



→ 9. lpp.

Kā pareizi nūjot.

Zinošākie Kurzemē – Skrundas skolēni

Latvenergo rīkotajā 8. un 9. klases erudīcijas konkursā „Fizmix” eksperimentus Kurzemē uzvarējusi Skrundas vidusskolas komanda Dūdeles.



Konkursa „Fizmix” eksperiments Kurzemes uzvarētāja – Skrundas vidusskolas komanda Dūdeles: Džesika Logina, Alise Anna Rožkalne, Megija Jurdža, Keita Āboliņa, priekšplānā Kristaps Zīders.

Uzdevumus risināja un eksperimentus rīkoja 9. klases audzēkņi Kristaps Zīders, Keita Āboliņa, Alise Anna Rožkalne, Džesika Logina, Megija Jurdža (skolotāja Kristīne Hartmane). Par uzvaru viņi saņēms viedpulksteņus *Fitbit Versa 2*. Skrundas vidusskola pēdējos sešos gados jau piekto reizi Kurzemē bijusi vislabākā.

Atlases kārtas parasti notiek neklātienē, bet šogad ierobežojumu dēļ arī lielais fināls 20. maijā notika šādā formā, un 61 komanda uzdevumus atvēra vienlaikus. „Pēdējos gados fināls bija vērienīgs pasākums – viss tika filmēts LNT studijā,” stāsta skolotāja K.Hartmane. Katrai komandai bijuši pieci uzdevumi ar praktiskiem eksperimentiem, kuru izpildei dota stunda. Katram dalībniekam viens uzdevums. Galvenokārt vērtēta atbildes precizitāte. „Līdz finālam bija ejams garš ceļš. Konkurssam varēja pieteikties 27. janvārī un vērt vaļā uzdevumus, pēdējās atbildes varēja iesniegt līdz 28. aprīlim.”

Vienu gadu sagatavoties palīdz skolotāja Inese Pickaine, otru – K.Hartmane. Pedagoģe atzīst, ka svarīgi ir bērniem pašiem rast atbildes: „Bija jautājums, kā cilvēks redz sevi spogulī. Es atbildi varētu pateikt 30 sekundēs, bet svarīgi, lai to rastu skolēni. Vairākas dienas uzdevums stāvēja neatrisināts. Audzēkņi sliecās uz nepareizo variantu. Liku mājās skatīties spogulī: lielākā un mazākā, tuvāk un tālāk.” Konkurss vajadzējis meklēt informāciju, rēķināt, rīkot eksperimentus. Dalībniekiem tas šķitis aizraujoši. Uz labu laimi atbildes neesot sūtījuši – daudz runājuši, strīdējušies. Atzinājumus vairākkārt pārbaudījuši, līdz nonākuši līdz pareizajam.

Konkurss notika 25. reizi, pulcējot 1230 skolēnu no visas Latvijas. Tā mērķis ir izglītēt par drošu un efektīvu elektroenerģijas lietošanu, veicināt interesi par eksaktajām zinātnēm.

Inta Jansone

Kristīnes Hartmanes arhīva foto



LĀSMA FŪRMANE:
Zemessardzes 4. Kurzemes brigādes štāba sabiedrisko attiecību speciāliste stāsta, kāpēc ģimene atgriezies Kuldīgā.

→ 5. lpp.



→ 6.-7. lpp.

DAINA GIRVAITE
ceļo pa Sv. Jēkaba jeb Santjago ceļu.

○ Kā absolventi šogad svinēs atvadas no skolas?

→ 3. lpp.

○ Kā aculiecinieki gribēja apturēt dzērājšoferi un kāpēc policija reaģēja tik vēlu.

→ 4. lpp.

○ Kuldīgas Centra vidusskolas divpadsmitie.

→ 8.-9. lpp.

○ Dažādi konkursi.

→ 10. lpp.

PIEKTDIEN, 29. MAIJĀ:

- Tiesas ēkai Kuldīgā – 140.
- Vai Rudbāržos apgūs militārās zināšanas.
- Kā notiks bērnu nometnes.
- Kuras profesijas pieprasītas.
- Liepājas ielas stāsti.



ISSN 1407-9755

REDZĒJUMS

Vai pilsoniskais pienākums?

Alberts Dinters



Dažādas valsts iestādes ik pa brīdim uzrunā sabiedrību, aicinot izpildīt pilsonisko pienākumu un, ja tiek pamanīts kāds pārkāpums, par to ziņot, palīdzēt izskaust nelikumības. Nupat Kuldīgā bija gadījums, kas vismaz pāris cilvēku vēlmei izpildīt apzinīga pilsoņa pienākumu pārvilka treknu strīpu.

Darbdienas pievakarē divi cilvēki pie veikala pamana gana iereibušas personas, kuras gatavojas sēsties automašīnā un doties ceļā. Viņu acu priekšā tiek iegādāts vēl pāris alkohola pudeļu, kas automašīnā tiek atkorķētas. Tie, kuri to redz, telefoniski sazinās ar Valsts policiju un Kuldīgas novada pašvaldības policiju, novēro situāciju un pat seko dzērājšoferim, kurš sāk braukt. Vairākkārtēja saziņa ar likumsargiem, kas ar nelieliem pārtraukumiem ilgst aptuveni 30 minūtes, beidzas... ne ar ko. Autovadītājs reibumā turpina neadekvāti braukt, pabraucot garām apvedceļa malā stāvošajai... Valsts policijas ekipāžai. Nākamajā dienā pienāk ziņas, ka šis spēkrats apturēts neilgi pirms deviņiem vakarā, kad vadītājs, būdams vairāk nekā trīs promiņu reibumā, bija mērojis ceļu no Snēpeles uz Kuldīgu. Bail iedomāties, ko šis vadītājs varēja sastrādāt divu stundu laikā!

„Viens neļūdzīgs atgadījums var sabojāt tik rūpīgi spodrinātā mūdiņa godu.”

Par to, kā abas likumu uzraugošās iestādes attaisnojas, kāpēc uz izsaukumu nav reaģēts ātri, var lasīt šī numura 4. lpp., bet, ja būtu noticis nelaimes gadījums, kurš uzņemtos atbildību? Skaidrs, ka par galveno grēkāzi tiktu padarīts šoferis, jo viņš pie stūres sēdās žvingulī. Bet vai arī abas policijas uzņemtos daļu atbildības? Sevišķi tāpēc, ka tika ziņots vairākas reizes un cilvēki bija gatavi palīdzēt dzērājšoferi aizturēt. Pieļauju, ka neuzņemtos vis. Viss noklustu, un par ceļu satiksmes drošību atbildīgās amatpersonas vien ieliktu kārtējo ķeksīti notikumu statistikā. Vai, atkārtoti redzot kādus pārkāpumus, šāds notikums vairo vēlmi par to ziņot un cerēt uz ātru policijas reakciju? Rūgtuma būrbuli norītu vien retais – daudzi atmetu ar roku. Ļoti ceru, ka šis gadījums abu policiju vadītājiem un darbiniekiem liks apdomāt, kur pieļauta rupja kļūda, un saprast, kas patiesi jāuzlabo, to reāli darot, ne tikai skaisti runājot.

Ir kāds joks par leģendāro Čaku Norisu, jo tikai viņš vienlaikus spējot iebraukt ij auzās, ij rudzos. Šķiet, ka šoreiz policijas darbinieki sasnieguši viņa līmeni, jo, pamatīgi iebraucot auzās, trāpījuši arī rudzos.

TRĪS PAR VIENU

Kā vērtējat valdības rīcību ārkārtējā situācijā?

CILVĒKI SĀK INTERPRETĒT PAŠI

1. Klāvs Sedlenieks, sociālanthropologs:

– Kopumā valdības rīcība bijusi adekvāta un savlaicīga.

Un mums ļoti paveicies, ka dažās svarīgajās vietās bija tādi cilvēki, kuri noreāģēja pareizi. Mums paveicies, ka valdībā ir Ilze Viņķele un Krišjānis Kariņš.

Mums ekonomikas ierobežojumi nebija tik smagi, lai tajos valdība būtu varējusi darīt ko citādk. Turisms, restorānu bizness un vēl citas nozares sabrukušas ne jau valdības rīcības dēļ. Un valdība pareizi darīja, ka neizgāja uz tādu kā militāru paņēmieni ieviešanu, lai nosacījumu izpildi uzraudzītu.

Mūsu veiksmes atslēga bija tajā,

ka sabiedrība nosacījumus uzklaušoja un reaģēja. Lai tas darbotos tālāk, svarīgi, lai sabiedrība tā darītu arī turpmāk. Sākumā cilvēki ļoti labi noreāģēja uz to, ko valdība teica, bet vēlāk vēstījumi vairs nebija tik monolīti, un cilvēki tos sāka interpretēt pēc saviem uzskatiem. To veicināja apgalvojumi, ka tūliņ ierobežojumi tiks atcelti, ka arī citās valstīs tā dara. Bet tas nav adekvāti, jo citās valstīs atcelti tādi ierobežojumi, kādi mums nemaz netika ieviesti. Lielākā daļa Eiropas valstu joprojām nav sasniegušas tādu brīvības pakāpi, kāda Latvijā bija vienmēr.

Domāju, ka vajadzēja mazliet ilgāk censties noturēt sabiedrības gatavību pašiem ievērot distanci.

Jo vēl līdz galam nezinām, kas īsti notiek, pastāv iespēja, ka saslimšana atkal var palielināties. Ja tā notiks, tas nozīmētu, ka sabiedrību noturēt gatavības stāvoklī līdz galam var neizdoties. Sajūsma par to, ka tūlīt varēsim relaksēties, novedusi pie tā, ka cilvēki jau relaksējušies. Iespējams, tas ir pārsteidzīgi. Šis aspekts rada bažas, un tā ir problēma – šobrīd sabiedrība pati interpretē, kādi ierobežojumi būtu un kādi nebūtu jāievēro. Arī maskas sabiedriskajā transportā tiek izmantotas rituāli, nevis jēgas pēc. Jautājums ir, nevis cik daudz ierobežojumu mums ir, bet kā ievēro tos, kas ir. Viss atkarīgs no tā, vai cilvēki distancējas vai ne, vai iet uz darbu un sēž kopā sapulcēs vai ne.

JĀIZMANTO IESPĒJA KĻŪT SPĒCĪGĀKAI

2. Andris Gobiņš, biedrības *Eiropas kustība Latvijā* prezidents:

– Eiropas kontekstā Latvija bijusi divējādi veiksmīga. Tādēļ, ka mūsu izlēmīgās rīcības dēļ mums nebija jāpiedzīvo tās Covid-19 šausmas, kādas bija Francijā, Itālijā un arī Igaunijā, kur ļoti daudz saslīmušo. Izlēmīgā rīcība pasargāja no liela skaita saslīmušo, tātad arī mirušo. Otrs, ar ko lielā mērā Eiropā esam izcēlušies: mūsu valdība darba devēju atbalsta programmas ieviesa ātrāk nekā citas valstis. Protams, ar nepilnībām, bet arī tajā ziņā tā bija izlēmīgāka un ātrāka nekā citur. Tāpēc kopējais valdības darbības vērtējums ir pozitīvs.

Tas, ka šādā situācijā spējam tikt

galā, lielā mērā notiek, pateicoties tam, ka sabiedrība rīkojusies ļoti atbildīgi. Valdība var piedāvāt visādus priekšlikumus, bet, ja cilvēki neatbalsta, tad visi skaistie plāni paliktu uz papīra. Latvijas sabiedrība kārtējo reizi spējusi pierādīt, ka svarīgos brīžos izdarām lielus darbus. Eiropas kontekstā visi mūsu lēmumi nav tādi, ka mēs skrietu pa priekšu vai kavētos. Man prieks, ka tas notiek sadarbībā ar Igauniju un Lietuvu. Ceru, ka tāda būs arī ar Somiju un Poliju. No Eiropas perspektīvas svarīgi, lai ir saskaņotība. Par to droši vien valdībai, Ministru prezidentam savi nopelni.

Man rūp, lai valdība, uzņēmēji, biedrības – visa sabiedrība un katrs indivīds nepalaidu garām kārtējo

krīzi kā reformu iespēju. Lai mēs necenstos iekāpt vecajā upē, kas jau aizplūdusi. Ceru, ka krīzes rezultātā būsīm spēcīgāka, gudrāka, modernāka un zaļāka Latvija. Individuālā biznesa un valsts mērogā. Šajā jomā valdībai vēl ir, ko piestrādāt. Norvēģija savas finansiālās programmas saistījusi ar prasībām uzņēmējiem attīstīt ilgtspējīgas stratēģijas.

Šobrīd notiek diskusija par katra cilvēka lomu valsts aizsardzībā militārajā un nemilitārajā jomā. Skaidrs, ka katram arī šī krīze ir iespēja pārbaudīt, vai esam gatavi kādam ļaunprātīgam uzbrukumam. Man ir cerība, ka pie šī jautājuma strādā Aizsardzības ministrijā. Gribētu redzēt aktīvāku sabiedrības līdzdalību drošumspējas nostiprināšanā.

GAUSS UN NEPĀRDOMĀTS ATBALSTS

3. Andris Šuvajevs, ekonomists un antropologs:

– Par veselību neizteikšos, jo paļauju uz Latvijas infektologu un epidemiologu kompetenci. Par ekonomiskajiem lēmumiem – galvenā problēma, ka atbalsts iedzīvotājiem bijis gauss un nepārdomāts. Arī mazs. Kad sākās ārkārtējais stāvoklis, bija skaidrs, ka būs pieaugošs bezdarbs un privātajā sektorā cilvēkiem kritīsies ienākumi. Bija skaidrs, ka būs nepieciešama fiskālā stimulācija un citi pasākumi, lai

privātā sektora ienākumu līmenis nekrītas. Fiskālā stimula ir pietrūcis. Joprojām neesam redzējuši nopietnu politiku, kas saistās ar iedzīvotāju ienākumiem. Dīkstāves režīms ieviests, bet nav bijis tik efektīvs, kā cerēts. Sākotnēji tam tika atvēlēti 100 līdz 130 miljoni eiro, bet iztērēti tikai 30. Jo ievērots princips, ka tie, kuri strādājuši ēnu ekonomikā, atbalstu nesaņems. Saskaramies ar strukturālu problēmu, jo skaidrs, ka Latvijā ir liela ēnu ekonomika, daudziem ir nedroši ienākumi. Lē-

mums viņiem nepalīdzēt bijis kļūdainis. Jautājums, kāda veida fiskālie stimuli tiek izmantoti, joprojām ir atvērts. Redzējam atbalstu lielajiem uzņēmumiem, bet neredzam atbalstu vienkārši iedzīvotājiem. Jau tagad varam pieļaut, ka šī krīze negatīvi ietekmēs to sabiedrības daļu, kurai ienākumi ir ļoti zemi vai vidēji. Par to jādomā turpmāk – lai fiskālie stimuli aizsniedzas līdz parastajiem iedzīvotājiem.

Jolanta Hercenberga

Kurzemnieks

Kuldīgā, 1905. gada ielā 19, LV-3301

Galvenā redaktore Daiga Bitinieca – 63350567, redakcija@kurzemnieks.lv.

Žurnālisti: Inguna Spuleniece – 63350565, inguna.spuleniece@kurzemnieks.lv;

Daina Tafelberga – 63350563, daina.tafelberga@gmail.com;

Jolanta Hercenberga – 63350568, jolantah99@gmail.com;

Alberts Dinters – 63350568, alberts.dinters@kurzemnieks.lv;

Lāsma Reimane – 63350568, reimane.lasma@gmail.com;

Inta Jansone – 63324881, inta.jansone@kurzemnieks.lv.

Literārā redaktore Dina Poriņa – 63350568, dina.porina@kurzemnieks.lv.

Maketētājas: Laila Liepiņa – 63350568, laila.liepina@kurzemnieks.lv,

Inese Slūka – 63350563, reklama@kurzemnieks.lv.

Reklāmas nodaļa – 63324881, sludinajumi@kurzemnieks.lv.

Izdevējs – SIA Jaunais kurzemnieks. Reģ. nr. 1400. Iznāk otrdienās un piektdienās. Pārpublicējot atsauce uz Kurzemnieku obligāta. Iespiests

SIA Poligrāfijas grupa „Mūkusalā” Rīgā,

Mūkusalas ielā 15a.

Metiens – 2944.

MANUPRĀT

Pasmējies par sevi pats!

Ja rīta pusē pirmo ieraugāt sievieti halātā un čībās skrienam aiz *Kuldīgas komunālo pakalpojumu* (KKP) atkritumu mašīnas, nesplaujiet pār kreiso plecu un nekāpieties atpakaļ! Nesejojiet arī viņas piemēram, jo šī nav Covid-19 laika izraisīta inovatīva tievēšanas metode! Vienkārši šai sievietei nav īsti labi ar matemātiku un kārtējo reizi ir sajucis, cik konkrētajā mēnesī

piektdienu un kurā tad kontainers jāpavelk metru uz ielas pusi. Protams, paldies KKP vīriem, kuri izmisuma pilnos saucienus sadzirdēja, apstājās un atkritumu savāca. Tagad neapzinīgā sievietē zina, ka piektdienas jāskaita cītīgāk, ka jau mēneša sākumā kalendārā jāiekrāso īstā. Vēl gan viņai jūk, cik dienu pirms vēlamā datuma jāpiesaka šķirotie atkritumi, nedaudz misējas ar

stikla konteina izlikšanu īstajā brīdī, bet viņa cītīgi mācās. Viņa arī saprot, ka KKP darbinieku pienākumos ietilpst pie katras adreses piestāt, neapzinīgo ļaunu mājas priekšu nofotografēt, lai pierādītu, ka kontainers nav izlikts. Bet nevienā darba aprakstā nav ierakstīts – pajautāt cilvēkiem pagalmā: „Klau! Varbūt aizmirsāt, ka šodien ir TĀ diena?”

Inguna Spuleniece

RUNĀ SPECIĀLISTS



Ļoti gaida 9. jūniju

Dace Upleja, Kuldīgas slimnīcas ilgstošās sociālās aprūpes nodaļas vadītāja:

– Medijos bieži izskan ziņas, ka vienā vai otrā pansionātā atklāta saslimšana ar Covid-19. Kuldīgā šādu gadījumu nav. Visi esam savā nodaļā, ciemos neviens ierasties nedrīkst. Tas ir grūtākais tuviniekiem un mūsu iemītniekiem, un tas mūsējos visvairāk uztrauc. Gaidām 9. jūniju, cerot, ka tad tikšanās būs iespējama. Senioriem ir ļoti svarīgi satikt bērnus, mazbērnus. Viņu vidējais vecums ir virs 80 gadiem, un trīs mēneši bez tikšanās ir ilgs laika posms. Ārā ejam savā pagalmā, bet raugāties, lai nav saskarsmes ne ar vienu citu slimnīcas apmeklētāju.

Domāju: viens no laba iznākuma nosacījumiem ir tas, ka darbinieki ievēro visus nosacījumus, pilda rīkojumu, kas nosaka katra atbildību informēt par savu veselības stāvokli vai satikšanos ar kādu, kuram jābūt pašizolācijā. Katru dienu parakstāties, ka šos noteikumus ievērojam. Pieļauju, ka citās iestādēs saslimušajiem pārsvarā bijuši gadījumi bez simptomiem, kad pats to nemaz nepamana. Bet kādā brīdī viss aiziet uz priekšu. Ir tādi pansionāti, kuros darbinieki strādā vairākās vietās. Arī tam ir nozīme. Katrā iestādē tas ir citādi, bet noteikumi iespēju robežās jāievēro visiem.

Pie mums bija pārbaudes no Veselības inspekcijas un Slimību profilakses un kontroles centra. Viņi pārbaudīja visus Latvijas pansionātus, kā tie gatavi slimībai Covid-19. Nesen tika atsūtīts atzinums. Būtisku aizrādījumu mums nebija. Esam slimnīcas paspārnē, un mums ir laba sadarbība ar speciālistiem, kuri atbild par visām medicīniskajām un higiēniskajām lietām. Aprīlī šeit tika arī ņemtas analīzes – pārbaudīti visi darbinieki un iemītnieki. Atbildes bija negatīvas.

Nodaļā dzīvo 50 iemītnieku un strādā 14 darbinieku. Savējos cenšamies uzmundrināt, sarunājamies, palīdzam piezvanīt, ja vajag, atnesam no veikala to, kas kārojas, jo no tuviniekiem arī nepieņemam paciņas. Vienīgi medikamentus, ko pirms nodošanas tālāk dezinficējam.

Ārkārtējā situācijā jaunus klientus pansionāti uzņemt nedrīkst. Bet cilvēki iespēju meklē, jo gadās nonākt sprukās, kad tuvinieks no slimnīcas jāizņem, bet mājās nav iespējams pienācīgu aprūpi sagādāt. Mums veidojas rinda gan no vietējiem, gan citiem Kurzemes novadiem. Kuldīdzniekiem ir priekšroka. Uzturēšanās pansionātā ir 720 eiro mēnesī. Uzturēšanās maksai tiek atskaitīti 85% no klienta pensijas, bet atlikušo maksā vai nu tuvinieki, vai pašvaldība. Iemītnieka rīcībā paliek 15%. Pašvaldība maksā tad, ja cilvēkam nav apgādnieku vai apgādnieks ir invalīds, seniors, trūcīgs vai maznodrošināts, nespēj par pakalpojumu samaksāt un cilvēku aprūpēt. Mums klienti ir dažādi, bet vairumam ir pašvaldības atbalsts.

NUMURA CITĀTS

Ineses Slūkas zīmējums



„Pa priekšu iet vīrs, kas pusgarās zeķes šodien nomainījis ar īsajām. Kājas no ceļiem uz leju piena baltumā. Mums otrādi – bikses iedegušas līdz ceļiem. Parādās saule. Labi, ka bikses var nogriezt īsākas un padarīt par šortiem, bet T-krekliem noplēst piedurknes.” Daina Girvaite atceras no ceļojuma pa Svētā Jēkaba ceļu Spānijā.

AKTUĀLAIS JAUTĀJUMS

Kā šogad absolventi ārkārtējā situācijā atvadīsies no savas mācību iestādes?

Inga Flugrāte, Skrundas novada domes izglītības nodaļas vadītāja:

– Covid-19 ierobežojumu dēļ esam domājuši, kā beigšanas apliecības izsniegt, jo tāds izlaidums kā agrāk nav iespējams sarīkot. Svinīgajā pasākumā piedalīsies tikai absolventi, pedagogi, iespējams, kāds no vecākiem. Bet nebūs apsveicēju pūļu. Galvenais, lai ir svinīgi. Mūzikas skola parasti šādos pasākumos koncertēja. Jāskatās, kāds būs dalībnieku skaits. Pirmskolas izglītības iestādē *Liepziēdiņš* bērniem būs noslēgums bez vecāku un citu klātbūtnes.

Katra mācību iestāde izlemj pati – mēs tikai piedāvājam iespējas, kādas atļauj likums. Ja kaut kas mainīsies, skolu vadība kopā ar vecākiem izlems, kā rīkoties. Saprotams, ka absolventiem gribas skaistu izlaidumu, vienlaikus diez vai kāds grib tāda pasākuma dēļ saslimt. Gan jau mūsu valstsvīri zina, kāpēc tādi lēmumi jāpieņem. Vispirms jādodomā par veselību.

Anete Bivbāne, Skrundas vidusskolas 12. klases skolniece:

– Skolas vadība pateica, ka mums izlaidums būs 24. jūlijā 17.00. Mums nedeva iespēju izvēlēties. Šāds paziņojums visiem bija pārsteigums, jo bijām domājuši: ja ne izlaidums, tad vienkāršota dokumentu izsniegšana būs uzreiz pēc eksāmeniem. Tagad ir sajūta, ka pazudis gaidīšanas prieks. Iepriekš ļoti gaidījām izlaiduma dienu, kad varēsīm skaisti saģērbties, iziet no skolas ar ziediem rokās. Tad sākām pierast, ka tā tomēr nebūs. Sagatavojām sevi, ka tādu iespēju esam zaudējuši. Bet, kad pateica, ka izlaidums tomēr būs, vairs nemaz to negribas. Turklāt visi nevarēs ierasties – tikai mēs, vecāki, skolotāji, bet ne draugi. Tas izjūtas mainījies, un nav tā, ka mēs to 24. jūliju ļoti gaidītu. Tad jau vairums skolēnu būs kādā augstskolā iestājušies, sameklējuši jaunu dzīvesvietu studiju laikam, darbu, vidusskola aiz muguras, bet vēl jāatgriežas atpakaļ uz kaut kādu izlaidumu. Klasē esam 11 skolēnu. Runājam, kā tomēr to dienu padarīt neaizmirstamu, ja jau īsta izlaiduma nebūs. Varbūt interesanti saģērbties. Lai nav tik formāli: aizej, saņem diplomu, nofotografēties, un viss.

Anita Sebeža, Nīkrāces pamatskolas direktore:

– Mums ir pieci absolventi. Kopā ar vecākiem un skolotājiem nolemts saņemt apliecības, nepārkāpjot pašreizējos ierobežojumus. Skola gatavo katram apsveikumu, lai vismaz būtu svētķū izjūta. Par norisi vēl domājam. Lauku skolu priekšrocība tā, ka absolventu nav daudz, mums ir plaša un skaista apkārtnē. Varam nodrošināt 2 m distanci un iekļauties 25 cilvēku skaitā, tomēr skolēni un vecāki izlēma par vienkāršotu variantu, jo dažiem ir brāļi un māsa: kurš drīkstēs nākt, kurš ne? Vēl var mainīties, arī datums nav noteikts.

Valda Gaure, Kuldīgas Mākslas un humanitāro zinību vidusskolas direktore:

– Darīsim, kā likums atļauj. Devītajiem 13. jūnijā būs svinīga dokumentu izsniegšana, piedaloties vienīgi klasei un dažiem skolotājiem. Vecāki varēs pagaidīt ārā un pēc tam ar savu bērnu skaisti nofotografēties. Par divpadsmita-

jiem vēl nezinām. Kad būs saņemti dokumenti no Rīgas, varbūt būs ierobežojumu izmaiņas. Ir daudz runāts ar topošajiem absolventiem, vecākiem, ko viņi vēlētos, ņemot vērā to, ka tradicionāls izlaidums pašreiz nav iespējams. Atcelt uz vēlāku laiku negribētu ne devītie, ne divpadsmitie, kuri vasarā jau būs studenti. Noskaņojums nav pārāk bēdīgs, jo vairums pie šādas situācijas pieradis. Turklāt šī klase atšķirībā no iepriekšējā gada absolventiem pēc lielas balles nemaz tik ļoti nealkst.

Virga Leismane, Alsungas vidusskolas direktore:

– Ja 9. jūnijā nekas nemainīsies, būs tikai svinīga apliecību izsniegšana. Mums ir 13 absolventu vidusskolā, lielajā zālē distance pietiekama. To visu pārrunājam un datumu saskaņojam arī ar vecākiem. Pēc tam viņi ģimenes lokā varēs pasvinēt, kā nu katrs izdomājis. Citu neko nevar darīt. Nolemts, ka pasākums būs 12. jūnijā. Ja līdz tam noteikumi mainīsies, reaģēsim arī mēs. Tāpēc tas ir pagaidu lēmums. Esam situāciju pieņēmuši. Alsungas pusē cilvēki ļoti vēlas būt veseli un ievēro piesardzību, cenšas izvairīties no pulcēšanās. Vieniem tas ir vieglāk, citiem – grūtāk. Tāpat kā ar attālinātajām mācībām. Esam neziņā, kā būs turpmāk, kur bērni ies studēt, jo šī situācija ne vienam vien domas var mainīt.

Daiga Kalna, Kuldīgas 2. vidusskolas 12. klases skolnieka mamma:

– Dēla klase ir samierinājusies, ka krāšņa izlaiduma nebūs, jo galvenais, ka esam veseli. Tāpēc nevajadzētu riskēt. Nav taču pārliecības, cik droši ir pulcēties. Man jau liekas, ka Kuldīgā par Covid-19 draudu aizmirsusi: cilvēku pilni veikali, sabiedriskās vietās nekādi divi metri netiek ievēroti. Mēs tomēr skolā izlēmam, ka jābūt piesardzīgiem. Dēls ļoti mīļi ar šajos apstākļos, domāju, ka ļoti pabeigs un varēs iet tālāk. Tas ir svarīgākais, ne izlaidums. Gan jau pēc dokumentu saņemšanas mājās pie ugunsкура pasēdēsīm. Dzīvojam laukos, neesam iespiesti četrās sienās dzīvoklī, līdz ar to jādodomā par daudzām citām lietām.

Guntra Buivida, Kuldīgas 2. vidusskolas direktore:

– Kopā nolēmām, ka klasiskā izlaiduma nebūs, tikai skolēni, audzinātāji un dokumentu izsniegšana. Visādi izdomājamies, jo kā vienmēr visi gaida izlaidumu: gan bērni, gan vecāki. Platība ārpus skolas distanci atļauj, bet aprūtinājums tāds, ka drīz sāksies remonts un teritorija būs norobežota. Ja nevar, kā ierasts – skaisti un sirsnīgi, tad labāk lai nav. Tāds ir daudz pedagogu, arī vecāku viedoklis. Piekritu Ogres vidusskolas direktoram, ka šajā situācijā izlaidums būtu muļķošāns. Kā gan tas izskatītos – uzvalkā vai skaistā kleitā un maskā! Tas ietekmē arī psiholoģiski, par to daudz spriests arī saistībā ar eksāmeniem. Vēl nākamo gadu būs vidusskola. Ja šis būtu pēdējais, tad gan būtu skumji, ka nav iespējamas kuplas un sirsnīgas atvadas. Ļoti ceram, ka tad Covid-19 būs prom. Jā, šī gada absolventiem tas ir liels pārbaudījums.

Daina Tāfelberga

PĒC PUBLICĒTĀ

Koncerts būs pirms Jāņiem

Padures pagasta kultūras organizators Ģirts Immers rakstā *Jājstrādā jauns kultūras kalendārs* solīja, ka pirmais pasākums pagastā būs 30. maijā un tajā uzstāsies sieviešu ansamblis *Harmonija* un amatiertheātris. Bet pēc atkārtotām sarunām ar pašdarbniekiem nolemts koncertu pārcelt uz Jāņu ielūgošanas laiku jūnijā, jo kolektīviem vēl vajadzīgi mēģinājumi.

Inguna Spuleniece

Policija nav spējusi uzreiz reaģēt

Trešdienas, 20. maija, pievakarē, aculiecinieki pamanīja, ka Kuldīgā pie veikala *Eldo* Jelgavas ielā automašīnā iekāpa divi vīrieši acimredzamā alkohola reibumā un gatavojās sākt braukt. Aculiecinieki, izpildot pilsoņa pienākumu, par to informēja likumsargus, bet reakciju nesagaidāja.

ACULIECINIEKA STĀSTS

Abi vīrieši pamanīti jau veikalā, kurā iegādājušies alkoholu, un automašīnā viņi pudeles atkorķējuši. Gan Valsts policijai (VP), gan Kuldīgas novada pašvaldības policijai (KNPP) par automašīnu, kurai pie stūres sēdies vadītājs reibumā, ziņots vairākas reizes: kad abi redzēti iekāpjam spēkrātā un kad sāka kustība. Uz VP ārkārtas numuru 110 zvanīts 19.02 un 19.18, savukārt KNPP sazvanīta 19.01, 19.21 un 19.25. Auto no Jelgavas ielas nogriezies uz Kuldīgas apvedceļu un devies virzienā uz Ventspils šoseju. Priekšā esošais aplis izbraukts neadekvāti – te bremzējot, te ātrumu palielinot, tad kustība turpināta pa apvedceļu. Liecinieki automašīnai sekojuši un par tās braukšanas virzienu informējuši likumsargus. Atkārtotā saruna ar VP beigusies ar ieteikumu, lai zvanot KNPP. Auto turpinājās kustību pa apvedceļu, priekšā bijusi autoavārija, kuras vietā atradusies VP ekipāža, bet dzērājšoferis, ātrumu nedaudz samazinot, tai mierīgi pabraucis garām – neviens viņam uzmanību nav pievērsis. No sekotāju redzesloka auto pazudis brīdī, kad tas nogriezies Aizputes virzienā.

KĀRTĪBAS SARGU SKAIDROJUMI

Kā *Kurzemniekam* skaidro KNPP vecākais inspektors Dzintars Pakalns, viņu ekipāža tajā brīdī bijusi patruļā, apskatot apkaimi. „Mūsu darbinieki telefoniski sazinājās ar Valsts policiju un noskaidroja, ka viena

viņu ekipāža atrodas avārijas vietā, otra ir ceļā no kaut kurienes, trešā atrodas Skrundā,” skaidro Dz.Pakalns. „Valsts policijā mums skaidroja, ka izsaukums tiek apstrādāts – lai gaidām.” Tomēr Dz.Pakalns atzīst, ka pašvaldības policisti varēja mēģināt autovadītāju apstādināt, jo tādas tiesības viņiem ir, bet šoreiz ekipāžai līdzī nav bijis alkometra. Kamēr aizbrauktu pakal, būtu pazaudēts laiks. Viņš atzīst, ka arī KNPP jāuzņemas daļa atbildības par nereaģēšanu. Notikušais esot laba mācība, ar darbiniekiem būšot nopietnas pārrunas, lai šāda situācija neatkārtotos.

VP pārstāve Madara Šerņova *Kurzemniekam* apstiprina: 20. maijā ap 19.00 saņemta informācija, ka Kuldīgā, Jelgavas ielā, pie veikala atrodas automašīna *Audi*, kurā iesēdās divi vīrieši. VP to nekavējoties nodevusi atbildīgajiem, taču ekipāža vēl strādājusi tur, kur notikusi sadursme starp diviem transportlīdzekļiem, savukārt pirms tam apturējusi vīrieti, kurš gada laikā atkārtoti automašīnu vadījis bez tiesībām. Citi kolēģi strādājuši notikumā ar laupīšanu, par ko sāktis kriminālprocess. Pēc negadījuma noformēšanas automašīna *Audi* nav vairs manīta, līdz kāda sieviete ap 20.50 piezvanījusi, ka viņas sētā iebrāucis auto, kura vadītājs un pasažieris ir iereibuši. No Snēpeles tas aizbraucis uz Kuldīgas pusi. VP to apturējusi Kuldīgā, Ganību ielā, un konstatēts, ka 1979. gadā dzimis vīrietis to vadījis 3,14 promiļu reibumā. Viņam noformēts administratīvā pārkāpuma protokols.

M.Šerņova uzsver, ka VP vienmēr iedzīvotājiem ir pateicīga, ka tie ziņo par pārgalvīgiem braucējiem vai citiem likumpārkāpējiem ne tikai ceļu satiksmē vien, diemžēl šoreiz uz pirmā aculiecinieka zvaniem noslogotības dēļ likumsargiem nav izdevies noreagēt uzreiz.

Alberts Dinters

Diskutē ar epidemiologu

Saistībā ar Covid-19 radītajiem ierobežojumiem un prognozēm Kurzemes plānošanas reģiona attīstības padomē novadu vadītāji videokonferencē iztaujāja Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) infekcijas slimību riska analīzes un profilakses departamenta direktoru Juriju Perevoščikovu.



„Vīruss nekur nav pazudis. Ja arī izplatību iznīcināsim šeit, to var ievest no ārvalstīm, tāpēc vēl ilgi būs jāuzmanās un tas jākontrolē,” saka pazīstamais epidemiologs Juris Perevoščikovs.

IEKŠZEMĒ SITUĀCIJA UZLABOJAS

J.Perevoščikovs negribot biedēt, tomēr norādīja: nav izslēgts, ka rudenī var nākt otrs slimības vilnis. Pašreiz statistika ir iepriecinoša, tomēr tā nav lineāra – ir mainīga gan uz leju, gan augšu. Pieaugums tiek vērtēts ļoti piesardzīgi, analizējot, kurus novadus un kādas iestādes (slimnīcas, pansionātus, patversmes u.tml.) tas skāris. Tāpat situācija tiek salīdzināta ar to, kas notiek citās valstīs, jo daļa saslimušo nav inficējušies šeit, bet ir repatrianti no ārvalstīm. Šobrīd atvērtas Baltijas valstu robežas. Jāņem vērā, ka var inficēties, pārņēst vīrusu un pat pārslimot, to nezina. Kopumā situācija Latvijā uzlabojas.

MASKAS JĀLIETO

Kurzemes pašvaldību vadītāji interesējās par sporta sacensību un lielu kultūras pasākumu iespējām vasarā. Epidemiologs uzsvēra, ka viss būs atkarīgs no pašu piesardzības: kā ievērojam distanci, vai regulāri mazgājam un dezinficējam

rokas. Tāpat būtiski, vai šos nosacījumus var nodrošināt pasākuma rīkotājs. Ja distancēšanās nav iespējama, jālieto citi piesardzības līdzekļi: sejas maskas, barjeras, caurskatāmie ekrāni. Ierobežojumi mazināsies tad, ja vīrusa izplatība turpinās mazināties. Konkrētu dalībnieku skaitu pasākumos nevar pateikt – to izlems valdība. Vienlaikus J.Perevoščikovs bija skeptisks par sacensībām, jo sporta zālēm, dušām un ģērbtuvēm platība ir ierobežota un tajās var būt grūti ievērot distanci.

Par vidusskolas eksāmeņiem speciālists norādīja, ka maskas tomēr jālieto, jo svarīgi ir ne tikai nesaslimt pašiem, bet arī neapļūpināt citus. Pārsvārā Eiropas valstīs maskas tagad esot normāla parādība.

NEUZTICĒTIES NEZINĀMIEM AVOTIEM

Atgriežoties pie Covid-19 otrā viļņa, J.Perevoščikovs skaidroja: pēc citu elpceļu slimību pieredzes tās parasti izplatās pavasaros, kā arī rudenos, kad cilvēki no atvaļinājuma atgriežas darba kolektīvos un pēc brīvdienām – skolās. Īpaši tas novērots mācību gada otrajā nedēļā. Ar jauno koronavīrusu nav pieredzes, un zinātnieki pieļauj, ka arī tam var būt raksturīga sezonālitate. Tāpat speciālists neprognozē, kad būs vakcīna pret Covid-19.

Taujāts par atšķirīgo informāciju plašsaziņas līdzekļos, J.Perevoščikovs atbildēja, ka vajag uzticēties nezināmiem avotiem, bet speciālistiem no tādām uzticamām iestādēm kā Pasaules Veselības organizācija, SPKC un citām.

Daina Tafelberga

NO KĀRTĪBAS SARGĀTĀJU IKDIENAS

Stāsta Kuldīgas novada pašvaldības policijas priekšnieks Kaspars Šabāns.

Likumpārkāpēji ceriņi un dusošie parku apmeklētāji

18. maijs. Dienas pirmajā pusē zvana, ka Aizputes ielas malā ir nesakopta teritorija. Noskaidrojam, ka tā pieder pašvaldībai, paziņots *Kuldīgas komunālajiem pakalpojumiem*. Kopā ar bāriņtiesu apskatām kādu adresi un krīzes centrā nogādājam sievieti ar mazgadīgu atvasi. Vakarpusē patruļa Pētera ielā pamana iereibušu vīrieti un nogādā mājās. Vēlāk nākas sastapt vēl kādu iereibušu kāda nama kāpņu telpā, te vajadzīga medicīniskā palīdzība. Tad seko notikums, kurā iesaistās ij mūsu darbinieki, ij Valsts policija, ij mediķi, ij ugunsdzēsēji. Proti, kāds kaimiņš 2. stāvā nopludinājis apakšējo nārbu. Mūsu darbinieki aizbrauc, bet pludinātājs durvis never. No mājokļa atskan vaids, stenēšana. Izsaucam glābējus, lai atver durvis, Valsts policiju, ja nu noticis kriminālnoziegs, un vēl mediķus. Kad dienesti ierodas, dzīvokļa īpašnieks pats atver durvis, ir jūtāmā kunga prātā, bet veselības problēmu nav – vienkārši aizdambējušies izlietne...

19. maijs. Mucenieku ielā vīrietis guļ zemē. Mūsu ekipāža to savāc, izraksta protokolu. Vairāki saguruši personāži par labu atpūtas vietu izvēlējušies parku pie *Vējiņa*. Abi pamodināti, sasēdināti mūsu auto un izlaisti ar protokolu.

20. maijs. Par pārkāpēju var kļūt arī ceriņkrūms, jo saņemam anonīmu īsziņu, ka Aploku ielā tas pamatīgi izpleties pa

ietvi un braucamo daļu un traucē kustību. Sazināmies ar īpašnieku, kurš sola neganto krūmu ierobežot. Jānodas palīgā autobusa šoferim, jo viņš netiek galā ar divām iereibušām personām, kas nekāpj laukā. Vakarā pie veikala Jelgavas ielā atrodas auto, kam pie stūres iereibis vadītājs, kurš jau sācis braukt. Informējam arī Valsts policiju.

21. maijs. Zvana Rumbas pagasta sociālā darbiniece, ka kādā mājā atrodas nepiederoša persona. Izraidām, tas ir tas pats vīrietis, kurš šajā pagastā jau iepriekš iekortelējis pie svešiem cilvēkiem. Cits gulētājs pamanīts Kuldīgas Annas kapos – nogādājam slimnīcā.

22. maijs. Garāžās vairāki vīrieši lieto necenzētus vārdus. Policisti izskaidro vispārpieņemtos uzvedības principus. Kārtējais guļošais vīrietis, šoreiz pretī Centra vidusskolai. No kādas mājas izskrējis vīrietis ar gaisa šauteni un vairākas reizes šāvis uz lapsu. Informācija nodota VP.

23. maijs. Atkal nākas palīdzēt sagurušajiem, kuri guļ sabiedriskās vietās. Jāiesaistās arī lopu ganīšanā, jo Ābeļciemā pa Ābeļu ielu skrien četri no saimnieka pamukuši gaļas liellopi. Paziņots īpašniekam.

24. maijs. Vienīgais zvans ir no Ķīkuriem, kur nozagts velosipēds. Vadītājiem par nepareizu auto novietošanu ielas malā uzrakstīti protokoli, šoreiz četri.

Alberts Dinters

Pasažieru pārvadātāju tik drīz nemainīs

Konkursā par pasažieru pārvadāšanu Kuldīgas un Saldus lotē uzvarējis uzņēmums *Sabiedriskais autobuss no Saldus*. Līgums tiks slēgts pēc rezultātu apstiprināšanas valdībā, taču tas nenotiks tik drīz, jo iespējamas pārsūdzības no zaudējušajām firmām.

Šobrīd mūsu novadā reģionālajos maršrutos pasažierus pārvadā SIA *Tukuma auto*, kas uzvarēja iepriekšējā konkursā pirms vairākiem gadiem. Bet līdz tam mūsupusē *Sabiedriskā autobusa* transports jau kursēja.

Kā informē Autotransporta direkcija, konkursā vērtēts saimnieciski izdevīgākais piedāvājums, kurā cena veido 40%, bet tehniskais piedāvājums – 60%. Līdz ar šo iepirkumu pakalpojums kļūst labāks: autobusu vidējais vecums desmit gadu periodā būs mazāks par pieciem gadiem, informācija par pieturām tiks paziņota gan audio, gan vizuālā formātā. Visiem transportlīdzekļiem būs elektroniskās maršruta zīmes, drošības jostas, bezvadu internets, varēs norēķināties ar karti. Tiek solītas arī lielākas ērtības cilvēkiem ar invaliditāti.

Kopumā 16 maršrutu tīkla daļās visā Latvijā saņemts 40 pieteikumu, kurus iesniedza 15 pretendenti. *Tukuma auto* ieguva tiesības darboties Madonas lotē. Savukārt *Tukuma* pusē pasažierus vadās *Talsu autotransports*, kurš uzvarējis arī

Talsu un Ventspils lotē. Liepājas pusē, kā arī Jelgavas un Dobeles novadā pakalpojumu nodrošinās *Liepājas autobusu parks*.

Kurzemes plānošanas reģiona sabiedriskā transporta nodaļas vadītāja Vaira Brūdere norāda, ka pārmaiņu tik drīz nebūs – iespējams, vien gada nogalē, jo rezultātus var pārsūdzēt, kā tas dažviet noticis iepriekšējos konkursos. „Iepirkumā bija striktas prasības; ja tās ievērotas, tad nekādiem pārsteigumiem nevajadzētu būt,” tā V.Brūdere. „Līdz ar to mēs saņemsim labākus pakalpojumus. Pārsteigumi varbūt būtu tad, ja ienāktu pilnīgi sveša firma. *Sabiedriskais autobuss* līdz šim brauca Ventspils novadā un arī tālsatiksmē. Arī citur Kurzemē uzvarējušie pārvadātāji mums zināmi, jo tās ir vietējās firmas.”

Autobusu vadītājiem neesot iemesla baidīties darbu zaudēt, jo mainīsies tikai darba devējs, bet apstākļi uzlabosies – tāda ir pieredze mūsupusē. „Šoferi Latvijā ir ļoti pieprasīti, īpaši autobusiem,” piebilst V.Brūdere. „Protams, darbs ir grūts, atalgojums nav liels, bet prasības lielas kā jebkurā apkalpošanas sfērā. Uzskatu, ka ikvienas pārmaiņas nāk par labu, vismaz Kurzemē sabiedriskajā transportā sliktas pieredzes nav.”

Daina Tafelberga

Ar Kuldīgu un patriotismu sirdī



Lāsma Fūrmane – Zemessardzes 4. Kurzemes brigādes štāba sabiedrisko attiecību speciāliste.

Pērnais gads Lāsmam un Matīsam Fūrmaņiem atnesa lielas pārmaiņas – jaunā ģimene nolēma pamest lielpilsētu un atgriezties dzimtajā Kurzemē. Viņš – lai turpinātu dienestu Zemessardzes 45. kaujas nodrošinājuma bataljonā Kuldīgā, viņa – lai strādātu Zemessardzes 4. Kurzemes brigādē. Vīrs Matīss šobrīd ir komandējumā, sarunai ar *Kurzemnieku* piekrita Lāsma.



2019. gads. Matīss, Lelde un Lāsma Fūrmaņi.

Paldies, ka atradi laiku, jo, cik zinu, tavi pienākumi liek būt ļoti aizņemtai. Tu esi dzimusi kuldīdzniece, kura šeit pabeidza ģimnāziju. Kurp ceļi veda tālāk?

No Kuldīgas aizgāju 2011. gadā, kad mēs ar vīru metām kauliņus kopā un nolēmām iet uz Rīgu. Tas bija pēc tam, kad Liepājas universitāti pabeidzu kā filoloģe. Vīrs jau strādāja galvaspilsētā. Viņš dzīvoja kazarmās, es – Kuldīgā pie vecākiem. Tikāmies tikai brīvdienās un sapratām, ka tā turpināt vairs nevar. Iespējams, kādam liekas, ka jaunībā tas izdarāms viegli, bet patiesībā ir grūti. Iedomājies, ka jāpārceļas, bet tev nav nekā! Ne darba, ne mājvietas. Tad jāsāk domāt, ko meklēt vispirms: dzīvokli, par kuru nav, ko samaksāt, vai darbu, bet bez mājvietas. Manā gadījumā pirmais bija darbs, bet, kamēr meklēju mājvietu, nakšņoju pie draugiem. Rīgā pavadījām astoņus gadus.

Tas ir nopietns solis.

Jā, ja ņem vērā to, ka uzreiz pēc augstskolas, bez pieredzes darbu atrast nav viegli. Man pirmais bija zvanu centrā, kurā nostrādāju mēnesi. Kāpēc? Dzīvojot Kuldīgā, nebija nekādas saskares ar krievu valodu, bet tur to vajadzēja lietot katru dienu. Tad nāca piedāvājums no Rīgas Centrālās bibliotēkas, kurā mani pieņēma par kādas filiāles bērnu nodaļas darbinieci, bet arī tas nebija tas, ko vēlos, un manas bibliotekāres gaitas beidzās pēc pusgada. Nākamā darbavieta bija Administratīvā rajona tiesa, kur kļuva par tiesas sēžu sekretāri. Šo darbu ieguvu tāpēc, ka gāju ar pieredzi lietvedībā, ko savukārt apguvu bibliotēkā. Tur sabiju vairākus gadus, līdz pavērsās iespēja startēt konkursā uz lietveža amatu Aizsardzības ministrijā. Tur sevi parādīju no labākās puses un jau nākamajā konkursā ieguvu vecākās referentes darbu militāri publisko attiecību departamentā, kurā mani pieņēma sabiedrības informēšanas projekti. Nostrādāju četrus gadus. Bet nu esmu Zemessardzes 4. Kurzemes brigādes štāba sabiedrisko attiecību speciāliste ar ievirzi uz dienesta popularizēšanu.

Darbs un dzīve metropolē izklausās ļoti labi, tomēr nolēmāt atgriezties. Kāpēc?

Vīrs jau gadiem runāja, ka grib atgriezties. Es biju tā, kura darba dēļ uz to raudzījās piesardzīgi, bet radās iespēja strādāt tur, kur šobrīd esam abi. Kad bijām Rīgā, meitiņa savus vecvecākus redzēja reizi mēnesī, jo aizņemības dēļ biežāk



2019. gada augusts. Zemessardzes 28. gadadiena Oskara Kalpaka muzejā un piemiņas vietā Airītes.

nevarējām izbraukāt. Tagad saprotu, ka gan viņai, gan mums ir daudz labāk, vieglāk. Papildu labums ir tāds, ka mēs arī saviem vecākiem esam tuvāk. Iedomājies divu vecāku un maza bērna dzīvi Rīgā! Kaut kur divatā izrauties teju neiespējami: vai nu jāmeklē ztīcama aukle, vai kādam no vecākiem jālūdz atbraukt. Un tas ir mīts, ka visa dzīve notiek tikai galvaspilsētā. Arī Kuldīgā ir izklaides vietas: kino, dažādi interešu klubi. Turklāt – kas ir vissvarīgākais – te viss ir blakus. Pirms atgriešanās uzrunāju daudzus draugus, apjautājoties par dzīvi Kuldīgā. Nevienas sliktas atsauksmes! Nevienš nenozēloja. Svaigs gaiss, miers. Ja sagribas uz Rīgu, tad nu ir, kas pieskata meitiņu, varam izbraukt mierīgu sirdi.

Tavi pienākumi Zemessardzē izklausās ļoti nopietni.

Jā, tā ir daļība pasākumos, kuros tiek popularizēts dienests Zemessardzē. Katrā bataljonā ir tāds cilvēks. Viņi piedalās Pilsētas svētkos, ir klāt vietās, kur cilvēki var ar dienestu iepazīties, kur var tam pieteikties. Mans uzdevums ir šos cilvēkus pārraudzīt un piedalīties dažādos pasākumos, kurus Zemessardze atbalsta. Vienaļa, darbdienās

vai nedēļas nogalēs.

Cik viegli ir Zemessardzi popularizēt? Vai skarbie veči klausās sievieti?

Man viņiem nekas nav priekšā jāsaka. Ja nu vienīgi visus vajag sadzīt rokā uz kādu kopbildi. Mans darbs ir ļoti līdzīgs tam, kā tas notiek citās iestādēs, kurās ir sabiedrisko attiecību nodaļa.

Militārajā jomā valda disciplīna. Vai to izjūti?

Es kā civilā darbiniece neesmu pakļauta tādiem disciplīnai kā karavīri vai zemessargi, bet tāpat jāievēro subordinācija. Ir robežas, kuras nedrīkst pārkāpt, bet tas nav grūti.

Civilā darbiniece. Vai tas nozīmē, ka pati neesi Zemessardzē iestājusies?

Nē, bet par to cītīgi domāju. Iemesls ir dažādu apstākļu sakritība. Tas tomēr ir ļoti nopietns lēmums. Gluži kā otrreiz apprecēties. Es negribu šo lēmumu pieņemt vieglprātīgi un pēc tam saprast, ka nevaru to *pavilkt*. Vīrs manas pārdomas par stāšanos Zemessardzē atbalsta, bet, jā, tas viss jāapsver.

Tu saki, ka kļūt par militāristi ir tas pats, kas otrās laulības. Cik ilgas ir tavas pirmās?

Šogad būs četri gadi, kuru laikā piedzimusi mūsu lieliskā meitiņa Lelde. Klātienē mēs ar vīru viens otru ieraudzījām Alsungā, bet viss sākās internetā (smejas). Kādreiz ļoti populārs bija portāls *Draugiem.lv* – tur viss arī sākās. Es esmu dzimusi Kuldīgā, mans vīrs caurcaurēm ir suits. Absolūts Alsungas patriots.

Ja jau abi esat saistīti ar militāro jomu, pieļauju, ka intereses arī ir kopīgas.

Mēs drīzāk esam pretpoli, kas pievelkas un viens otru papildina. Vīru var saukt par dabas cilvēku. Viņš uz vairākām dienām dabā var aizbraukt ar nelielu somu, bet man līdzī būs vairāki koferi (smejas). Ja nu kļūst auksti, ja nu kurpe noberž, ja nu tas vai šis... Kā savulaik izteicās Renāra Kaupera sieva, vienīgais, kas mums ar vīru kopīgs, ir bērni. Mūsu ģimenē tas, kuram patīk darboties virtuvē, ir Matīss. Visizcilāk viņam izdodas dažādas marinādes gaļai.

Man savukārt agrāk lielu prieku sagādāja dziedāšana, kas pēc pārcelšanās uz Rīgu nomira dabiskā nāvē. To gribētos atsākt. Pērn tika sarīkots koncerts par godu mūzikas skolotājai Vitai Čaklei, kura 2003. gadā Kuldīgā nodibināja jauniešu kori *Meloss*. Laika gaitā izveidojās ansamblis *Solem*, kurā arī es dziedāju. Vita ilgus gadus bija mūsu diriģente gan korī, gan ansamblī, bet diemžēl nu jau ir viņsaulē. Lai kā gribējās, tomēr nesanaica izrauties un atbraukt uz piemiņas koncertu. Es esmu tāda: ja nevaru kaut ko izdarīt par 100%, tad nemaz neķeros klāt. Vai nu ir, vai nav.

Kā ar iedzīvošanos Kuldīgā? Vai jau pierasts?

Vēl ir tāds kā pārejas periods. Gribas ar laiku atrast savu ideālo vietu, kur dzīvot, jo dzīvokli irējam. Vēl daudz kas jāsakārto gan privātajā, gan darba jomā. Man ir skaidrs, ka kaut kad ārpus darba nodarbošos ar jomu, kas saistīta ar rokdarbiem, bet pašreiz neko sīkāk neatklāšu. Visam savs laiks.

Ja tev būtu kaut kas jāsakā tiem kuldīdzniekiem, kuri dzīvo citur, bet domā par atgriešanos, tu teiktu...

Man pašai ilgi bija jādomā par šo soli, bet tagad jāsakā, ka tas bija pareizais solis. Nav ko baidīties! Jā, varbūt kādam var būt grūti atrast darbu, tomēr te ir visas iespējas sākt kaut ko savu. Vajag tikai gribēt un būt neatlaidīgiem.

„Pirms atgriešanās uzrunāju daudzus draugus, apjautājoties par dzīvi Kuldīgā. Nevienas sliktas atsauksmes! Nevienš nenozēloja. Svaigs gaiss, miers.”

„Iestāties Zemessardzē ir ļoti nopietns lēmums. Gluži kā otrreiz apprecēties. Es negribu šo lēmumu pieņemt vieglprātīgi.”

Kuldīgas Centra vidusskolu vispārīgā novirziena programmā šogad absolvēs 19 jauniešu, bet 21 padzījināti mācījies matemātiku un dabaszinības. Parālēklašu audzinātāji ir Jānis Jerumanis un Iveta Eglīte.

DIVAS KULDĪGAS CENTRA VIDUSSKOLAS 12. KLASES.

- Pēdējā rindā: Māris Rozentāls, Edgars Haritons, Kristaps Mikāls, Rems Trubins, Aleksis Melņiķis, Ričards Immers, Ernests Vēzis, Kārlis Reimanis, Kristiāns Skurulis, Arvis Krickis, Kristers Megnis, Markiuss Āboltiņš.
3. rindā: Jānis Jerumanis (12.v klases audzinātājs), Iveta Eglīte (12.m klases audzinātāja), Alise Gailīte, Eliza Šmidberga, Dana Daniela Dāvida, Samanta Jirgensone, Krista Mijēviča, Katrīna Krista Bruže, Justīne Anšone, Kristaps Citlavs.
2. rindā: Ginta Kārklīņa, Ieva Aīga Celma, Estere Jēkabsons, Ance Brālīte, Marta Laizāne.
1. rindā: Erīna Paula Lāse, Roberta Beta Viļumšone, Ieva Lizete Rožkalna, Paula Tīruma, Laine Lauva, Laura Madara Pūpolā, Elizabete Rublāne, Marta Saliņa, Roberta Lizete Rožkalne, Elizabete Blūma.
- Bildē trūkst: Karolīnes Zavadskas, Kārja Ponomarjova, Edžus Rolava, Oto Branteviča un Kristiāna Egles.

Ceļam gatavi



ORGANIZĒTI – KĀ VILKU BARĀ

12.v klases skolēni sevi kā kolektīvu varot salīdzināt ar vilku baru. Skolotājs kā vecākais un gudrākais no aizmugures sargājo un visus pieskatot, bet priekšpusē ik pa laikam izvirzoties kāds no jauniešiem. Iecerētās kopīgiem spēkiem vienmēr izdodoties.

„LĪDZ AR MUMS AUGUSI ARI SKOLA”

Daļa jauniešu, kuri te bijuši visus 12 gadus, atzīst, ka skola mainījies gan mācīšanas stilā, gan vizuāli. „Kā es smejos, no PSRS laiku skolas tā kļuvusi par mūsdienu,” saka Ernests Vēzis. „Kad gājām sākumskolā, gaitenes sienas bija nesmuki zaļas. Bija vecie logi. Klasēs krāsainas sienas ar puķītēm – ļoti bērnišķīgi. Pirmajā stāvā bija sajūta, ka esmu bēmdudzā, nevis skolā. 4. klasē pirmo stāvu remontēja, uz ārpusklasses nodarību mēģinājumiem gājām pa dēļiem, kas salikti uz grīdas. Vajadzēja uzmanīties, lai neiekrīt kādā mīkstā betonā. Tad arī apkārtnē pamazām mainījās.”

Tā skaitāstokos pasākumus jaunieši min izbraucienus ar velosipēdiem uz Nabes ezeru, zetonu vakaru novembrī un vidusskolā vienīgo klases ekskursiju uz Līgatni. Tur, nokļūstot bunkurā un sajūtoties nedroši, varējuši katrs

pats sevi un arī viens otru iepazīt no cita rakursa.

SPĒS APLIECINĀT AR DARBĪEM

J.Jerumanis strādājis skolā Snēpelē, Kuldīgas 2. vidusskolā un Kuldīgas Mākslas un humanitāro zinību vidusskolā, bet nu trešo gadu ir te. Šī ir viņa pirmā audzināmā klase. „Esmu jauniešiem teicis – viņi kā pirmie man atmiņā paliks visdziļāk. Būs tie, kurus varēšu citām klasēm minēt kā piemēru. Ar viņiem kopā arī es varu daudz mācīties. Katrs ir ļoti atšķirīgs raksturā, pasaules uztverē un savās izpausmēs. Man kā audzinātājam bija izaicinājums izveidot stipru kolektīvu. Vidusskolā to izdarīt nav viegli, jo jaunieši satiekas tad, kad katram jau bijuši atšķirīgi pieredze citā kolektīvā, citā skolā. Individuāli katrs ir spēcīgs. Būs tie, kuri spēš sevi pierādīt ar darbiem. Iespējams, visiem mācības nav bijušas tik veiksmīgas, kā pašī vēlētos, bet viņi ir uzņēmīgi. Tas pierādījies tad, kad klase organizēja pasākumus un ar visu tika galā. Pat ļoti patikami pārsteidza. Nekad nav bijis tā, ka kaut kas nav īsti izdevies. Viņi ir ar lielu potenciālu, tikai katram jāatrod savs lauciņš. Brīžiem paši

neapjaus savas spējas, kautrējas uzdrošināties, bet galvenais ir nebaidīties to darīt. Tad izdosies visiem.”

UZ RĪGAS STRADIŅA UNIVERSITĀTI

Katrīna Krista Bruže atzīst, ka te jutusies kā otrajās mājās. Viņa pabeigusi arī mākslas skolu, dejojusi tautiskajās dejās, bet nākotnes plāni vēl diezgan neskaidri. Tiekot izvērtēta iespēja studēt kādā veselības aprūpes programmā Rīgas Stradiņa universitātē (RSU). Turpat, tikai Komunikāciju fakultātē, iecerējusi studēt Karolīne Zavadska. Vairākās skolās, kurās viņa mācījusies, labākā atzīņa esot tā, ka cilvēki ir ļoti atšķirīgi un katram vajadzīga sava pieeja, lai spētu sadarboties. Ārpus skolas viņa dejojusi, trenējusies volejbolā, gājusi žurnālistu un fotografešanas pulciņā, aktieru skolā. E.Vēzis sabiedriskajā dzīvē iesaistījies tie visur, kur bijis iespējams. Visus trīs gadus līdzpārvaldē, bijis skolas viceprezidents. „Atmiņā paliks skolotājas, īpaši direktore Brigīta Freija. Jo es nezinu, kurā skolā vēl skolēniem varētu būt tik labas attiecības ar direktori kā mūsējā,” uzskata Ernests. „Ir priekšstats, ka direktori mēdz būt skarbi, bet mums viņa ir kā mūza. No visiem

skolotājiem ir liela pretimnākšana. Viņi ir kā savējie: ja vajag, spēlē teātri, tēlo ezeļus, šķekus un ko tik vēl ne. Te iemāca nepadoties, izaudzina ļoti labus jaunus līderus.” Ernests kopš 1. klases zinājis, ka strādās kādā valsts iestādē. Sagatavošanās kurss gājis RSU Jauno politologu un diplomātu skolā un arī studēt iecerējis Politikas zinātnes fakultātē.

MĒRKĪS ZINĀMS

Krista Mijēviča izsver divus variantus: Kultūras koledžā studēt par foto un video producenti vai Liepājas universitātē – jauno mediju mākslu. Erīnai Paulai Lāsei patīkot gan māksla, gan sports, un domas nosvērusās par labu tam. Viņa cer Latvijas Sporta akadēmijā studēt pedagogiju. Līdzīgi ir Gintai Kārklīnai – patīkot māksla un sports. Tiek apsvērtā doma studēt Policijas koledžā vai Rīgas Tehniskajā universitātē (RTU). Edgars Haritons sākumskolā mācījies Vārmē, tad Kuldīgas 2. vidusskolā un pēdējos trīs gadus šeit. Viņš uzskata, ka svarīgi visās situācijās saglabāt optimismu, un grib studēt Latvijas Lauksaimniecības universitātē par inženieri. Remam Trubinam sirdslieta esot sports, skola atmiņā palikšot ar īpa-

šo atmosfēru. Viņš grib RTU kļūt par būvinženieri.

„KARANTĪNA MŪS NORŪDĪJUSI”

Oto Brantevičs iepriekš mācījies Turlavas pamatskolā, viņam patīcis iesaistīties sabiedriskajā dzīvē. Aizraušānās ir vēsture un politika, un viņš iecerējis studēt vēsturi un iestāties Zemessardzē. Marta Saliņa uz vidusskolu atnākusi no Vilgāles pamatskolas. „Karantīnā mūs, 12. klases skolēnus, norūdījusi un sagatavojusi augstskolai. Jo viss jāapgūst pašmācības ceļā. Grūti, bet noderīgi, jo veicina izaugsmi,” uzskata Marta. Viņas vaļasprieks ir dziedāšana. Marta plāno studēt sociālās zinības, bet vēl nezinot, kur.

Eliza Šmidberga deviņas klases beigus Alsungas vidusskolā. Kuldīgā vērtīgākais esot jaunie draugi, visforšākais klases audzinātājs un jaunas aizraušānās. Viņai patīk spēlēt volejbolu. Eliza plāno studēt par fizioterapeiti vai uztura speciālisti RSU.

Alisei Gailītei patīk sports un tautas dejas. Viņa studēs Latvijas Universitātes Juridiskajā fakultātē. Dana Daniela Dāvida nodarbojas ar vieglatlētiķi, bet nākotni ar sportu nedomā saistīt. Laiks rādišot, kur ceļš vedīs.

MĒRKĒ AUGSTU, TIEC TĀLU!

„Esmu jau teikusi, ka katram jāizvirza mērķi un uz tiem jāiet. Jo lielāki tie būs, jo lielāka iespēja kaut ko sasniegt. Nevajag domāt zemā līmenī – vajag mērķēt augstu. Zinu, ka viņi to var,” tā par 12.m klasi saka audzinātāja Iveta Eglīte.

Paši audzēkņi smejas: „Mums visiem kopīgs ir tas, ka patīk garīgi paēst.” Gandrīz puse mācās kopā kopš skolas gaitu sākšanas. Kolektīvs esot izpalīdzīgs un draudzīgs. Sliktākās pārmaiņas pa šiem gadiem esot tās, ka skolas kafetnīcā vairs nevarot iegādāties čipsus, gumijnaškus un saldējumu.

CEĻOTĀJI

I.Eglītei vidusskolas sākumā licies, ka katrs audzēknis vērstis savā virzienā, bet saliedējušies tad, kad 10. klasē devušies uz Londonu. „Pēc brauciena sapratu, ka ir izveidojies kolektīvs, kas turas kopā, domā vienādi un iet vienā virzienā. Mums raksturīgi tas, ka ceļojam. 11. klasē bijām Berlīnē, šogad iecere bija Itālijā. Tā gāja secen,” saka skolotāja.

„Kā audzinātāja lielākais gandarījums ir redzēt, kā 10. klasē atnāk spuraini jaunieši, kuri katrs mēģina sevi pierādīt, un 12. klasē ieraudzīt, ka viņi izauguši un kļuvuši par ārkārtīgi jaukiem, motivētiem, radošiem un interesantiem jauniem cilvēkiem. Ieraudzīt dinamiku vidusskolā ir milzīgs gandarījums. Pats vērtīgākais, ko skolotājs var piedzīvot.”

KATRAM SAVS

Ieva Lizete Rožkalna darbojusies līdzpārvaldē, viņas vaļasprieks ir sports – desmit gadus trenējusies vieglatlētikā. Ēnu dienā bijusi Ārlietu ministrijā un ASV vēstniecībā, bet Rīgas Stradiņa universitātē (RSU) pabeigusi kursus *Jauno diplomātu un politologu akadēmijā*. Iespējams, studēs starptautiskās attiecības.

Kristiāns Eglem patikušas skolas balles. Viņš plāno strādāt, bet vienlaikus pašmācībā kļūt par producentu. Mūzika viņam esot sirdij tuva tāpat kā Ričardam Immeram. „Kristiāns būs producers, es – reperis. Tā mums varētu izdoties arī apskatīt pasauli,” saka Ričards. Otrs vaļasprieks ir sports – kopš septiņu gadu vecuma viņš trenējās basketbolā.

Paula Tīruma kā Eiropas kluba dalībiece no Vēstnieku skolas braukusi uz Briseli. Viņa ir muzikāli radošās studijas *Mona* ģitāristu ansambļa dalībniece. Paula iecerējusi studēt ekonomiku.

VISMĪĻĀKĀ VIETA – ĒDNĪCA

Kristapam Citlavam vismīļākā vieta skolā bijusi ēdnīca. Viņš astoņus gadus trenējies vieglatlētikā. Kristaps zina, ka mācīties turpinās, bet, kur, vēl domāšot. Marta Laizāne beigus mūzikas skolu, viņai patīk literatūra un zirgi. Nākotne viņai miglā tāta. Iespējams, ka tiks studēta ķīmija.

Justīnei Anšonei patīk muzicēt, septiņus gadus viņa trenējusies dambretē. Par nākotni vēl domāšot. Ance Brālīte iepriekš mācījusies Māteru Jura Kazdan-

gas pamatskolā. Kuldīgā iejusties lielajā kolektīvā bijis viegli, jo klasesbiedri esot draudzīgi un atsaucīgi. Skolā darbojusies līdzpārvaldē, šogad ir tās prezidente. Brīvprātīgi iesaistās jauniešu mājas darbībā. Grib studēt eksaktās zinātnes.

VARĒTU ARĪ PAR PREZIDENTU

Arvja Kricka izvēli noteikšot tas, kur izdosies dabaszinātnes studēt par valsts naudu. Viņš pieļauj, ka nākotnē varētu kļūt par prezidentu. Kārlim Reimanim patikušas klases ekskursijas – visspilgtāk atmiņā brauciens ar pārejām vidusskolas klasēm uz Horvātiju. Viņam padodas fizika un ķīmija, tādēļ plāno studēt eksaktās zinātnes. Kristiāna Skurula vaļasprieks ir sports, un viņš domā studēt datorprogrammēšanu. Elizabetes Rublānes plāni saistīti ar žurnālistiku. Viņa darbojas Jauno žurnālistu skolā Kuldīgā un Latvijas Universitātē apmeklējusi kursus *Jauno komunikācijas speciālistu skola*.

„MŪSU GUDRĀKAIS PRĀTS”

Kristapam Mikālam vislabāk patīk matemātika, fizika un ģeogrāfija, viņš nolēmis Rīgas Tehniskajā universitātē studēt mehatroniku un mašīnbūvi. Kristaps ir daudzu valsts olimpiāžu dalībnieks un augstu vietu ieguvējs. Kā saka klases audzinātāja: „Mūsu gudrākais prāts.”

Elizabete Blūma mācījusies mūzikas skolā, spēlē vijoli un kontrabasu, tāpēc nākotni saistīs ar mūziku un kultūru. Laurai Madarai Pūpolai spilgtākās atmiņas saistās ar *ZZ čempionātu*, kurā klase vinnējusi, tādēļ visiem bijis brauciens uz Rīgu. Ārpus skolas viņa apmeklēja foto un dabas pulciņu. Ir absolvējusi arī mākslas skolu un mācīties par fotogrāfi iecerējusi RSU. Laine Lauva iepriekš mācījusies Laidu pamatskolā. Kopš pirmās klases viņas vaļasprieks ir galda teniss. Laine studēs vides aizsardzību vai mežsaimniecību. Kristera Megņa vaļasprieks ir sports, bet viņš domā Latvijas Universitātē studēt ekonomiku.

MEDICĪNA

Robertas Betas Viļumšones aizraušānās esot sports. „Bet nākotnes plāni man saistīti ar medicīnu. Konkrētu specialitāti vēl neesmu izvēlējusies, bet tas notiks Rīgas Stradiņa universitātē.” Arī Roberta Lizete Rožkalne domā par medicīnu. No skolas spilgtākās atmiņas esot par ceļojumiem uz Horvātiju un Sanktpēterburgu.

Estere Jēkabsons atceras, ka atbildības uzņemšanās skolā apgūta kopš pirmajām klasēm: „Rīkojām konkursiņus, zīmējām plakātus, likām pie klases durvīm. Kurš pielicis, tam arī jānoorganizē līdz galam, jāizdomā, kā notiks, kā citus apbalvot.” Estere beigus arī mākslas skolu, dziedājusi korī un vairākos ansambļos, pašlaik *Karamēles* un *Trifēles*. Bet vēlas mācīties par veterinārārsti. Ievai Aigai Celmai patīcis iesaistīties sabiedriskajā dzīvē – viņa darbojusies līdzpārvaldē. Beigus mūzikas skolu, kur joprojām spēlē orķestrī. Viņa cer studēt medicīnu.

Jolanta Hercenberga



Laideniece Aina Baumanē (no labās) ar draudzenēm nūjošanas festivālā Liepājā.

Nūjošana – veselīgs laiks svaigā gaisā

„Tas ir sporta veids, kas der jebkurā vecumā,” saka nūjošanas entuziaste, laideniece Aina Baumanē. Šī ir viena no visstraujāk augošajām veselīgajām nodarbībām pasaulē.

PA MEŽA TACIŅĀM

A.Baumanē stāsta: „Kustības ir neatņemama mana dzīves daļa. Es vienmēr esmu bijusi skrējēja, un tad, kad vairs nevarēju pakriet, bērni man nopirka nūjas. Nu jau labu laiku ar to nodarbojos. Ir izveidojusies interešu kopa *Dzērves*. Mēs katru mēnesi tiekamies, dodamies nūjot, braucam uz kādu citu vietu, un reizē tā ir ekskursija pa kādu neredzētu vietu. Mums nūjošanu ir tematiska – ar noteiktu ģērbsānās stilu un aksesuāriem.” Visbiežāk Aina nūjo kopā ar draudzeni vai bērniem: „Man patīk iet pa meža taciņām. Es neieteiktu to darīt pa asfalu, jo papildu slodze mugurai nav laba. Ikdienā nosloju no pieciem līdz 15 kilometriem. Šis sporta

veids ir piemērots visiem gadalaikiem, jo, ja kustas, tad auksti nav. Man tas dod kustību prieku. Tas ir veids, kā būt dabā, klausīties putnu dziesmās, sasmaržot gaisu. Katru reizi pēc sportošanas ir laba sajūta, ka esmu pierējusī daudzus kilometrus.”

NAV DĀRGS PRIEKŠ

Laideniece uzsver, ka vispirms noteikti jāapgūst nūjošanas tehnika: „Darot pareizi, veselībai tas nāks par labu. Es tehniku apguvu pie fizioterapeites Vinetas Baukšes, kad pie viņas varēja apmeklēt nodarbības. Vēl var paskatīties internetā, kā to darīt pareizi. Jābūt staltai stājai, skatienu uz priekšu, solis jāspēr no papēža. Sākumā var šķist, ka ir sarežģīti, bet visu var apgūt, ja vēlas. Pirmās reizes sevi ļoti jāpiespiež, bet, ja tas izdarīts, pēc tam pilnīgi prasās iet un darīt. Šajā sporta veidā īpašu ekipējumu nevajag – tikai nūjas, ērtus sporta apavus, elpojošu apģērbu. Tas nav dārgs priekš.”

Mazāk slimo, labāk guļ

Nūjošana īpaši ieteicama pašlaik, kad ārkārtējās situācijas ietekmē ikdienu kļuvusi mazkustīgāka, taču trausmaināka. Nūjošanas gids Agris Sondors dalās padomos, kā sākt nodarboties un kādi ir ieguvumi veselībai.

Pielāgojoties jaunajai situācijai, kad daļa strādā mājās un izjūt lielāku trauksmi, nūjošana var būt labs veids, kā izvēdināt galvu. Kā atzīst nūjotāji, viņi labāk guļ, mazāk slimo un nepiedzīvo trauksmi, jo kustības svaigā gaisā uzlabo veselību un vispārēju labsajūtu.

SAUDZĪGS VEIDS, KĀ SĀKT

Ja ar sportu esat uz jūš vai gribat atsākt sportot pēc traumām vai ilgās pauzes, nūjošana ir saudzīgs veids, jo ir pa spēkam ikvienam. Bet vispirms vajag ar ārstu konsultēties par slodzi.

SLODZE VISAM ĶERMENIM

Tā nav vienkārša pastaiga ar nūjām, kā var šķist no malas, – pēc pirmās nūjošanas kāds var sajaut gandrīz vai visus muskuļus. Darot to pareizi, darbojas 600 muskuļu grupu jeb 90% muskulatūras. Šajā augsta efektivitātes nodarbē vienmērīgai ķermeņa noslodzei ļoti svarīga ir pareiza soļošanas tehnika un nūjas.

KĀ MUGURAS MASĀŽA

Darbojoties ar nūjām, īpaši labi ar rotējošām kustībām tiek izkustināts sprands un mugurkaula krūšu daļa – tās ir problēmm zonas gandrīz visiem, kam ir sēdošs darbs. Nūjošana mugurkaulam ir draudzīga. Mugurā, ceļiem un gurniem ir daudz mazāka slodze nekā skriešanas vai aerobikas izpērienu laikā. Rotējošās kustības pareizi izkustina plecus, tadēļ pēc nūjošanas var būt tikpat laba sajūta kā pēc muguras masāžas.

LABS KARDIOTREIŅŠ

Nūjošanai ir trīs līmeņi: veselības, fitnesa un sporta. Pirmo sāk veselības stiprināšanas dēļ, tā būs lēnāka, vingrojumā – vienkārši izpildāmi. Fitnesa un sporta nūjošana piemērota azartiskiem, kustības un ātrumu

Lāsma Reimane, Ainas Baumanes arhīva foto

PASAULĒ

Kas tā par vietu?



Izmantojot divus attēlus un nelielu informāciju par kādu pasaules vietu vai objektu, mēģini atpazīt, kā to sauc!



179. kārta

Pasaulē lielākais solončaks (augšnes tips, kam raksturīgs augsts viegli šķīstošu sāļu saturs virskārtā, kas neļauj attīstīties lielākajai daļai augu, izņemot halofītus). Šī vieta atrodas augstu kalnos – 3650 m virs jūras līmeņa. Tas līdzinās milzīgam, koši baltam līdzenumam, kas var atgādināt sasalušu ezeru, taču to klāj sāls. Lietus laikā sāli var klāt vairākus decimetrus biezs ūdens slānis. No jūnija līdz decembrim solončaks ir sauss, izņemot purvaino piekrasti un atsevišķus ūdens caurumus. Galvenie minerāli, kas veido koši balto sāls garozu, ir halīts un ģipsis. Tīras sāls biežums var sasniegt pat 30 metru. Uzskata, ka šis solončaks satur desmit miljardus tonnu vārāmās sāls. Ik gadu šeit iegūst 25 000 tonnu. Katru gadu novembrī solončakā uzturas trīs sugu flamingo. Populārs tūrisma objekts – šeit ir arī sāls viesnīca.

Atbildi gaidām līdz 26. maija 11.00, to sūtīt konkursam *Pasaules pazinējs, Kurzemniekam* 1905. gada ielā 19, Kuldīgā, LV-3301, vai e-pastā: konkursi@kurzemnieks.lv vai iemest redakcijas durvju pastkastē.

178. kārtas atbilde: Šokolādes kalni, Boholas province, Filipīnas.

Pareizi atbildējuši: Velta Višņevska, Aija Usne, Gunta Folkmane, Rasma Stepe, Daina Gerente, Ingars Neimanis, Vineta Kondraņicka, Inese Midrijāne, Ausma Kreidere, Gunta Grundmane, Vilnis Bēniņš, Ojārs Silkans.



Konkursu atbalsta veikals *Cikāde*.

VĒSTURE

Kurzemnieks sadarbībā ar Kuldīgas novada muzeju piedāvā konkursu, kas liek papētīt vēsturi vai vienkārši atcerēties dažādus notikumus Kuldīgas, Skrundas un Alsungas novadā.

22. jautājums

Kur un pār kādu upi tiek būvēts jaunais tilts?

Atbildi un, ja ir, arī atmiņu stāstu par attēlā redzamo līdz 28. maija 11.00 sūtīt e-pastā: konkursi@kurzemnieks.lv.

21. jautājuma atbilde: Kuldīgas Valsts ģimnāzijā (1944–1950).



Pareizi atbildējuši: Aija Usne, Velta Višņevska, Indra Grandava, Rasma Stepe, Ausma Kreidere, Daina Gerente, Gunta Folkmane, Valdis Dadzis, Maija Viļuma, Ingars Neimanis, Gunta Grundmane, Ojārs Silkans.



DABA

Vai vari atminēt, kas tas ir?

21. kārta

Tas daudzviet tiek audzēts kā mājputns un medību putns. Dabīgais izplatības areāls ir Āzijas centrālie dienvidaustrumu reģioni, kā arī nelielās Eiropas dienvidaustrumu teritorijās: Grieķija, Bulgārija un Kaukāzs. Mūsdienās ārpus vēsturiskā izplatības areāla kā medību putns tas ieviests daudzviet Eiropā, Amerikā un Austrālijā. Latvijā mēģinājumi ieviest savvaļā beigušies nesekmīgi – populācija te nespēj pārdzīvot bargās ziemas. Pieauguša tēviņa garums ar visu asti ir 80–90 cm, aste ir 42–54 cm gara, māfītes ķermeņa garums ar asti ir apmēram 60 cm, aste ir 29–31 cm gara. Tas sver 0,5–3 kg: tēviņu vidējais svars ir 1,2 kg, māfītes – 0,9 kg. Tas ir visēdājs un barojas gan ar kukaiņiem un citiem bezmugurkaulniekiem, gan nelieliem mugurkaulniekiem, piemēram, čūskām, ķirzakām, maziem zīdītājiem un putniem, gan ar augļiem, sēklām un augu lapām. Šis dzimtas putni galvenokārt uzturas uz zemes. No briesmām tas pa-

rasti izvairās, skrienot un slēpjoties biežāk. Skriet var ļoti ātri, sasniedzot 32 km/h. Āzijā cilvēki tic, ka tas ir īpaši jutīgs pret zemes vibrācijām un par zemestrīci spēj brīdināt dažas sekundes pirms tās. Uz Spānijas un Francijas robežupes Bidasoa atrodas divaina sala. Tā ir neapdzīvota, uz turieni nebrauc tūristi, bet tā ir vērtīga abām valstīm, jo 17. gadsimtā pēc ilgām kara gadiem te parakstīts miera līgums. Tai dots atminamā putna vārds. Kas tas par putnu?

Atbildes līdz 28. maija 11.00 sūtīt e-pastā: konkursi@kurzemnieks.lv.

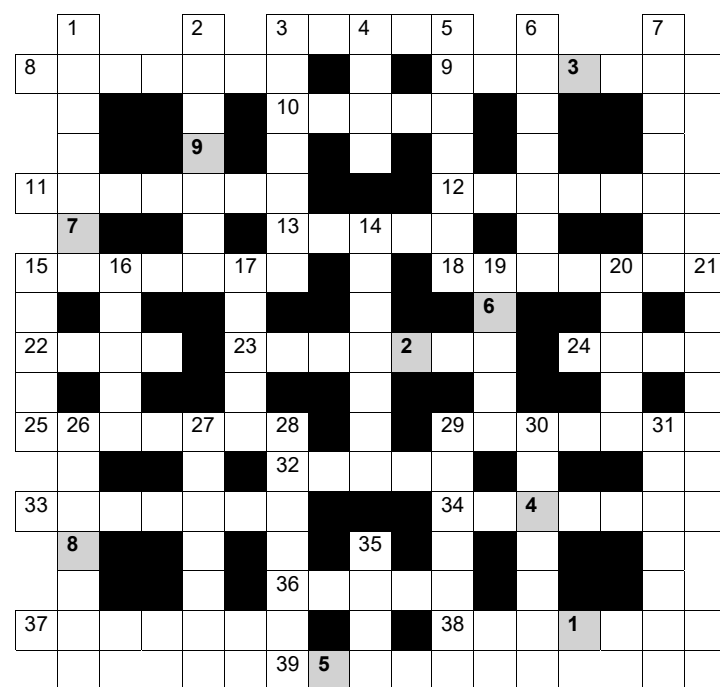


20. kārtas atbilde: vimba.

Pareizi atbildējuši: Velta Višņevska, Indra Grandava, Aija Usne, Rasma Stepe, Gunta Folkmane, Ausma Kreidere, Guntis Obodņikovs, Daina Gerente, Gunta Grundmane, Ojārs Silkans.

KRUSTVĀRDU MĪKLA

Veidojusi Anda Straume.



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

Risinājumu gaidām līdz 28. maijam.

Horizontāli 3. Pākšaugi. 8. Pilsēta Vidzemē. 9. Spēļu kārts ar palielinātu vērtību. 10. Valdnieka tituls Indijā. 11. Izlaukti celmi ar resnajām saknēm. 12. Nomierināties, sākt justies labi pēc sasprindzinājuma. 13. Rēķins bankā. 15. Latviešu žurnālists (dz. 1970). 18. Ierīce audumu aušanai. 22. Augstvērtīga kaņepāju trose. 23. Instruments sīku priekšmetu satveršanai. 24. Dramaturģisks sacerējums. 25. Plēvspārņu kārtas kukaiņi. 29. Maltas galvaspilsēta. 32. Apdzīvota vieta Kolka pagastā. 33. Samērā laba, samērā liela. 34. Latvijā sastopams krāšņumaugs. 36. Iejūga sastāvdaļa. 57. Mākslinieka darbnīca. 38. Stingri noteiktas cilvēku izturēšanās normas. 39. Ietekme, autoritāte (pārn.).

Vertikāli 1. Nira. 2. Metāla nozīme pie formas cepures. 3. Tropu auglis. 4. Māla trauks saimniecības vajadzībām. 5. Tiesiskais stāvoklis. 6. Kultūrvēsturisks Latvijas apgabals. 7. Mākslīgā tekstilšķiedra. 14. Ļoti mazi, sīki. 15. Ķīmiskais elements – cēlmetāls. 16. Strausam līdzīgs putns. 17. Pilsēta Igaunijā. 19. Precīza. 20. Brīvs lauks mežā. 21. Bīkšu daļa. 26. Mūzikas instruments. 27. Austrumu vējš. 28. Tādas, kas tikko pagatavotas. 29. Veikties. 30. Šķidruma pacēluma augstums. 31. Neliels ātrgaitas tanks. 35. Kafijas šķirne.

Pareizā atbilde: PŪPOLSVĒTDIENA.

Atbildes

Horizontāli 1. *Palladium*. 5. Tabi. 7. Skūt. 9. Slāt. 10. Sapa. 11. Piņi. 13. Art. 14. Rīts. 16. Seti. 17. Riet. 18. Tarakāns. 20. Štirlics. 22. Rudzītis. 25. Radikāla. 27. Abra. 29. Foka. 31. Šīks. 32. Brī. 33. Ilze. 34. Sima. 35. Nest. 37. Aras. 38. Auns. 39. Staipekņi.

Vertikāli 1. Pabs. 2. Lastagas. 3. Dakstiņš. 4. Moka. 5. Tīts. 6. Ilgi. 7. Sper. 8. Trīt. 11. Pastariņš. 12. Iela. 14. REAL. 15. Sekstaine. 19. Krī. 21. Rei. 23. Zobs. 24. Skābarži. 25. Rozinīte. 26. Koki. 27. Akra. 28. Acis. 29. Fēsa. 30. Alts. 34. Sals. 36. Tuvi.

Pareizi atbildējuši: Daina Gerente, Gunta Vāciete, Velta Višņevska, Gunta Grundmane, Bruno Mekšs, Vilnis Bēniņš, Ojārs Silkans.

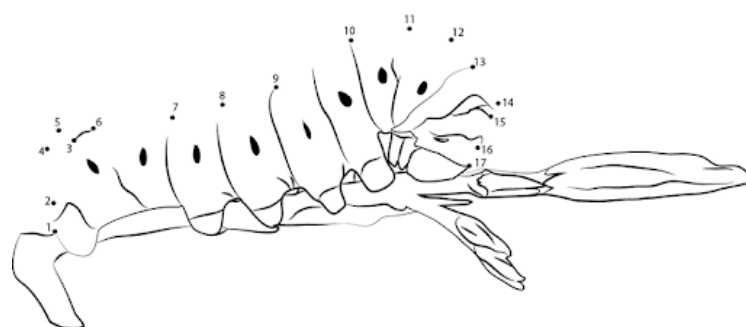
Atminējumu, izgrieztu no laikraksta (ne kopētu), sūtiet uz redakciju *Krustvārdu mīklu konkursam, Kurzemnieks*, 1905. gada ielā 19, Kuldīgā, LV-3301, vai iemetiet redakcijas vēstulju kastītē!



Uzvarētājam dāvana gādāta sadarbībā ar salonveikalu *Akcent's*.

BRĪVBRĪDĪM

Savieno skaitļus!



PĀRDOD

FORD MONDEO, 1,8, TD, 1996, TA līdz 13.01.2021., nodokļi samaksāti, labā tehniskā un vizuālā kārtībā. Cena 840 eiro. Tālr. 29798748.

Sagatavo savu **SAMPO** kombainu veiksmīgai ražas novākšanai! **SAMPO** kombainu rezerves daļas: **SIKSNAS, SKRIEMEĻI, PĪKĻI, SEGMENTI, REDUKTORI** u.c. rezerves daļas. **ARMUSS** uzsāk **SAMPO** kombainu izplatīšanu Latvijā. Tālr. 29349640.

Pārdod **PVC LOGUS** un **DURVIS**, iebūvējamās skapjus, bīdāmās durvis, moduļu virtuves. Plašs žāļūziju piedāvājums. Veic mērīšanu un montāžu. Mucenieku iela 25, tālr. 28448638.

Grūnsu **TELI**. Tālr. 26823474.

SIA **Vēvers** pārdod priedes skaidu kurināmās **BRIKETES** ar piegādi. Cena 120 eiro. Tālr. 26651831.

Piedāvājam kvalitatīvas bērza **BRIKETES**, ilgi deg, mazs pelnu atlikums, ar piegādi Kuldīgā, 123,20 eiro par paleti. Tālr. 20331463.

Sausu, skaldītu meža **MALKU**. Tālr. 27885688.

Sausu **MALKU** maisos, kravās. Tālr. 26544462.

Pārdod 3 m **MALKU** ar piegādi. Minimālais apjoms 20 m³. Tālr. 20514042.

Pārdod ar piegādi zāģētavas atgriezumu **MALKU**, skaldītu malku, 3 m garu meža malku. Tālr. 29249578.

Pārdod skaldītu lapkoku **MALKU**. Gatavojam pēc vajadzīgā garuma un rupjuma. 10 berkubi – 250 eiro. Tālr. 29562735.

Visu veidu **MALKU**. Tālr. 26153187.

Skaldītu un kluču **MALKU**. Tālr. 28750000.

Pārdod **MALKU**, 20 eiro/berkubs. Tālr. 28690422.

Skaldītu **MALKU**. Tālr. 22377474.

MALKU. Tālr. 29781997.

Dažādu **MALKU**. Tālr. 26383529.

Skaldītu lapkoku **MALKU**. Tālr. 29428876.

MALKU – skaldītu un klučos. Tālr. 27811870.

Skaldītu **MALKU**. Tālr. 29254530.

VAJADŽĪGI

DARBS Vācijā gaļas kombinātā. Stundas likme 9,30 eiro, nodrošinām ceļu un dzīvošanu Vācijā. Sīkāka informācija pa tālr. 20227843. SIA **ALMA M**, 40003543608, lic. nr. 22/2017.

PĒRK

MAZDĀRZIŅU Kuldīgā. Tālr. 28728202.

AUTOMAŠĪNAS. Tālr. 25669128.

TRAKTORUS, piekabes, inventāru, vieglās automašīnas. Tālr. 26104984.

Craftwood PĒRK MEŽA ĪPAŠUMS visā Latvijā, cena no 1000 līdz 10 000 EUR/ha. Samaksa darījuma dienā. Tālr. 26360308.

SIA **Lateira** pērk **MEŽA ĪPAŠUMUS** (arī apgrūtinātus un nenokārtotus), birzis un cirsmas visā Kurzemē. Kārtojamos dokumentus. Tālr. 27030802, mezi@lateira.lv.

Pērk visu veidu **APALĶOKUS** pie ceļa. Tālr. 28690422.

Z/s **SMAIDAS** pērk **MĀJLOPUS**. Tālr. 29437251, 28393052, 63341221.

SIA **Valinda** – **LIELLOPUS, JAUNLOPUS** dzīvsvārā. Tūlītēja samaksa. Tālr. 29434034.

VĪNGLIEMEŽUS no 3 cm diametrā: Kuldīgā, Planīcas ielā 7a, tālr. 25200298; Skrundā, Liepājas ielā 4, tālr. 25321178.

VĪNGLIEMEŽUS no 3 cm diametrā, braucu klāt. Tālr. 26284210.

VĪNGLIEMEŽUS. Tālr. 28165191.

Briežu **RAGUS**. Brauc pakal. Tālr. 29886349.

VĒLAS NOMĀT

Zemnieku saimniecība – lauksaimniecības **ZEMI** Skrundas, Nīkrāces un Rudbāržu pagastā. Tālr. 26712640.

SKRUNDAS MŪZIKAS SKOLA

uzņem audzēkņus:

- klavieru,
- vijoles,
- ģitāras,
- pušaminstrumentu,
- sagatavošanas klasē.

Uzņemšanas eksāmens **27. un 28. maijā** no 17.00 līdz 18.00.

Par eksāmena norisi zvanīt pa tālr. 26183832.

MAIJA ERUDĪTS

Atbildi meklējiet kādā no **Kurzemnieka** numuriem un līdz **28. maijā 11.00** sūtiet e-pastā: konkursi@kurzemnieks.lv.

Cik mācību iestāžu no mūsu puses bija iesaistījušās Zaļās jostas izlietoto bateriju vākšanas konkursā Tīrai Latvijai?

Atbilde. 168 m.

Pareizi atbildējuši: Ingars Neimanis, Ausma Kreidere, Indra Grandava, Gunta Grundmane, Daina Gerente, Gunta Folkmane, Rasma Stepe, Aija Usne, Velta Višņevska.

DAŽĀDI

MODRA AUTOSKOLA rīko A, B (02.06.) un BE kategorijas kursus dienas un vakara grupās Kuldīgā. Tālr. 23071223, 26120089.

AUTOSKOLA Ripo-A rīko autovadītāju kursus Skrundā. Pieteikties līdz 28. maijam. Tālr. 26773763.

Sertificēta **BŪVFIRMA** ar pieredzi veic dažādus būvdarbus, dokumentācijas noformēšanu. Tālr. 29705025.

Visu veidu **JUMTA REMONTS** un maiņa, fasādes darbi, telpu remonts, materiālu piegāde. Tālr. 28749982.

MAINĀM JUMTUS, remontējam, siltinām fasādi, kosmētiskais remonts, materiālu piegāde. Tālr. 25300993.

ELEKTRIKA pakalpojumi; motora pārīšana. Tālr. 26279280.

Ierīko **ŽOGUS**. Tālr. 26953266.

Piegādājam kurināmās **KOKSKAIDU GRANULAS** Kuldīgā un Kuldīgas novadā. Tālr. 25465646.

SIA **Lateira** veic: **MEŽA** inventarizācijas projekta (taksācijas) izstrādi; cirsmu stīgošanu; cirsmu novērtēšanu. Tālr. 27030802, e-pasts: info@lateira.lv.

Tīra **AKAS**. Tālr. 27448331.

SVEASKOG
BEZ MAKSAS ATTĪRA
NO KRŪMIEM
laukus un citas
aizaugušas platības.
PĒRK
zarus, cirsmu atlikumus,
šķeldojamo materiālu.
ĀTRA SAMAKSA.
25 622 293 (Āris)



PIEMINOT



JOLANTA MEDIŅA (1968 – 2020)

23. maija saullēktu Jolanta sagaidīja un tad aizgāja pa mūžības ceļu. Veselības likstu īpaši pēdējos gados bijis pārpārēm, bet tās viņa vienmēr gribēja pabīdīt malā – darāmā taču tik daudz! Tā vēl pirms dažām dienām tika dotas norādes, kas jaunajā nedēļā darāms *čaupeņēm* – pašas veidotās un lolotās Kuldīgas novada muzeja rokdarbu kopas *Čaupe* dalībniecēm. Sev atvēlētajā laikā Jolanta bijusi Basu un Padures pamatskolas, Kuldīgas 2. vidusskolas skolotāja, strādājot tā, lai būtu pa īstam Skolotāja, visbeidzot savu aicinājumu atradusi muzejnieces darbā. Jolantai bija svarīgi, lai Kuldīga patiešām taptu par pilsētu ar dvēseli, un tāpēc viņas pētniecisko dabu piesaistīja dažādu laiku mūspuses izcilas personības, par kurām allaž gribējies pavēstīt arī citiem. Sirsnības un mīluma gaisotne valdīja viņas organizētajos novadnieku salidojumos. Cilvēks – ideju radītājs, bet vienlaikus arī darītājs, runājot tiešu, pat striktu runu, ja tas vajadzīgs kādas ieceres īstenošanai. Jolanta nebija iedomājama bez darbošanās virtuvē – sāļi un saldi, visvisādi gardumi viņas mājās bija ierasti, bet gribējās darīt ko vairāk, lai prieks iziet pilsētas ielās. Un tad tika vārtīti lielie zivju zupas katli pavasara palu šovā (tagad tā jau ir tradīcija, ko turpināt citiem). Pierasti bija redzēt Jolantu ar grāmatām, un viņai patika dalīties pārdomās par izlasīto, ieteikt vērtīgo, nemanot liekot sarunbiedram lasāmā izvēles latīņu pacelt augstāk. Bija... Tik daudz kā bija... No mūsu Jolantas – mammas, sievas, meitas, māsas, tuva un mīļa cilvēka – atvadīsimies sestdien, 30. maijā, 14.00 kapličā Kuldīgā, Aizputes ielā 39 (lūgums līdzī ģemt vien dažus ziedus).

Piederīgie

LĪDZJŪTĪBAS

Kas dzīvo Visaugstākā patvērumā un mīt Visuvarenā ēnā, tas saka uz To Kungu: „Mans patvērumš un mana pils, mans Dievs, uz ko es paļaujos!”

/Psalms 91:1–2/

Izsakām sirsnīgu līdzjūtību Mediņu ģimenei un tuviniekiem, mūsu māsu JOLANTU mūžībā aizvadot. Kuldīgas Sv. Katrīnas draudze un mācītājs Viesturs Pirro

Kaut nekad vairs neatnāksi Savā sētā ciemoties, Tiem, kas tevi mīlējuši, Tava gaisma līdzī ies.

/Z.Purvs./

Izsakām dziļu līdzjūtību GVIDO MEDIŅAM, no sievas atvadoties. SIA **Kuldīgas siltumtīkli** kolektīvs

No tevis tik daudz bija, ko gūt, Tavas pēdas ir dziļas, tās nepazūd, Mums atmiņās vēl ilgi kopā būt...

/K.Apškrūma./

Dziļi skumstam, zaudējot Jolantu Mediņu, un izsakām vissirsnīgāko līdzjūtību tuviniekiem. Jolantiņ, mums tevis pietrūks!

Čaupe rokdarbnieces

Nekā vairs nav, ne ilgu to, Ne mīlas... Loks noslēdzies. Daudz mūžā strādāts, ciests, Daudz citu labā ziedots. Pār lieliem tālumiem ceļš vijies, Nu klusā takā solis mieru rod.

/A.Balodis./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību Ievai, Gvido un tuviniekiem, no JOLANTAS atvadoties.

Daina, Dzintra, Miervaldis

Bet saules sēkliņas nepazūd, Mūžīgi paliek gaisma iesētā.

/L.Brīdaka./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību JOLANTAS MEDIŅAS ģimenei par viņas aiziešanu mūžībā.

Kuldīgas 2. vidusskolas kolektīvs

Bet sirds siltums paliks, Paliks vēl aiz tevis, Un atmiņas kā maza saule degs.

/P.Priede./

Skumstam kopā ar tuviniekiem, JOLANTU MEDIŅU mūžībā pavadot. Kuldīgas kultūras centrs

Cik darbīgas, saudzīgas bija tev rokas, Cik maiguma vārdu tev glabāja sirds...

/J.Tabūne./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību tuviniekiem, no JOLANTAS MEDIŅAS atvadoties. Basu skolas kolēģi

Uz ievu ziedēšanu viņa neatnāks, Uz ābeļu un rožu – neatnāks, Vairs ne uz kādiem ziediem viņa neatnāks, Jo viņa visiem ziediem cauri ziedēs.

/O.Vācietis./

Mūsu visdziļākā līdzjūtība Līgai un pārējiem tuviniekiem, JOLANTU mūžības ceļā pavadot.

Dzidra, Aija, Daina, Alīda, Anita, Aigars

Ir zaudējumi, pie kuriem nepierod, Kurus nekad neaizmirst, Lai gudrais prāts saka ko sacīdams, Sirdij ir savi iemesli, kas prātam nepieejami...

/Z.Mauriņa./

Šai skumjajā brīdī domās esam kopā ar Līgu un ģimeni, no JOLANTAS atvadoties.

Metropoles frizieri

Kam, vējiņi, tu nolauzi Diženo ozoliņu? Kam, Dieviņ, tu paņēmi Mūsu mīlo lolojumu?

/T.dz./

Lindiņ, sāpju un skumju brīdī esam kopā ar tevi, mīļu cilvēku zaudējot.

Dekupāžas meitenes

INTERESANTI

Tējas tases iedarbība

Raša universitātes (ASV) pētnieki sešus gadus pētījuši 900 vecu cilvēku uzturu, lai noskaidrotu, kā flavanolu uzņemšana ietekmē Alcheimera slimību. Flavanoli ir antioksidanti, kas augu pigmentos sastopami dārzeņos, augļos un arī tējā. Tie, kuri uzņēma vairāk par 15 mg dienā, risku saslimt ar Alcheimera slimību samazināja par trešdaļu, salīdzinot ar to grupu, kas uzņēma aptuveni 5 mg flavanolu dienā. Vēlā ņemti arī blakus faktori, kas Alcheimera slimību stimulē, proti, diabēts, pārdzīvota sirds-trieka un infarkts, kā arī augsts asinsspiediens, taču flavanolus vairāk saņēmusī grupa tik un tā uzrādīja labākus rezultātus. Visvairāk flavanolu satur bumbieri, olīveļļa, tomāti, kāļi, apelsīni, āboli, pupiņas, spināti, brokoļi, vīns un tēja. Pētnieki atgādina, ka jāievēro veselīga ēdienkarte, nevis konkrēti produkti jāpārdozē. Par veselīgu uzskatāma tāda ēdienkarte, kas satur augļus, dārzeņus, lēcas, riekstus, trekas zivis.

SEN

RIEŽUPES ALAS

Apmēram puskilometru no ietekas Ventā, Riežupītes kreisajā krastā, atrodas skaistās Riežupes alas. Šīs alas radušās šļūdoņa periodā, ūdens un ledus iedarbībā. Vēlāk tās paplašinātas, rokot smiltis stikla rūpniecībai. Tas noticis apmēram divu paaudžu laikā. Alas atgādina Via Apia kristīgo katedrāli Romā. Tās iet krustām šķērsām, un kopējais garums pārsniedz divus kilometrus, un tādēļ var viegli apmaldīties. Jau hercoga Jēkaba laikā baltās smiltis izmantoja stikla ražošanai. Senos laikos apkārtnes zemnieki svētkos ar tām nokaisīja grīdu un durvju priekšu. Pirms Pirmā pasaules kara smiltis izmantoja Ozolnieku stikla fabrika. Ik gadus fabrikai smiltis pārdeva par 500 zelta rubļiem. Buržuāziskās Latvijas laikā Riežupes baltās smiltis piegādāja Ilguciema stikla fabrikai. Vidēji gadā aizveda 300 vagonu smilšu, jo tās bija augstvērtīgākas kristāla ražošanai nekā no ārzemēm ievestās un saturēja 0,12% dzelzs oksīda. Stāsta, ka senāk alu iegruvumā noslāpēta kāda sieviete. Liels iegruvums alu labirinta centrā notika arī 1913. gadā. Agrāk alas katru gadu apmeklēja simtiem ekskursantu. Tūristi uzskatīja par tradīciju paņemt līdzi pa sauju balto smilšu.

R.Ritums, *Padomju Kuldīga*, 1954. gada 18. aprīlis

Satiksmē Kuldīgas ielās atkal mainās

No 23. maija Kuldīgā mainās satiksmes ierobežojumi atsevišķās vietās objektā, kurā tiek pārbūvēta Jelgavas iela un tai pieguļošās, informē novada dome.

Jaunā kārtība būs spēkā apmēram divus mēnešus.

Iedzīvotājiem jābūt uzmanīgiem, ka:

- slēgta L.Paegles iela no Dzirnauvas ielas līdz Kuldīgas kultūras centram (KKC);

- slēgta Mucenieku iela no Dzirnauvas līdz Raiņa ielai. Slēgts būs arī Raiņa un Mucenieku ielas krustojums. Automašīnas no Raiņa ielas tiks novirzītas pa Turgus un Strautu ielu, kur būs mainīts kustības virziens;

- satiksmei būs atvērta Mucenieku iela no Strautu līdz Kalna ielai (bez cietā seguma) un Jelgavas, Mucenieku, L.Paegles un Kalna ielas krustojums;

- Pasta ielā no Kalna līdz Jelgavas ielai

atkal būs vienvirziena satiksme kā pirms izmaiņām remonta laikā;

- uz īsu laiku slēgts būs arī Dzirnauvas un Mucenieku ielas krustojums, bet Liepājas ielu atļauts šķērsot krustojumā ar Dzirnauvas ielu;

- nevarēs izmantot stāvlaukumu pie KKC Raiņa ielas pusē;

- satiksme joprojām slēgta Jelgavas ielā no Skrundas līdz Stacijas ielai. Skrundas un Jelgavas ielas krustojums un Rūpniecības, Jelgavas un Stacijas ielas krustojums (bez cietā seguma) ir atvērts. Rūpniecības ielā grantētājā posmā būs pretputes apstrāde;

- satiksme slēgta arī Jelgavas un Graudu ielas posmā no būvniecības nama *Kurši*

līdz degvielas uzpildes stacijai *Viada*;

- slēgta arī Sakņu iela.

Kuldīgas attīstības aģentūras vecākā projektu vadītāja Elīna Zīle skaidro: „Uz jautājumu, kāpēc pilnībā nepabeidz vienu posmu un sāk darbu nākamajā, atbilde ir visnotaļ vienkārša – inženierkomunikācijas un segumu ierīko dažādu jomu speciālisti, tāpēc, lai būvdarbi būtu nepārtraukti un darbu pabeigtu ātrāk, jāstrādā arvien jaunos ielas posmos.”

Ja ir jautājumi, iedzīvotāji var sazināties ar *Saldus ceļinieka* pilnvaroto personu Jāni Jansonu (tāl. 29442674) vai darbu vadītāju Uldi Rebaini (tāl. 29391917).

ATVĒRTS JAUNS VEIKALS

AGROSTOR

BARĪBA UN BARĪBAS PIEDEVAS:

- LIELLOPIEM UN TEĻIEM;
- MĀJPUTNIEM;
- AITĀM, KAZĀM UN TRUŠIEM;
- ZIVĪM;
- CŪKĀM UN SIVĒNIEM;
- MĀJDZĪVĒNIEM.



GRAUDU IELĀ 3H, KULDĪGĀ.
Darba laiks: P. - Pk. 08:00-17:00,
Se. 09:00-14:00, Sv. Brīvs,
Tāl.: 256 19 921,
E-pasts: info@agrostor.com.

Lasi mūs
arī internetā:
www.kurzemnieks.lv/

KURZEMNIEKU jūnijam vēl var abonēt



līdz 27. maijam:

- www.abone.pasts.lv,
- pastā,
- pie pastniekiem,
- redakcijā (katru darba dienu no 9.00 līdz 16.00).

Aicina uz rezervistu mācībām

Nacionālie bruņotie spēki turpina mācības rezervistiem bez militārās sagatavotības. Sekmīgie tiks ieskaitīti rezerves karavīru statusā.

Šogad plāno sagatavot līdz 60 rezervistiem. Kurss notiks no 25. jūlija līdz 30. augustam, var pieteikties līdz 25. jūnijam. Kandidātam jābūt Latvijas pilsonim no 18 līdz 50 gadiem, kuram ir vismaz pamatizglītība un kurš valsts valodu pārvalda B1 līmenī. Jāatbilst dienestam rezervē noteiktajam veselības stāvoklim. Pieteikties aicināti arī tie, kuri dienējuši obligātajā dienestā. Pamatkursā rezervists apgūst ieroču, šaušanas un sakaru mācību, normatīvos aktus, lauka kaujas iema-

ņas, topogrāfiju, orientēšanos un medicīnu. Kolektīvajās mācībās – lauka kaujas iemaņas. Tiks apgūti pamati vienā specialitātē (piemēram, radiostaciju sakarnieks, granātnieks-operators, ložmetējnieks, ložmetējnieka palīgs), kā arī tādā specialitātē, kas saistīta ar paplašināto pirmo palīdzību. Kurss beigsies ar kolektīvajām mācībām un dalību militārajās mācībās *Wise Adder*, kas Mācību vadības pavēlniecības vadībā notiks Vidzemē.

Vairāk – www.mil.lv sadaļā *Rezervistu militārā apmācība*, var ierasties rezerves personāla uzskaites sektorā Rīgā, Krustabaznīcas ielā 9.

Alberts Dinters

KURZEMES RADIO

#laboziņulidlaukā

“Dzīvē visam jābūt līdzsvarā, tādēļ centieties būt optimistiski reālisti! Pieņemiet lietas tādas, kādas tās ir, saglabājiet mieru un rīkojieties apdomīgi. Ja nu tomēr šķiet, ka visa jau par daudz, dvēseles „baterijas” izlādējušās un sliktu ziņu lavīna traucē elpot - ieslēdziet radio! Piestāji, atvelciet elpu, uzkrājiet spēkus un celieties atkal spārnos! Kopā mums viss izdosies!”

Andris Grīnvalds
Kurzemes Radio ētera personība

