фамилией автора работы, из какого образовательного учреждения и класса, придумать название рисунка, а также написать контактный телефон классного руководителя, чтобы представитель полиции в случае необходимости мог связаться с классным руководителем.

С 22 до 31 января представители ГП приедут в школы и вручат награды авторам трех лучших рисунков в двух возрастных группах: 1-4 класс, 5-9 класс. ■

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

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

Бланк годен в декабре/январе