



→ 6., 7. lpp.

KOVIDSTĀSTS:
snēpelniece Diāna
palātā kopā ar
talsinieci Lieni.

Kā notiek
ārpuskolas
nodarbības?

→ 2. lpp.

- Jaunumi Kuldīgas slimnīcā.
- Kā pamanīt infarktu.
- Ģimenes ārstes atbildes.

→ 8., 9. lpp.



„Strādājot ar bērniem, dzīvesprieku
var saglabāt ilgāk.” Sporta
pedagoģes – māte un meita:
Dzintra Vaivade un Ieva Skurule.

→ 12., 13. lpp.

LAIKRAKSTS VIDUSKURZEMEI

Kurzemnieks

Cena
1,20 eiro

Nr. 88
(11 619)

Piektdiena, 2020. gada 6. novembris

Kāposti aug griezdamies



Tāpat kā pērn *Garišos* ar kāpostiem apstādīti 17 ha, taču labvēlīgo laika apstākļu dēļ šoreiz tie izauguši daudz lielāki.

„Raža šogad bagātīga,” saka Vārmes *Garišu* saimnieks Jānis Čaročinskis. Kāpostiem patīcis siltais rudens un vienmērīgais mitrums, kas ļāvis izaugt brangākiem nekā pērn. Novākšana tikko sāka, un jau nogriezts 600 tonnu.

Ar kāpostiem apstādīti 17 ha, ar galda bietēm – 18, burkāniem atvēlēti 2 ha. Te tiek ražoti sešu veidu kāposti, vēl bietes un nu jau arī vārīti burkāni, kas drīz nonāks veikalos. „Tos varēs izmantot vai nu salātiem, vai zupām – kā katrs vēlas. Burkānu un zirnīšu sautējums piecās minūtēs,” saka

Garišu saimniece Antra Jomanta-Čaročinska. Eksports esot neliels – uz Angliju un Vāciju, bet lielākā daļa paliekot Latvijā. Marinētie kāposti un bietes pieprasītas visu gadu, skābētos visvairāk pērkot rudenī, kad kļūst vēsāk: „Tad cilvēkiem sagribas siltu kāpostu zupu. Bet sautētos, protams, pērk uz Ziemassvētkiem.”

J.Čaročinskis stāsta, ka kāpostu novākšana ilgst apmēram mēnesi. Ilgstošai glabāšanai domātos noņemt cilvēki, pārējos – kombains: „Cilvēks to dara saudzīgāk. Ja vajag uzglabāt, tas ir svarīgi. Kāposts ir kā jēla ola: ja sasiitīsi, sāks bojāties.” Viņš arī atgādina, ka šie dārzeņi ir ļoti veselīgi: satur daudz vitamīnu un uztur labu vidi gremošanai.

Kovida situācija biznesu ietekmējot. Daudzi klienti bijušas kafejnīcas un restorāni, tomēr uzņēmējs noskaņots pozitīvi: „Arī veikalos cilvēki kļuvuši uzmanīgāki, naudu taupa, tomēr kāpostus joprojām ēd. Sasparojamies, meklējam jaunus klientus un tirgus. Kompānija ir liela – cilvēkiem darbs jānodrošina.”

Uzņēmums nemitīgi attīstās. Pērn ruden uzrakstīts projekts, lai saņemtu Eiropas atbalstu. „To apstiprināja, iegādājāmies konteinerus glabāšanai un skābēšanai, fasēšanas līniju, jaunus pacelājus. Taču viss vēl ir procesā. Mums ir svarīgi ražot efektīvi, labi un ātri,” smaida saimnieks.

Elisas Rudzītes teksts un foto

Apņēmīgie
Štūlbergi Alsungā:
„Jābūt tādai dabai,
ka nekas nespēj
atturēt!”

→ 5. lpp.

PADOMI:

- ja suns baidās no trokšņa;
- pārbaudījumi sejai aukstumā;
- kur atkarīgam meklēt palīdzību.

→ 10. lpp.



Otrdien, 10. novembrī:

- Kas jāzina par Covid-19 ierobežojumiem.
- Patriotisms vārdos un darbos.
- SIA Vēvers eksporta grūtības pārvar.
- Makšķernieki gatavojas ziemai.
- Citas tautības mums līdzās.



ISSN 1407-9755

KĀPĒC LASA KURZEMNIEKU

No rakstiem veido savu arhīvu



Rudbāržu pagasta pārvaldniece un Skrundas novada biedrības *Ventas krasti* vadītāja Inese Ivāne nevis abonē drukāto *Kurzemnieku*, bet internetā pārskatīt, izvēlēties, kas interesē, kā arī attiecīgo rakstu izdrukāt, lai saglabātu.

„Dažreiz no aprakstītajām tēmām mani tikpat kā nekas nesaista, citreiz šķiet interesants gandrīz viss. Galvenokārt interesē, ja rakstīts par novadu, īpaši mīļajiem Rudbāržiem, par pazīstamiem cilvēkiem, ģimenēm. Arī par citiem pagastiem, ja tajos notiek kas interesants. Tad to rakstu izprintēju un lieku savā arhīvā. Tajā ir gan ar manu darbu un projektiem saistīti raksti, kas var noderēt atskaitēm, gan stāsti par svešiem kolektīviem un pasākumiem, no kuriem var smelties jaunas idejas. Dzīvesstāsti ļoti patīk. Politika gan ne, īpaši, kad nāk vēlēšanas un notiek tā tukšā plāpāšana. Bet es saprotu, ka arī par to jāraksta. Kultūras, bibliotēku ziņas ir interesantas arī tad, ja pasākums bijis citā pagastā. Nevar jau visur izbraukāt. Citos medijos par to stāsta maz – tā ir novadu avīzes priekšrocība.”

REDZĒJUMS

Var būt arī citādāk

Kad pienāca brīdis rakstīt šo redzējumu, ar mani notika tas, ko piedzīvojuši daudzi radošajā sfērā strādājošie, – izveidojās radošais bloks. Durvis uz prāta darbnīcu, kurā parasti dzimst viedokļi, idejas un vērtīgas atziņas, bija aizcementētas. Negribēju rakstīt par Covid-19, jo cik var; negribēju par māju izjūtu un piederību, jo sirdī esmu klaidone; negribēju par kvantu ģenētiku – man vēl trūkst zināšanu... Tā nu, šķetinot tēmas, sapratu, ka galva tukša un nav, ko teikt. Un kuru vispār interesē tas, ko es saku?

„Ne visi, kuri nezina, ko vēlas, būs neveiksminieki.”

Internetā nejausi uzdūros uz video ar agrākā komiķa, zinātnes centra *Zili brīnumi* vadītāja un tāda paša nosaukuma grāmatas autora Alda Kalniņa uzstāšanos pasākumā *TEDx Rīga 2013.* gadā. Viņš aizrautīgi stāstīja, kā bērniībā klausījies dažādus viedokļus par rīcību un sekām un, vēl puika būdams, bijis visai neapmierināts, ka viss jau izlemts viņa vietā. Nepabeigsi skolu – būsi dumjš kā zābaks, strādāsi rūpnīcā... Vārdu sakot, viss ritēs pēc kāda vispārpieņemta principa. Taču „var būt arī citādāk”, teica Aldis. Tas apstiprināja manu pārliecību, ka pasaulē viss nenorit pēc viena scenārija.

Mums nepatika, ka bērniībā mums neļāva rāpties kokos, jo mēs taču varam sasisties, nepa-

tika, ka aizliedza staigāt mammas augstapapēžu korpēs vai neļāva nomālet seju ar guašas krāsām. Lai kā šie aizliegumi nepatika, pieaugot to aizliedzam arī saviem bērniem. Viss turpinās. Apzināti vai ne mēs apspiežam savu bērnu radošumu tāpat, kā tika apspiests mūsējais. Saprotams, ka bērniem nevar atļaut visu, taču jāatceras, ka daudzām nodarbēm nav viena vienīga iznākuma.

Tāpat tas attiecas uz jauniešiem, kuri ir dzīves ceļa meklētāji. Mēs pareģojam neveiksmi, ja pēc vidusskolas nav skaidrs, ko darīt tālāk. Un agrāk vai vēlāk jaunietis tam notic – sāk šausīt pats sevi. Atbild uz jautājumiem, kurus nemaz nav uzdevis, izdomā rezultātu, pirms ir sācis rīkoties.

Turklāt mēs to nodarām arī paši sev. Nav jēgas mācīties par IT speciālistu – esmu par vecu; nemaz nesāksu skriet – maratonu tāpat nenoskriešu; nemainīšu darbības virzienu – tas ir riskanti, es visu zaudēšu. Tā patiešām var būt, bet var būt arī citādāk. Ne jau visi, kuri nav mācījušies augstskolā, neatradīs labu darbu; ne visi, kas neveido ģimeni, būs vientuļi; ne visi, kuri nezina, ko vēlas, būs neveiksminieki.

Mums nevajag atbildēt jau pirms tam, kad vēl neesam uzdevuši jautājumu. Ar to es domāju – rīkojušies. Te arī mana radošā bloka iemesls: nav, ko teikt, jo neviens to nelasīs, nevienu tas neinteresē. Tomēr tu izlasīji. Tātad var būt arī citādāk.

Prātā nāk vārdi, ko reiz dzirdēju: „Ja nu es nokritīšu? Bet, ja nu tu lidosi?”

Elisa Rudzīte



TRĪS PAR VIENU

Daudzos pulciņos, arī mūzikas, mākslas un sporta skolās nodarbības ir atceltas vai notiek attālināti. Kā tiek ietekmēta kvalitāte? Vai vecākiem par nodarbībām jāmaksā arī tad, ja tās nenotiek vai ir attālinātas?

MĀCĪBAS TURPINĀS

1. Ina Ozola, Kuldīgas Mākslas un humanitāro zinību vidusskolas direktore vietniece mākslas skolā:

– Līdz 6. novembrim nodarbības mazākajām klasēm notiek attālināti, lielākiem bērniem tas paredzēts ilgāk. Tiem, kas ir no mūsu skolas, viss notiek, kā ierasts, jo viņi ir tepat. Pārsvārā sazināties e-klasē, ir arī individuālas konsultācijas pa telefonu. Bērni darbus iesūta vai atnes. Kad pavasarī darbojāties līdzīgi, mums pat bija darbu izstāde Mākslas namā.

Bet bērni ir dažādi, un ir dažādi rezultāti. Daļai grūti koncentrēties, savukārt daļa iedzi-

linās pat vairāk un izdara labāk. Mākslas skola tomēr nav obligāta, tāpēc tos, kuri nevēlas, nespiežam. Pamatizglītība tomēr svarīgāka, kaut arī pie mums tiek liktas atzīmes. Ir tādi bērni, kuri izstājas, jo saprot, ka ir par grūtu visu apvienot.

Mācību maksa nemainās, jo process turpinās. Mēs esam pašvaldības iestāde, tāpēc maksu neatceļam, taču ir dažādas atlaides: gan daudz bērnu ģimenēm, kam ir karte 3+, gan tad, ja ģimenē pie mums iestājušies vairāki bērni. Kad atsāksim klātienē nodarbības, skolotāji plāno individuālas konsultācijas tiem, kam nebūs gājis tik labi.

VAJADZĪGA SATIKŠANĀS

2. Inese Astaševska, Kuldīgas novada bērnu un jauniešu centra direktore pienākumu izpildītāja:

– Mums klātienē nekas nenotiek. Katrs pedagogs ir sazinājies ar savas grupas bērniem un vecākiem un atbilstoši rīkojas. Pati arī vadu pulciņu, un viena trešā daļa ir izteikusi vēlmi darboties attālināti. Tā arī darām.

Tā kā šī ir interešu izglītība, bērni var darboties, kad vien vēlas. Var pārtraukt un vēlāk arī atsākt. Ir tādi pulciņi, kur attālināti strādā daudzi, bet arī tādi, kas paņēmuši pauzīti un gaida labākus laikus. Tie pedagogi, kuri neredz iespēju nodarbības turpināt, tās ir pārtraukuši. Tad stundas un atalgojums noteikti tiek samazināts. Ir bērni, kas ir ļoti atsauģīgi, gatavi darboties. Ļoti īss laiks bija tam, lai bērnus ieinteresētu, jo klātienē darbojāties

tikai septembrī.

Mums visas nodarbības ir bez maksas, izņemot sporta dejas. Par tām maksa ir atcelta, lai gan nodarbības turpinās attālināti. Ir tādi pulciņi, kuros inventārs, piemēram, džambas, izsniegts uz mājām. Pati vadu programmēšanas pamatus maziem bērniem, un vairākiem ir iedoti programmēšanas komplektiņi. Pat skeitboards notiek attālināti: skolotājs aizsūta vingrinājumus, analizē bērnu iesūtīto.

Nodarbību kvalitāte noteikti ir ietekmēta. Pietrūkst saskarsmes un kopā pavadītā laika. Septembrī visi bija laimīgi, jo varēja satikties. Satikšanās ir ļoti vajadzīga. Var jau redzēt, ka ar valdības ierobežojumiem situāciju var stabilizēt un kontrolēt, tad nu mums atliek tos ievērot.

PRIEKŠ PAR KATRU, KURŠ NEPADODAS

3. Andra Zvejniece, E. Vīgnera Kuldīgas mūzikas skolas direktore:

– Apmēram mēnesi nodarbības notiek attālināti visa vecuma bērniem visās specialitātēs. Process tiek ļoti ietekmēts, jo, lai iemācītos spēlēt mūzikas instrumentu, nepieciešama skolotāja klātbūtne. Viņš var parādīt, kā novietot rokas, kā spiest taustiņus.

Pavasarī man likās, ka tā ir jauna pieredze, bērni mācās, bet tagad domas ir diametrāli pretējas. Pavasarī situācija bija atšķirīga. Bērni visu gadu cītīgi mācījušies, viss jau apgūts, un tikai jākārto gala pārbaudījumi. Pašlaik gads ir tikai sācies, un apgūt pilnībā jaunas lietas ir grūti. Īpaši žēl pirmās klases audzēkņus. Bet priecājos par katru skolēnu, kurš nepadodas – turpina darboties un neizstājas. Visi cenšas, arī skolotāji pārdzīvo,

jo tas nav viegli. Tāpēc ļoti ceram klātienē tikties ar pašiem jaunākajiem un tiem, kuri šogad skolu beigs.

Vecāki visu gadu maksā līdzmaksājumu, kas tiek novirzīts skolas budžetā un izmantots mācību materiālu iegādei, iestādes attīstībai, izlaidumu dāvanām un citām lietām, taču nav saistīts ar skolotāju atalgojumu. Pavasarī vecākiem izskaidrojām, kādēļ tas jāmaksā, un vēl nevienam jautājumu nav bijis. Esam pašvaldības iestāde, tādēļ paši šādas lietas neizlemjam, taču lielai daļai audzēkņu ir dažādi atvieglojumi.

Galvenais – būtu jāsaprot, ka mūzikas skola ir nevis interešu izglītības, bet gan profesionālās ievirzes mācību iestāde. To pabeidzot, tiek saņemts diploms.

Elisa Rudzīte

FOTOKOMENTĀRS

Cik mīlīga norāde Padures muižā pie tualetes! Jāpiebilst, ka ceļš ved cauri garajiem pagrabam kambariem.

Jolantas Hercenbergas teksts un foto



Par iepriecām un pabēdām ziņojiet *Kurzemniekam* pa tālr. **63350567**, e-pasts: **dina.porina@kurzemnieks.lv**. Lasītāju vērojumi nav anonīmi.



RUNĀ SPECIĀLISTS

Aicina pacientus būt līdzatbildīgiem



Rūta Eglīte,
SIA Rūtas Eglītes
ģimenes ārsta
prakse vadītāja
Kuldīgā

Diemžēl jaunais koronavīruss nav izskausts, un tas ir aktuālākais arī ģimenes ārstiem, tajā pašā laikā citu saslimšanu ārstēšana turpinās tā, lai pakalpojumi visiem būtu pieejami, bet nebūtu riska inficēties. Tādēļ vēlreiz aicinu pacientus būt līdzatbildīgiem, lai infekcija nevis strauji izplatītos, bet mazinātos.

Pagājušās nedēļas nogalē Latvijā no testētajiem cilvēkiem pozitīvi bija 6,2%, bet jau 4% tiek uzskatīti par ļoti augstu līmeni, kad slimība izplatās nekontrolēti. Jāvērš uzmanība uz to, ka šādos apstākļos slimnīcu kapacitāte var pārkarst un radīt nopietnus traucējumus vispārējā veselības aprūpē. Jo vairāk ar Covid-19 saslimušo, jo vairāk stacionēto ar šo slimību un ierobežotāki pakalpojumi citiem slimniekiem. Jāņem vērā, ka Latvijā nav tik daudz mediķu, lai drīkstētu pieļaut strauju saslimušo skaita paaugstināšanos.

Pēc tā sauktā pirmā viļņa vasarā cilvēki zaudēja modrību, aizmirs par dezinfekciju, distancēšanos, maskām. Parādījās dažādas sazvērestības teorijas, kas nāca tikai par sliktu. Eiropas Zāļu aģentūrā vakcīnas pieteikumi gan ir iesniegti, bet vēl nav izstrādāta tāda, kas būtu efektīva un droša. Nav arī medikamentu tieši Covid-19 ārstēšanai, tāpēc mums visiem jāsadarbības, jāklausa, ko saka epidemiologi, infektologi, un pēc viņu ieteikumiem – ko saka valdība.

Jāvēršas pie ģimenes ārstiem: viņi ir pirmie, kas var saskatīt problēmu. Ierastais veids ir zvans uz praksi, lai pierakstītos. Reģistratūrā tiek iztaujāts, kādi tieši ir veselības traucējumi, ar ko tie saistīti. Atkarībā no tā tiek veidota tāda kā atlase pieņemšanā pie ģimenes ārsta. Ja simptomi norāda uz koronavīrusu, konsultācija notiek attālināti. Kopš pavasara esam iegādājušies trīs papildu tālruna numurus, uz kuriem pacienti var piezvanīt, jo līdzšinējiem liela noslodze. Nosūtījumi uz Covid-19 testu ir elektroniski. Attālināti to var dabūt arī pie citiem speciālistiem.

Jāatzīst, ka daļai pacientu nav viegli pārorientēties uz šādu formu, kaut arī internets pieejams. Slimnieki, īpaši gados vecākie, pieraduši atnākt pie sava ārsta, parunāties, saņemt dokumentu uz rokas. Tādos gadījumos palūdzam uz doktorātu atnākt jaunākam radiniekam vai kaimiņam. Pēc pieraksta notiek pieņemšana klātienē, ievērojot īpašus piesardzības noteikumus. Tomēr arvien biežāk notiek attālināta saziņa.

Gripa šobrīd klīniski nav izplatīta, un pēc iepriekšējo gadu pieredzes un pašreizējiem laika apstākļiem tā var parādīties vēlāk. Šajā ziņā pozitīvi nostrādājusi gan vakcinēšanās, gan pasākumi aizsardzībai pret Covid-19: masku lietošana, roku mazgāšana, dezinfekcija. Tā būs sevī pasargājuši arī pret citām vīrusu saslimšanām.

Ne vienmēr cilvēki saprot: saslimšanai Covid-19 inkubācijas periods ir piecas sešas dienas, bet var būt arī no otrās līdz 14. dienai. Tas nozīmē, ka simptomi neparādās uzreiz pēc inficēšanās: dažiem parādās jau trešajā dienā, citiem tikai pēc divām nedēļām. Analīzes var būt pozitīvas jau tad, kad simptomu nav nekādu un arī vēlāk tie neparādās. Tas ir bīstamākais – cilvēks turpina inficēt iziet sabiedrībā.

AICINĀJUMS

Arī meža apmeklējums jāpiesaka

Kabilnieks Aivars Bergmanis savā mežā iekārtojies izziņošu atpūtas vietu *Ozolu biotops*, kurā ir pastaigu taka un dažādas spēles. Tomēr īpašnieks sašutis, ka daudzi viesi uzskata to par brīvi pieejamu, kaut gan tas ir privātīpašums, tāpēc vēlme turp doties jāpiesaka pa telefonu.

„Bieži vien cilvēki izvēlas šeit svinēt jubilejas, atpūsties, taču tā nav publiska vieta, ko var apmeklēt bez saskaņošanas. Jau pie iebrauktuves esmu izlicis zīmes ar lūgumu zvanīt. To pašu esmu norādījis internetā, taču cilvēki to mēdz ignorēt,” saka saimnieks.

Viņu apbēdinājusi nesenā pieredze ar kādu ģimeni, kas tur gribējusi svinēt mazā dēla ceturto dzimšanas dienu: „Es todien strādāju ar traktoru uz lauka, un neviens nebija šo pasākumu saskaņojis. Ja nebūtu tur, nemaz nezinātu, ka kāds atbraucis. Diemžēl nācās atteikt, jo esmu te viens, viss jāsakopj. Sa-protu, kādēļ vecāki bija sašutuši, taču vairāk vēlos atvainoties mazajam puisēnam. Viņš noteikti pārdzīvoja, ka nevarēja šeit nosvinēt dzimšanas dienu. Viņš jau arī nav ne pie kā vainīgs.”

A. Bergmanis uzsver, ka visu var sarunāt, taču galvenais ir apmeklējumu laikus pieteikt: „Ieeja ir par ziedojumiem, taču tie nekādi nenosegtu darbaspēka atalgojumu. Tāpēc visu daru pats: grābju lapas, plauju, sakārtoju spēles, sakopju tualetes. Ja par viesiem esmu informēts, varu to ielānot un viņiem pievērsties.” Pieteikties pa tālr. 26364473 vai e-pastā: mezavecis56@inbox.lv.

Elisa Rudzīte

PĒC PUBLICĒTĀ

Uz tādu žogu gatavi nebija

Pēc raksta 3. novembra *Kurzemniekā* par augsto un neizprotamo žogu Kuldīgā pie Jelgavas ielas 38. nama redakcijā vērsās šīs mājas dzīvokļa īpašniece.

Kundze pastāstīja, ka žogs uzcelts pa vidu zālienam, kas esot nevis mājas, bet pilsētas īpašums, tādēļ īsti pareizs nav apgalvojums, ka tas atdala pašvaldības zemi no privātās apbūves. Tas drīzāk šķērso pašvaldības zemi. Kundzi satrauc kas cits: līdz šim zāle tur plauta regulāri, sākumā pat iekasējot samaksu no iemītniekiem, līdz mājas vecākais sācis interesēties, kādēļ tā. „Mājas zeme ir tikai pagalmā uz kapu pusi. Šogad, kamēr ielā

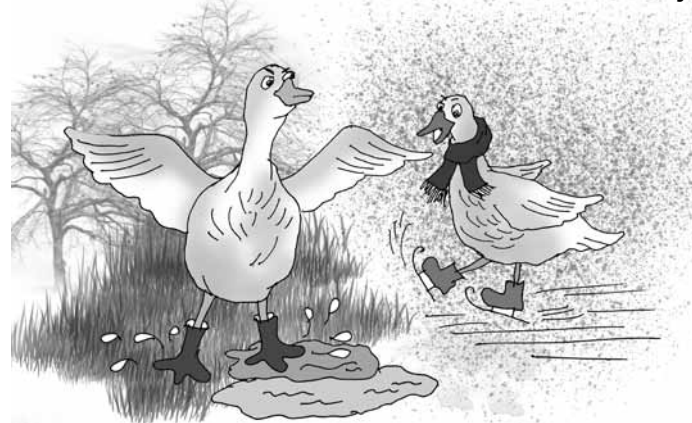
būvdarbi, zāle pašvaldības zemē netika plauta. Nezinām, kā būs nākamgad. Smagā tehnika tur sadragāja kanalizācijas vāku. Arī tas netiek labots.”

Kundze uztraucas, ka nesanāk tā – žogs no ielas priekšā, bet, kas notiek aiz tā, nevienu neinteresē. Par to, ka žogs tiks celts, iedzīvotāji esot zinājuši, bet ļoti cerējuši, ka tas būs dekoratīvs, caurskatāms, nevis blīvs, augsts, bez spraugām. „Žēl, protams, jo iela tik smuki atjaunota, bet nu priekšā tas briesmīgais žogs. Kam tu sūdzēsies? Tāpat jau nost nejauks,” kundze nekādas cerības nelolo.

Inguna Spuleniece

NUMURA CITĀTS

Ineses Slūkas zīmējums



Ja Mārtiņdienā zosis staigā pa dubļiem, tad Lieldienās tās ies pa ledu. (Latviešu tautas ticējums)

AKTUĀLAIS JAUTĀJUMS

Vai tumsā nēsājat atstarotāju vai velkat vesti?



Maija Megne, pārdevēja:

– Protams, izmantoju tagad tumsajā laikā – vasarā jau diez vai tas vajadzīgs. Ja staigā pa nakti neapgaismotā vietā, tad vajag visu cauru gadu. Tiklīdz sākas tumsais rudens laiks, atstarotājs uzreiz vajadzīgs. Dienasgaismā izmantoju mazu piespraudi – to man bērni uzdāvināja, bet, ja eju pa tumsu, tad, protams, vesti. Es braucu ar mašīnu un zinu, kā tas ir, kad gājējus vai riteņbraucējus nevar redzēt. Pat tad, ja viņi ir gaišās drēbēs, pamanīt var tikai pēdējā brīdī, kad jau esmu viņiem blakus.



Agunda Manguža, skolniece:

– Diemžēl neizmantoju, jo uzskatu, ka tas nav īsti nepieciešams. Man palīdz lukturītis telefonā: tiklīdz eju pa tumsāku vietu, uzreiz ieslēdzu, un tas ļoti labi strādā. Droši vien vieglāk būtu aplikt ap roku atstarotāju, bet vienmēr sanāk to aizmirst mājās.



Gunita Ķelpe, Valsts policijas darbiniece:

– Ļoti reti eju pa tādiem ceļiem, kur atstarotājs būtu nepieciešams. Bet, ja vajadzība ir, protams, izmantoju. Man kā šoferim bijušas situācijas, kad gājēju neredzu. Tā ir problēma, un nēsāt atstarotājus ir svarīgi. Uz ceļiem jau nav tikai cilvēki – bieži gadās arī kāds zvērs.



Māris Henšelis, tehnikuma absolvents:

– Šad tad izmantoju – piekarinu pie rokas vai biksēm, bet pārsvarā izvēlos tādu apģērbu, kurā jau iekšā ir atstarojošs materiāls. Retu reizi arī vesti velku. Īpaši svarīgi ir atstarotājus nēsāt tad, kad iet pa tumsu vai gar šosejas malu, jo cik nav dzirdēti stāsti, ka gājēju notriec. Jo spilgtāks atstarotājs, jo labāk. Dzeltenie, sarkanie – tie man šķiet visefektīvākie. Man ir bijis tā, ka redzu cilvēkus bez atstarotājiem un šoferim grūti viņus saredzēt. Pārāk maz cilvēku tos lieto un par to domā.



Kristaps Berģs, students:

– Neizmantoju. Nekad nepagadās pa rokai, kaut gan svarīgi jau tas ir. Es pats skatos uz mašīnām, vai kāda brauc vai ne, un, ja skatās uz ceļu, tad nav tik traki. Vairāk staigāju pa apgaismotām vietām, bet gadās arī kāds tumsāks nostūris. Labi, ka nav bijis nekāda bīstama gadījuma, vismaz pagaidām.



Jūlija Sarma, māmiņa:

– Man atstarotājs piekarināts pie ratiņiem, bērniem jau drēbēs ir kāds atstarojošs elements. Pašai nav gan, kaut māja ar tiem pilna. Tā jau vienmēr: par bērniem parūpējies, pats par sevi aizmirsti. Lielajam puikam aizmurgurē pie jakas atstarotāju piestiprināju, bet jau pirmajā dienā netīšām viņš to noplēsa. Tāpēc bērniem nopirkām atstarojošas jakas. Bet es zinu, ka tas ir svarīgi! Īpaši, kad braucu pie stūres un redzu cilvēkus bez atstarotājiem, kuri gājēju pārejai iet pāri pat neskatoties. Viņus gandrīz nav iespējams pamanīt. Tad vienmēr domāju: ja būtu atstarotājs uz rokas, es uzreiz pamanītu. Tagad sapratu, ka pašai jālabojas un jāsāk izmantot.

Katrina Blaua, Elisas Rudzītes foto

Pirmdien gaida donorus

Šis ir izaicinājumu pilns laiks, un donoru atbalsts īpaši nepieciešams, lai palīdzētu pacientiem. Kuldīgas iedzīvotāji gaidīti Donoru dienā 9. novembrī no 10.00 līdz 13.00 Pilsētas laukumā 4 (2. stāvā). Viena ziedotā asins deva var palīdzēt pat trim cilvēkiem.

Covid-19 izplatība radījusi daudz pārbaudījumu, tai skaitā donoru kustībai. Tomēr vīruss nav apturējis citas smagas slimības un nelaimes gadījumus. Slimnīcās daudzumi vajadzīga asins pārliešana. Tā kā katram asins komponentam ir savs dzīves ilgums – trombocītiem derīguma termiņš ir piecas dienas, eritrocītu masai 35 dienas –, donori ir ļoti gaidīti katru dienu. Pēc starptautiskajiem ieteikumiem asins ziedošana nav uzskatāma par masu pulcēšanos un šajā sarežģītajā laikā ir atbalstāma.

Valsts asins donoru centrs (VADC) gaida veselus cilvēkus. Pēc atgriešanās no tām zemēm, kas iekļautas sarakstā kā valstis ar augstu Covid-19 saslimstību, asinis aizliegts ziedot desmit

dienas (izņemot tās valstis, kurās noteikts vēl ilgāks liegums saskaņā ar endēmisko valstu karti). Aktuālie rādītāji ir Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) mājaslapā. Tie, kuri Covid-19 jau pārslimojuši, drīkst asinis nodot 28 dienas pēc pilnīgas izveseļošanās.

Asinis var ziedot, ja donors jūtas labi un par savu veselību ir pārliecināts; ja 14 dienu laikā nav bijis saskarē ar tiem, kuriem ir aizdomas par saslimšanu ar Covid-19; ja atbilst visiem kritērijiem. Vairāk mājaslapā: www.vadc.lv/donoriem.

Donoru drošībai un ērtībai VADC aicina pirms ierašanās anketu aizpildīt elektroniski: www.vadc.lv/donoriem/asins-donora-anketa. Tas jā dara ne agrāk kā dienu pirms asins ziedošanas. Izbraukumos anketa netiek izdrukāta – jāierodas ar izdrukātu. Ja nav iespējams, varēs aizpildīt turpat. Ja par veselības stāvokļa atbilstību ir šaubas, var zvanīt pa VADC bezmaksas tālr. 80000003 (darbdienās no 8.30 līdz 17.00).



Donoru drošībai un ērtībai.

Jana Sūruma

Pazudusi jaunieta

Valsts policijas Kuldīgas iecirknis meklē 2005. gadā dzimušo Saniju Martu Zvirbuli, kura 30. oktobrī izgājusi no mājām Laidu pagastā un līdz šim brīdim nav atgriezies. Jaunieta varētu atrasties arī Rīgā.

Viņas pazīmes: 1,66 m gara, vidējas miesas būves, gaiši mati pāri pleciem. Bija gērbusies haki krāsas virsjakā ar rozā kapuces pūku, pelēkā auduma biksēs, kājās tumši zili auduma sporta apavi. Maza, balta plecu soma.

Valsts policija aicina aplūkot fotogrāfiju un atsaukties ikvienu, kuram zināma meitenes iespējamā atrašanās vieta vai cita informācija, kas būtu noderīga meklēšanā. Var zvanīt pa tālruni 110 jebkurā diennakts laikā.

Alberts Dinters, Valsts policijas foto



NO KĀRTĪBAS SARGĀTĀJU IKDIENAS

Zog čipsus, brauc bez tiesībām

Stāsta Valsts policijas Kurzemes reģiona pārvaldes vecākā speciāliste Madara Šeršņova.

No 29. oktobra līdz 4. novembrim Kuldīgas pusē reģistrēti divi ceļu satiksmes negadījumi, kuros cietuši cilvēki. Divu automašīnu sadursme notikusi Skrundas novadā un Kuldīgas novada Padūrē. Vēl reģistrēti seši satiksmes negadījumi: divos uzbraukts meža dzīvniekiem, vienā šķērslim, trīs gadījumos sadūrušās automašīnas.

Viens transportlīdzekļa vadītājs pieķerts pie stūres alkohola ietekmē un bez vadīšanas tiesībām, par to sāks kriminālprocess. Reģistrētas divas zādzības tirdzniecības vietās, personas aizturētas. Vienā gadījumā nozagta čipsu paka, otrajā vīrietis nozagis vairākas preces par 45 eiro, un par to sāks kriminālprocess.

Lai mediķiem silta maltīte

Tiek atsākta akcija *Galds savējiem – uzņēmumi un iedzīvotāji aicināti atsaukties mediķu atbalsta akcijai.*

Strauji pieaugot ar Covid-19 saslimušo skaitam, medicīnas darbinieki strādā paaugstinātās bīstamības apstākļos. Akcijas organizatore Ilze Neimane-Neš-

pora stāsta, ka pagājušajā nedēļā uzņēmums *Depo*, kas bija pava-sara akcijas lielākais atbalstītājs, rosinājis to atjaunot, solot katru dienu līdz gada beigām 200 siltu maltīšu.

Pavasari 84 dienās izdevās mediķiem nodrošināt 63 290 porcijas par 208 000 eiro. Tās

tiks gādātas sadarbībā ar ēdināšanas uzņēmumiem, tā atbalstot arī tos. Viena maltīte maksā 3,50 eiro.

Ikvienš aicināts ziedot, izmantojot vietnē www.hospiss.lv norādītos rekvizītus. Informācija: Ilze Zosule, tālr. 29259218, e-pasts: info@hospiss.lv.

Kuldīgas labumi – Ventspilī

4. novembrī mājražotāju kooperatīvs *Kuldīgas labumi* atvēra tirdzniecības vietu Ventspilī.

„Esam spēruši nākamo attīstības soli,” saka valdes priekšsēde Gunita Šternberga. Pirmajā dienā pircēju bijis ļoti daudz, liela interese par sklandraušiem un citiem maizes izstrādājumiem, kā arī pārējiem produktiem. Ventspils veikala atvēršana pamudinājusi pievienoties mājražotājus arī ārpus mūsu novada. „Veiksmīgā kopdarbībā ar biedriem ir izdevies pusgada laikā atvērt divas jaunas vietas,” piebilst G.Šternberga. Kopš maija tāda ir arī Liepājas Pēterterģū.

Kooperatīvs dibināts 2014. gadā, tad Kuldīgā atvērta pirmā tirdzniecības vieta. Ar interneta veikala starpniecību mājražojumi vēl nopērkami Rīgā un Pierīgā. Kopš 2018. gada *Kuldīgas labumi*



Kopš trešdienas mūspuses mājražotāju labumi nopērkami arī Ventspilī.

iestājušies Latvijas Lauksaimniecības kooperatīvu asociācijā, un pašlaik darbojas 36 biedri.

Inta Jansone
Kuldīgas labumu arhīva foto

Darīt visu, lai nelaimju mazāk



Pilnveidot ugunsdzēsēju un glābēju mācības, uzlabot ugunsdrošības kontroli, mērķtiecīgi pievērst uzmanību prevencijai – to apņēmis darīt Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta (VUGD) Kuldīgas daļas komandieris kapteinis Edgars Bružāns, kurš šajā amatā ir kopš vasaras.

Kā vēsta VUGD, dienesta gaitas E.Bružāns sācis 2012. gadā Ugunsdrošības un civilās aizsardzības koledžā, pēc tam strādājis kā Liepājas 1. daļas inspektors, 2. daļas posteņa komandieris un

1. daļas posteņa komandieris. „Lai arī esmu no Piltenes apkārtnes, pēc tam ilgi dzīvojis Liepājā un tagad pārcēlies uz dzīvi šeit, varu teikt, ka Kuldīga man un ģimenei ļoti patīk. Priecājamies, ka pilsēta ir skaista, mierīga un jaunai ģimenei piemērota,” par pārcelšanos stāsta E.Bružāns.

Kurzemnieks jau vēstīja, ka martā Iekšējās drošības birojs (IDB) aizturēja trīs VUGD amatpersonas: Kurzemes reģiona daļas komandieri, posteņa komandieri un ugunsdzēsēju glābēju.

Redakcijas informācija liecināja, ka aizturētie ir Kuldīgas daļas komandieris Aleksandrs Štefaņuks, Skrundas posteņa priekšnieks Aivars Ansons un kāds Skrundas ugunsdzēsējs.

IDB fakti norādīja uz ilgstošām darbībām saistībā ar darba laika uzskaiti nolūkā saņemt nepamatotu samaksu. Visiem noteikts aizdomās turētā statuss un drošības līdzekļi, kas nav saistīti ar brīvības atņemšanu, tai skaitā aizliegums ieņemt noteiktu amatu.

Alberts Dinters, VUGD foto

„Jābūt tādai dabai, ka nekas nespēj atturēt”

Sevi un pasauli izzinot, vispiemērotāko nodarbošanos meklējot, JANA UN GUNTARS ŠTŪLBERGI izmetuši diezgan plašu un teju divus gadu desmitus ilgu loku, līdz nonākuši Alsungas novada *Dreimaņos*. Nu te tiek laistas dziļākas saknes – būvētas ēkas, iekopti lauki un sākta ražošana bioloģiskajā zemnieku saimniecībā *Dzirnas*.

ATPAKAĻ, BALANDAS GATVĒ

Jana atgriezies bērniības zemē: „Es šai apvidū esmu uzaugusi. Šī ir tā sauktā Balandas gatve, agrāk te bijusi Mēslu muiža. Gatvei augšgalā dzīvoja mana oma, un *Dreimaņos*, kam blakus mājā dzīvojuši dziesminiece Veronika Porziņģe, pirms kādiem 30 gadiem nopircis mans tētis. Mūri vien te bijuši. Viņš sācis atjaunot, bet tad māja gājusi no rokas rokā, līdz mana ģimene to atkal atguvusi savā īpašumā. Kad es ar ģimeni dzīvoju Norvēģijā, tad teicu: ja Latvijā atgriezšos, tad tikai *Dreimaņos*. Nu tas ir noticis.”

SATIEKAS SKOLĀ

Štūlbergi satikušies Laidzes profesionālajā vidusskolā. Jana tur ieguvusi lauku māju saimniecības-zemturības profesiju. Toreiz apgūtas noderīgas prasmes: šūt, adīt, ēst gatavot, grāmatvedību kārtot un citas. Guntars mācījies par traktoristu-mehāniķi. Viņa dzimtā puse ir Cēsis, bet, tā kā vecāki pārcēlušies uz Talsiem, tuvākā skola bijusi Laidzē. Ap precējusies, un turpmākās gaitas bijušas kopīgas. Kur un kā dzīvot, nemaz neesot bijis tik viegli izlemēt. Tagad ģimenē ir pieci bērni: Jurgim ir 27 gadi, Krišam – 24, Aleksim – 18, Martai – 13, Elisai – desmit. Meitas dzīvo ar vecākiem, bet dēli jau savā dzīvē Norvēģijā.

PAMĒGINA LAUKSAIMNIECĪBU

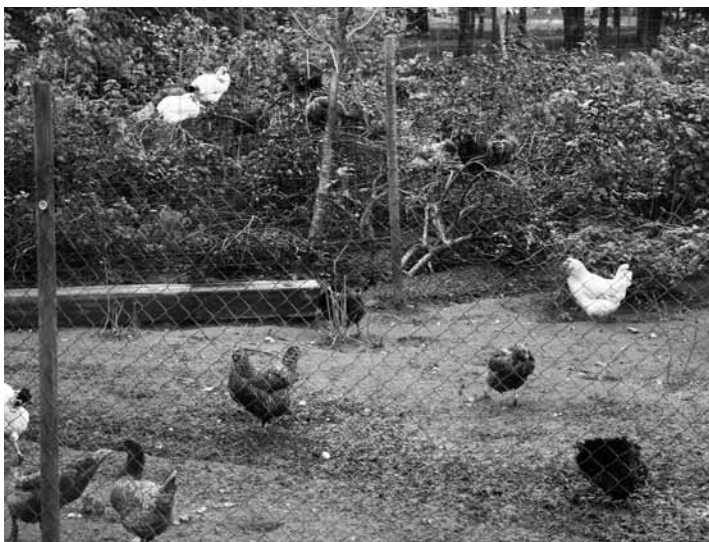
Jana stāsta, ka abi ar Guntaru vienmēr gribējuši mazliet vairāk, nekā var iegūt, vienkārši slīdot pa dzīvi. Lai arī viegli nav bijis, jo ambiciozie plāni jāsapņo ar palielā bērnu pulciņa vajadzībām un ar iespējām, tomēr spēkus izmēģinājuši dažādās dzīvesvietās un sfērās. „Kad sākām kopdzīvi, tie bija deviņdesmitie gadi. Pārmaiņu laiks,” atceras Jana. „Es saku, ka esmu dzīvojusi laika mašīnā. Naudas daudziem bija mazāk, nekā nepieciešams. Daudz kas pa vecam vairs nestrādāja, bet pa jaunam nezināja, kā darīt.”

Ģimene pārcēlusies uz Kalveni, kur Janas vecaimātei bijusi piemājas saimniecība. „Nospriedām, ka iegūtās profesijas tam atbilst, un kādus trīs vai piecus gadus pamēģināsim strādāt lauksaimniecībā,” atceras Guntars. „Ja galīgi neies, metīsim plinti krūmos un pārcelsimies uz pilsētu. Pārņemām omas saimniecību. Tur bija govīs, zirgi, aitas, cūkas. Bet cenas produkcijai kritās, pienu nodot nevarēja – nevienam neko nevajadzēja. Es vēl strādāju arī algotu darbu. Laikā, kad *repši* nomainījās uz latiem, mana pirmā alga bija 15 latu.”



„Mums vienmēr bijusi vēlme sevi izaicināt – saprast, cik daudz un ko mēs spējam,” atzīst Alsungas zemnieku saimniecības *Dzirnas* īpašnieki Jana un Guntars Štūlbergi.

„Ja ir sajūta, ka nav tieši tā, kā gribētos un patiktu, tad mēs esam gatavi mēģināt vēl un vēl.”



Dzirnās aug ap 350 vistu. Saimnieki smeļ, ka tās esot laimīgās, jo tām dota iespēja dzīvot dabā. Un neliels bariņš esot vislaimīgākās, jo drikstot staigāt ārpus iezogojuma.



Pašu audzētie un ražotie produkti: ķiploki, sīpoli, kartupeļi, olas, dārzeņu pulveris un dārzeņu maisījums vakuumā.

TALSI, ALSUNGA, JELGAVA, NORVĒGIJA

Saprotot, ka naudas ir par maz, pārcēlušies uz Talsiem. Pilsētas dzīvi izmēģinājuši, bet, kā paši atzīst, arī tas nešķitis kā ambīciju piepildījums. Kredītā paņemts dzīvoklis un remontam vajadzīgā nauda. Bērniem un pašiem izdevumi diezgan lieli.

„Ja ir sajūta, ka nav tieši tā, kā gribētos un patiktu, tad mēs esam gatavi mēģināt vēl un vēl,” saka Jana. Pārcēlušies uz Alsungu un palīdzējuši Janas mammas saimniecībā. Zemenes, ķiršus, kartupeļus un citus produktus tirgū pārdevuši. Tad ģimene pārcēlusies uz Jelgavu. Guntars tur celtniecībā strādājis. Vēlāk laikrakstā *Zemgales Ziņas* sācis strādāt par šoferi, un Jana vairākos medijos vadījusi reklāmas projektus, bet pirmo reizi aizbraukusi divus mēnešus uz Norvēģiju piepelnīties – tīrīt mājas. Toreiz abiem bijuši trīs bērni, tādēļ Guntaram Latvijā pienākumu nav trūcis. Pēc laika arī vīrs aizbraucis piepelnīties, līdz Norvēģijā labi iestrādājis un uz turieni pārcēlusies visa ģimene.

Lai gan Latvijā puikas gājuši norvēģu valodas kursos, skolā sākumā viegli neesot klājies. Tagad dēli atzīstot, ka grūtību pārvarēšana devusi rādījumu. „Manējie ir spēcīgi un varoši. Varu uz viņiem pašauties,” saka Jana.

ATKAL DZIMTENĒ

2014. gadā Guntars Norvēģijā nodibinājis būvniecības uzņēmumu, kurā dēli strādā joprojām. Pārsvārā ierīkojot rotaļu lauku-

mus. Jana izšuvusi tautas tērpus, strādājusi veco ļaužu namā un aizvien skaudrāk jutusi, ka gribas atgriezties Latvijā. 2015. gada augustā ar meitām to arī izdarījušas. Īstenota vīra ideja audzēt vistas un tirgot olas: nodibinājuši zemnieku saimniecību, izveidojuši logo, izpētījuši tirgu un nopirkuši pirmās simt vistas.

RAŽOŠANU PAPLAŠINA

Jana: „2016. gadā kopā ar *Suitu sievām* uz festivālu *Baltica* aizbraucu tirgoties ar olām. Es saprotu, ka tas izskatās amizanti: visi ar sklandraušiem un maizīti, bet es ar olām. Ir jābūt tādai dabai, ka saproti, kur tev jābūt, un nekas tevi nespēj atturēt. Un labi, ka tur biju, jo pēc tam man bija līgums ar lauku labumu veikalu tīklu *Klēts*.” Tagad tur bez *Dzirnu* olām tiek pārdoti arī Janas audzētie ķiploki, sīpoli, burkāni, bietes. Ir noslēgti sadarbības līgumi arī ar citiem tirgotājiem.

Pašlaik Guntars gan uz Norvēģiju brauc strādāt, gan saimniecībā daudz ko būvē un iekārto. Nesen pabeigta ar Eiropas Savienības atbalstu uzceltā saimniecības ēka. Tur tikšot iekārtota ražotne dārzeņu pārstrādei. Jau ir izmēģināts taisīt ķiploku, sīpolu, biešu un burkānu pulveri. Top arī jaunums – gabaliņos sagrieztu dārzeņu maisījums vakuumā.

Jana stāsta, ka dārzeņi šobrīd tiek audzēti aptuveni vienā hektārā zemes. Viņai lauku darbi patīkot, un ģimene saredzot perspektīvu bioloģiskajai saimniecīšanai laukos.

„Kad ar ģimeni dzīvojām Norvēģijā, tad teicu: ja atgriezšos Latvijā, tad tikai *Dreimaņos*.”

„Tas izskatījās amizanti: festivālā *Baltica* visi tirgojas ar sklandraušiem un maizīti, bet es ar olām.”

„Mēs abas bijām stresā un bailēs”



„Tas, ko koronavīrusa dēļ piedzīvoju, ir šausmīgi! Slimnīcā Ventspilī biju vienā palātā ar Lienī, kura pēc tam Rīgā nomira. Tas, kā tur jutāties psiholoģiski un arī fiziski, nav vārdiem aprakstāms,” tā ar asarām acīs pāris nedēļas izdzīvoto stāsta snēpelniece Diāna Šteinberga. Ziemeļkurzemes reģionālajā slimnīcā viņa atradās vienā palātā ar vēlāk oktobrī mirušo talsinieci Lienī Liepu, tāpēc sarunā piedalās arī Lienes brālis Kalvis Liepa.



Ne vainot, bet mudināt aizdomāties

Saruna ir emocionāla. Diāna joprojām jūtas ļoti slikti un saņem psihologa palīdzību. Savukārt Kalvis nedēļas laikā zaudējis divus tuviniekus: tēvs miris pāris dienu pirms māsas. Abiem kā nāves iemesls esot minēts Covid-19. Jaunajam vīrietim par abu tuvinieku nāvi ir daudz neskaidrību, tādēļ viņš gribēja dzirdēt Diānas stāstu, jo bez mediķiem viņa pēdējā bija kopā ar Lienī, pirms māsa tika iemidzināta mākslīgajā komā. Abi apgalvo, ka Kurzemniekam par notikušo stāsta ne tāpēc, lai kādu sauktu vārdā un vainotu, bet lai sabiedrības uzmanību pievērstu veselības aprūpes nepilnībām.

„Mani pārlauza vienā mirklī”

KALVJA STĀSTS

„Par Lienī es zvanīju katru dienu, bet man tika sniegta vienīgi tāda informācija, ka stāvoklis ir smags un ārsts cenšas,” saka Kalvis Liepa. Mediķu attieksmē viņu neapmierinot daudz kas.

„Pirms tam, kad Liene tika vesta uz Rīgu, es lūdzu, lai informē, kāda ir situācija, vai nav nepieciešama kāda palīdzība. Dakteris atbildēja, ka mani informēšot tikai vienā gadījumā. Vai tā ir profesionāla ārsta rīcība? Viņš mani kā slimā tuvinieku pārlauza vienā mirklī. Ar vienu teikumu... Es negribu nevienam saukt vārdā, bet ir jādama par aprūpi slimnīcās.”

KĀPĒC NEPRASĪJA SLIMĪBU VĒSTURI?

„Tāpat trūka normālas attieksmes situācijā ar manu tēvu,” uzskata Kalvis. „Kad Lienī atklāja kovidu, vecāki atbrauca uz Kuldīgu noņemt analīzes: mammai pozitīvas, tētim negatīvas. Bet tētim pēc dažām dienām kļuva slikti, temperatūra pie četrdesmit. Ātro palīdzību sauca, bet neesot braukusi. Jautāts, vai ir elpas trūkums: ja nav, tad nebrauc. Pēc laika tētis zvanīja man un teica, ka ir ļoti slikti. Teicu, lai zvana ģimenes ārstam.

Pēc 15 minūtēm man pateica, ka tēvs braucot uz Ventspilī. Tur uztaisīja kovidā analīzes – negatīvas. Man tēvs sacīja, ka esot taistītas piecas reizes. Mūsu pēdējā telefonsarunā teica: māsiņa viņam teikusi, ka laikam tomēr būs tas kovidis, jo nesaprot, kāpēc viņam ir slikti. Miršanas izrakstā parādījās – kovidis. Tas nekas, ka tēvam bija daudz gadu, cukura līmenis nenormāli augsts un vēl citas kaites, bijis insults, sirds šuntēšana.

Ārsti neesot paskatījušies tēva slimību vēsturi. Prasīju tēva ģimenes ārstam, vai ar viņu kāds ir sazinājies, prasījis slimību vēsturi. Kad Ventspilī jautāju dakterei, kāpēc nesazinājās ar ģimenes ārstu, viņa atbildēja, ka tēvs visus tik skaidri izstāstījis, ka viņa tam uzticējusies. Bļāvieni! Cilvēks ir smagā stāvoklī. Ir jāzina ārsta viedoklis, lai saprastu, kādus medikamentus un kādu ārstēšanu drīkst lietot.”

„KĀ – IZMETA?”

Kalvis saūstīts arī par to, ka slimnīca ar mirušā cilvēka mantām rīkojusies bez saskaņošanas ar tuviniekiem: „No Ventspils tēva mantas nedabūju. Bez manas piekrišanas tās esot vienkārsi sadedzinātas vai izvestas ārā. Es prasīju, vai somu kāds pārbaudīja. Varbūt tēvs bija pēdējā brīdī uzrakstījis testamentu? Varbūt atvadu vēstuli vai ko citu svarīgu, kas ģimenei jāzina? Varbūt tur bija Rolex pulkstenis vai kāda ģimenes relikvija? Kā tā var notikt? Kā – izmeta?”

Rīgā pie Lienes bija citādāk. Mēs visi maskās, cimdos, kopā izskatījām Lienes mantas. To, ko ņēmu, dezinficēja: mašīnas tehnisko pasi, atslēgas, telefonu.”

Jolanta Hercenberga

DIĀNAS STĀSTS Iekož ērce, atklāj kovidu

„Tas kovidis tagad tiek uztverts tā, ka tikai par to vien domā. Iznāk, ka cilvēkam nekās ērcei nevar kaitēt? Man septembrī iekoda ērce,” savu nonākšanu Kuldīgas slimnīcā atklāj Diāna.

„Pēc trim dienām sakostā vieta niezēja, bija sarkana, cieta. Ļoti sāpēja galva un visa ķermeņa āda. Ne iesnu, ne klepus. Aptiekā iedeva antibiotikas, lai dzertu, kamēr tieku pie ārsta. Ārste ieteica turpināt dzert zāles.” Tā viņa arī darījusi, bet pēc nedēļas kļuvis sliktāk. Bez galvas un ādas sāpēm bijusi paaugstināta temperatūra, bezspēks. Meita vakarā aizvedusi uz uzņemšanas nodaļu. Tur paņemtas kovidā analīzes, un Diāna ielikta terapijas nodaļā.

„Nākamajā dienā ārste jautāja, kāpēc es te atrodos – kāpēc es iedomājoties, ka man ir slikti no ērces. Teica, ka paturēs mani slimnīcā un gaidīs kovidā analīzes, jo, visticamāk, sliktā pašsajūta esot šīs slimības, nevis ērces iespaidis. Man stresu radīja tas, ka ērcei tur uzmanību nepievērš, bet domā tikai par kovidu.” Pēc dienas Diāna saņēmusi atbildi, ka ir Covid-19 pozitīva, un pārvesta uz Ventspils slimnīcu.

KOPŠ MARTA JUTUSIES SLIKTI

Ventspilī Diāna ievietota vienā palātā ar Lienī. „Stāstīju viņai, kā man atklāja kovidu. Viņa stāstīja, ka ievietota pirms pāris dienām. Bijis ļoti slikti, bet jau martā esot izslimojusi smagu plaušu karsoni. Arī vasarā šad tad bijusi temperatūra. Iedzērusi zāles un gājusi uz darbu. Viņa dakteriem esot teikusi, ka plaušu karsonis bijis jau martā.”

Kalvis papildina: „Nedēļu pirms tam, kad Lienī ielika slimnīcā, viņa sajūtas ļoti slikti: temperatūra, reiboņi, vājums, klepus. Kļuva sliktāk, viņa savzvanīja ģimenes ārsti. Lienī neņēma kovidā analīzes. Kad saņēma atbildi, ka ir pozitīvas, ģimenes ārste pateica, lai ārstējas mājās: dzer zāles un tējas. Situācija kļuva aizvien smagāka, un Liene nolēma, ka jābrauc uz slimnīcu. Izsauca ātros.”

„ES MIERINĀJU, BET PATI TRĪCĒJU”

Diāna stāsta, ka psiholoģiski abām ar Lienī bijis ļoti smagi, jo jutušas tādu attieksmi, kas radījis paniku. „Lienī ievada svētdien, mani otrdien. Viņa man vairākkārt prasīja, vai viņa nomirs. Es mierināju, bet pati no satraukuma trīcēju.

Slimnīcā sākās mūsu murgs – mūsu ciemtnieku dzīve. Nekādas aprūpes. Bijām iesprostoti tādā... pat nemāku pateikt, kādā vietā: telpa maza, abas gultas blakus, kājgali ārdurvis. Konkrētā laikā reizi dienā ienāca mediķi maskās, lika mums uzvilkt maskas, ielaida sistēmu, nolika zāles visai dienai. Pa vienām durvīm ienāca, pa otrām izgāja. Mums pa telefonu bija jāzvina uz māsu posteni un jāpasaka, cik ir temperatūra un kāds ir skābekļa rādījums.

Liene sacīja, ka šausmīgi svīst, bet nomazgāties nevar. Es piedāvāju palīdzēt, bet viņa negribēja, lai es to daru. Matīņi savīduši, gultas veļa nenomaiņāta... Palīdzu – tad atnesa. Palīdzēju nomainīt. Viņai temperatūra bija visu laiku. Man drausmīgi sāpēja galva. Ēdienu atnesa, nolika koridorā pie durvīm un piebungāja. Ēdiens un tēja – auksta, negaršīga. Prasīju māsiņai, vai varam dabūt ko siltu. Kaut vai siltu ūdeni. Viņa atbildēja, ka nedrīkstot mums neko dot. Ja tuvinieki atgādās, tad atnesīsot. Zvanīju meitai, lai atved tējkannu. Tad uzvārīju liepziedu tēju, un abas ar Lienī dzērām.”

„CENTOS PALĪDZĒT”

Liene uz tualeti gājusi ar grūtībām. Vienā reizē pagūbusi, nokritusi un stipri atsiusī galvu pret sienu. Diāna zvanījusi, saukusi, lai kāds nāk palīgā iecelt gultā. Naktīs Liene gārgusi – bijis grūti paelpot. Klepojusi, ar iesnām mocījusies. Kopš trešdienas mammai un brālim pa telefonu neesot atbildējusi – negribot runāt, jo žēl mammas: viņa raudot gan par tēti, gan par meitu.

Diāna atzīst: „Esmu piedzīvojuši visādas nelaimes, bet psiholoģiski tik smaga situācija nav bijusi. Es no rīta jau pamodos bailēs, redzot, cik bezpalīdzīgā stāvoklī cilvēks atrodas. Liene ļoti baidījās. Mēs bijām psiholoģiski sagrautas.”

11. oktobrī Diānai zvanīts, lai pasaka Lienī, ka jāsaņem zāles braucienam uz Rīgu. Liene pati neesot spējusi saģērbties, tādēļ Diāna viņu saģērbusi. Ievietošana kapsulā ilgusi divas stundas, un ārdurvis tajā laikā bijušas atvērtas. Tā kā viņas ar Lienī pirms iemidzināšanas vienojušās, ka pēc izveseļošanās satiksies un visu notiekošo pārrunās, Diāna viņas ievietošanu kapsulā nolīdņējus. Nu to parādījusi ne vairs pašai Lienī, kā domāts, bet viņas brālim. Diānai pēc dienas kovidā tests bijis negatīvs, un viņa palaista mājās.



Diāna Šteinberga:
„Mums bija tāda sajūta, ka esam tur aizvestas nomiršanai. Bijām psiholoģiski sagrautas.”

Kalvis Liepa:
„Pirms tam, kad Liene tika vesta uz Rīgu, es dakterim lūdzu, lai informē, kāda ir situācija. Viņš atbildēja, ka informēšot mani tikai vienā gadījumā. Vai tā ir profesionāla ārsta rīcība?”

SLIMNĪCAS KOMENTĀRS

Tā kā gan mirušās talsinieces Lienes brālis Kalvis Liepa, gan Snēpeles iedzīvotāja Diāna Šteinberga izteica asus pārmetumus Ventspils slimnīcas personālam, lūdzām uzņēmumu to komentēt. Redakcija saņēmusi SIA Ziemeļkurzemes reģionālā slimnīca galvenās sabiedrisko attiecību speciālistes Violas Grīnvaldes sagatavotu atbildi.



„Ziemeļkurzemes reģionālās slimnīcas kolektīvs izsaka visdziļāko līdzjūtību tuviniekiem!

Diemžēl šis gadījums vien pierāda, ka Covid-19 infekcija ir un būs, un sabiedrībai tas ir jāsaprot. Šī infekcija ir mainīga, strauji izplatās, un tā var ietekmēt jebkuru iedzīvotāju: gan gados jaunus, gan vecākus. Šobrīd nav datu par izstrādātu vakcīnu pret šo vīrusu, kas pierādītu savu efektivitāti, tādēļ visā pasaulē vienīgais rīks, kā cīnīties ar šo saslimšanu, ir ierobežojošie pasākumi: aizsargmasku lietošana, distances ievērošana un higiēnas pasākumi. Svarīga ir katra iedzīvotāja atbildība cīņā pret vīrusu.

Tāpat slimnīca regulāri sazinās ar stacionāru Latvijas Infektoloģijas centrā un pārrunā pieredzi un taktiku Covid-19 pacientu ārstēšanā ar mērķi uzlabot pacientu aprūpi. Slimnīcā pielietotās metodes neatšķiras no tā, kā pacientu ārstēšana tiek veikta Latvijas ārstniecības iestādēs, t.sk. Rīgā.”

ciāla diēta. Lai samazinātu infekcijas izplatīšanos un novērstu apdraudējumu darbiniekiem inficēties, ēdiens tiek pasniegts pie palātas durvīm vienreizlietojamās termotraukos, kuri pēc tam tiek utilizēti;

• katra pacienta apmeklējuma vizītes ietvaros medicīnas personālam ir jāsaģērbjas pilnā ekipējumā atbilstoši SPKC rekomendācijām (visas ķermeņa zonas nosedzot ar vienreizlietojamu specapgērbu).

Tāpat slimnīca regulāri sazinās ar stacionāru Latvijas Infektoloģijas centrā un pārrunā pieredzi un taktiku Covid-19 pacientu ārstēšanā ar mērķi uzlabot pacientu aprūpi. Slimnīcā pielietotās metodes neatšķiras no tā, kā pacientu ārstēšana tiek veikta Latvijas ārstniecības iestādēs, t.sk. Rīgā.”

Vai ārsta rīcība ir ētiska, tā atbildot brālim par slimnieci?

„SIA Ziemeļkurzemes reģionālā slimnīca nevar komentēt sarunu, kas ir notikusi starp ārstu un pacientes tuvinieku, un to, kāpēc ārsts ir sniedzis tieši šādu atbildi. Nav zināms, kāda ir bijusi saruna kopumā, neizceļot kādu vienu likumu, Ministru kabineta noteikumiem Nr.104 Noteikumi par higiēnas un pretdēmiskā režīma pamatprasībām ārstniecības iestādē un Slimību profilakses un kontroles centra (SPKC) rekomendācijām, t.sk. veic pasākumus izolācijas režīmā nodrošināšanai un prasības individuālo aizsarglīdzekļu lietošanā.

Vai Kalvja Liepas tēvam Covid-19 analīzes tiešām ņemtas piecas reizes un visas bijušas negatīvas? Vai slimnīcas ārstam ir jāiepaizstas ar pacienta slimību vēsturi?

„Slimnīca izprot tuvinieku bažas un vēlas uzsvērt, ka SIA Ziemeļkurzemes reģionālā slimnīcā rīcībā bija visa nepieciešamā informācija par pacienta veselības stāvokli. Viņam tika veikti nepieciešamie diagnostiskie izmeklējumi, t.sk. laboratoriskie un radioloģiskie. Pacienta ārstēšana notika atbilstoši informācijai par iepriekšējam slimībām, klīniskajiem datiem un izmeklējumu rezultātiem. Jāatzīmē, ka Covid-19 testu var atkārtot vairākas reizes, ja nepieciešams. Pacienta ārstēšana ir dokumentēta pacienta slimības vēsturē.”

Vai tas ir normāli, ka dēls nav saņēmis tēva mantas?

„Ziemeļkurzemes reģionālajā slimnīcā pēc pacienta nāves iestāšanās viņam piederošās mantas tiek šķīrotas, uzskaitītas un uzglabātas speciālā mantu noliktavā. Situācijās, kad bijusi inficēta pacienta aprūpe, lai samazinātu infekciju risku, tiek šķīrotas mantas utilizēšanai, proti, konkrētājā gadījumā apģērbā tika utilizēti, bet mantiskās vērtības pēc dezinfekcijas tika atgrieztas tuviniekiem.”

Mudina skolas gatavoties B modelim

27. oktobrī valdībā nolemts 7.–12. klašu skolēniem mācības attālināti organizēt līdz 13. novembrim. Savukārt pēc tam, cerot, ka darbs atkal varēs notikt klātienē, skolas tiks mudinātas vairāk realizēt B modeli jeb ieviest daļēji attālināto darbu.

28. oktobrī preses konferencē platformā Zoom turpmāko procesu Covid-19 apstākļos skaidroja gan izglītības un zinātnes ministre Ilga Šuplinska, gan Rīgas domes izglītības, kultūras un sporta komitejas vadītāja, latviešu valodas skolotāja Iveta Ratiņika.

I.Šuplinska norādīja, ka A modeļa jeb pilnīgas klātienē mācības 1. septembrī bija izvēlējušies 82% skolu, bet patlaban tā mācās 54%. 150 skolu atzinušas, ka organizēt attālināto darbu tām sagādā grūtības.

Augstskolas attālinātas studijas turpināsies līdz gada beigām, savukārt profesionālajām skolām teorētiskās nodarbības ieteicams organizēt attālināti, savukārt profesionālās var rīkot klātienē, ievērojot visus drošības noteikumus. Tāpat ministre atgādināja, ka mazo klašu skolēniem interesu izglītība var notikt tad, ja klašu audzēkņi netiek jaukti. Interesu izglītība jeb pulciņu darbs, kā arī nodarbības sporta, mākslas un mūzikas skolās 1.–6. klases skolēniem jāorganizē individuāli, attālināti un pēc iespējas vairāk ārā, savukārt 7.–12. klasei tikai attālināti.

I.Šuplinska atgādināja, ka šogad ieviesta kompetenču pieeja un 1. pusgadam paredzētie materiāli tūlīt būšot pieejami. Pagaidām būtiskas izmaiņas nav plānotas valsts eksāmenu grafikā. „Ja vien tās neievieš Covid-19 un pavasarī nebūsim vēl citu izmaiņumu priekšā.”

Zaicinā drīkst ļaut bērnam mācīties mājās, taču par to obligāti jāinformē skolas vadība. Tas ieteicams vienīgi tad, ja vecāki spēj paši bērnu mācības organizēt, ir pieejami

Pārmaiņu vēl nebūs

Ventspils reģionālo maršrutu tīklā no nākamā gada augusta līdz 2030. gadam pasažierus pārvadās SIA Sabiedriskais autobuss un a/s Nordeka. Bet arī Kuldīgas pusē izsludināts iepirkums pakalpojumam uz šū laiku.

Pēc Iepirkumu uzraudzības biroja (IUB) lēmuma Autotransporta direkcija izvērtējusi sabiedriskā transporta pakalpojumu konkurss rezultātus, un Ventspils pusē uzvarētājs ir mainījies. Sešos maršrutu tīklos Vidzemē un Latgalē konkurss tiks izsludināts atkārtoti, jo pēc IUB norādēm nevienam pretendentu piedāvājums neatbilda nolikumam vai tehniskās specifikācijas prasībām.

Sabiedriskais autobuss iepriekš uzvarēja arī Kuldīgas un Saldus lotē, un šie rezultāti netika apstrīdēti. Ar jaunajiem pārvaldītājiem līgumi jau noslēgti, tomēr tie sāks kursēt tikai no nākamā gada augusta. Savukārt ar pašreizējiem pārvaldītājiem līgums

Kurzemes rajona tiesas priekšsēde – Aija Āva

Liepājā par Kurzemes rajona tiesas priekšsēdi Tieslietu padome iecēlusi tiesnesi Aiju Āvu. Viņa amatā iecelta uz pieciem gadiem, informē Augstākās tiesas komunikācijas nodaļas vadītāja Rasma Zvejniece.

visi materiāli un notiek saziņa ar skolu. „Skolēnam ir jādod ziņa, ka viņš darbojas sistēmā un reaģē uz skolotāja norādījumiem. Pamatizglītība valstī ir obligāta,” atgādināja I.Šuplinska.

Mediju pārstāvjiem bija iespēja uzdot savus jautājumus. Kā viens no tiem izskanēja lūgums ministrei komentēt Latvijas Izglītības un zinātnes darbinieku arodbiedrības (LIZDA) izteikumus par nekvalitatīvām reformām izglītībā. LIZDA izvirzījusi vairākas prasības, kuru neievērošanas un kompromisu nemeklēšanas gadījumā tiks pieprasīta I.Šuplinskas demisijs. „Tad, kad LIZDA precizēs, par kurām reformām ir runa, un norādīs uz ļoti konkrētām nepilnībām, mēs varēsim runāt tālāk. Vienīgais, kas mani pārsteidz LIZDA paziņojumos, ir tas, ka, neskatoties uz kovidā situāciju un jau tā lielo satraukumu un neziņu, vienīgā reforma, ko atbalsta LIZDA, ir saistīta ar finansējuma pieaugumu,” komentēja ministre.

Mediju pārstāvji puda bažas par izglītības kvalitāti. Ministre uzskata: pētījumos atklāts, ka bērni no 13 gadiem spēj mācīties patstāvīgi, tāpēc tiek uzskatīts, ka mācību kvalitatīvai nevajadzētu ļoti ciet. Galvenais priekšnoteikums – vai sagādāta tehnika un ir internets, kas Latvijā, salīdzinot ar citām Eiropas valstīm, esot ļoti labs.

I.Ratiņika oponente, ka mācību kvalitāte cieš gan, jo visi bērni nespēj sevi motivēt, lai mācītos patstāvīgi. Tāpat daudzreiz procesā ļoti iesaistījušies vecāki, un par to liecinājušas labākas sekmes, taču atkārtotā pārbaudē tās bijušas ievērojami sliktākas: „Tas parāda, ka rezultāti ir kā ir augstāki, taču zināšanas – sliktākas.”

Preses konferenci var noskaņoties vietnē Facebook Izglītības un zinātnes ministrijas lapā.

Elisa Rudzīte

tūlīt beigsies, tādēļ Autotransporta direkcija izsludinājusi īstermiņa iepirkumu. Tādējādi arī pie mums iespējamas pārmaiņas.

Kā skaidro Kurzemes plānošanas reģiona sabiedriskā transporta nodaļas vadītāja Vaira Brūdere, mazais iepirkums domāts tam, lai pakalpojumus nepārtrūktu. Šim starposmam Kuldīgas lotē var pieteikties gan Tukuma auto, kas pasažierus vedīs līdz šim, gan Sabiedriskais autobuss, gan vēl kāds uzņēmums. Mazā konkursa noteikumi nav tik strikti kā ilgtērmiņa iepirkumam (jauni autobusi, audio vai video informācija, laba pieejamība invalīdiem u.c.).

Autotransporta direkcija informē, ka kopumā iesniegti 32 piedāvājumi, tāpēc izvērtēšana ieilgst. Taču Kuldīgas un Saldus lotē pieteicies tikai viens pretendents – Tukuma auto.

Daina Tāfelberga

A.Āva tiesneses amatā ir 12 gadus. Bijusi Rīgas pilsētas Ziemeļu rajona tiesas tiesneses priekšsēde, tad Liepājas tiesas, pēc reorganizācijas – Kurzemes rajona tiesas tiesneses. 2018. gadā iecelta par šīs tiesas priekšsēža vietnieci. Pērn A.Āva ievēlēja Tieslietu padomē.

Kā pamanīt infarktu

Miokarda infarkts ir viens no biežākajiem nāves cēloņiem gan Latvijā, gan citviet pasaulē. „Lielākoties cilvēki no tā būtu varējuši tikt pasargāti, ja laikus tiktu noteikti un ārstēti kardiovaskulārā riska faktori,” skaidro kardiologs Roberts Feders.

Ārsts uzsver, ka Latvija pieder pie agabala ar ļoti augstu kardiovaskulāro risku (līdzīgi kā Kirgizstānā, Uzbekistānā, Turkmenistānā, Ēģiptē un Krievijā). Tāpēc mūsu valsts iedzīvotājiem jo īpaši jāpievēršas slimību profilaksei un veselība jāpārbauda regulāri.

KAS SIRDSLĒKMI IZRAISA?

To rada pēkšņa asinsvada nosprostošanās, kā rezultātā sirds muskulis vai tā daļa netiek pienācīgi apgādāta ar asinīm.

Par draudošu infarktu parasti liecina šādi traucēšanas signāli:

- stipras sāpes krūtīs, kas ilgst vairāk nekā piecas minūtes un var izstarot uz roku, lāpstiņu, kakla rajonu, žokli vai arī lokalizējas vēdera augšdaļā (ja sāpes krūtīs parādās pie minimālas slodzes vai pilnīgā mierā, tad nekavējoties jāsauc neatliekamā palīdzība pa tālr. 113);
- sāpības sajūta, stipras spiedošas un dedzinošas sajūtas krūtīs, apgrūtināta elpošana;
- slikta dūša un bailes;
- vājums (pat bez sāpēm), samaņas zudums;
- bāla sejas āda, auksti sviedri;
- pamošanās naktī ar sāpēm krūtīs ir īpaši nozīmīgs simptoms;
- izteiktas elpošanas grūtības.

R.Feders norāda, ka bieži sievietēm ir atipiski (netipiski) simptomi un reizēm kā vienīgās novēro elpas trūkumu, sliktu dūšu, vemšanu, muguras sāpes vai sāpes vēdera augšdaļā. Tāpēc sievietēm infarkts bieži tiek atklāts par vēlu.

MINŪTE ZELTA VĒRTĒ

Sirdslēkmes pazīmju pazīšana var glābt dzīvību, uzsver ārsts: „Neatliekamajā palīdzībā katra minūte ir zelta vērtē, jo jebkurā laikā var rasties dzīvībai bīstama sirds aritmija jeb kambaru fibrilācija un neatgriezeniska sirds ausu bojāeja. Tikai neatliekamās palīdzības ārsts var novērst pēkšņu nāvi. Un tikai infarkta ārstēšana klīnikā var glābt sirdi no paliekošiem bojājumiem, piemēram, mazspējas.”

Veselīgs dzīvesveids un regulāras profilaktiskas pārbaudes pie ārsta (kardiologa, internista vai ģimenes ārsta) ir īpaši efektīvas, lai samazinātu koronāru sirds saslimšanu risku, jo tās savukārt var izraisīt infarktu. Pietiekama fiziskā aktivitāte, veselīgs uzturs, laba stresa pārvaldība un liela svarā samazināšana sirdi ietekmē pozitīvi. Īpaši svarīgi ir nesmēķēt! Sabalansēts uzturs ar daudz augļiem un dārzeņiem ir labs divējādi – tas palīdz līpīdu līmeni asinīs uzturēt normas robežās un regulēt ķermeņa svaru, skaidro R.Feders.

Pieci infarkta riska faktori:

- smēķēšana,
- augsts asinsspiediens,
- diabēts,
- augsts holesterīna līmenis,
- ģenētiska nosliece.

Katram, kam ir viens vai vairāki faktori, vajadzīga rūpīga pārbaude, riski jāsamazina un jāārstē diagnosticētās sirdskaites.

Kas jauns Kuldīgas slimnīcā

Pašvaldības stipendija topošajiem mediķiem



Medicīnas māsa Egita Cērpa un Kuldīgas slimnīcas valdes priekšsēdis Agris Rozenfelds stipendijas līgumu parakstīja pērn.

Kuldīgas novada dome oktobrī stipendiju piešķirusi topošajai ārstei Lindai Freibergai. Bet pērnā gada stipendiate Egita Cērpa slimnīcā jau strādā.

Linda ir pirmā gada rezidente Latvijas Universitātes programmā *Medicina virzienā Dzemdniecība un ginekoloģija*. Stipendija ir minimālās algas apjomā – pašlaik 430 eiro, un tā tiks maksāta visu studiju laiku. L.Freiberga ar pašvaldību un Kuldīgas slimnīcu slēgus trīspusēju līgumu, nosakot arī atbildību un saistības, tai skaitā pēc studijām nostrādāt slimnīcā vismaz trīs gadus. Pašvaldības stipendijai pieteicās divi pretendenti, otrs kritērijiem neatbilda.

Arī māsinību studente Egita Cērpa, saņemot stipendiju pērn, parakstīja līgumu par darbu Kuldīgas slimnīcā trīs gadus. Viņa pēc bakalaura studijām jau strādā sterilizācijas un ķirurģijas nodaļā. „Esmu kuldīdzniece un biju bērns, kam patika gulēt slimnīcā. Mani tur viss interesēja,” viņa smejas. Ar atbalstu Egita ir ļoti apmierināta, jo tas palīdzējis segt mācību maksu. „Nostrādāt seš mēnešus trīs gadus nav pienākums. Drīzāk – drošības izjūta. Tas deva garantiju, ka darbs būs. Es netaisos dzīvīt kaut ko mainīt, braukt projām. Man patīk būt par māsiņu. Tai ir vairāk rūpju par pacientu, saziņa ar viņu. Ir, kur izpaust cilvēkmīlestību.”

Hemodialīzes nodaļai būs plašākas telpas



Remonts hemodialīzes nodaļā turpināsies līdz janvāra vidum, un par 17 317 eiro (plus PVN) to dara Kuldīgas uzņēmums Lexa ID.

Kuldīgas slimnīcā hemodialīzes nodaļa tiek paplašināta.

Tiek veidota ērta uztgaidāmā telpa, garderobe, labiericības, bet galvenais – zāle, kurā četrus gultu un iekārtu vietā būs piecas. Līdz šim nodaļa ar četrām iekārtām varēja sniegt pakalpojumu astoņiem cilvēkiem dienā, nu to varēs saņemt desmit. Parasti hemodialīze pacientam ilgst vidēji četras stundas trīs reizes nedēļā.

HEMODIALĪZE

Dzīvību uzturoša procedūra cilvēkiem ar akūtu un hronisku nieru mazspēju. Tā neārstē hronisku galēju nieru slimību, bet palīdz izdzīvot un justies labāk. Tā ir asiņu attīrīšana: tās plūst caur filtru – mākslīgo nieru jeb dializatoru – un nonāk atpakaļ organismā. Asinis tiek attīrītas no liekām vielām, sāļiem un toksiskiem vielmaiņas produktiem, ko nieres vairs nespēj izvadīt.

Vēl divas ginekoloģes

Šoruden slimnīcā darbu sāksi ginekoloģe un dzemdību speciāliste Iveta Bāliņa, kura divreiz nedēļā konsultē ambulatori un strādā par dežūrārsti attiecīgajā nodaļā, un piektā gada ginekoloģijas rezidente Laura Rācene, kura te ir dežūrārstē.



Jautāta, kā iemanto pacientu uzticību, ginekoloģe Iveta Bāliņa skaidro: „Milu savu darbu un cilvēkus. Esmu ārste, nevis tiesnese. Saprotāša attieksme un neliela humora deva abpusēji uzlādē.”



„Manā darbā būtiska ir sadarbība ar pacientiem. Ja tā izdodas un viņi no slimnīcas vai ambulatorās pieņemšanas iziet veseli un ar ārstniecību apmierināti, rodas vislielākais gandarījums,” atzīst ginekoloģe Laura Rācene.

Liela pieredze

I.Bāliņai ir jau 26 gadu pieredze, kas gūta ginekoloģiskajā slimnīcā LAGS centrs līdz slēgšanai, Ogres slimnīcā, vadot dzemdību-ginekoloģijas nodaļu, un privātpraksē Rīgā, ne tikai konsultējot ambulatori, bet arī veicot ginekoloģiskās operācijas, piemēram, laparoskopijas, laparotomijas, vaginālās u.c.

Ginekoloģe atzīst, ka sievietēm dažādā vecumā sūdzības ir atšķirīgas, taču pacientes ir apzinīgas un palīdzību pie ārsta meklē savlaicīgi. Viņa min arī gadījumus, kad nākas saskarties ar nopietnām ielaistām onkoloģijas slimībām, jo sieviete nav apmeklējusi speciālistu vairākus gadus.

Strādāt Kuldīgas slimnīcā viņa izvēlējusies gan labās slavas, gan vietas dēļ: „Netālu manai ģimenei pieder lauku īpašums, kurā pavadām faktiski visas nedēļas nogales. Turklāt vienmēr esmu gribējusi strādāt stacionārā – man patīk dzemdniecība, operatīvā un ambulatorā ginekoloģija.”

Ginekoloģe Iveta Bāliņa pacientes konsultē:

- pirmdienās no 17.00 līdz 20.00,
- otrdienās no 8.00 līdz 10.00.

Pieteikties pa tālr. 63374000.

Modernas iekārtas

Vairākām slimnīcas nodaļām nopirkta jaunās iekārtas.

Centrālajai sterilizācijas nodaļai tā ir iekārta operāciju, laparoskopisko un citu instrumentu un materiālu mazgāšanai un dezinfekcijai. Tā nodrošināta ar vairākiem režīmiem: instrumentu skalošanu, mazgāšanu, dezinfekciju un žāvēšanu. Nodaļas vecākā māsa Egita Cērpa pastāstīja, ka tehnika atvieglo darbu un ātrāk atsprādā dažādus instrumentus. Speciālos nodaļumos var mazgāt un dezinficēt arī mūsdienīgus laparoskopiskus instrumentus.

Centrālā sterilizācijas nodaļa slimnīcā ir viena no būtiskākajām, jo tajā tiek sagatavoti visi instrumenti operācijām. Te ir Eiropas standartu prasībām atbilstošas iekārtas. Strādā četri speciālisti – divas māsas un divas sanitāres, kuras izlietotos instrumentus un materiālu ik dienu transportē, tīra, dezinficē, pārbauda

tehnisko stāvokli, iepakoj, sterilizē, uzglabā un atkal piegādā lietotājiem.

Savukārt anestezioloģijas un reanimatoloģijas, iekšējgo slimību un ķirurģijas nodaļai nopirkta iekārtas, kas iztukšo, mazgā un termiski dezinficē padubes, urīntraukus un citus higiēnas priekšmetus.

Iekārtas izmaksāja 71 632 eiro, tās piegādāja SIA *Arbor Medical korporācija*. Ar Eiropas Reģionālās attīstības fonda atbalstu tas paveikts projektā *Tehnoloģiju iegāde SIA „Kuldīgas slimnīca” un SIA „Liepājas reģionālā slimnīca”, uzlabojot veselības aprūpes pakalpojumu pieejamību un kvalitāti Kurzemes iedzīvotājiem*.

Šādi iegādātas arī divas elektroniski regulējamās dzemdību gultas par 38 478 eiro. 85% ir Eiropas devums, 9% – valsts dotācija, 6% – Kuldīgas slimnīcas ieguldījums.

Inguna Spuleniece, Kuldīgas slimnīcas arhīva foto

Atgrieziesies darbā



Slimnīcā atkal pacientus konsultē traumatoloģe-ortopēde Evita Rumba. Paredzēts, ka viņa veiks arī plānveida operācijas.

2012. gadā ārste beigusi Rīgas Stradiņa universitāti, iegūstot ārstes diplomu, 2018. gadā – traumatoloģes un ortopēdes kvalifikāciju. Kopš 2013. gada strādājusi arī par docētāju Latvijas Sporta pedagogijas akadēmijā, Rīgas Stradiņa universitātē (RSU) un tās Sarkanā Krusta medicīnas koledžā.

E.Rumba zināšanas ieguvusi profesionālās pilnveides konferencēs un kursos ne tikai Latvijā, bet arī Lietuvā, Spānijā, Šveicē, Lielbritānijā un citur. Pašlaik tās tiek papildinātas, piedaloties vebināros un virtuālajos kongresos. Vēl E.Rumba strādā Traumatoloģijas un ortopēdijas slimnīcā, Saldus medicīnas centrā, klīnikā *Capital Clinic Riga*, kā arī ir docētāja RSU un vieslektore Sarkanā Krusta medicīnas koledžā.

Pacientu pieņemšana notiek piektdienās no 14.00 līdz 16.00.

Lai saņemtu valsts samaksātu konsultāciju, vajadzīgs ģimenes ārsta nosūtījums. Pieteikties var pa tālr. 63374000.

Ārste konsultē pacientus:

- pēc traumām (sasitumiem, sastiepumiem, mežģījumiem, lūzumiem u.tml.),
- ar ortopēdiskām saslimšanām (karpālā kanāla sindroms, Dipitirēna slimību, De Kervēna slimību, greizo iekšji jeb *Hallux valgus*, dažādu kāju un roku pirkstu deformāciju u.c.).



Materiāls tapis sadarbībā ar Kuldīgas slimnīcu.

Jautā lasītāji – atbild ģimenes ārste Zanda Zauere

„Manam vīram paredzēta smaga operācija, bet man katru dienu jāiet uz darbu, kur satieku daudzus cilvēkus. Ļoti baidos, ka varu saslimt ar Covid-19 un aplipināt arī viņu. Kā rīkoties?”

„Nebaidieties! Trakākais, kas imūno sistēmu grauj, ir bailes. Tās spazmē asinsvadus, kas ir ļoti svarīgi, lai organismu pabarotu, lai imūnās šūnas strādātu, kā vajag, lai strādātu iekšējie orgāni. Ja cilvēks dzīvo bailēs, viņam līp jebkurš vīruss. Protams, jāievēro higiēna, bet tikpat nozīmīgi ir uz darbu iet un mājās nākt ar prieku. Dezinficēt māju trīs reizes dienā nav vajadzības. Labi palīdz vitamīnu un minerālvielu komplekss imunitātei, bet tam jātic. Arī ingvers un ķiploks kopā ar nebaidīšanos labi palīdz. Es domāju, ka cilvēkam iemācīt nebaidīties varētu tas, ja nelasītu un neskaftos slīktās ziņas.”

„Vai ģimenes ārsts tagad iet mājās vizītē pie veca pacienta, kurš pats aiziet nevar?”

„Ja ir vajadzība, tad iet. Īpaši aktīvi mēs to negribētu darīt – cik iespējams, būtu labi visu nokārtot pa tālruni. Bet, ja jūtams, ka palīdzība vajadzīga, es pie cilvēka, kam grūti pāiet, mājās vizītēs eju.”

„Ja vēlos profilaktiski pārbaudīt veselību nesaistīti ar Covid-19, vai šobrīd tas iespējams?”

„Es šādus pacientus pieņemu pēc pieraksta noteiktā laikā. Daži paši izvēlas tagad nenākt, bet nākt drīkst. Ierobežojumu nav.”

Informē Veselības ministrija

Atbalsts medicīnas darbiniekiem

Križu un konsultāciju centrs *Skalbes* piedāvā attālinātu bezmaksas psiholoģisko atbalstu tiem medicīnas darbiniekiem, kam ir darbs augstas spriedzes un izdegšanas riska režīmā.

Interesenti aicināti zvanīt administratori darbdienās no 9.00 līdz 17.00 pa tālr. 24551700. Konfidencialitāte garantēta.

Savukārt pārējie iedzīvotāji, kuriem nepieciešams psiholoģiskais atbalsts, tāpat kā līdz šim var zvanīt pa *Skalbi* diennakts krīzes tālrunim 67222922, 27722292 vai pa atbalsta tālruni noziegumos cietušajiem 116006 (no 9.00 līdz 17.00).

Signāli, kas liecina par profesionālu izdegšanu vai psiholoģiskas krīzes sākumu:

- pastāvīgs nogurums un/vai miega trūkums, ko var izraisīt traucēšana, ilgstošas darba stundas, maņu darbs;
- nespēja atpūties pēc darba vai brīvdienās;
- pošanās un iešana uz darbu piepūlī, rada nospiētību;
- negatīvas, iracionālas domas par savu profesionālo darbību;
- zūd pārliecība par prasmēm un spējām pieņemt lēmumus; zūd sasniegumu izjūta, vai paveiktās šķiet nenozīmīgas, nepietiekamas, lai gan patiesībā viss darbojas labi;
- pastiprināta emocionāla spriedze: aizkaitināmība, agresija, pastāvīgs nemiers un neapmierinātība;
- negatīva perspektīva: nepatika un neuzticēšanās kolēģiem vai iestādēm kopumā;
- ikdienas sarunās bieži iepeld sarkasms, melns humors, nocošinoši izteikumi par savu darbu, klientiem;
- individuālas pieejas zudums – visi klienti un situācijas tiek izskatītas pēc viena protokola vai risinātas vienādi; nespēja katram klientam vai uzdevumam tuvināties ar jaunu skatījumu.

VESELĪBAI

Ādas pārbaudījumi ziemā



Ieva Elstiņa,
ķermeņa bāra
Soul īpašniece,
kosmetoloģijas
speciāliste

Tuvojoties aukstajam laikam, ir svarīgi padomāt arī par ādas veselību. Temperatūras maiņa, nelabvēlīgie laikapstākļi un apkures sausais gaiss sejas ādai ir pārbaudījums, jo tās vielmaiņa palēninās un samazinās tauku dziedzeru darbību.

Lielākā problēma apkures sezonā ir ādas sausums un jutīgums. Lai āda justos labi un problēmas nepalielinātos, svarīgi to pabarot, mitrināt un aizsargāt. Ļoti sausai un kuperozai* ādai var izvēlēties izteikti barojošus

krēmus un speciālus ziemas krēmus, kas aizsargās no vēja un aukstuma. Šajā laikā papildus ieteicams serums vai sejas eļļa, kā arī vitamīnu krēms. Nedrīkst aizmirst par saules aizsargkrēmiem, jo arī ziemā sejas āda jāpasargā no nelabvēlīgā starojuma.

Daudzi ziemā cīnās ar ādas apsārtumu, ko veicina straujā temperatūras maiņa, tāpēc ir svarīgi lietot atbilstošus kopšanas līdzekļus. Ja to nedara, ir liela iespēja iedzīvoties pastāvīgā apsārtumā.

Lai āda būtu vesela, jādomā arī par uzturu, lai vitamīnus mēs uzņemtu ne tikai ar kosmētiku, bet arī iekšķīgi. Noteikti tāpat kā vasarā jādzērs daudz ūdens, jo tas novērsīs ādas sausumu. Svarīgi kopšanas līdzekļus izvēlēties atbilstoši sejas

tipam, stāvoklim, vecumam un problēmām. Ja nav pārliecības, ka to varēs noteikt pats, labāk doties pie speciālista, kurš gan noteiks ādas tipu, gan ieteiks līdzekļus pret konkrētām problēmām. Tāpat ziemā der apmeklēt speciālistu, lai ar papildu procedūrām ādu uzturētu veselu. Īpaši tas ieteicams, ja āda sākusi lobīties.

Nedrīkst aizmirst par lūpām. Tām ziemā vajadzīga lielāka aizsardzība, jo āda ir plāna un viegli ievainojama. Ziemā lūpas ātri kļūst sausas un sasprēgā, tāpēc regulāri jāuzklāj kopjošs balzams.

* Kuperozā āda (medicīniski – rozācija) ir apsārtums, kura cēlonis ir palielināti sīkie asinsvadi. No tiem izvaiko ūdens, un āda kļūst sausa, sajūta ir velkoša vai durstoša.

SKAIDRO SPECIĀLISTS

Kāpēc šoruden koku lapas vairāk dzeltenas?

Šajā rudenī kokos lapas turējās ilgi, turklāt dominēja dzeltenā krāsa. Kāpēc tā, atbild Latvijas Nacionālā dabas muzeja botānikas nodaļas vadītāja Lauma Miķelsone-Šibeika.

Koku lapās atrodas vairāki pigmenti. Zaļo krāsu nosaka zaļais pigments – hlorofils. Tas dominē pavasarī un vasarā, bet nav vienīgais. Tiesa, vasarā, kad hlorofila lapās ir visvairāk, citi pigmenti ar acīm nav pamanāmi.

Pazeminoties gaisa temperatūrai, hlorofils noārdās, un lapās kļūst redzami citi – ar dzelteni un sarkanīgo toni (hromoplasti, piemēram, ksantofils un karotīns, kas atstaro oranžo, dzelteni un sarkano gaismu). Tā kā hlorofils jut temperatūru, tas noārdās tad, ja ir vismazākie mīnusi. Jo agrāk pirmās salnas, jo ātrāk sākas šī pigmenta sadalīšanās. Savukārt ilgu zelta rudens turpinājumu veicina saulainas dienas un aukstas nakts.



Ksantofils un karotīns noārdās lēnāk. Ja sals ir īslaicīgs, hloroplasti noārdās, lapas iekrāsojas dzeltenas vai sarkanīgas. Ja sals ir ilgs, tad noārdās arī dzeltenie un sarkanie pigmenti, un sākas lapkritis. Ja pēc neilgā sala turpinās siltums, tad krāsainās lapas kokos saglabājas ilgstoši.

To, kādā krāsā rudenī būs lapas, nosaka arī koka suga, piemēram, bērziem lapās ir tikai hlorofils (zaļais pigments) un pigmenti, kas nosaka dzelteni krāsu. Tādēļ bērzu lapas nekad nebūs sārtas. Dažādiem pigmentiem visbagātākās lapas ir kļāvām un apsēm.

Daina Tafelberga

MĀJDZĪVNIKS

Ja suns baidās

Pieauguša suņa saimnieks jautā, vai var dzīvnieku iemācīt nebaidīties no salūta šāvienu un tamlīdzīgiem trokšņiem.

„Pēdējos gados Jaungadu neesam varējuši sagaidīt ārpus mājas, jo baidāmie suni atstāt vienu. Tiklīdz atskan raķešu, kaut vai nieka petaržu troksnis, mūsu lielais vilks Rokijs sāk trīcēt un skraidīt kā negudrs. Mierināšana nelīdz. Tagad tādas nedienas ir tad, kad Upīškalnā notiek Zemesardzes mācības, kurās izmanto salūtmunīciju, kā arī sprādzienu imitācijas līdzekļus. Dzīvojam piepilsētā, bet troksnis atkarībā no vēja virziena reizēm atnāk līdz mums. Cilvēks pat nesaklausa, bet sunim dzirdē laikā jutīgāka.”

Atbild
Ventspils
suņu skolas
kinoloģe
Sarmīte
Šisere.



„Jemesls šādām bailēm var būt ģenētisks (no senčiem mantots) vai arī dzīves laikā radies, kad suns nejauši vai apzināti pārbaudīts. Abos gadījumos šīs bailes no dzīvnieka būs grūti, gandrīz neiespējami izdabūt. Atliek vienīgi radīt tādas apstākļus, lai suns tik ļoti neizjustu nemieru: ieslēgt mūziku, paņemt blakus, samīļot. Tiešām ir gadījumi, kad liela auguma suns, izdzirdot šāvienu trokšņus, panikā kaut kur metas, ielec gultā un trīc tā, ka māja dreb. Var mēģināt kucēnu jau no mazotnes pieradināt pie trokšņiem, bet tas ir jāprot. Ja neprot, var izdarīt neatgriezenisku kļūdu. Lielam sunim bailes izmācīt nevar.

Man pašai bija suns kā braušlis, kas trīs gadus nebaidījās ne no kā. Reiz garām gāja jauniešu bariņš un sabiedēja ar petardēm. No tā laika, dzirdot pat mazākos

šāvienu trokšņus, pārbīstas līdz nāvei. Jau stundu iepriekš sajūt pārkonu tuvojamies. Zināju: ja braušlis sāk staigāt man cieši pa pēdām, drīz būs negaiss. Bailēs dzīvnieki parasti meklē tumšu vietu, kur patverties, taču tas nav glābiņš. Bailes var novest pie sirds slimībām – pat pie infarkta. Tāpēc labākais ir būt ar mājdzīvnieku kopā un nomierināt.

Ir dienesta un medību suņi, kurus pie šāvienu radina jau kopš mazotnes. Taču ne vienmēr tas izdodas: ja bailes ir iedzimtas, tās dzīvo psihē. Mums

ir ļoti daudz medību suņu, bet medībās iet pavisam neliela daļa. Tas nozīmē, ka instinkts varbūt saglabājies, bet ne medību ieradumi. Nevar pēkšņi dabūt mednieku no suņa, kas piecās paaudzēs gulējis uz dīvēna. Jāsāk strādāt no nulles, soli pa solītim apmācot.

Tāpat ar apsardzes suņiem: ne visi šim darbam der, kaut ir no tādas šķirnes, kas tieši tam radīta. Ja darbojas ģenētiskais faktors, to var mēģināt mainīt. Bet, ja bailes iegūtas tad, kad suns jau pieaudzis, rezultāti nebūs sekmīgi.”



GARĪGĀ VESELĪBA

Valsts palīdzība tiem, kuri cieš no atkarības

Mēs kļūdāmies, ja domājam, ka atkarība ir vienkārši rakstura vājums un izlaidība. Tā ir slimība. Kad tā kādu pārņem savā varā, cilvēks zaudē kontroli pār to, ko dara vai lieto. Atkarībā nonākušajiem nepieciešama palīdzība.

PILNGADĪGAJIEM NO NĀKAMĀ GADA

Augustā valdība pieņēma noteikumus, kā atkarībā nonākušie var saņemt valsts finansētus sociālās rehabilitācijas pakalpojumus. Tie ir pieejami ne tikai tiem, kuri atkarīgi no apreibinošām vielām, bet arī tādiem, kas ir atkarīgi no procesiem, piemēram, datorspēlēm, mobilā telefona, azartspēlēm.

Valdība lēmusi, ka pilngadīgie savā dzīvesvietā to varēs saņemt no nākamā gada. Jaunie Ministru kabineta noteikumi paredz, ka pieaugušie, kuri vēlas šādu palīdzību saņemt kādā iestādē, dokumentus var iesniegt sociālajā dienestā vai paši tos nosūtīt Sociālās integrācijas valsts aģentūrai.

BĒRNI JAU VAR SAŅEMT

Bet bērni šādu pakalpojumu var jau saņemt. Pilotprojekts, kas paredz atbalstu pusaudžiem ar vielu vai procesu atkarību risku, sāks jau 2018. gadā sadarbībā ar Bērnu slimnīcas fonda struktūrvienību *Pusaudžu resursu centrs* (PRC). Uz uzkrātās zināšanu un

pieredzes bāzes Rīgā un Liepājā ir pieejama valsts finansēta palīdzība tiem bērniem, kuriem apreibinošu vielu vai procesu atkarība jau izveidojusies vai arī pastāv tāds risks. PRC programmu izstrādājuši Bērnu universitātes klīniskās slimnīcas speciālisti kopā ar partneriem no Lielbritānijas un Austrālijas.

KAS JĀDARA, LAI PIETEIKTOS

Pakalpojumu iestādē gan pieaugušajiem, gan bērniem nodrošina valsts SIA *Slimnīca „Gintermuiža”* Jelgavā (www.gintermuiža.lv). Lai pieteiktos, vispirms jāvērsas sociālajā dienestā. Iestādē palīdzību var saņemt līdz 12 mēnešiem, dzīvesvietā – līdz sešiem mēnešiem.

Šo palīdzību var lūgt klātienē pie pakalpojuma sniedzēja vai pa telefonu, Rīgā izmantojot tālr. 29164747, lietotni *WhatsApp* vai e-pastu: info@pusaudzim.lv. Liepājā konsultāciju var pieteikt pa tālr. 26623422 vai vatsapā, vai e-pastā: liepaja@pusaudzim.lv.

Dora Pļavniece

JUBILĀRE

Mērķtiecīgā Aija

„Noskaņojums ļoti labs – esmu pieradusi piecelties agrāk, aiziet uz sporta zāli, lai iesildītos un būtu možums visai dienai,” tā 3. novembrī 30. jubilejas rītā atzīst kādreizējā īvandniece Aija Brikše (agrāk Upleja).

TĀDS NIEKS VIEN IR

„Nekas būtisks šajā dienā nenotiek. Jau skolas laikā biju diezgan mērķtiecīga – plānoju, ko darīšu desmit gadus pēc vidusskolas: izglītība, darbs, vīrs un bērni. Tāds diezgan skaidru pamatvajadzību posms. Kad nu tas izdarīts, jādomā, ko tālāk.

Tagad laikam var vairāk uzmanības pievērst tam, kas 20 gados nebija galvenais mērķis: sev, ģimenei, veselībai. Man tāds pargrieziens punkts bija bērniņa piedzimšana. Skatos uz dēliņu: diez ko es domāju, kad viņam būs 30? Kā jutīšos? Tā arī pajautāju savai mammai, kā viņa jūtas, kad lielākajam bērnam jau 30. Viņa sāka smieties: „Tas taču nav daudz – tas vispār tāds nieks vien ir!”

RAKSTĪT PATIKA UN PATĪK

Jau Kuldīgas Centra vidusskolā Aijai radās liela interese par žurnālistiku, viņa darbojās arī *Kurzemnieka* Jauno žurnālistu skolā. Tādējādi mērķtiecīgi ie-

zīmējās ceļš uz Latvijas Universitātes Sociālo zinātņu fakultāti, taču pēc tās beigšanas darbs ievirzījās sabiedrisko attiecību jomā. Pašlaik viņa strādā Finanšu un kapitāla tirgus komisijā. „Skolas laikā man ļoti patika rakstīt – man bija brīnišķīgas latviešu valodas un literatūras skolotājas. Vēl interesēja cilvēku iepazīšana un komunikācija.”

PĀRBAUDĪJUMS LAUKOS

Kaut dzimusi Īvandē, mācījās Kuldīgā, jubilāre ātri pieradusi pie straujās Rīgas dzīves. Reizēm gan griboties mierīgāku dzīvi, un esot vēlme atgriezties laukos. Šogad no marta līdz augustam Aijas ģimene nodzīvojuši vīra Oskara lauku mājās Cēsu pusē, un tas bijis pārbaudījums tam, kā šī vēlme īstenojas. Pēc piecu mēnešu klusuma abi sapratuši, ka vēl tomēr gribas dzīvi Rīgā. Vienlaikus jubilāre atzīst, ka straujums un plašums vairs nav tik būtisks. Pārmaiņas sāku-



„No mammas esmu pārmantojusi mērķtiecību, cilvēcību un vēlēšanos palīdzēt. Man pašai šķiet, ka esmu arī atbildīga. Šīs īpašības arī citos vērtēju visaugstāk,” atzīst Aija Brikše.

šās pēc dēliņa Artūra piedzimšanas – viņam tagad ir divi gadiņi.

BRĀĻU KOMANDĒTĀJA

Saiknes ar dzimto pusi nav sarautas – bieži tiek apciemoti vecāki un brāļi, par kuriem lielā mēro joprojām tur rūpi kā bērniņā. „Man vienmēr licies, ka jāizstāvē mazākie. Katram atmiņas citādākas. Es brāļiem joprojām šķietu kā tāds komandieris, darbu organizators. Kaut kas no tā arī dzīvē līdzīgs paņemts – vēl pirms darba finanšu sektorā piedalījās *Iespējamās misijas* programmā skolotājiem. Atcerējos, ka jau bērniņā ļoti gribēju būt skolotāja. Nosēdināju brālīšus

pie galda – viņi bija pa mazu, lai runātu pretī, – un liku rakstīt diktātu. Opītis un omīte bija uzdāvinājuši tāfeli, un es mācīju burtus. Grūtākais bija iestāstīt, kāpēc tajā manā skolā jāpiedalās. Ko tikai neizdomāju: ka viegli būs lielajā skolā, ka vieglāk atrast darbu, ka laukos vispār nav nekā, ko darīt.”

ROZES UN CITAS AIZRAUŠANĀS

Par skolotājiem nekļuva neviens no trim Īvandes Upleju bērniem, taču meita Aija apprecējās ar bioloģijas skolotāju. Viena no ģimenes mācību vietām šajā jomā ir minētās lauku

mājas, kur Aija aizrāvusies ar rožu audzēšanu. Oskaram ir savs kaktiņš un stūrītis zemes, mazais Artūriņš dabu apgūst te pie mammas, te pie tēta vai pa visiem kopā.

Pie Aijas vaļaspriekiem var pieskaitīt arī aktīvo sabiedrisko darbību *Iespējamajā misijā* un citos projektos. Pilsoniskā aktivitāte viņai ļoti svarīga. Aijai arī patīk ceļot, un diemžēl šobrīd jāsamierinās ar pastaigām dabā. „Turpmāk gribētos atrast laiku tam, kas man patīk, bet ikdienas skrējienā nav izdevies: tie ir pārģājieni, ceļojumi, kultūras pasākumi, grāmatas.”

KILOMETRS KATRAM GADAM

Bērniņā dzimšanas dienas vienmēr svinētas, un jubilāre atceras mammas ceptās gardās tostermaizes, ar ko cienāti daudz draugi. Vēl ģimenē bijusi tradīcija, ka gaviļnieks tiek lutināts un atbrīvots no darbiem mājās. Tagad svinībām netiekot pievērsta liela nozīme. Jubilejas gadā Aija gan gribējusi sarīkot pasākumu, bet ierobežojumu dēļ tas nav iespējams. Tāpēc izdomājusi doties dabā, lai kopā ar draugiem katram dzīves gadam par godu noietu vienu kilometru.

Daina Tāfelberga
Aijas Brikšes arhīva foto

STĀRKA VĒSTIS

Kuldīgas slimnīcas dzemdību nodaļā no 28. oktobra līdz 4. novembrim piedzimušas trīs meitenītes un pieci puikas. Bērniem doti šādi vārdi: Beāte, Justīne, Sofija, Alekss, Klāvs, Kārlis, Stefans, Oskars.

MANAS ATZIŅAS

Bez vārda neveiksme



Svetlana Rudzīte, skrudniece, skolotāja Saldus vidusskolā

■ **Man dzīvē vissvarīgākā ir pašrealizēšanās un attīstība gan intelektuālajā, gan garīgajā jomā.**
■ **Vērtīgākā atziņa, ko esmu guvusi:** „Ja vēlies būt laimīgs,

izslēdz no savas leksikas vārdus *izgāšanās, neveiksme*. Visi lieli un veiksmīgie cilvēki ir daudzas reizes cietuši neveiksmes, pirms kļuvuši veiksmīgi.”

■ **Es dzīvē nekad neieguldīšu enerģiju tajās lietās, kurām neredzu jēgu.**

■ **Mans vislielākais sasniegums:** vēl aizvien strādāt skolotājas profesijā un gūt no tā gandarījumu.

■ **Man darbā vissvarīgākais ir cieņa, izpratne un pašdisciplīna.**

■ **Viedums ir vērtība, ko iegūst:** ieklausoties zinošu cilvēku viedokļos; izprotot notikumu un procesu likumsakarības; veidot personīgu pieredzi par notikumiem sev apkārt.

■ **Vērtīgākā grāmata:** Luīzas Heijas *Izdziedē sevi pats (101 doma dzīvības spēka nostiprināšanai)*.

■ **Visvairāk mani apbēdina** neuzņēmīgi cilvēki, kuri savai

rīcībai meklē attaisnojumu.

■ **Mani iepriecina** pārsteigumi, sarunas ar cilvēkiem, pasākumi, kas sniedz pozitīvas emocijas.

■ **Latvija man ir daļa** no manas būtības.

■ **Kuldīga man ir pilsēta** ar senatnes šarmu gleznainās Ventas krastā.

■ **Skrunda** – maza, skaista pilsētiņa Ventas krastā, kurai manā sirdī atvēlēta īpaša vieta.

■ **No saviem vecākiem** esmu mācījusies atbildību, dzīves gudrību un radošumu.

■ **Īsti vīrišķīgs vīrietis** pastāv tikai sievietes iedomās.

■ **Īsti sievišķīga sieviete** zina, ko vēlas no dzīves un kādiem līdzekļiem tas ir sasniedzams.

■ **Tuvākās nākotnes vislielākā vēlēšanās ir** noslēpums, kuru neatklāšu.

Kristīnes Lukaševicas
arhīva foto

VIRTUVĒ

Rudens krāsas tavā šķīvi



Katrīna Spuleniece-
Aišpure, uztura
speciāliste

Krāsaini dārzeņu ēdieni jāēd arī vēsajā gadalaikā. Rudenim pietāv krēmīgas zupas, sautējumi un sacepumi. Jāēd ķirbji, bietes, seleri-

jas saknes, kāļi – tad uzņemsiet vitamīnus, šķiedrvielas, antioksidantus. Dārzeņu ēdieniem ir variācijas, tas ļauj dažādot uzturu, izmēģināt jaunas garšas.

Ja gribas panaškēties, nevajag aizmirst par pašmāju āboliem un ogām. Kūka, ķeksīņi vai vienkārši cepti āboli rudenīgām dienām būs labs deserts.

BIEŠU SALĀTI AR VALRIEKSTIEM UN PĒTERSĪLIEM

Vajadzēs: 4 vārītas bietes, sauju valriekstu, sauju sakapātu pētersīļu, 2 ēd.k. balzametīķa, 2 ēd.k. olīveļļas, sāli, svaigi maltus melnos piparus.

Kā pagatavot. Bietes nomizo, sagriež nelielos gabaliņos, saber lielā bļodā, pievieno sakapātus pētersīļus, sasmalcinātus valriekstus. Atsevišķā bļodiņā sajauc balzametīķi un olīveļļu, lai iegūtu vienmērīgu emulsiju. Mērci pārlej salātiem un visu samaisa. Pieber sāli un piparus.

ĀBOLU UN DZĒRVEŅU DESERTS

Vajadzēs: 80 g pilngraudu auzu pārslu, 1 ēd.k. kanēļa, 2 tēj.k. medus, 4 ēd.k. dzērveņu, 3–4 ābolus, 400 ml dabiskā jogurta.

Kā pagatavot. Cepeškrāsnī sakarsē

līdz 180 grādiem. Auzu pārslas sajauc ar kanēli un medu. Kārto četras trauciņos vai krūzītēs. 10–15 minūtes apgraudzē cepeškrāsnī. Uzber dzērvenes un kārto ābolu šķēlītes. Liek atpakaļ cepties 20–25 minūtes līdz gatavībai. Pasniedz ar jogurtu.

ĶIRBJU UN BURKĀNU KRĒMZUPA

Vajadzēs: 500 g ķirbja, 1–2 burkānus, 1 sīpolu, 1 ķiploku, 50 g Monterigo siera, sviestu vai eļļu, kariju, sāli, ķirbju sēklas.

Kā pagatavot. Sīpolu un ķiploku sasmalcina, apcep sviestā vai eļļā, kamēr kļūst caurspīdīgi. Pievieno gabaliņos sagrieztu ķirbi un burkānu, ļauj pasautēt. Šādai zupai var pievienot arī citus dārzeņus, piemēram, kartupeļus. Pieliek sāli un kariju. Kad dārzeņi gatavi, sablendē un uzkarsē, tad pierīvē sieru. Pirms pasniegšanas pārber ar ķirbju sēkliņām.

NEDEĻAS VIESI

Bez sporta nevar. Tas ir dzīvesveids

Vairākas kuldīdznieku paaudzes pirmās sportiskās iemaņas un vieglatlētikas tehniku apguvušas pie treneres un pedagoges DZINTRAS VAIVADES, nu stafeti pārņēmusi viņas meita IEVA SKURULE.

Jūs visos laikos esat bijušas aktīvas. Kā darbojoties tagad – pandēmijas ierobežojumu laikā?

Dzintra Vaivade (Dz.V.): Piekopjam individuālos treniņus mājās. Taču tik lielas apņēmības nav kā tad, ja iet uz nodarbību sporta zālē.

Ieva Skurule (I.S.): Mājās vingrošanas nodarbības vada mamma. Bet pārējā laikā es vadu nodarbības pirmsskolas izglītības iestādes *Ābelīte* audzēkņiem. Tajās izkustos un izvēdinu galvu. Vēl dodos garās pastaigās ar suni. Savukārt par treniņiem ar Kuldīgas novada sporta skolas audzēkņiem sazinos attālināti. Nevar teikt, ka ir dikstāve – diena ir aizpildīta.

Bet kāda dienas kārtība bija normālajos apstākļos?

I.S.: *Ābelītē* nodarbības vadu 12 grupām. Sports bērniem ir divreiz nedēļā. Pēc tam strādāju ar trīs vieglatlētu grupām sporta skolā. Parastajos apstākļos diena ir pat ļoti noslogota.

Dz.V.: Es ar sievietēm gāju vingrot vieglatlētikas manēžā. Nodarbības vadīju gan pensionāru, gan skolotāju grupai. Arī pati vingroju līdzī, biju cilvēkos – tā uzzināju daudz jaunumu.

Kā radās interese par sportu?

Dz.V.: No bērnības. Es izaugu sporta laukumā. Tēvs Kārlis Kreislers bija slavens Kuldīgas futbol komandas *Vulkāns* spēlētājs. Par viņu tolaik daudz tika rakstīts – Latvijā bija viens no labākajiem. Arī meita Ieva izauga sporta laukumā. Jau mazīņu ņēmu līdzī uz nometnēm Īvandē, uz treniņiem zālē.

I.S.: Un tieši tāpat izaugusi arī mani bērni. Laurai bija divi gadi, kad ņēmu līdzī uz nometni Īvandē. Bērni braukuši arī uz sacensībām.

Dz.V.: Tāllēkšana un barjerskriešana. Vēl skrēju 400 metrus.

I.S.: Tāllēkšana, trīssoļlēkšana un sprinta distance.

Dz.V.: Ievai bija labāki rezultāti nekā man. Mēs jau tolaik trenējāmies pa izdedžu celiņiem, bet ziemā – pa cietiem celiņiem. Kad trenējās Ieva, apstākļi bija labāki. Tāpat kā šodien, arī toreiz braucām uz sacensībām. Mans treneris bija Juliāns Skarainis. 60. gadu sākumā nakšņojām gandrīz visās Rīgas glauņakājās viesnīcās. Uz sacensībām veda ar autobusu. Vēl tagad atceros, kā autobusā dziedājām. Gāja jautri!

Cik tālu aiztrenējāties vieglatlētikā?

Dz.V.: Kad beidzu skolu, tā isti vairs neturpināju. Bija jāstrādā, neatlika laika. Pa retam uzstartēju, bet, ja nav nopietnu treniņu, nav arī augstu rezultātu. Toties Ieva no 7. klases mācījās Murjāņu sporta ģimnāzijā.

Vai pēc skolas studējāt?

Dz.V.: Uzreiz ne. Strādāju *Lauktechnikā*, mazliet Abavas tautas namā. 1968. gadā Kuldīgas 1. vidusskolā nodibināja sporta klasi – mācījās kopā ar Kļavu Dzintru, Freimaņu Dzintru, kura no Stučkas atbraukusi. Vienā klasē bijām septiņas Dzintras. Te mācīties sabrauca no visas Latvijas. Beidzot sporta klasi, varēja stāties augstskolā. Bija izdevīgi, lai gan tas darbojās tikai divus gadus. Mums augstskolā gāja viegli, jo teorija jau bija apgūta Kuldīgā sporta klasē.

Kur Ieva guva labākos rezultātus – vai Murjāņos?

Dz.V.: Sappoju gan! Man bija latviešu valodas skolotāja Nora Karele – viņa gribēja, lai eju uz aktieriem. Skolas laikā spēļu dažādus skečus, pulciņā gāju arī kultūras namā. Kad skolotāja uz zināja, ka esmu izvēlējusies studēt sportu, sacīja: „Ak, kungs! Kāpēc tu tā darīji?”

Un kāpēc tā darījāt?

Dz.V.: Nebija tādu apstākļu. Man vajadzēja studēt neklātieņē un strādāt. Mamma nebija, vecāmamma agri nomira. Faktiski biju viena, jānopelna iztikšanai. Mācoties sporta klasē, naktis strādāju par naktsargu. Stipendija – 20 rubļu.

Pēc studijām mani nozīmēja strādāt Alsungā. Tur strādāju līdz meitai piedzimšanai. Pēc tam desmit gadus sporta skolā biju direktora vietniece mācību darbā. Tālāk ceļš aizveda uz Kuldīgas Centra vidusskolu. Pedagoģiskajā darbā esmu



Ieva Skurule mammai Dzintrai Vaivadei dāvājusi dienasgrāmatu, kur pierakstīt bagātīgās atmiņas.

nostrādājusi 40 gadus.

Vai bija viegli pilsētas meiteni iesties laukos?

Dz.V.: Alsundznieki visus nepieņē. Bet Leimaņu Ilga ir sirds cilvēks. Visu mūžu atcerēšos! Man nebija nekā cita kā matracis uz četriem ķieģeļiem. Viņa sarūpēja dažas sadzīves lietas. Vietējie mani pieņēma. Dzīvoju pretī skolai, saimnieces sauca ēst. Porziņa tēvam biju sporta skolotāja. Viņš ļoti augstumu lēca.

Vai meita nepretojās, ka mamma liek trenēties vieglatlētikā?

I.S.: Nē, tas bija pašsaprotami. Pat isti neatceros, kā, bet 1. klasē sāku treniņus arī vieglatlētikā.

Dz.V.: Ieva bija ideāls bērns: paklausīga, ļoti mācījās.

Kur Ieva guva labākos rezultātus – vai Murjāņos?

I.S.: Rezultāti bija, gan trenējoties un startējot Kuldīgā, gan pēc tam Murjāņos. Kuldīgā kļuva par valsts jaunatnes čempioni, un Murjāņu treneri mani tad arī noskatīja.

Dz.V.: Atmiņā palicis gadījums, kad vienās sacensībās Ievai tāllēkšanā neieskaitīja vairāk nekā sešus metrus.

I.S.: Tāpēc, ka aiz atspēriena dēlīša esot aizkāpusi milimetru. Visi treneri, kas lēcieni redzēja, gan sacīja, ka dēlī pārkāpusi neesmu. Bet tiesnesis bija pacēlis sarkano karodziņu un lēmumu nemainīja.

Dz.V.: Ieva trīssoļi meitenēm uzrādīja rekordus.

I.S.: Sākumā trīssoļis bija tikai pusīšem. Kad Murjāņos mācījās 12. klasē, šajā disciplīnā sāka startēt arī meitenes. Treneris ieteica pamēģināt – sanāca. Mēnesi trenējās uz autoostu un braucu mācījās uz Kuldīgu. Autobusā skanēja radio, un tad uzzināju, kas vispār

Dzintras Vaivades (priekšplānā) 70. dzimšanas diena. Dzīvesbiedrs Arnolds Bakutovs, mazdēls Kristiāns, meita Ieva Skurule, mazdēls Justs, levas virs Dagnis Skuruls, viņam rokās pašā mazdēls Hanss, mazmeita Laura.



Kuldīgas rajona rekords trīssoļi vēl nav.

Vai ar vieglu sirdi meitu palaidāt prom no mājām?

Dz.V.: Likās, ka ir ļoti patstāvīga. Viena no Kuldīgas līdz Murjāņiem varēja aizbraukt. Viens mirklis ļoti palicis prātā. Tas bija nemieru un barikāžu laiks, kad Rīgā sāva un bojā gāja cilvēki. Ieva tieši tajā dienā bija tur aizbraukusi. Nezināju, kur likties. Ļoti pārbijos. Zvanīju audzinātājam uz Murjāņiem.

I.S.: Lebraucot Rīgā, neko nemanīju, aizbraucu uz Murjāņiem, bet mācības nenotika. Mēroju ceļu pakalā uz autoostu un braucu mācījās uz Kuldīgu. Autobusā skanēja radio, un tad uzzināju, kas vispār

notiek. Sēdēju, klausījās – biju sa-bijusies.

Dz.V.: Tajā laikā radio vienmēr bija līdzās. Katru brīdi klausījā-mies, kāda ir situācija.

I.S.: Skatoties uz saviem bērniem, domāju, vai tiešām 7. klasē biju tik maža. Mašīnas tolaik nebija, neviens nevadāja. Pašai jātiek galā.

Arī levas bērni trenējas vieglatlētikā.

I.S.: Tā ir. Laikam visspilgtāk atmiņā palikusi viņu daļība sacensībās ārzemēs. Laura šķēpmešanā startēja Polijā, 300 metros – Čehijā. Meita aizgāja uz Rīgu, un mācības bija svarīgākas. Kristiāns sportā bija ilgāk, skrēja barjeras. Es



Dzintra startam gatava.



Sacensībās startē Ieva.



Kreisleru ģimene: tēvs Kārlis, vecāmamma Larisa un Dzintra.

ļoti pārdzīvoju katrās sacensībās. Barjeras ar katru gadu kļūst augstākas, un skrējiena brīdī atgadīties var viss. Tagad viņš sporto savam priekam. Sporta skolā vēl trenējas jaunākais dēls Justs.

Dz.V.: Katru reizi eju skatīties sacensības. Esmu vēl emocionālāka par Ievu. Sēžot tribīnēs, domās startēju līdzī.

Kas sacensībās palīdzējis pārvarēt neveiksmes?

I.S.: Esmu bijusi trenere saviem bērniem, arī man mamma bijusi trenere. Palīdzēja tas, ka vecāki atbalsta. Svarīgi ir atrast pareizos vārdus. Vienmēr cenšos atrast pozitīvo, sakot: šoreiz nebija tas, bet izdevies ir kaut kas cits.

Vai viegli nodalīt: mamma un treneris?

I.S.: Ir gūti. Tāpēc vairums savus bērnus netrenē. Bet man bija tāda situācija – bērni paši pie manis turējās. Negribēju ar varu stumt pie cita, lai gan tādu variantu piedāvāju.

Dz.V.: Mazais Justs ir godkārtīgs. Viņš sacensībās grib uzvarēt par katru cenu.

Profesionāli neviens sportu nav turpinājis.

I.S.: Nē. Laikam skolas periods

bijis pietiekami ilgs. Pašai arī tā bija: kad studēju Sporta akadēmijā, sāku spēlēt florbolu. Gribējās ko citu.

Dz.V.: Sportistiem būtu jāstudē kādā citā augstskolā, jo Sporta akadēmijā bez sava sporta veida jāapgūst arī citi, un visu dienu esi sportā.

Ieva, cik gadu sportu māci tu?

I.S.: Šogad mani sveica darba jubileja – pedagoģiskais stāžs ir 25 gadi.

Vai abām nav gribējies ko citu?

Dz.V.: Kopumā ne, vienīgi darba pēdējā gadā. Agrāk neklausīgākie bērni sporta skolotāju dievināja – šajās stundās viņi varēja izpausties. Pēdējā laikā bērni dara, ko grib, un nedarīs to, kas nepatīk. Man tāda attieksme nebija pieņemama.

I.S.: Man neapnik, jo darbs nerada rutīnu. Es uz nodarbību eju ar sagatavotu plānu. Dažreiz tas darbībā mainās. Šobrīd man pie-trūkst tā, ka nevar darboties kopā ar audzēkņiem. Viņi ir patstāvīgi, strādā. Esam draugi. Mums izveidojusies laba sadarbība.

Dz.V.: Es pēc Alsungas arī vēl pastrādāju bērnudaržā *Ābelītē*.

Ievai bija deviņi mēneši – viņa uz silti, es uz *Ābelīti*. Tolaik, ja pats strādāja bērnudaržā, varēja dabūt bērnam vietu siltītē. Pēc tam mani Jānis Baukšis uzrunāja darbam sporta skolā.

Vai Ieva mammai prasa padomus, kā trenēt?

I.S.: Tagad vairs ne, bet pirmajos gados gan. Šodien jau uzkrāta sava pieredze.

Dz.V.: Šodien darba metodes ir citādākas nekā toreiz, kad skolotājam mēs. Kad tu, Inta, pie mums skolā vairs nemācījies (Dzintra raksta autorei bijusi sporta skolotāja – red.), sākās pārmaiņu laiks. Mani vairākkārt aicināja Rīgā vadīt atvērtais sporta stundas. Man patīk izdomāt ko jaunu, lai bērniem interesantāk.

Vai viegli atrast pieeju audzēkņiem?

I.S.: Teiktu, ka diezgan viegli.

Dz.V.: Ir jau tādi bērni, kas stāigā no viena sporta veida uz otru. Skolā, kur lielas klases, ar bērniem sapratos ļoti, īpaši ar vidusskolēniem. Protams, bija jau arī pa kādam razbainiekam. Grūtāk ar audzināmajām klasēm. Visu laiku man bija vidusskolēni, bet reiz ie-deva piektos. Tad skrēju ap skolu un ķēru rokā, darīju visu, lai viss būtu kārtībā.

Vai, jūsuprāt, Kuldīgā sporta dzīve ir aktīva?

Dz.V.: Man šķiet, ka ir gana aktīva. Pēdējos gados jo sevišķi, jo ir sporta bāzes. Var teikt, ka sports kļuvis cilvēkiem gandrīz kā dieniskā maize.

I.S.: Arvien vairāk pieaugušie darbojas ar bērniem. Laukā vairāk redzami skrējēji.

Dz.V.: Padomju laikos, redzot kādu skrīenam pa ielu, tas daudzreiz raisīja neizpratni. Tādās reizēs aizrādīju, ka skrīen arī Ame-rikas prezidents un uz viņu neviens ar pirkstu nerāda.

Ko tagad dara levas bērni?

I.S.: Meita Laura sāka studēt arhitektūru, bet bija domājusi, ka būs

mazliet citādāk. Pieteicās bērniņš, un Laura paņēma akadēmisko gadu. Esmu vecmāmiņa mazdēliņam Hansam, kuram ir trīs gadi. Tagad Laura tālmācībā augstskolā RISEBA studē biznesa psiholoģiju. Meitas dzīvesbiedrs ir pilots, bet no pavasara kovids visu ir apstādīnājis. Viņiem bija ceļojošs dzīvesveids, pusgadu dzīvoja Spānijā. Bijām ciemos – ļoti patika. Tad kādu laiku dzīvoja Polijā, pēc tam Lietuvā, Kauņā. Šākoties kovīdam, pārceļās uz Rīgu. Tur Laura aizgāja pēc 9. klases un beidza Āgenskalna ģimnāziju. Kristiāns Ventspils augstskolā apgūst datorzinības.

Dz.V.: Mans vīrs Kristiānam mājas garāžā ierīkojis trenāžieru zāli.

I.S.: Pavasarī, kad viss apstājās, vairs neko nevarēja, bet tur varēja strādāt. Savukārt Justs mācās 5. klasē.

Dz.V.: Dzīvojam vienā mājā, bet katrā ģimene atsevišķi. Mēs pirmajā stāvā, Ieva – otrajā, bērni – trešajā.

I.S.: Kad bija aktīvas darba laiks, sarunājāties darbā. Kolēģi smējās, vai sen neesam satikušās.

Dz.V.: Katram savs ritms – reizēm sanāk, ka trīs dienas neesam redzējušās.

Vai prieks sportot nav apsticis?

Dz.V.: Laikam nebūs gan. 71. dzīves gadā vēl gribas.

I.S.: Pēc lielāka pārtraukuma piedalījies veterānu sacensībās. Emocijas, atmiņas tas uzjundī. Bez sporta nevar – tas ir dzīvesveids.

Ko sports jums devis?

Dz.V.: Visvairāk – izturību. Iemācījies saņemties jebkurā situācijā. Sports iemāca saskarsmi, arī to, kā viegli viss nenāk. Strādājot ar bērniem, dzīvesprieku var saglabāt ilgāk.

I.S.: Sports iemāca saplānot laiku – veidojas režīms. Tā dienā var padarīt ļoti daudz.

Kas būtu jādara, lai divānā sēdētājs izkustētos?

Dz.V.: Skriet sāku 40 gados, ta-

Inta Jansone, Dzintras Vaivades, levas Skurules arhīva un Alberta Dintera foto



Kuldīgas futbola komandas Vulkāns spēle. Dzintras tēvs Kārlis Kreislers lēcienā.

PASĀKUMI



Pagastos

ĒDOLĒ

Kultūras namā Oļģerta Visvalža Grūbes fotoizstāde *Ceļojumu pieturas*. 14.XI 17.00 tiks sveikts Ēdoles gada iedzīvotājs, koncertā *Latviju mīlot!* piedalīsies Liepājas teātra aktrise Sigita Pļaviņa un ģitārists Māris Kupčs.

GUDENIEKOS

Līdz 9.XI iedzīvotāji aicināti izvirzīt labākos darba darītājus. Anketas Basu bibliotēkā un Gudenieku pagasta pārvaldē.

Kultūras namā 18.XI 18.00 pasākums par godu Latvijas Republikas proklamēšanas gadadienai.

Basu tautas namā ekspozīcija *Suitu godi*.

KABILĒ

Līdz 9.XI var izvirzīt pretendētus apbalvojumam *Gada kabilnieks*. Anketas pagasta pārvaldē un bibliotēkā. Apbalvojumu pasniegs 18.XI.

KURMĀLĒ

Izstāžu zālē līdz 7.XI Kuldīgas mākslas studijas M22 dalībnieces Dīnas Zvejnieces gleznas. No 11.XI *Kuldīgas paletes* dalībnieka Edmunda Puķes gleznas.

Pasākumu zālē 17.XI 19.00 dzejkoncertā *Latviju mīlot!* piedalās Liepājas teātra aktrise Sigita Pļaviņa un ģitārists Māris Kupčs.

PELČOS

Pie pils 11.XI 16.00–20.00 gaismas akcija, ikviens aicināts kopā ar sveces liesmiņu atstāt savas labās domas Latvijai.

Tautas namā 14.XI 18.00 iedzīvotāju apbalvošana.

RENDĀ

Bibliotēkā Inas Sņikeres rokdarbi un aprūpes centra *Kurzeme* Veģu filiāles keramikas pulciņa darbi.

Pie pagasta pārvaldes 29.XI 18.00 Ainars Bumbieris koncertā *Ir atkal Ziemassvētki*. Tiks iedegta egle.

RUMBĀ

Bukaišos 13.XI 18.30 Iras Kraujas koncerts *Es gribu dzīvot savā zemē*.

SKRUNDĀ

Kultūras namā līdz 19.XI fotoizstāde *Ukraina, Karpati – daba, cilvēki*.

NĪKRĀCĒ

Lēnās pie memoriālās sienas 11.XI iedzīvotāji aicināti aizdedzināt sveci-

tes par godu Latvijas armijas uzvarai pār Bermonta karaspēku 1919. gada 11. novembrī. Tiks godināti O.Kalpaka bataljona vīri un Lāčplēša ordeņa kavalieris Paulis Blūms.

Atpūtas centrā 14.XI 17.00 labo domu stunda.

RAŅĶOS

Bibliotēkā līdz 16.XI izstāde *Baznīcu zvanu vēsture*.

Estrādē 14.XI 16.00 Latvijas proklamēšanas dienas pasākums. Ar svecītēm tiks izgaismots ceļš līdz estrādei, būs koncerts un iedzīvotāju apbalvošana.

RUDBĀRŽOS

Kultūras namā Vladislava Kundziņa fotoizstāde *Ziedi*.

Rudbāržos 1.XI 12.00 veselības nedēļā nūjošana.



Alsungā

TIKMC telpās no 7.XI Ingas Ozolas pirmā fotoizstāde *Rītausma*. 14.XI

12.00 Jevgēnijas Tjuļņevas rotu kastīšu un pērliņu izšuvumu gleznu izstādes atklāšana, Daces Tunnes pērliņu rotu meistarklase.

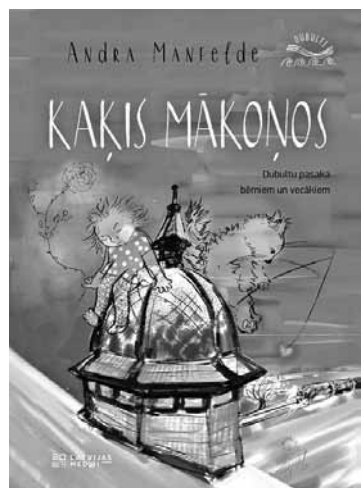
GRĀMATA

Novadnieces pasaka par kaķi mākoņos

Izdevniecība *Latvijas mediji* laidusi klajā rakstnieces, dzejnieces un mākslinieces, agrākās kuldīdznieces Andras Manfeldes Dubultu pasaku bērniem un vecākiem *Kaķis mākoņos*. Grāmatā ir arī autorens ilustrācijas.

Deviņgadīgā Elza ar vecākiem dzīvo Dubultos starp upi un jūru pie nīgrās Lū tantes, kuru nedrīkst uztraukt un kura ir par vecu, lai ar meiteni dotos pastaigās vai pavadītu laiku pie jūras. Tāpēc Elzai dienu no dienas jānīkst pagalmā. Kādu dienu viņu apciemo ne vien runājošs, bet arī lidojošs kaķis vārdā Kaķis, kas garlaicības mākto meiteni aiznes uz pavisam dīvainu pasauli.

A.Manfelde par jauno grāmatu teikusi: „Es visu norakstu no dzīves un ainavas. Gan jūru, gan upi, gan dzīvības kokus. Gan kaijas



spalgo brēcienu, gan vilciena signālu un siltuma torņa tumšos dūmus, kas ir tieši tādā pašā krāsā kā mākoņi virs namiem.

Dubultu pasaka ir īpaša ar to, ka veidota no divām daļām: doku-

mentāla stāsta par kādu ņaudošu miskastnieku un *īstās* – fantāzijas pasakas, ko iedvesmojusi Dubultu ainava un notikumi. Pasaka māca dzīvi, un dzīve – pasaku. Turpinu cerēt, ka mans darbs būs iedvesmas avots citiem pieaugušajiem un bērniem. Un taps pasakas par Majoriem un Kauguriem, par ainavu aiz loga un brīnumiem, kuri ikdienā ar mums spēlē paslēpes.”

Mūsu novadniece ir vairāku literatūras godalgu laureāte, tai skaitā ieguvusi 2005. gada Ojāra Vācieša prēmiju un 2018. gada Literatūras gada balvu kā labākā bērnu grāmatu autore. Sarakstījusi vairākus desmit dažādu žanru grāmatu: romānus, stāstus, dzeju, prozu un darbus bērniem. Viens no ievērojamākajiem ir debijas romāns *Adata*, ko iespaidojis arī Kuldīgā piedzīvotais.

IZSTĀDES KULDĪGĀ

Muzejā līdz 22.XI Imanta Ziedoņa fonda *Viegli* izstāde *Kur zeme tā*. Izstāde *Dvēseļu putenis*: filmas tēri, aizkadri, vēsture.

Mākslas namā

Līdz 29.XI izstāde *Jēkabam Bīnem – 125*; fotogrāfu-domubiedru izstāde *Ceļojumu piezīmes. Slovākija*.

Bibliotēkā izstādes *No paša sākuma. Aktuālā vācu valodā sarakstītā bērnu un jauniešu literatūra; Noskaidrojot pagātņi. Vēstures notikumi; Izskatās skaisti, garšo lieliski!* un *Par un ap ūdeņiem. Latvijas daba, jūrniecība, makšķerēšana*.

Vecajā rātsnamā izstāde *Radi rotājot*. Autori: Kuldīgas novada bērnu un jauniešu centra pulciņu *Keramikas meistardabnīca* un *Stikla burvīgās pārvērtības* audzēkņi.

Adatu tornī ekspozīcija par adatām.

Līvijas Rezevskas izstāžu zālē pastāvīgā ekspozīcija.

KINO

Kultūras centra kinozālē

6.XI 16.30, 7.XI 14.00, 11.XI 17.30, 12.XI 17.30 Latvijas animācijas filmu programma *Lupatiņi un draugi* un *Avārijas brigāde*. Programmā iekļautas trīs jaunākās studijas *Atom Art* veidotās *Lupatiņu* sērijas filmas *Kā Lupatiņi ceļoja*, *Kā Lupatiņi brokastoja*, *Kā Lupatiņi skaitīja laiku* (režisors Edmunds Jansons) un arī trīs studijas *Animācijas brigāde* leļļu filmas *Zirņa bērni*, *Puteklis* (režisore Dace Rīdūze) un *Londonas brīvdienas* (režisors Jānis Cimmermanis).



6.XI 18.00, 7.XI 17.30, 10.XI 17.30, 12.XI 19.00 Latvijas komēdija *Kino un mēs*. Režisors Matīss Kaža.

Lomās: Andris Keišs, Egons Dombrovskis, Jānis Skutelis. Kas notiktu, ja *Mērieku laiku* Ķenci spēlētu Jānis Skutelis? Ko darītu Andris Keišs, ja viņam būtu jāiemiešojas Gunāra Cilinska ādā? Vai Egonam Dombrovskim izdotos atveidot Rīgas kinostudijas leģendāro *bojevīku* režisoru Aloizu Brenču? Aktieri pievērsās latviešu padomju filmām, mēģinot saprast, kāpēc tās uzņēma tieši tā... Keišs, Skutelis un Dombrovskis atveido režisorus, operatorus, scenāristus, kritiķus, bet visvairāk – aktierus, iejūtoties filmu *Ezera sonāte*, *Mērieku laiki* un *Dubultslazds* varoņu lomās.



6.XI 20.00, 7.XI 15.30, 10.XI 19.30, 11.XI 19.00 Lielbritānijas, Itālijas komēdija *Itālijas atmiņas*. Režisors Džeimss Dārsijs.

Lomās: Liams Nīsons, Maikls Ričardsons, Lindsija Dankana, Valērija Bilelo u.c. Sirdssilta komēdija par bohēmisko mākslinieku Robertu, kurš atgriežas gleznainajā Toskānā, lai kopā ar dēlu Džeku steidzami pārdotu māju, ko viņi mantojuši no mirušās sievas. Roberta neprasme veikt remontdarbus saved viņus kopā ar košiem vietējā ciemata iedzīvotājiem, savukārt Džekam mājas stāvoklis atgādina zudušās atmiņas par laimīgākiem laikiem kopā ar māti.



PIEMIŅAI

Svecišu vakari

Mirušo piemiņas diena jeb svecišu vakars ir īpaša svētku diena, kas kristīgajā baznīcā ieviesta tāpēc, lai atcerētos un Dieva priekšā pieminētu aizgājušos.

Latvijā šajā dienā iedez svecītes par godu aizgājušo ļaužu piemiņai. Šeit svecišu vakars par baznīcas tradīciju kļuva 1832. gadā, un tā tiek aprēķināta pēc Prūsijas parauga – baznīcas kalendāra pēdējā svētdienā.

Šis ir labs laiks, lai bērniem pastāstītu par priekšgājējiem, kuri atdusas kapos. Uguns liesmiņas kapsētu sasilda, tā vairs nešķiet tik drūma, sarunas raisās vieglāk. Tas ir laiks, kad padomāt par dzīves nebeidzamo ritumu.

Īvandes, Padures, Rumbas, Snēpeles, Vārmes un vēl dažu pagastu kapsētās svecišu vakars šogad netiek īpaši organizēts, tādēļ iedzīvotāji aicināti 22. novembrī iedegt svecītes.

- Kuldīgā**
22.XI aicina iedegt sveces un pieminēt aizgājušos Meža, Kalna un Annas kapos.
- Kabilē**
14.XI 15.00 Gatviņu kapos, 16.00 Kabilēs kapos.
- Kurmālē**
15.XI 11.00 Segļu kapsētā, 11.30 Kurmāles, 12.00 Siliņu, 13.00 Pūķu, 13.30 Paulīnes, 14.00 Pūcu, 14.30 Ēmu, 15.00 Viļenieku, 15.30 Vilgāles kapsētā.
- Laidos**
29.XI svecišu vakars pagasta kapsētās.
- Pelčos**
22.XI 13.00 Bišavu kapos, 14.00 Rimzātu, 15.00 Ģiņu, 16.00 Pelču kapos.

- Rendā**
22.XI iedzīvotāji aicināti nolikt svecītes pagasta kapsētās.
- Rudbāržos**
8.XI 11.00 Vecsieksātes kapsētā, 11.30 Bākūžu, 12.00 Sprīžu, 13.00 Lūdiķu, 14.00 Krogarāju kapsētā.
- Raņķos**
21.XI 15.00–16.00 Irbes kapsētā, skatot mūzikai, tiks iedegtas sveces.
- Skrundā**
21.XI 16.00 Sila kapsētā, 17.00 Baznīcas kapsētā.
- Nīkrācē**
22.XI cilvēki aicināti nolikt svecītes Purvakroga, Miera, Tukuma, Priednieku, Līgutņu un Nīkrāces kapsētā.

PĀRDOD

Pārdod **PVC LOGUS** un **DURVIS**, iebūvējamus skapjus, bīdāmās durvis, moduļu virtuves. Plašs žāļūziju un pretinsektu sietu piedāvājums. Veic mērīšanu un montāžu. Mucenieku ielā 25, tālr. 28448638, Gravas ielā 1, tālr. 28378818.

Pārdod **METĀLA JUMTUS** un no-tekstētāmas no ražotāja. Cena – no 5,50 EUR/m². Tālr. 20211377.

Pārdodam svaigi atdzesētus **CŪKGA-ĻAS** pusliemeņus (svilinātus). Vidējais pusliemeņa svars – 40–45 kg. Cena – 2,40 EUR/kg. Piegāde bez maksas. Tālr. 28926174.

GRAUDUS, miltus. Tālr. 29560864.

GRAUDUS, metināmo ap. Tālr. 26064339.

SIA **Vēvers** pārdod priedes skaidu kuri-nāmās **BRIKETES** ar piegādi. Cena – 130 eiro. Tālr. 26651831.

Piedāvājam kvalitatīvas bērza **BRIKETES**, ilgi deg, mazs pelnu atlikums, ar piegādi Kuldīgā, 128,80 eiro par paleti. Tālr. 20331463.

Skaldītu lapkoku **MALKU**. Tālr. 27885688.

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

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

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

Visu veidu **MALKU**. Tālr. 26153187.

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

Skaldītu un kluču **MALKU**. Tālr. 27195825.

Sausu **MALKU**. Tālr. 29254530.

Aku, kanalizācijas **GRODUS**. Tālr. 29142702.

PĒRK

AUTOMAŠĪNAS. Tālr. 28679476.

NOPIRKŠU GARĀŽU Kuldīgā. Tālr. 28721053.

MEŽUS, cirsma, malku. Tālr. 26544462.

Oša, kļavas, bērza **ZĀĢBAĻĶUS**. Tālr. 29428876.

Pērk koka šķūņus **NOJAUKŠANAI**. Tālr. 25328353.

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

SIA **Lāses AM** kautuve iepērk piena **GOVIS**, gaļas **LIELĻOPUS, TEĻUS, BUĻĻUS** kautsvārā. Piemaksas par daudzumu. Transports bez maksas. Samaksa par lopiem 7 dienu laikā. Tālr. 29353243.

Briežu **RAGUS**. Brauc pakaļ. Tālr. 29886349.

Pērku **RAGUS**. Tālr. 22728888.

VAJADŽĪGI

SIA **Silja** (40003264664) aicina savā komandā Kuldīgā precīzāko, ātrāko, loģiskāko un pozitīvāko lauksaimniecības tehnikas **MEHĀNIKI**. Atalgojums, sākot ar 900 EUR (bruto). CV un motivācijas vēstuli līdz 30. novembrim sūtīt: silja@silja.biz.

SIA **IMK** (41203037543) **AICINA DAR-BĀ**: krāsotāju, špaktelētāju, flizētāju, koka karkasu māju būvnieku. Vēlama darba pieredze un angļu valodas zināšanas. Darbs Zviedrijā, dzīvesvietu nodrošina. Alga, sākot ar 12 EUR/st. Tālr. 26046209.

DAŽĀDI

ZIEMAS RIEPAS par labām cenām, īpaši izdevīgi – pasūtīt! Tagad strādājam arī sestdienās. Tālr. 29242556, 26669624, merano.lv.

Veicam visu veidu **JUMTA** un celtniecības darbus. Tālr. 26844885.

Veicam visu veidu **DZĪVOKĻU** remontdarbus. Tālr. 26844885.

Telpu **KOSMĒTISKAIS REMONTS**, jumtu darbi, maiņa, fasādes apdare, materiālu piegāde. Tālr. 26269909.

Ēku siltināšana ar **EKOVA TI**. Aizpildām ēku gaisa spraugas. Tālr. 25624247.

Ķēžu **EKSKAVATORA** pakalpojumi (5,5 t). Tālr. 26046209.

Sertificēta **TAKSATORA** pakalpojumi: meža inventarizācijas lietu izgatavošana; mežaudzes novērtēšana; cirsma dokumentācijas sagatavošana; īpašuma robežu, kupicu ierīkošana un atjaunošana. Tālr. 27226777.

Ātri un lēti ierīko **DZIĻURBUMU**. Tālr. 29605105, 28205914.

Tīra **AKAS**. Tālr. 26018109.

ZOOBIRŽA

Ļoti smagos apstākļos dzīvo divi bez saimnieka palikuši **KAĶI**. Kaķiem vajadzīgas jaunas mājas. Tālr. 29619084.

PATEICĪBA

*Rokas, kas mīlēja darbu, gurušas,
Sirds, kas vēlēja labu, nu atdusas.*

/Z.Purvs./

Paldies radiem, draugiem, kaimiņiem, bijušajiem un pašreizējiem kolēģiem, kuri bija kopā ar mums gan domās, gan klātesot, mūsu vistuvāko un vismīļāko cilvēku EDUARDU STE-PENU pēdējā gaitā pavadot.

Īpašs paldies Veltai Krūmiņai par ikdienā teiktajiem cerību, mierinājuma, stiprinājuma vārdiem, Andrim Kraukim par ilggadēju draudzību un palīdzību. Paldies visiem, visiem!

Ģimene

LĪDZJŪTĪBAS

*Tuvs cilvēks neaiziet,
Viņš tikai pārstāj līdzās būt.*

/S.Kaldupe./

Ausma, esam kopā ar tevi un ģimēni skumju brīdī, no dēla JĀŅA atvadoties.

Klasesbiedrenes Līga, Niola, Brigita,
Alda, Velta

*Mēs klusi paliekam šai krastā,
Vēji šalkos un mierinās mūs,
Bet Tava vieta, kas bija šai dzīvē,
Vienmēr mūsu atmiņās būs.*

/S.Kaldupe./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību tuviniekiem, JĀŅI AMOLIŅU pāragri zaudējot.

Marika, Aivars Eglīši

*Es jau neaizeju,
Es vienmēr būšu putenī,
Bērzos un zvaigznēs.*

/O.Vācietis./

Izsakām līdzjūtību Amoliņu ģimenei, JĀŅI mūžībā aizvadot.

Kaimiņi Jelgavas ielā 17

*Ūdentīnš, akmentīnš,
Tie dzīvoja saules mūžu,
Ūdens zemes lejņā,
Akmens kalna galotnē.*

/T.dz./

Izsakām līdzjūtību Vijas Māliņas ģimenei, no mammas atvadoties.

PICK Kuldīgas Tehnoloģiju un tūrisma
tehniskums saime

*Reiz pienāk diena, nelūgta un skarba,
Kad dziļi, dziļi daudzēm sirdis sāp.*

/O.Skuja./

Izsakām līdzjūtību piederīgajiem, no ANITAS PEČAKAS atvadoties.

Kabiles pagasta pārvalde

*Lai tev dzimtās zemes vēji
Klusu miera dziesmu dzied.*

/J.Silazars./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību Gunāram Pečakam un ģimenei, mīļu cilvēku zaudējot.

Kursabiedri 18. PPTCV

*Klusa paliek istabiņa,
Vēl klusāks pagalmiņš.*

/T.dz./

Izsakām līdzjūtību Klāvam un Martinam Nikam, no vecvecētiņa atvadoties.

Ēdoles skolas klasesbiedri,
vecāki un audzinātājas

*Tik daudz vēl nepateiktā
No dzīvē izjustā.
Tik daudz vēl nepaveiktā
No mūžā iecerētā.*

/V.Kokle-Līviņa./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību Dailai Zernei un tuviniekiem dzīves skumjākajā brīdī.

Emīlija un Aigars Ēdolē

*Klusiem soļiem māmuliņa
Mūžam durvis aizvērsi.*

/T.dz./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību Vijai, mammu mūžībā pavadot.

Pii Ābelīte kolēģi

*Deg, sēru svece deg,
Kaut mūžs vēl neizdzīvots.*

/K.Apškrūma./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību Astrīdai, Ilzei, Mārtiņam, Mārim, dēlu un brāli JĀŅI FIRGUTU mūžībā pavadot.

Dūdiņu, Veidemaņu, Poļu-Āboliņu
ģimenes

*Nav kādas balss un soļu blakus,
Un rudens vējš top divkārt ass.*

/K.Apškrūma./

Izsakām līdzjūtību un skumstam kopā ar piederīgajiem, no ANDRA atvadoties.

Kaimiņi no Bruņinieku mājas

*Gan sāpju dienas, gan saules rīts,
It viss tiek klusi zemē tīts.*

/E.Vēveris./

Izsakām līdzjūtību Ievai Volkovičai, no brāļa uz mūžu atvadoties.

Turlavas mednieku kolektīvs

LAIKA PROGNOZE**Aukstums sāksies naktīs**

Šoruden lapkritis neliecina par bargu ziemu – tāds ir dabas novērotāju secinājums. Meteorologi to neapgalvo, kaut tādai prognozei ir ievirzes, jo novembra sākums, kā paredzēts, bijis ļoti silts. Taču aukstums var sākties pēkšņi.

Pēc Latvijas Vides, ģeoloģijas un meteoroloģijas centra (LVĢMC) novērojumiem naktīs bijušas novembrim diezgan dzestras, taču diena termometra stabiņš pakāpies neierasti augstu, īpaši Kurzemē. Ventspīlī šīs nedēļas vidū tas sasniedza +15, un iepriekš kas tāds fiksēts

1968. gadā. Rudbārņnieks Ints Folkmanis feisbukā ievietojis interesantas rudenīgo lapu bildes. Vienā redzami zemē tādi kā krusas graudi, bet izrādās – tās ir sēnes. Siltumam turpinoties, gan mežos sēnes vēl atrodamas, gan dārzos rozēs zied. Arī LTV laika ziņu komentētājs Toms Bricis feisbukā norāda: ziemas gaidītājiem diemžēl vēl būs jāpaciesas. Tomēr siltāk gan vairs nekļūšot.

Brīvdienās mūsupusē būs silti dienā, arī naktīs nebūs pārāk dzestras. LVĢMC prognozē saulainu sestdienu ar +10, svētdien būšot par grādu siltāk, taču



mākoņains un nedaudz līs. Nākamās nedēļas sākumā dienas vēl būs siltas, bet naktīs pieaug dzestrumi. Naktī uz trešdienu iespējami pat –2 grādi. Līdz ar to arī dienā temperatūra vairs strauji nekāps. Aukstums iestāsies ar sausu gaisu, tāpēc īpašu nokrišņu Kurzemē nebūs, vienīgi neliela smidzināšana.

Daina Tafelberga

Jaunumi arī portālā
www.kurzemnieks.lv!

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

VIKA SIA «Vika Wood»
kokzāģētava PĒRK
egles un priedes zāģbaļķus.
Sīkāka informācija pa tālruni **26443376**.
Papildu informācija www.vikawood.lv.

VĀRDADIENAS

No 7. līdz 14. novembrim
 7. Helma (41), Lotārs (59)
 8. Aleksandra (6606), Agra (284)
 9. Teodors (672)
 10. Mārtiņš (12 871), Mārcis (2450),
 Markuss (4131), Marks (3492)
 11. Ojārs (1347), Rainers (849), Nellija (1185)
 12. Kaija (81), Kornēlija (83)
 13. Eižens (86), Jevgeņijs (3211),
 Jevgeņija (1177)
 14. Fricis (140), Vikentījs (106), Vincents (107)
Populārākie: Aleksandra un Mārtiņš.



Citā valodā pazūd vokatīvs

Mārtiņš Stebulis,
 mācās V. Plūdoņa Kuldīgas vidusskolā:
 – Kad vecāki domāja, kā mani nosaukt, izdomāja trīs variantus: Mārtiņš, Kārlis, Miķelis. Galu galā izvēlējās Mārtiņu, jo tas jau ir līdzīgs deminutīvam*, salīdzinot ar Kārli (Kārlītis) un Miķeli (Miķelītis). Man ļoti patīk šis vārds – tas labi iet klāt uzvārdam. Bet ir bijusi saskarsme ar krievu un poļu cilvēkiem, kuriem manu vārdu izrunāt grūti, – uzrunājot pazūd vokatīva locījums. Rados neviena cita Mārtiņa nav, ja nu kādam attālam radniekam. Bet gandrīz

visur, kur eju, nākas sastapties ar vēl kādu. Klasē esam divi. Tas, protams, rada pozitīvas emocijas, ja ir vārdabralis blakus, vienīgi atsaucamies abi. Esmu dzirdējis vairākus mana vārda skaidrojumus. Mārtiņi esot mērķtiecīgi – tāds esmu arī es. Jūtos lepns, ka agrāk tieši manā vārdadienā senie latvieši svinējuši ražas novākšanas svētkus. Es šodien svinu draugu un radu kompānijā. Gaiļa gan uz galda nav.

* Pamazinājuma forma

Rūta Medīna (Jauno žurnālistu skola)
Mārtiņa Stebulā arhīva foto

Latvijas Nacionālā teātra izrāde
LEPNUMS UN AIZSPRIEDUMI
 12. novembrī
 plkst. 16.00 un plkst. 19.00
 t/h JŪRAS VĀRTI

CITRO savā jubilejā sveic
Latvijas jaunās ģimenes kopā ar lieldraugu "Mēness aptieka"

Piesakies dāvanu komplektam, ja šā gada **8.11.** sagaidīts ģimenes pieaugums!

Raksti uz info@citro.lv ar norādi: "CITRO ģimenes komplekts" vai zvani pa tālruni: +371 25605580 un mēs nogādāsim tev dāvanu. Vairāk info www.citro.lv

Dziedniece Sāra

- Dziedināšana
- Pareģošana
- Atbrīvošana no dažādām atkarībām (alkohola, azartspēlēm u.c.)

Tel. pierakstam 26381988
Pieņems Kuldīgā
 10., 24. novembrī.

MAIJA APTIEKA

ZĀĻU PIEGĀDE UZ MĀJĀM

Lai pasargātu sevi un tuviniekus no riska saslimt, mēs piedāvājam zāļu piegādi uz mājām: recepšu, kompensējamās un bezrecepšu zāles.

KĀ PASŪTĪT?

- Sazinies ar Maija Aptieka farmaceitu
- Saņem farmaceita konsultāciju
- Pasūti sev nepieciešamās zāles
- Mēs piegādāsim zāles uz norādīto adresi

Par piegādes laiku un izmaksām uzzini pasūtīšanas laikā, sazinoties ar farmaceitu. Piegādājam visā Latvijā!

Tālrunis nr. +371 63350065, e-pastu info@maijaaptieka.lv
 Mēs atrodamies 1. maija laukumā 3, Skrudnā

INTERNETA APTIEKA
www.maijaaptieka.lv

LOGI UN DURVIS Rudens atlaides logiem **līdz 34%**

Akcija līdz 30.11.2020.

- ŽALŪZIJAS
- GARĀŽU VĀRTI
- METĀLA DURVIS
- PRETINSEKTU SIETI
- PVC LOGU UN DURVJU REMONTS

REHAU **Brigam**

Kuldīga, Vakara iela 15. www.montaznieksde.lv
 Tel. / fax 63323281, mob. 26179829 **MONTĀŽNIEKS DE**

9. novembrī Kuldīgā, Mārtiņzālē, no 10.00 līdz 13.00 **DONORU DIENA.**

Līdzī jāņem pase, donora apliecība, bankas konta nr. Lūgums nedrūzmēties un ievērot distanci!

PĒRKAM

Augošu koku cirsma un sortimentus pie ceļa

Meža īpašniekiem:

- Veicam bezmaksas konsultācijas;
- Palīdzam meža taksācijas sagatavošanā, cirsma iestigošanā;
- Palīdzam iesniegt ciršanas pieteikumu VMD.

Metsä

Telefoni informācijai: 29150470, 67804343
www.metsaforest.com/lv

CIEŅĪJAMIE KLIENTI!

- Apmeklējot *Kurzemnieka* redakciju klātienē, lūdzam lietot sejas maskas.
- Ja ielas remonta dēļ apgrūtināta ieeja no 1905. gada ielas, varat izmantot ieeju no redakcijas sētas puses.

Aicinām izmantot arī attālinātās iespējas:

- *Kurzemnieku* abonēt portālā www.abone.pasts.lv,
- sludinājumus un reklāmu iesūtīt e-pastā: sludinajumi@kurzemnieks.lv vai izmantot portālu www.307.lv, izvēloties sadaļu *Kurzemnieks*.

Latvijas Finieris

Bērza finierkluču iepirkšanas cenas koklaikumā Kuldīgā, Kuldīgā, Ganību ielā 12
 (cenas ir informatīvas) www.finieris.lv, tālr. 29126139.

Sortiments	Lobišanas cilindru diametru grupas, cm	Nominālgarums, cena, EUR/m ³	
		2,70 m	5,40 m
B šķiras finierkluči	14 – 15,9	25	25
	16 - 17,9	50	50
	18 - 20,9	75	75
	21 - 24,9	100	100
	25 - 29,9	105	105
	30 - 39,9	105	105
E šķiras finierkluči	> 40	90	90
	21 - 24,9	105	105
	25 - 29,9	125	130
	30 - 39,9	125	130
Brākēts papīrmalkā	6 - 70		20
	Neatbilstošs		15
	Ar metālu		10

Pērkam meža īpašumus, tālr. 28600122, e-pasts: lfmezs@finieris.lv

Esi mūsdienīgs!

www.307.lv

Sludinājumus laikrakstā **Kurzemnieks** iesniedz ērti no sava datora

307.lv

NOVEMBRA ERUDĪTS

Atbildi meklējiet kādā no *Kurzemnieka* numuriem un līdz 9. novembra 11.00 sūtiet e-pastā: konkursi@kurzemnieks.lv!

Ko ražo uzņēmums Eco Consumed?

Atbilde. Šogad Kuldīgas pensionāru apvienībā *Rumbiņa* ir 172 biedri.

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

VEIKALS Pindzele
 RADOŠĪBĀS CILVĒKIEM

Konkursu atbalsta veikals Pindzele.