



## 1. APRĪLIS – JOKI MAZI!

Piedzīvojumi un skolēnu  
konspekti.

→ 2., 16. lpp.



„Nav vienkārši savākt astoņus  
vai desmit līdzīgi domājošus, arī  
trakus, ar saprotošām ģimenēm,  
jo tas nav tikai treniņš – ir arī  
sacensības, izbraukumi,” saka  
basketbola veterāne

**Antra Ābula.** → 12.-13. lpp.

Lai neatņem kovida pabalstu,  
**laikus jāinformē tiesu  
izpildītājs.**

→ 3. lpp.



## KĀ SVINĒSIM LIELDIENAS.

→ 3., 14. lpp.

Turlavas Kalna  
Mikās modernizē  
fermu, govīs  
slauks roboti.



→ 5. lpp.

Ugunsgrēkā Gudeniekos iet  
bojā divi vīrieši.

→ 4. lpp.

**Uzmanību: krāpniecība  
internetā! Kā no tās  
izvairīties?**

→ 10. lpp.

## Otrdien, 6. aprīlī:

- Mājoklis: kā remontēt un iekārtot.
- Alsungas vidusskolas divpadsmitie.
- Seniori Kuldīgā iekops dārziņu.
- Lai telpaugi labi aug.
- Ēšanas paradumi – cik tie veselīgi.



# Latviešu galdā olas ir allaž



Aina Sļisarenko no Kurmāles  
Mazķīšiem secina: baltās  
olas pircēji vairs tik daudz  
nemeklē, jo skaisti nokrāsot  
varot arī brūnās.

Pirms Lieldienām liels noiets ir vistu olām, tostarp arvien  
pieprasītāka ir vietējā produkcija.

Kurmāles pagasta *Mazķīšu* saimniece Aina Sļisarenko teic, ka pandēmija mājražotāju darbību ietekmējusi vien saistībā ar striktākiem sanitārajiem noteikumiem. Vistas dēj, un visu pieprasījumu pat grūti izpildīt. Lielākā daļa gan aiziet uz Rīgu, jo arvien vairāk tiek meklētas olas no tā sauktajām laimīgajām vistām, jo tās dzīvojas brīvā dabā. Putnu gripas dēļ apstākļi tomēr ir ierobežoti. Putnkope atgādina, ka kādreiz vistu saime bijusi gandrīz katrā lauku sētā, bet tagad to audzēšana vienlaikus ir ražošanas un vaļasprieks.

Dainas Tāfelbergas teksts un foto

## Ventā atlaiž 53 kilogramus nēgu

Pēc nelikumīga zvejas rīka izcelšanas  
no Ventas pie rumbas Valsts vides  
dienesta (VVD) inspektori atlaiduši  
ūdenī 530 nēgu un vienu līdaku.

Inspektoros 28. martā informēja  
Kuldīgas novada pašvaldības policija,  
kam savukārt par upē pamanīto zvejas  
rīku ziņojuši garāmgājēji. Inspektori

lomu no murga uzreiz atlaiduši upē, un  
nelikumīgais rīks tiks iznīcināts.

No 1. februāra līdz 31. jūlijam Ventā  
ir nēgu zvejas liegums, un par katru  
nelikumīgi noķerto nēgu zivju resursiem  
nodarītie zaudējumi ir 40 eiro, par līda-  
ku – 145 eiro. Ja vainīgos būtu izdevies  
notvert, tiem būtu jāatlīdzina vairāk

nekā 21 000 eiro.

VVD izsaka pateicību iedzīvotā-  
jiem, kuri par šo pārkāpumu operatīvi  
ziņoja, un zivju migrācijas un nārsta  
laikā turpinās ūdeņus pastiprināti  
kontrolēt.

Alberts Dinters

## REDZĒJUMS

## Nu, kādi tad esam kļuvuši?



Daina Tafelberga

Pagājušajā gadā gandrīz ap šo laiku (aprīļa otrajā nedēļā) man bija intervijas ar vairākiem mācītājiem – šajā gadsimtā tās bija pirmās kļūšanās un neziņas pilnās Lieldienas gan kristiešiem, gan tiem, kam vairāk patīk ārišķīgas izdarības ar zaķiem. Ciešanu laiks baznīcā sakrīta ar jauna vīrusa izplatību, lai gan daļā sabiedrības virmoja klaji pausts uzskats (vēl joprojām tāds pavīd), ka tās ir galīgas muļķības un valdības centieni ierobežot cilvēka tiesības un brīvību.

**„Kristus ciešanu piemiņas un katra pārdomu laiks ir pastāvējis neatkarīgi no kariem, slimībām, varas maiņas un visa cita pasaulē.”**

Baznīcas bija slēgtas, dievkalpojumi lielākoties notika tiešraidē vai tajās draudzēs, kurām tehnoloģijas nebija pieejamas, nenotika vispār. Nevienam nezināja, kas būs rīt: daži gaidīja radikālas pārmaiņas, citi teica, ka gan jau viss atgriezīsies ierastajās sliekšņos. Luterāņu mācītājs, teoloģijas doktors Ralfs Kokins Lieldienu intervijā toreiz teica, ka šī krīze atklās, kādi esam. Atklās gan bravurīgu stubumu un egoismu, gan saprātu,

atbildību un cilvēcību. Arī citi garīdznieki (un ne tikai viņi) norādīja uz lūzumu cilvēces straujā dzīves tempā.

Nu, kādi tad esam kļuvuši? Kas tad gada laikā noticis (iztiksim bez Covid-19 statistikas), kādas pārmaiņas piedzīvotas? Vai esam iemācījušies veikalā negrūstīties un pustukšā pilsētā neskriet uz ielas otram virsū? Vai mākam atcerēties vecmāmiņu, kuru iepriekš laika trūkuma dēļ apciemojām tikai svētkos, bet tagad vajadzēja piezvanīt ik dienu un pajautāt, vai nevajag ko aizvest? Un pieciest tirdzniecības ierobežojumus, jo varbūt tiešām viss nav vajadzīgs?

Ir bezgala daudz sīku, sadzīvīsku lietu, kurām vajadzēja atbrīvot vietu garīgumam. Kā to jau pirms tūkstošiem gadu apustulis Pāvils apraksta vēstulē galatiešiem: gara augļi ir mīlestība, prieks, miers, pacietība, laipnība, labprātība, augstsirdība, lēnprātība, pieklājība, atturība, šķīstība. Kristus ciešanu piemiņas laiks pēc būtības pastāvējis kopš Dieva dēla krustā sišanas neatkarīgi no kariem, slimībām un politisko iekārtu maiņas. Laiks, kas ļauj vai palīdz ikvienam savākties, atteikties, pagaidīt un – domāt. Bet laikam, kā teica R.Kokins, tā pēkšņi ar nedēļu jau nepietiek: jāpaiet ilgākam laikam, lai izaudzētu gara augļus. Bet tāpēc nav jāieilgst pandēmijai.

## TRĪS PAR VIENU

## Joks, kas paliek atmiņā

Diezgan reti gadās, ka mūsu laikraksts iznāk tieši 1. aprīlī – Joku dienā. Tāpēc šajā reizē lūdzām trīs cilvēkus atcerēties smieklīgu atgadījumu: kā viņi izjokoti vai izjokojusi citus vai arī kā vienkārši noticis kaut kas jautrs. Un ne jau tikai 1. aprīlī.

## OLAS UN FACEBOOK

## 1. Dace Priede, rakstniece, režisore:

– Pirmais, kas nāk prātā, ir atgadījums ar olām. No rīta izdomāju, ka brokastīs gribas vārītas. Sacīts – darīts, lieku katliņu uz uguns. Lai olas kārtīgi izvārītos, vajadzīgas vismaz desmit minūtes. Kā tās pavādīt? Nolemju, ka jāpalūkojas feisbukā, kas jauns tur sarakstīts. Atveru datoru, sāku skatīties ierakstus. Nav noslēpums, ka šāda nodarbe aizrauj. Skatos, lasu un pēkšņi dzirdu: „Paukš!

Paukš! Paukš!” Metos uz virtuvi skatīties, kas tur uzsprādzis. Ieeju un redzu, kā manas brokastis uzlidojušas pie griestiem, bet katliņš izvārijies sauss un piededzis. Bērni, nevāriet olas, ja vienlaikus apmeklējat feisbuku! Un vēl 1. aprīļa ticējums: ja todien tu cep pankūkas un nepiededzini, tad būsi labs pavārs.

## BEIDZĀS AR SARUNU PIE DIREKTORA

## 2. Kristaps Skutelis, mūsdienu tehnoloģiju speciālists:

– Viens no nedarbiem jeb ļaunajiem jokiem, kas nāk prātā, tika izstrādāts skolā. Tam gan nebija nekāda sakara ar 1. aprīli, jo tad nekas īpašs nav sastrādāts. Bet toreiz bija tā. Mācījos Rēzeknes ģimnāzijā, kur mums bija arī datorstundas. Bijām trīs čaļi, kuriem darboties ar datoriem patika jau tolaik. Ko mēs? Izdomājām izjokot skolotāju un internetā sameklējām programmu, ar kuras palīdzību no datora cietā diska tiek izdzēsta visa informācija. Uzinstalējām uz vairākiem datoriem. Tā mums todien bija pēdējā stunda, programmu palaidām un

aizgājām uz kopmītnēm. Pēc kāda laika atskanēja zvans no skolotāja, kurš nēms par nodarīto mūs sunīt. Protams, ar to viss nebeidzās – mani izsauca pie direktora uz ļoti nopietnu sarunu.

Nākamajās stundās tikām ļoti īpaši uzmanīti, bet ko tas deva? Pēc šī atgadījuma sapratu, ka man vēl vairāk pie sirds iet darbošanās ar datoriem un jaunās tehnoloģijas. Protams, dažādas nejaucības turpinājās. Iekļuvām fizikas kabinetā tad, kad skolotāja nebija, un viņa datorā palaidām programmu, kas palīdzēja no tā izvilkt kontrolārba uzdevumus. Tas gan toreiz nepalīdzēja, jo pārbaudes darbā bija citi jautājumi. Nekad tā nedarīti!

## IZRĀDE VIENAM SKATĪTĀJAM

## 3. Indra Burkovska, aktrise:

– Tas bija 90. gadu vidū. Toreiz es strādāju eksperimentālajā teātrī *Kabata*. Ģirts Sils, viens no režisoriem, saka: viņa sapnis ir rādīt teātra izrādi vienam skatītājam. Tāds ir viņa sapnis! Ir pagājuši aptuveni 25 gadi, un es prasu: „Kā tad nu ir? Nu tev ir iespēja piepildīt sapni – var rādīt izrādi vienam skatītājam.” Viņš atbild: „Es tev

izstāstīšu anekdoti. Notiek teātra izrāde, pienāk starpbrīdis, un pie aktieriem atnāk viens skatītājs. Viņš saka: „Izrāde ir ļoti laba, bet es iešu prom.” Viņam jautā, kāpēc. Skatītājs atbild: „Tāpēc, ka es zālē esmu viens un man ir bail.””

Es gribu visiem novēlēt, lai šajā laikā mums nevienam nav bail un nepazūd humora izjūta.

Alberts Dinters

## LASĪTĀJS JAUTĀ

## Deklarācija jāizpilda

„Vai tiešām man jāizpilda deklarācija un jāmaksā nodokļi Latvijā, ja jau piecus gadus dzīvoju ārzemēs?” jautā bijusī kuldīdzniece no Apvienotās Karalistes.

Valsts ieņēmumu dienestā skaidro, ka tiem Latvijas rezidentiem, kuriem ienākumi gūti kādā Eiropas Savienības (ES) valstī, gada ienākumu deklarācijā tie nav jāuzrāda. Savukārt tiem, kuri ienākumus gūst tajās valstīs, kas nav ES, tostarp

nu jau arī Apvienotajā Karalistē, jādeklarē visi tur gūtie ienākumi. Nerezidenti ir ārvalstu nodokļu maksātāji un nodokļi Latvijā maksā tikai no šejienes ienākumiem. Par rezidentu persona uzskatāma tad, ja deklarētā dzīvesvieta ir Latvijā vai ja cilvēks šeit uzturas 183 dienas vai vairāk jebkurā 12 mēnešu periodā. Rezidents ir arī tas Latvijas pilsonis, ko ārvalstīs nodarbina Latvijas valdība.

Jolanta Hercenberga

## FOTOKOMENTĀRS



Alsungā zaķi Lieldienu olu iznēsāšanai jau gatavi!

Jolantas Hercenbergas teksts un foto

## MANUPRĀT

## Varam būt lepni

Sporta gardēžiem ir, ko darīt, jo arī ar ierobežojumiem augsta līmeņa sporta notikumi turpinās. Varam ne tikai vērot tos, bet arī lepoties. Pasaules kausa izcīņas kvalifikācijas spēlēs Latvijas futbola izlases rindās – trīs mūšjē: novadnieki Dāvis un Jānis Ikaunieki un kuldīdznieks Krišjānis Zviedris. Eiropas čempionāta kvalifikācijas pirmajā kārtā volejbolā Latvijas U16 meiteņu izlases galvenā trenere bija kuldīdzniece Ieva Ņečiporuka, komandā – četras viņas audzēknes: Rēzija Bikava, Diāna Sedliņa, Laura Šmīdenberga, Aleksandra Timbere. Latvijas čempionāta finālā *Jēkabpils lūšu* komandā viens no rezultatīvākajiem volejbolistiem ir kuldīdznieks Kristaps Šmits. Zināmas arī Latvijas sieviešu volejbola izlases

kandidātes Eiropas čempionāta atlases turnīram, to skaitā no Kuldīgas un Skrundas: Anija Jurdža, Rūta Linde, Ingrida Šveigere, Paula Nikola un Petra Ņečiporukas, Amanda Nikola Ergle, Sindija Bože. Sarakstu varētu turpināt, jo no mūspuses vienmēr nākuši labi sportisti. Pirmās prasmes apguvuši pie vietējiem treneriem, kuri arī pandēmijas laikā atrod radošu pieeju, kā prasmes kaldināt gan tiešsaistes, gan āra treniņos. Pēc Lieldienām 9. aprīlī *Trīs zvaigžņu balvas 2020* ceremonijā kanālā TV3 tiks godinātas Latvijas sporta izcilības. Aizpērn *Uzlecošā zvaigzne* bija elites riteņbraucējs Kristis Neilands no Kuldīgas.

Inta Jansone



**RUNĀ SPECIĀLISTS**

## Dienā darbs ar dažiem audzēkņiem

**Gunārs Gertners**, Kuldīgas novada sporta skolas šaha nodaļas treneris



Apmēram pirms gada mūs visus pārsteidza vīruss, kura dēļ sākās dažādi ierobežojumi arī treniņiem un sacensībām. Pagājušajā vasarā ar ierobežojumiem šahā viss varēja notikt klātienē. Tomēr, sākot ar oktobri, turpinājušās tikai individuālas nodarbības klātienē: viens treneris, viens audzēknis. Tika atceltas visas sacensības, tajā skaitā *Rumbas kauss* Kuldīgā, kurā parasti piedalījās līdz 150 bērniem no Latvijas, Lietuvas un Igaunijas. Vēl sliktāka situācija izveidojās šogad, kad pilnīgi visam jānotiek attālināti.

Bez šaubām, attālināti treniņi ne tuvu nevar aizstāt darbu klātienē. Mums šajā laikā treniņi notiek platformā Zoom – viens audzēknis darbojas vienu stundu. Tas nozīmē, ka katru dienu varu strādāt ar pieciem sešiem. Lai arī varu daudz ko iemācīt, tomēr izpaliek ļoti būtisks faktors – šaha partijas un sacensības ar citiem klātienē.

Visi ceram, ka, sākot ar jūniju, atkal varēsim satikties. Tāpat ļoti svarīgi būtu

atkal piedalīties klātienē sacensībās. Pašlaik audzēkņi var sacensties turnīros internetā, tomēr daudziem tādi nepatīk, un viņi nevēlas tajos piedalīties. Aktuāls ir arī jautājums par godīgumu, un diezgan daudzi saņēmuši diskvalifikāciju par krāpšanos (kuldīdznieku viņu vidū nav).

Vai attālināti treniņi ietekmēs rezultātus nākotnē? Visi audzēkņi Latvijā ir ļoti līdzīgā situācijā, tādēļ rezultāti varbūt īpaši nemainīsies. Tomēr spēles kvalitāte gan noteikti būs cietusi, un turnīru partijās tiks pieļautas daudzas kļūdas – daudz vairāk, nekā tas notiktu tad, ja viss būtu turpinājies parastos treniņos.

**AKTUĀLAIS JAUTĀJUMS**

## Kā šogad svinēsiet Lieldienas?



**Skaidrīte Dāvidsone**, strādā apzulumošanā:

– Svinēsīm kā parasti – mājās, tad izejam pastaigāt pa pilsētu, pašūpoties un apskatīt, kādas dekorācijas saliktas. Pie tradīcijām ir olu krāsošana, ripināšana. Krāsojam ar dabīgiem līdzekļiem:

sīpolu mizām, zaļajām skābenēm un piparmētrām. Lieldienas man ļoti patīk. Šķiet, tie ir paši lielākie svētki, pat lielāki par Jāņiem.



**Dace Priede**, Kuldīgas amatieru teātra režisore:

– Droši vien aizvadīšu ar mazbērniem. Pavisam mierīgi – kur manos gados vēl var traktot? Šūpoties nav vērts, jo esmu tas laimīgais cilvēks, kuram tāpat nekož ne odi, ne dunduri. Bet lielīties nevajag, ka nepiesauc

pretējo. Olas vislabāk ir krāsot ar kreppapīru, jo tas ūdenim dod ārkārtīgi skaistu krāsu. Olas ēdu ar sāli, bet čaumalas caur biksēm neberu. Ir tak ticējums: ja Lieldienu olu čaumalas ber vīrietim caur biksēm, tad visu cauru gadu mājā būs tīrība. Kuldīgas identitātes pīlārā stāsta visādus pantīņus, un arī mana balss tur skan. Vēl viens ļoti labs ticējums: „Lieldienu rītā pirms saules vajah cūku atmuguriski vilkt ezerā nomazgāt, tad visu gadu mājā būs tīrība un zirneklī neaizvilks pažobeles ar tīkliem.”



**Edgars Kārklīšs**, pensionārs:

– Godīgi sakot, nemaz nezinu. Citus gadus ģimene salasījās kopā un svinējām kārtīgi: sitāmies ar olām, ripinājām, šūpojāmies paši un šūpojām bērņus. Šogad izpaliek. Man Lieldienas patīk – kuram kārtīgam cilvēkam

gan svētki nepatīk? Noteikti jau pasvinēsīm, bet ne skaļi, bez dziesmām un dejām. Šogad nemaz negribas.



**Elga Cīrule**, pārdevēja:

– Tagad jau nekur nedrīkst pulcēties, tāpēc mājās vien ar savējiem svinēsīm. Tā kā bērni ir izauguši un prom no mājām, ar vīru esam palikuši divatā, tāpēc ar olu ripinā-

šanu un citām tradīcijām neaizraujamies. Olas krāsosīm un izšūpoties arī kaut kur aizbrauksīm, lai odi nekož, bet vairāk neko. Olas ēdam ar sāli un majonēzi. Uz galda neko speciālu neliekam, tikai olas – gan pildītas, gan nepildītas.



**Agrita Freimane**, pensionāre:

– Svinēsīm mājās: krāsosīm olas, pēc tam bērniem pa zālienu izliksīm arī šokolādes olas, lai meklē. Gribeļu kādu dāvanīņu nopirkt

mazbērniem, bet šībrīža kovida apstākļos neko nevarēju dabūt. Jādomā kaut kas cits. Olas krāsojam sīpolu mizās un mellenēs, bet mellenēm jābūt skābām. Saldas neder, jo nedod skaistu krāsu, tikai tādu viegli pelēcīgu. Savukārt skābās dod no viegli zilās līdz tumši zilai.



**Jana Špačenko**, auklīte:

– Mājās svinēsīm ar tuvākajiem. Ar meitu ripināsīm un krāsosīm olas, iesīm dārzā meklēt kinderolas, ko zaķis būs noslēpis. Dārziņā mums dižu tradīciju nav, bet par šiem svētkiem stāstām.

**Katrīna Blaua, Alberta Dintera foto**

**MUMS ZVANA**

## Laikus jāinformē tiesu izpildītājs

**Vecmāmiņa uztraukusies, ka tiesu izpildītāji paņēmuši vienreizējo 500 eiro ģimenes pabalstu, kas izmaksāts viņas mazbērniem. Nauda pārskaitīta tēvam, kuram bijusi parāda piedziņas lieta. Pabalsts no viņa konta noņemts, un bērniem nevarēšot nopirkt ne datoru, ne citas iecerētās un mācībām vajadzīgās lietas.**

### NEVAR ZINĀT, KAS PAR NAUDU

Šis jautājums tiesu izpildītāju praksē ir viens no aktuālākajiem. Likumā norādīts, ka pabalsts nav pakļauts ieturējumiem un parādu piedziņai, jo domāts kā atbalsts ģimenēm ar bērniem pandēmijas laikā. Diemžēl tiesu izpildītāji šo naudu var izmantot, jo viņiem nav bijis zināms parādnieka kontā ienākušās summas mērķis, ja saņēmējs iepriekš nav par to ziņojis.

Latvijas Zvērinātu tiesu izpildītāju padomes priekšsēde Iveta Kruka norāda: „Tiesu izpildītāji neredz naudas avotu. Martā kontā ienākusi var būt gan valsts pabalsts par vienu vai vairākiem bērniem, gan darba alga, prēmija vai citi ienākumi, kurus parāda dzēšanai drīkst ieturēt. Mēs jau pirms tam aicinājām parādniekus laikus informēt par vienreizējā pabalsta saņemšanu, lai tas netiktu novirzīts parāda dzēšanai. Ieturējumi no šīs naudas netiek ņemti, jo tā paredzēta atbalstam Covid-19 krīzes mazināšanai. Tomēr, lai tehniski to

nodrošinātu, parādniekam par to laikus jāinformē.

Šāda situācija rodas tāpēc, ka tiesu izpildītājs pats nevar nevienu datu bāzē iegūt ziņas, vai parādnieks saņem kādus pabalstus. To zina tikai pats parādnieks, tāpēc jāinformē, un tad nauda netiek aizskarta. Turklāt jāziņo nekavējoties, un drošāk ir naudu no konta noņemt drīz pēc ieskaitīšanas. Tas jāņem vērā arī pensionāriem, invalīdiem un citiem, kuri Covid-19 pabalstu saņems aprīlī.”

### KAD NEDRĪKST AIZTIKT?

Civilprocesa likuma 596. pants nosaka: parāda piedziņu nevar vērst uz atļaišanas, apbedīšanas pabalstu, vienreizēju pabalstu mirušā laulātajam, uz valsts sociālajiem pabalstiem, valsts atbalstu ar celiakiju slimam bērnam, apgādnieka zaudējuma pensiju un atlīdzību par apgādnieka zaudējumu, kā arī uz sociālās palīdzības pabalstiem un bērna uzturlīdzekļiem, kurus pēc tiesas nolēmuma vai Uzturlīdzekļu garantiju fonda lēmuma maksā viens no vecākiem, kā arī uz fonda izmaksājamiem bērna uzturlīdzekļiem. Tāpat no piedziņas ir pasargāta kompensācija par darbiniekam piederošo instrumentu nolietošanos un citas atlīdzības pēc normatīvajiem aktiem, kas regulē darba attiecības. Tas attiecas arī uz darbiniekam izmaksājamo summu sakarā ar komandējumu, pārceļšanu un

### Lai krīzes pabalsts neaiziet parādos

- Par šo pabalstu nekavējoties jāziņo tiesu izpildītājam. Drošāk ir naudu no konta noņemt drīz pēc ieskaitīšanas.
- Jāpaziņo, kurā bankā un par ko cilvēks to saņems.
- Tas jāņem vērā arī pensionāriem, invalīdiem un citiem, kuri Covid-19 pabalstu saņems aprīlī.

nosūtīšanu darbā uz citu apdzīvotu vietu.

Pirms pabalsta saņemšanas jāpaziņo, kurā bankā un par ko cilvēks to saņems. Tiesu izpildītājs nosūtīs bankai papildu rīkojumu, ka šī summa martā jāsaņem. Vienā bankā, ja parādniekam konti ir vairākas, jāsaņem 500 eiro.

### VARĒS ATGŪT

Vai naudu var atgūt? I.Kruka atbild: „Ja parādnieks nebūs noziņojis, kontā tiks saglabāti minimālie 500 eiro, bet pārējais pārskaitīts parādu piedziņai. Ja tā vēستا uz pabalstu, nekavējoties jāsaņem ar tiesu izpildītāju, jāatsūta konta izdruka, kurā redzams, ka nauda ieturēta no šī pabalsta, un to summu tiesu izpildītājs varēs atmaksāt. Ja pabalsts izmaksāts marta pēdējā dienā, var rasties situācija, ka cilvēks nepaspēj naudu izņemt. Tāpēc esam tiesu izpildītājus aicinājuši 1. aprīlī nesteigties un saglabāto summu neatcelt, nogaidīt, lai cilvēks spēj izņemt. Svarīgākais: pabalsts tiek izmaksāts vienu reizi un vienu reizi šī summa arī tiek saglabāta.”

**Daina Täfelberga**

**NUMURA CITĀTS**

**Ineses Slūkas zīmējums**



„Basketbols ir riktīga kontaktspele. Viss atkarīgs arī no tā, cik daudz atļauj tiesneši. Viņi visu nevar redzēt, jo skatiens vērstas tajā virzienā, kur ir bumba,” saka kuldīdzniece Antra Ābula.

## Masveida potēšanai gatavi

Latvijas vakcinācijas plānā Kuldīgā iezīmēts C līmeņa potēšanas centrs.

Otrdien Vakcinācijas projekta birojs rīkoja attālinātu sanākumi pašvaldību vadītājiem, kurā informēja par masveida potēšanu.

Kuldīgas novada domes priekšsēde Inga Bērziņa birojam apliecinājusi, ka pašvaldība kopā ar sporta skolas kolektīvu Agra Kimbora un Ivo Solomahina vadībā atbilstošas telpas ir iekārtojusi vieglatlētikas manēžā un tajā brīdī, kad Latvijai tiks piegādāta apjomīgāka vakcīnu krava, ir gatava šo procesu nodrošināt.

### SENIORUS TURPINA POTĒT

Jau tagad Kuldīgas novadā gan ģimenes ārstu praksēs, gan slimnīcas vakcinācijas kabinetā manēžā tiek potēti tie seniori, kas vecāki par 70 gadiem, un seniori ar hroniskām slimībām.

Kuldīgas slimnīcas valdes priekšsēdis Agris Rozenfelds apliecinā, ka saņemtas jaunas devas, tāpēc 30. un 31. martā potēšana turpinās. Tuvākajās nedēļās Latvijai tiks piegādāts ievērojams daudzums devu – vairāk nekā 236 tūkstoši. Lai process būtu operatīvs un ģeogrāfiski vienmērīgs visā valstī, iedzīvotāji jau tagad aicināti pieteikties vietnē *Manavakcīna.lv*, pa tālruni 8989 vai pie ģimenes ārsta. Visi tiek reģistrēti vienotā sarakstā.

### SASLIMSTĪBA PIEAUGUSI

Kuldīgas novadā pēdējās nedēļās saslimstība ar Covid-19 ir pieaugusi, divās nedēļās skaitam sasniedzot 134. Sazinoties ar Slimību profilakses un kontroles centru (SPKC), pašvaldība noskaidrojusi, ka kādā uzņēmumā vai iestādē izteikta uzliesmojuma nav – pārsvarā tas saistīts ar pulcēšanos. Lielākoties tā ir privāta saskare neatļautas pulcēšanās vai kāda ārvalstu radnieka viesošanās laikā, sacīja I. Bērziņa.

Lai novērstu infekcijas izplatību, SPKC aicina ikvienu ieturēt distanci no citiem, rūpīgi mazgāt un dezinficēt rokas, nepulcēties, izvairīties no vietām, kurās atrodas daudz cilvēku. Tāpat, ja ir Covid-19 simptomi, nedrīkst doties uz darbu vai kur citur. Jāsazinās ar ģimenes ārstu, kurš pateiks par turpmāko rīcību.

Nemot vērā kārtību valstī, pirmsskolas izglītības iestādes aicina vecākus, ja iespējams, bērnus turp nevest. Tāpat situācija tiek uzraudzīta, lai pamanītu, kad kādam bērnam vai darbiniekam parādās saslimšanas pazīmes.

Reizi nedēļā visās novada izglītības iestādēs notiek klātienē strādājošo pedagogu un cita personāla testēšana. Pārbauda arī tos darbiniekus, kuri ierodas sniegt individuālas konsultācijas. Regulāri tiek testēti arī pansionātu darbinieki un klienti.

Alberts Dinters

## 1000 eiro Brāļu kapiem

Kuldīgas novada pašvaldība nolēmusi piešķirt naudu piecu latviešu strēlnieku kapa plāksņu atjaunošanai.

Tas darīts, atsaucoties Rīgas Brāļu kapu un Latvijas Vēstu-

riskā mantojuma fonda vēstulei. Fonds norāda, ka Latvijas pilsētu ģerboņu galerijā tur ir Kuldīgas ģerbonis. Šī nav pirmā reize, kad pašvaldība atsaucas aicinājumam ziedot.

### NO KĀRTĪBAS SARGĀTĀJU IKDIENAS

### Aiztur agresīvu zagli

No 25. līdz 30. martam Kuldīgas iecirknī sākti 12 administratīvā pārkāpuma procesi, no tiem seši par ierobežojumu neievērošanu. Pārējos gadījumos – par transportlīdzekļa vadīšanu reibumā, ceļu satiksmes negadījumiem, miesas bojājumiem un sīko huligānismu.

26. martā ap 10.00 Kurzemes reģiona pārvalde saņēma ziņu, ka veikalā Kuldīgā apsargs kādu cilvēku aizturējis. Likumsargiem ierodoties, apsargs norādīja uz vīrieti, kurš mēģināja iznest alkoholisko dzērienu. Vīrietis uzvedās neadekvāti, pārkāpa uzvedības normas, traucēja darbu, necenzēti lamājoties, vicinoties ar rokām, izsakot piezīmes apsargam un veikalā darbiniekam. Vīrietis tika nogādāts Kuldīgas iecirknī, taču arī tur nerimās: uzvedās neadekvāti, izteica nepiedienīgus vārdus, vicinājās ar rokām, sāka ķerties pie formas tērpa policistam. Uz

Sagatavoja Valsts policijas Kurzemes reģiona pārvaldes vecākā speciāliste Madara Šeršņova.

likumsarga norādēm viņam nepieskarties un nomierināties, kā arī neizteikt aizskarošas frāzes vīrietis nereaģēja, tāpēc tika aizturēts. Pret viņu sāks administratīvā pārkāpuma process par sabiedriskās kārtības traucēšanu, pārkāpjot vispārpieņemtās uzvedības normas un traucējot mieru, iestāžu, komersantu vai citu institūciju darbu vai apdraudot savu vai citu cilvēku drošību (sīkais huligānisms). Par to naudas sods ir no 70 līdz 500 eiro.

Reģistrēti septiņi ceļu satiksmes negadījumi. Trijos ir uzbraukts meža dzīvniekiem, divi notikuši tumšajā laikā. Kuldīgā nenoskaidrots vadītājs uzbraucis žogam un devies prom, citā gadījumā automašīna nobraukusi no ceļa. Cietušu cilvēku nav.

Valsts policija aicina Lieldienu brīvdienas pavadīt mierīgi, bet, ja vajadzīga palīdzība, zvanīt pa tālruni 110.

## Taps pirmais grupu dzīvoklis Kuldīgā

Kuldīgā, Leona Paegles ielā 12, atradīsies grupu dzīvoklis pieaugušajiem ar garīgiem traucējumiem. Iecerēts, ka jau šī gada beigās vai nākamā sākumā tur varēs dzīvot.



Kuldīgā pie ēkas L.Paegles ielā 12 svinīgi parakstīts līgums, ka tā tiks pārveidota par grupu dzīvokli pieaugušajiem ar garīgiem traucējumiem. Attēlā – būvfirmas Amatnieks valdes loceklis Janeks Žizņevskis.

2016. gadā, parakstot sadarbības līgumu ar Kurzemes plānošanas reģionu par projektu *Kurzeme visiem*, pašvaldība apņēmas iesaistīties valstī notiekošajā deinstitucionalizācijā, sniedzot pakalpojumus gan bērniem ar funkcionāliem traucējumiem, gan pieaugušajiem ar garīgiem traucējumiem, kā arī veidojot jaunas sociālo pakalpojumu vietas.

Grupu dzīvoklis ir pirmais objekts, kurā sāka būvniecība. Ēka tiks pārbūvēta un pielāgota, iegādājoties materiāltehnisko nodrošinājumu. 1. stāvā paredzētas piecas istabiņas, kurās uzturēsies viens vai divi cilvēki, dzīvojamā istaba ar virtuves zonu, darbinieku telpa, duša un tualete, kā arī pacēlājs uz 2. stāvu. Tur būs kopīga atpūtas telpa, vieta veļas mazgāšanai un palīgtelpas. Pie

ēkas tiks iekārtots pagalmiņš ar atpūtas zonu. Grupu dzīvoklis kļūs par mājām astoņiem cilvēkiem ar garīgiem traucējumiem, no kuriem četri šobrīd atrodas ilgstošās aprūpes iestādē. Šie cilvēki tiks īpaši sagatavoti dzīvei sabiedrībā, un viņi turpinās saņemt sociālā mentora atbalstu, arī dzīvojot šeit. Pašlaik projekts sniedz tādas pakalpojumus, kuriem nav vajadzīga infrastruktūra, piemēram, sociālo rehabilitāciju bērniem ar funkcionāliem traucējumiem un viņu vecākiem, grupu nodarbības un speciālistu konsultācijas pieaugušajiem ar garīgiem traucējumiem u.c., skaidro Kuldīgas attīstības aģentūras projektu vadītāja Liene Jūrmale. Taču saskaņā ar deinstitucionalizāciju pašvaldība veidos arī piecus jau-

nus pakalpojumus, kam nepieciešama infrastruktūra: šo grupu dzīvokli, dienas centrus bērniem ar funkcionāliem traucējumiem, cilvēkiem ar garīgiem traucējumiem bez atbalsta aprūpē un ar šādu atbalstu, kā arī divas specializētas darbnīcas.

Būvdarbos L.Paegles ielā strādās SIA *Amatnieks*, tie jāpabeidz astoņos mēnešos un izmaksās 484 444 eiro (neskaitot PVN). Būvuzraudzību nodrošinās SIA *BaltLine Globe*. Projektu izstrādāja un par autoruzraudzību atbild SIA *JaunRīga Eco*.

Grupu dzīvokļu izbūve un iekārtošana ir daļa no Eiropas Reģionālās attīstības fonda projekta *Sabiedrībā balstītu sociālo pakalpojumu infrastruktūras izveide Kuldīgas novadā*. Jana Sūruma Alberta Dintera foto

## Ugunsgrēkā divi bojāgājušie

Traģiska ugunsnelaime notikusi Gudnieku pagastā.

Kā vēsta Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests, 30. martā ar atklātu liesmu degusi divstāvu dzīvojamā māja, tai ieburcis jumts. Ugunsdzēsēji ēkā atraduši divus bojāgājušos, kuri nodoti Valsts policijai. Ugunsgrēks likvidēts ap trijiem naktī.

Pagasta pārvaldes vadītāja Daina Bērende apstiprina, ka nelaime izcēlusies *Krastu* mājās. Tā ir pašvaldības ēka ar pieciem dzīvokļiem, bet apdzīvoti bijuši

tikai divi, un ticis plānots iemītniekus pārvietot. Mājā mituši tēvs un dēls, katrs savā dzīvoklī. Ugunsgrēku naktī pamanījuši vecā vīra pārējie dēli, kas dzīvo blakus saimniecībā un pirmie metušies radniekus glābt. Tēvu izglābt izdevies, bet brāli ne. D.Bērende stāsta, ka tajā naktī pie jaunākā vīrieša ciemos bijis paziņa un viņi abi, visticamāk, ir tie, kurus krāsmatās atrada gājušus bojā. Izglābtais tēvs atrodas pie dēliem.

Sociālais dienests ģimenei izmaksās 250 eiro krīzes pabalstu un pēc VUGD akta – arī 500 eiro pabalstu stihiskā nelaimē. Iesaistītajiem būs psiholoģisks atbalsts, bojāgājušā radniekiem – arī palīdzība apbedīšanā. Pagasta pārvalde izglābtajam meklēs, kur dzīvot. Viņš palicis bez iedzīves. Tie, kuri vēlas palīdzēt, var zvanīt sociālajai darbiniecei Ligitai Bergmanei pa tālr. 22013423.

Alberts Dinters  
Dina Porīņa

# Modernizē fermu – govīs slauks roboti



Fermas pārbūve tikko sākusies, un plānots to pabeigt līdz novembrim.

Zemnieku saimniecība *Kalna Mikas* sākusi vērienīgu govju fermas rekonstrukciju un iegādāsies mūsdienīgas iekārtas, tādējādi gan būtiski palielinot ražošanu, gan uzlabojot mājlopu labturību.

## AUGS RAŽĪGUMS

*Kalna Miku* īpašnieks Jānis Brantevics stāsta, ka projekts vērsts uz to vecās kolhoza fermas daļu, kas kopš uzcelšanas nav pārbūvēta. Plānots nomainīt logus, durvis un jumtu, korē ierīkot ventilāciju, atjaunot ēkas fasādi, izremontēt arī telpas, lai skaistāk izskatās viss. Tiks iegādātas piena tvertnes un divi lopbarības glabātavas torņi, kuros turēt pašu audzētos graudus, būs arī jauni barotāji liellopiem. Viena no nozīmīgākajām iecerēm ir slaukšanas automatizācija – tiks pirkti divi roboti un tiem vajadzīgās ierīces. Līdz ar to plānots izslaukumu no govīm palielināt aptuveni par 15%.

## IECERĒJA JAU SEN

Robotizācija govju fermās Latvijā vairs nav gluži jaunums – arī mūsupusē dažās saimniecībās slaucēju darbu dara tehnika, ietaupot izmaksas. *Kalna Mikās* ir 278 liellopi, no kuriem 186 – slaucamās govīs. J.Brantevics skaidro, ka viens robots varot, kā saka, apkalpot 60 govju, slaucot tās līdz četrām reizēm dienā. Visām piena devējām tas nav vajadzīgs tik bieži. Pēc modernizācijas roboti strādās pie 120 govīm, bet pārējās vēl paliks slaukšanas zālē kā iepriekš. „Skaīsimies, kā tie divi darbojas, tad varbūt nākotnē iegādāsimies arī trešo,” teic saimnieks.

„Modernizācijas iecere mums bija vismaz piecu gadu sapnis. Esam jau iepriekš Lauku atbalsta



Turlavas pagasta *Kalna Mikās* pārsvarā ir Holšteinas melnraibās piena šķirnes govīs, vēl dažas ir ar sarkano gēnu, bet drīzumā ganāmpulkā 100% būšot melnraibās.

dienestā iesnieguši projektus, tostarp par jaunu kūti ar četriem robotiem. Aprūtinājums bija tas, ka kūts pieder mums, bet zeme – citam īpašniekam. Sākumā viņš piekrita, vēlāk atteica, līdz ar to nevarējām projektu īstenot. Jaunu būvēt ir vieglāk nekā pārbūvēt veco, jo tad jādomā par govju izmitināšanu citur.”

## NĒMA VĒRĀ POZITĪVO KREDĪTVĒSTURI

Fermas pārbūves un jaunu iekārtu izmaksas ir 826 tūkstoši eiro. Banka *Luminor* piešķīrusi 650 tūkstošu aizdevumu. Ir arī atbalsts no Eiropas Lauksaimniecības fonda lauku attīstībai – 341 tūkstoši eiro. Daļa no tā pēc tam tiks izmantota daļēji pirmstermiņa saistību dzēšanai. Pēdējo piecu gadu laikā *Kalna Mikas* jau 1,5 miljonus eiro investējušas iekārtu, instrumentu, noliktavas un ūdens novadīšanas sistēmas atjaunošanā.

„To ņēmuši vērā atbalsta devēji.

„Šī ir viena no tām zemnieku saimniecībām, ko varam uzskatīt par paraugu Eiropas Savienības projektu realizēšanā un finansējuma piesaistē,” norāda bankas *Luminor* korporatīvā departamenta vadītāja Ilze Zoltnere. „Atbilstām modernizāciju, lai palīdzētu saimniecībai mērķtiecīgi pielāgoties tendencēm piena ieguvē un pārstrādē. Turklāt, pateicoties sadarbībai ar Eiropas Investīciju banku, varējām piedāvāt izdevīgus aizdevuma nosacījumus.”

## SAVĀ ZIŅĀ PALĪDZĒJA

Lai arī turlavniekiem jaunas kūts celtniecības iecere neizdevās, viņi nemeta plinti krūmos un nolēma modernizēt veco. Ar trešo piegājienu nu tikuši līdz realizācijai. „Savā ziņā palīdzēja situācija saistībā ar Covid-19,” turpina saimnieks. „Sākumā naudas nepietika, turklāt mēs jau daudz

bijām investējuši. Ārkārtējā situācijā lauksaimniekiem piešķīra papildu naudu, un arī mēs varējām saņemt līdzfinansējumu. Iepriekš esam labi sadarbojušies ar SEB banku, bet šajā reizē izmēģinājām citu piegājienu, aizdevumam rīkojot iepirkumu. Bankām par mūsu projektu bija liela interese. Visām piedāvājumi līdzīgi, tomēr *Luminor* līgumā saskatījām vairākus plusiņus.”

## NOVĒRTĒ KATRU EIRO

Lauksaimniecība pandēmijas laikā nav tik ļoti ietekmēta kā citas nozares. Pienācībai būtiskākais bija cenu kritums, kas piedzīvots arī agrāk, kad valsts atbalsta krīzes situācijā nebija. Arī tagad palīdzība no valsts nav pietiekama, tomēr lauksaimnieki novērtē katru eiro.

*Kalna Mikās* pamatnozare kopš dibināšanas jau gandrīz 30 gadu ir piena lopkopība, neraugoties uz svārstībām tajā. Otrā joma ir graudkopība – ap 300 hektāros te graudaugus un kukurūzu audzē lopbarībai pašu ganāmpulkam, bet daļu arī pārdod.

## UZ ZEMNIEKA PLECIEM

Pēc saimnieka stāstītā piena lopkopībā gada laikā tikpat kā nekas nav mainījies – tirgus palicis līdzšinējais, vienīgi iepirkuma cena kritusies. „Mana pieredze rāda, ka nekad, kad ir krīze, zaudējumi nav solidāri – cieš galvenokārt piena ražotājs. Pārstrādātāji un tirgotāji paņem savus procentus kā

iepriekš. Mums cenas samazinājums jāiznes uz saviem pleciem.

Taču piens ir un būs pieprasīts, un mums ar pircējiem sadarbība bijusi diezgan laba. 30 gados tikai trīs reizes nomainījām uzņēmumu. Sākumā pārdevām Kuldīgas pienotavai, kas vēlāk pārgāja *Kurzemes piena* īpašumā līdz tā bankrotam un likvidācijai. Tur pazuda arī mūsu akcijas un piena nauda. Tad 20 gadus strādājām ar Kazdangas *Elpu*, bet pēdējā laikā tai radās problēmas ar samaksu, un bijām spiesti partneri mainīt, kaut gribējām sadarbību turpināt. Uzņēmums atrodas tikai desmit kilometru attālumā, un no loģistikas viedokļa tas ir izdevīgāk. Kopš 2019. gada beigām nododam *Tukuma pienam*. Galvenais, ka samaksa ir tūlītēja – nav jāzvana un jācīnās, lai saņemtu nopelnīto. Protams, tajā līmenī, kāda bija pirms pandēmijas, cena nav atgriezies.”

## DARBDIENA SASPRINGTA

Pērn *Kalna Mikās* izslaukums no govīm sasniedza 9,7 tonnas. Pēc pārveides ražošanas apjoms pieaugs arī bez ganāmpulka palielināšanas. Vēl būtiski tas, ka laukos trūkst darbaspēka, un piena ieguvē automatizējot, šī problēma atkritīs. Ziemā Turlavā laika apstākļu ziņā postījumus nav radījusi. Atnācis pavasaris, daba mostas, un tehnika tiek gatavota jaunajai sezonai. Tā kā līdztekus notiks pārbūve, dienas ir ļoti darbīgas, piebilst J.Brantevics.

## Priecīgā noskaņā

Turlavnieki priecājas par skaistajiem dekoriem, kas Lieldienu gaidās rotāt pagasta centru, bet izstādē lapenē negaidīti satikušies dažādu gadu zīmējumi.

Kultūras nama vadītāja Zanda Spulģīte stāsta, ka no dabiskiem materiāliem darinātie zaķi, burkāni, grozi ar olām un citi dekori ir pagasta pārvaldes darbinieku kopīgs veikums. „Nekur nav tik skaisti kā Turlavā,” uzskata Elzas kundze. „Drūmajā pandēmijas laikā tas ļoti uzmundrina.”

Savukārt lapenē redzama Lieldienu zīmējumu izstāde. Tagad radītos darbus atnesuši 12 bērni, bet izlikti arī agrākie zīmējumi – jau kopš 2006. gada, ko Z.Spulģīte saglabājusi. „Tāda interesanta vēsture – tolaik izstādē piedalījās meitenes, kas tagad jau pieaugušas. Divas ir kļuvušas par mammām un nu zīmē kopā ar saviem bērniņiem. Bet daži agrākie autori savus zīmējumus pat neatceras,” teic kultūras organizatore.

Izstāde beigsies otrajās Lieldienās, un dalībniekiem būs pārsteigumi.



Lieldienu dekorus darinājuši pagasta pārvaldes darbinieki.



Lappuse tapusi ar Kuldīgas novada pašvaldības līdzfinansējumu.



# Skolotāja, kas nebaidās no izaicinājuma

Kuldīdzniece LINDA LEGEZA par angļu valodas skolotāju kļuvusi jau 18 gadu vecumā. Trešo gadu viņa strādā Kuldīgas Centra vidusskolā un ir pārliecināta: „Nekas nenotiek tāpat vien.” 20 gadu pedagoģiskajā pieredzē viņa pieņēmusi dažādas situācijas, pilnveidojusies un ne reizi vien izkāpusi no komforta zonas.

## AGRAIS SĀKUMS

Pēc 12. klases Linda Rīgas Pedagoģijas un izglītības vadības akadēmijas Kuldīgas filiālē studējusi par sākumskolas skolotāju, kura var mācīt angļu valodu un sociālās zinības, tomēr visu savu karjeras laiku strādājusi tikai kā angļu valodas skolotāja.

„Man jāsaka liels paldies mammai – Indrai Vilmanei, jo arī viņa savulaik mācīja angļu valodu un ieinteresēja mani. Kad es gāju skolā, nebija tik daudz interesantu mācību materiālu, kā tas ir šodien. Mums bija melnbaltas grāmatas, taču mamma meklēja dažādus materiālus, lai mani ieinteresētu: videokasetes ar multfilmām, krustvārdu mīklas ar krāsainiem attēliem.”

1999. gada jūnijā pabeigusi Viļa Plūdoņa Kuldīgas ģimnāziju un jau septembrī sākusi strādāt Turlavas pamatskolā. Lindai bijis tikai 18, un 9. klases skolēni – tikai divus gadus jaunāki: „Teikšu godīgi – lai piedod man skolēni, ja kaut ko neiemācīju, kā vajag, bet es augu kopā ar viņiem. Pirmo pusgadu gāju uz stundām sarkdama, bālēdama un satraukta, jo pati tikko biju izkāpusi no skolas sola.”

Gadījušās arī visai amizantas situācijas: „Vienā stundā pa klasi aizskrēja pele, no kurām man ļoti bail. Es žigli uzlēcu uz ķebliša, un skolēni bija izbrīnīti, ko es tur daru. Par klases bildēm vienmēr bija jautājums *Kur ir skolotāja?*, jo izskatījies tāpat kā skolēni.”

Tomēr par profesijas izvēli Linda jūtas pārliecināta: „Es biju ļoti kautrīga meitene, un man bija grūti klases priekšā runāt un izteikties, tomēr ir saglabājušās jaukas atmiņas. Joprojām uzturu attiecības ar skolēnu no pirmās audzināmās klases. Laiks un pieredze dara savu, un kautrība man vairs nepiemīt. Man ļoti patīk vadīt seminārus, strādāt gan ar bērniem, gan jauniešiem, gan pieaugušajiem. Tas neļauj ieslīgt rutīnā.”

## ČETRI GADI KAZAHSTĀNĀ

Vēlāk darba pieredze uzkrāta, mācot angļu valodu dažādām vecuma grupām Kazahstānā. „Tur nokļuvu tāpēc, ka nu jau bijušajam vīram tur bija darbs. Es neesmu tas, kurš spēj sēdēt bez darba, tādēļ atradu šo iespēju strādāt. Vadīju angļu valodas kursus audzēkņiem no pieciem līdz pat 70 gadiem. Man tas ļoti patīka.” Almaatā jeb, kā tagad saka, Almatī nodzīvoji teju četri gadi. Sākums nav bijis viegls: „Pirmo mēnesi negribēju runāt krieviski, kaut skolā man tas padevās, un, ja nebūtu angļu valodas skolotājas,

„Izaicinājumi padara dzīvi interesantāku un palīdz mums augt kā personībām.”



Linda Legeza ar meitām Aleksandru Karolinu un Andželiku 2019. gadā, satiekot Ziemassvētku vecīti.

būtu izvēlējusies krievu valodu. Taču, kad sāku runāt, viss notika pats no sevis. Esmu ļoti pateicīga bijušajam vīram par šādu pieredzi, ko nekad nebūtu guvusi šeit.”

Iegūti arī draugi, iepazīta vietējo dzīve: „Cilvēki tur ir ļoti smaidīgi un viesmīļi. Viņi daudz runā, bet varbūt mazāk izdara, tāpēc uz vārda nevar ticēt, bet tas nav ļaunprātīgi. Nebiju sajūsma par vietējo virtuvi, taču veikalos ir viss. Cūkgaļa gan bija grūti atrodamā, jo viņi ir musulmaņi. Tur pagaršoju zirga gaļu, kas atgādināja vītīnāto gaļu. Neteiktu, ka gribētu to atkārtot. Taču augļi gan tur patiešām smaržoja un garšoja pēc augļiem. Man patika iet uz tirgu un iepirkties. Atgriežoties Latvijā, bija grūti, jo likās, ka šeit tie negaršo pēc augļiem.”

Vasaras tur esot ļoti karstas, savukārt ziemas – vēsas un saulainas. Kazahstānā Linda apmek-

lējusi salsas nodarbības: „Labprāt tās turpinātu. Nekad jau nezini, kur kādas iemaņas var noderēt. Tā es vienmēr saku skolēniem, kad viņi kaut ko negrib mācīties, jo domā, ka tas nākotnē nebūs vajadzīgs.”

„Es to mācu skolēniem – vienmēr teikt labus vārdus. Varbūt tieši tie kādu cilvēku šodien padarīs laimīgu.”

## ATPAKAĻ SKOLĀ

2010. gadā firma, kurā Linda strādāja, pārdota, un viņa izlēmusi atgriezties. „Bija žēl doties prom, jo nebija tā, ka ļoti vēlējos atgriezties, taču ticēju, ka darbu šeit atradīšu. Atgriezos Turlavas pamatskolā, kur pāstrādāju gadu, kamēr kolēģe bija dekrētā. Pēc tam Vilgāles pa-

matskolā, līdz man piedāvāja darbu Kuldīgas Centra vidusskolā.

Ļoti apdomāju lēmumu darbavietu mainīt, jo iepriekšējā viss apmierināja, bet svarīga arī loģistika. Dzīvoju Kuldīgā, tāpēc strādāt tepat ir daudz ērtāk. Ne brīdi neesmu nožēlojusi, jo



Linda ar mammu Indru Vilmani. Lindai – gads un desmit mēneši.

jūtos savā vietā. Brigita Freija ir ideāla direktore – tik cilvēcīga un profesionāla attieksme. Ja es nebūtu šeit, droši vien labprāt mācītu Viļa Plūdoņa vidusskolā. Tā būtu sentimentāla atgriešanās savā skolā.”

## NEMITĪGA ATTĪSTĪBA UN CEĻJUMI

Vilgāles pamatskolā radusies iespēja rakstīt projektus apmaiņas programmai Erasmus+. Lai gan bijušas bailes, viss izdevies labi: „Aizbraucu uz Kipru, apguvu daudz jauna. 2019. gadā kopā ar kolēģi Innu Rīnu līdzīgā projektā devāmies uz Sevilju Spānijā, kur apgūvām drāmu kā mācību metodi. Tā manai sirdij ļoti tuva, un jau Vilgālē vadīju angļu valodas jeb svešmēles teātra pulciņu bērniem, tagad arī Kuldīgā. Tā man tāda sirdslieta. Zinu, ka daudziem skolēniem tas patīk. Rīkojām izrādes vecākiem.”

Vilgālē Linda arī sarakstījusi ludziņu *Mājas ir tur, kur ir tava sirds*, ko bērni izspēlēja. „Tas ir labs veids, kā atvērt bērnus radošumu. Katrā no mums tas ir, tikai jautājums, vai ir radīti apstākļi, kuros izpausties. Šis teātris bērniem ir veids, kā aizmirst par to, ko un kā viņi saka, bet vienkārši rīkoties un atrasties.”

Pašmācībā Linda mācījusies spāņu valodu. Spānija ir vēl viena kaislība: „Ja saka, ka ir iepriekšējā dzīve, tad tur droši vien pagājusi manējā.” Viņa izbauda jaunu pieredzi. Apceļota Uzbekistāna, Spānija, Kipra un Anglija, kur, pateicoties Kuldīgas novada izglītības pārvaldei, kopā ar citiem pedagogiem ir būts pieredzes apmaiņā, kā mācās skolēni tur.

„Es esmu sapratusi, ka bez izaicinājumiem nemaz negribētu

dzīvot. Man ik pa laikam kāds vajadzīgs. Tad ir laiks, kad pierodu un sajūtos komforta zonā. Pēc tam atkal kļūst garlaicīgi un gribas ko jaunu. Tas padara dzīvi interesantāku un palīdz mums augt kā personībām.”

## UZMUNDRINA LABI VĀRDI

Linda audzina 5.c klasi un māca angļu valodu līdz pat 12. klasei: „Klasi sāku audzināt tikai šajā mācību gadā, taču, kaut gan kopā iznācis pavadīt maz laika, esam ļoti sadraudzējušies. Ziemassvētkos ar vecāku palīdzību sasaiņojām paciņas, es pārģērbos par Salavecī un devos visus apciemot. Klasē ir 19 bērnu, un iznāca braukt arī uz Īvandi un Snēpeli, ne tikai pa Kuldīgu.” Visi bijuši priecīgi.

„Mani visvairāk motivē nevis alga, bet atzinība un pateicība. Dzirdot vārdus *Paldies, skolotāj, es beidzot saprotu vai Cik labi, ka varu runāt angļu valodā*, man vairāk neko nevajag. Jūtos vajadzīga un noderīga. Tas ir milzīgs gandarījums.”

## AR SMAIDU UN POZITĪVISMU

Pielāgojoties jaunajiem apstākļiem, daudz laika tiek pavadīts zūma stundās: „Man nebija grūti pierast vadīt stundas tiešsaistē, jo ir pieredze, mācot pieaugušos. Labi, ka bērni mani vēl atpazīst, jo darbs paņem ļoti daudz laika. Paldies mammai, kas pavada laiku ar meitām Andželiku, kurai ir deviņi gadi, un Aleksandru Karolinu, kurai ir seši. Skolotājiem jau darbdienu nebeidzas piecos – dažkārt darbus laboju līdz pusnaktij. Ļoti svarīga ir prasme plānot laiku un pielāgoties, jo apstākļi ir mainīgi.”

Viņasprāt, lielākais pārbaudījums ir saglabāt skolēnu, vecāku un skolotāju fizisko un mentālo veselību: „Jau tagad sastopamies ar to, ka skolēni zaudē motivāciju, kļūst depresīvi. Kad man ir grūti, cenšos smaidīt, tiekoties zūmā, vienmēr klasei apjautājos, kā jūtas. Tad meitenes man uzraksta *Skolotāj, jūs esat tik mīļa vai Jūs šodien labi izskatāties*, un ir tik patīkami! Es to mācu skolēniem – vienmēr teikt labus vārdus. Varbūt tieši tie kādu cilvēku šodien padarīs laimīgu. Slikto tāpat dzirdam un dzirdēsim. Jāizceļ otra pozitīvās īpašības.”

„Pirmo pusgadu gāju uz stundām sarkdama, bālēdama un satraukta, jo pati tikko biju izkāpusi no skolas sola.”

# Ceļojumā uz zemapziņu

Kuldīdzniece AGNESE GRĪNIŅA ir sieviete, sieva un mamma, kura dalās padomos, kā sievietes dzīvi uzlabot tā, lai dzīvotu apzināti. Viņa vada meditācijas un reiki nodarbības, ir izveidojusi sievietēm vairākus pašizziņas kursus. Agnese beigusi magistrantūru sabiedriskajās attiecībās un tolaik pat nav apjautusi, ka pēc laika šis zināšanas tiešām noderēs. Viņa ir pateicīga tētim, kurš pamudinājis neapstāties pie bakalaura grāda vadības zinībās.

„Individuālā meditācijā notiek darbs ar sievietes zemapziņu un skaistas pārvērtības.”

## KAS IR SIEVIETE?

Agnese stāsta: „Līdz tam, ko es daru, nonācu sevis meklējumu ceļā pirms vairāk nekā desmit gadiem, kad sāku meklēt atbildes uz jautājumu, ar ko sieviete dziļāk par acīmredzamo atšķiras no vīrieša. Kas viņa ir pēc būtības? Kāda ir sievietes daba? Manī bija spēcīgs impulss atrast atbildes, un tad tās arī nāca. Pirmā – tas nav atbildams vienā teikumā un vienā dienā, ja esi aizmaldījies tālu no savas dabas, jo uz to mudina mūsdienu dzīves ritms un sabiedriskā doma. Esmu par balansu it visā. Attiecības ir visur. Nobriedusi sieviete vispirms ir attiecībās ar sevi un tad ar apkārtējo pasauli.”

## LAI IEGŪTU DZĪVESPRIEKU

„Es vadu intensīvu pašizziņas kursu *Sievietes vitalitāte*, kurā apkopots bagātīgs informācijas un praktisko darbu materiāls, kas ļauj spert pirmos soļus uz apzinātību. Pašlaik kurss notiek tīmekļa vietnē *Facebook*, kur visa informācija domāta slēgtajai grupai. Bet, tiklīdz sieviete ir tam gatava, es viņas pieteikumu apstiprinu, un kursu var iziet sev ērtā laikā un vietā. Vadu individuālas meditācijas, kurās tiek strādāts ar zemapziņu un notiek skaistas pārvērtības. Tas ir meditācijas ceļojums uz zemapziņu, kurā notiek dziļa dziedināšana.”

## PIETURĒTIES PIE SEVIS

„Sašūpoties var ikviens. Nav svarīgi, cik daudz no prakses ir integrēts ikdienā un ka ir zināms: jāelpo un jābūt šeit un tagad. Tomēr gadās arī spēcīgākas vētras, kam sieviete jau spēj iet cauri mierpilni, tomēr ir vēlme kaut kur pieturēties, lai drošāk. Pie kā pieturēties? Pie kāda no vecākiem – kā tad, kad bijām mazi. Varbūt gribas ielīst omes mīlošajā un visu pieņemošajā klēpī. Kur ielīst, pieturēties, aizslēpties tagad, kamēr atkal jūtamies stabili un droši? Pie vīra, taču visām nav, un visās situācijās viņš nevar būt fiziski blakus. Sieviete tomēr jau ir liela meitene un to drošo sajūtu var atrast pati sevī. Var pieturēties pie sevis, patverties savā pavēnī, kamēr viņa atkal jūtas gatava ceļam. Protams, tas nav tā, ka cilvēks sevi no visa atvieno, – tā drošību nesajust. Tieši apzināti vajag sajūst vienotību ar visu, un tad varēs just vecāku drošo plecu, omes klēpi, vīra patvērumu – jebko, kas dod drošību. Viss ir mūsos pašās.”



Agnese Grīniņa: „Dancojam prāta pavadā, iedzīvojamies dažādās likstās un kaitēs. Bet mēs esam noteicēji pār savu prātu, un tieši meditācija ļauj būt pašiem savā centrā un sevi apzināties.”

## REIKI – DZIEDINĀŠANAS SISTĒMA

„Reiki ir tāda dziedināšana, kurā plūst dievišķa enerģija. Tā nav mana enerģija, ar ko strādāju seansā, jo esmu tikai kanāls, caur kuru tiek nodots tieši tas, kas cilvēkam vajadzīgs. Reiki lieto tad, kad ir spēku izsīkums vai veselības problēmas, jo šī enerģija ķermenī vai mentālā plānā atbrīvo sastrēgumus, mazina trauksmi, emocionālu vājumu. To lieto ļoti dažādos gadījumos, un nezinu nevienu iemeslu, lai resursu uzpildītu to neizmantojot. Esmu arī reiki praktiķe, un šis ir viens no instrumentiem, ko izmantoju, gan daloties ar sievietēm, gan atjaunojot pašai savus resursus.”

Sākumā šo metodi apguvu ar domu, lai būtu iespēja sevi uzpildīt pašai, nevis pirmajā bezspēkā lūgt to darīt citiem. Tad mans reiki skolotājs mudināja apgūt nākamo līmeni, lai varu atbalstīt savus tuvākos. Tas jau šķita pietiekami un ļoti vērtīgi – neko vairāk arī neplānoju. Taču skolotājs mudināja iet tālāk, jo redzēja manī cilvēku, kurš šīs zināšanas var nodot citiem, kaut gan man nebija un joprojām nav plāna darboties



„Vajag apzināti sajūst vienotību ar visu, tad varēs just vecāku drošo plecu, omes klēpi, vīra patvērumu – jebko, kas dod drošību.”

tikai ar reiki. Tā jau pati esmu nodevusi to tālāk un katru reizi pārlicinos, cik apzināti šis instruments ir lietojams. Tas uzsvērts arī mācības pamatā.”

## MEDITĒT IR APZINĀTIES SEVI

„Meditācijas praksi esmu apguvusi budistu klosterī Anglijā un turpinu šeit. Tā ir apzinātības prakse, kurā esam sevis vērotāji. Prāts vairs nav noteicējs, toties parādās spēja redzēt lietas pēc būtības. Meditēt var ikviens, un tas pat būtu ieteicams – prāta stāvoklis uzlabotos, mazinātos bailes, nedrošība, trauksme. Tas tiktu apzināts, un tiktu pamanīti prāta dabas cēloņi. Sākumā var meditēt kaut desmit minūtes ik dienu – tas jau dos pamanāmus rezultātus.”

Mūsu tuvākie un bieži vien šķietami tālākie un neērtākie cilvēki ir tie, kas mūsu labā izdara visvairāk. Tieši ar savu neērtumu, ar to, ka mūs nesaprot, ar to, ka viņiem ir atšķirīgas vērtības. Taču viņi mūsu dzīvē izpilda ļoti nozīmīgu, kaut arī ne to patīkamāko uzdevumu, lai mēs sevi ieraudzītu to, kas izraisa darbības no citu cilvēku puses. Brīdī, kad pārstāsim sevi šausīt, pielāgot, tiekties, pūlēties un vienkārši ļausim sirdsbalsij sevi vadīt, neērtie personāži mūsu dzīvē atkritīs, vai arī pamanīsim, ka spējam veselīgi komunicēt bez saspringuma par to, ka sekos *uzbrukums*, jo tāda nav, ja nav upura, kurš šo uzbrukumu piesais-

ta. Tad spējam pamanīt kopbildi, kurā katrs ir tas, kas ir, un kurā arī mēs varam būt paši. Kas ir atslēga, lai šīs pārmaiņas notiktu?”

## ARVIEN JAUNAS IDEJAS

„Mūsu projektos esam kopā ar Zandu Bērzi. Viena otru motivējam ar idejām, palīdzam saglabāt fokusu, lai nenomaldītos, jo tirgus ir ar informāciju pārpildīts.”

Viens no manis radītajiem kursiem *Sievietes vitalitāte* sastāv no četrām apjomīgām lekcijām, informācijas materiāla, praktiskiem uzdevumiem un citiem bonusiem. Rezultāti ir brīnišķīgi, un katru reizi pārlicinos, ka šis kurss sievietes atbrīvo no pašu uzliktiem slogiem un sevis noliegšanas vai pārprastas sievišķības. Pašlaik kursu padarām vēl niansētāku un dziļāku.

Vēl viens mūsu projekts, kurā notiek manis vadītas čakra meditācijas, ir *Vēlmju klades maratons*. Mēneša laikā ar praktiskiem uzdevumiem virzām meitenes uz

vēlmju apzināšanos. Iekļautas tādas tēmas kā bailes un pateicība. Tām, kuras tiešām ar sevi strādā, arī šis *maratons* beidzas ar lieliskiem rezultātiem. Vadu rīta rosmi, kurā ar kustību, elpu un meditāciju noskaņojamies dienai un apzināmies ķermeņa vienotību ar emocijām, ar kustību un elpu atbrīvojam saspringumu. Vesela pasaule ir sievietes iegurnis, kam katrā rīta praksē veltām kādu daļu.

100 dienu pateicību kurss

vērsts uz to, lai pateicību apgūtu kā neatņemamu ikdienas daļu. Praktiskie uzdevumi, meditācijas – tas viss ieliek pamatu tam, lai trīs mēnešos vairs nespētu dzīvot bez pateicības par visu. Man patīk redzēt, kā sievietes kļūst piepildītas, sāk apzināties bezgalīgus resursus sevī. Mēs esam pārmaiņās visu laiku. Kā saka: „Nav nekā pastāvīgāka par pārmaiņām.”

## ĢIMENE – LIELĀKĀIS ATBALSTS

„Tas, ar ko nodarbojos, manā dzīvē ir ienesis lielāku palāušanos un piepildījumu, jo daru to, kas ļoti patīk, sniedz gandarījumu. To sajūtu nevar pat izteikt. Tas ir tā, ka nevar nedarīt, jo tas domāts pasaules labumam, ne tikai sev. Redzēt sievietes pārmaiņas – tas ir dziļi un bezgala skaisti.”

Mana ģimenes dzīve nav mainījies – mēs viens otru atbalstām. Ļaujām otram darīt un priedzamies par panākumiem un gandarījumu. Vīrs Mārtiņš mani atbalsta. Jā, esmu praktizējusi arī ar vīru un bērnu. Tas ir brīnišķīgi, kā jūt un sadarbojas mazi bērniņi! Kad mazais Marsels bija zīdāinītis, atlika pašas mieram padarboties ar reiki vai apzināti izpildīt elpošanas praksi, kas palīdz atgriezties pie sevis, kad skatos – mazais jau saldi čuč. Bērni to ļoti jūt, jo viņi ir pasaulei atvērti bez aizspriedumiem. Mamma ir lielisks atbalsts, jo pieskata mazo, kad man ir klātienēs tikšanās vai jāieraksta čakra meditācijas. Pašlaik gan nedzīvojam vienā pilsētā un šī atbalsta pietrūkst. Arī brālis ir liels atbalsts jau no tā laika, kad šī vēl nebija mana ikdiena.”

„Meditēt var ikviens, un tas pat būtu ieteicams.”

# Strenču novads bija viesmīlīgs

Pērnvasar pandēmijas pieklusuma brīdī izdevās doties dažos ceļojumos, tiesa – tepat pa Latviju. Un pārsteidzošākais, ka, plānojot maršrutu, kļuva skaidrs – neredzētā joprojām tik daudz. Šoreiz kopā ar daudzgu uzticamajiem ceļabiedriem nolēmām piestāt Ziemeļvidzemē: Sedā, Jērcēnos un Strenčos.



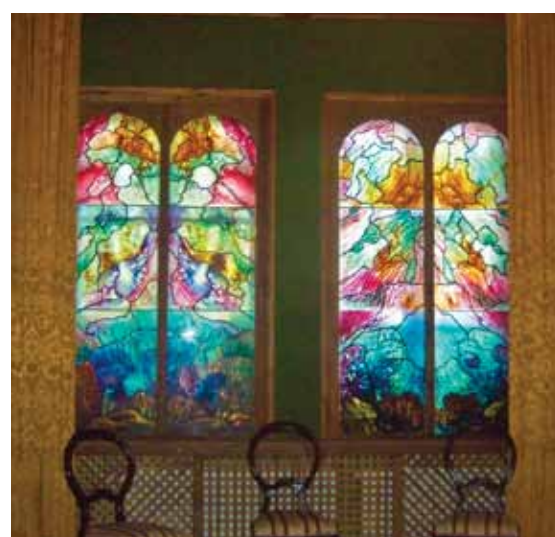
Sedas pompozais kultūras nams kļuvis par tūristu interešu objektu.



Pa taciņu kā zosu gājienā dodamies pie Kaņepju dižozola.



Plostnieka skulptūra Gaujas krastā ir cieņas apliecinājums senajam amatam.



Jērcēnmuižas sviņu zāle ar Valda Atāla vitražām.



Sudārušķas dziedātājas katrai dziesmai atradušas citu piegāieni.



Uz atjaunotās freileņu mājas sliekšņa kā īstena saimniece mūs sagaida Ilvija Ķimse.



Atjaunotajā magazinā jeb klētī kāds gaids medību sākumu... Kādreiz šādus vimpeljus saņēma kūdras purva izcīnīti, arī labākie brigadierī.

## PURVA PILSĒTA SEDA

Pirmā pieturvietā ir tālākajā apskates objektā Sedā – parasti esam vien nolūkojušies uz pagrieziena norādi, jo bijuši tālāki mērķi. Turklāt pēdējos gados par Sedu redzēts ne viens vien televīzijas sižets, un šķita vilinoši ieraudzīt šo vietu, kas faktiski ir kā atdzīvojušies padomju vēstures lappuse (šī iemesla dēļ aizvien vairāk Sedu un tuvejā purvu apmeklē arzemju tūristi).

Gides lomā mums iejutusies Iveta Ence – dzimusi kurzemniece, Strenču novada pašvaldības plānošanas un attīstības nodaļas vadītāja, un viņas rosināti, bikstīti un bīdīti ir arī projektī Sedā, nu kaut vai sakārtotais laukums pie autobusu pieturas. Iveta smeja, ka reizēm bijušas istas uzskatu ciņas, īpaši, kad plānots novākt vecos kokus (kā jau daudzviet). Slavenākā celt-

ne te laikam ir kultūras nams – no ārpuses īsta pils, plašums arī iekšā. Diemžēl apdzīvot to nav tik viegli, bet ļaudis cenšas: iekārtots pilsētas norādi, jo bijuši tālāki mērķi. Turklāt pēdējos gados par Sedu redzēts ne viens vien televīzijas sižets, un šķita vilinoši ieraudzīt šo vietu, kas faktiski ir kā atdzīvojušies padomju vēstures lappuse (šī iemesla dēļ aizvien vairāk Sedu un tuvejā purvu apmeklē arzemju tūristi).

bas komjaunatnes triecienceltnes statusu ieguva arī Seda, un šurp brauca jaunatne no visas Padomju Savienības. Tāpēc nav jābrīnās, ka joprojām Sedā dzīvo dažādu tautību pārstāvji (minēts, ka pat desmit gadu Jeļenas Tēraudkalnes vadībā darbojas vokālais ansamblis *Sudāruška*, un arī mēs noklausāmies ap stundu garu aizkustinošu koncertu: tajā gan smeldzīgi liriskas, gan jestrās un dzīvespriecīgas krievu dziesmas tajā īpašajā skanējumā, kas raksturīgs tikai īsti krieviskajam izpildījumam. Bet muzejs ir liecinieks tam, kā šis apkārtnes dzīvi mainīja 1952. gada 5. augusts, kad reģistrēts projekts un apstiprināta tāme kūdras fabrikas *Seda* celtniecībai. Gadu vēlāk tūreļa dienvidu malā sāka veidoties ciemats. Kā jau tolaik ierasts, jaunās būves itin bieži tika pasludinātas par triecienceltnēm. Vissavien-

Tālāk no sākumgados tapušajām ēkām celtas daudzstāvu mājas, arī Iveta dzīvo tādā un saka – Seda pamazām kļūst par dzīvesvietu jaunākiem ļaudīm: dzīvokļi lētāki, apkārtnē kļūst aizvien sakoptāka, ir tīra vide, klusums, un izbraukāt uz darbu Valmierā (23 km), Strenčos (tikai 5 km) vai Valkā (27 km) un pat Valgā ir pietiekami ērti.

**SAKOPTĀ JĒRCĒNMUIŽA**  
Uz 1900. gadā celtās *freileņu mājas* sliekšņa kā īstena saimniece mūs sagaida Ilvija Ķimse, viesmīrīga valsti, vien nepilna puse sedniešu ir Latvijas pilsoņi. Kad kopā ar Ivetu izmetam loku par pilsētīņu, pārliecināties, ka tā būs tik mazai vietai neparastas šķiet plašās alejas ar dzeltenajām *Stiņina klasicisma* mājām abās pusēs.

pēdējā un visvairāk izpētītā fon Krīdeneru dzimta, gadsimta izskaņā te ierīkots telefons, darbojušās tvaika dzimavas, darvas tecinātava u.c. ražotnes. Ēka, kurā atrodamies, celta muižkunga neprecētajām māsām, tāpēc saukta par *freileņu māju*. Tajā saglabājušās četras glazētu podiņu krāsnis, kamīns, klasicisma stilā dekorētas durvis un durvju ailas, ir oriģinālie koka griesti. Tagadējo izskatu telpas ieguvas 1989. gadā, kad tās remontēja dziesminieks Valdis Atāls. Saglabājies arī stallis, kas pašlaik tiek izmantots saimnieciskām vajadzībām, bet atjaunotajā magazinā jeb klētī ierīkota semināru un izstāžu telpa. Putnu un dažādu dzīvnieku izbāžņi uzrunā pat par *nemedniekiem* dēvējamos. Jērcēnmuiža paliks arī mūsu garšas kārpīņu atmiņā: negaidīti labs

izrādījās zīļu dzēriens (pret to sākmū āttieksme itin rezervēta – nu labi, pagaršot jau var), taču kopā ar vietējā bitenieka svaigi sviesto medu trauki tukšojas ātri.

**KAŅEPJU OZOLU LŪKOTIES**  
Sasmēlušies mundrumu no zīļu spēka dzēriena, kopā ar Ilviju braucam skatīt, kāds tad izskatās šejienes varenākais ozols (internetā rodami dažādi dati, minēšu tos, ko paši jērcēnieši atzinuši par ticamiem un ierakstījuši informatīvajā stendā). Ozols vārdu ieguvis no netālajām *Kaņepju* mājām, tas ir dilzējis Austrumlatvijā, iespējams, ka sena kulta vieta. Tā apkārtnē ir 9,4 m, augstums – 17 m, vecums – ap 800 gadiem. Kopš 1977. gada dižozols ir iekļauts aizsargājamo dabas pieminekļu sarakstā, kopš 1994. gada – arī valsts arheoloģijas pieminekļu sarak-

tā, jo pie tā atrasts akmeņu krāvums un lielākā daudzumā ogles. 19. gadsimtā vai agrāk pēc zibens spēriena vairāk nekā puse stumbra kļuvusi nedzīva, bet ozols turpinājās augt tikai no vienas puses. Koka vidū ir liels dobums ar trim iecijām: lielā ziemeļos, maza sprauga dienvidos, trešā atvere ir augšā pret debesīm. Lai nokrišņi neraisītu straujāku dižkoka bojāeju, vīrs lielā dobuma izveidots plats jumts. Dobumā uz nedzīvās koksnes iegriezti dažādi vārdi un iniciāļi, arī senākas liecības, kā *Kaņepju* saimnieka vārds: „N.(Nikolajs) Cīrulis 15.VII 1928.” Jāpiebilst gan, ka savu viesošanos pie ozola tomēr nevajadzētu apliecināt ar šādiem *grebumiem*, bet, kas reiz izdarīts, lai paliek vēsturei.

## PLOSTNIEKU GALVAPILSĒTĀ

Par to, ka esam Strenčos, liecina pilsētas ģerbonis: uz zilā fona – Gaujas simbola – četras horizontālas zelta svītras, lai atgādinātu par koku pludināšanu, bet trīs zelta rombi simbolizē dzelzceļu cauri Strenčiem. Sestdienas pēcpusdienā pilsēta gandrīz tukša, pa ieliņām cauri privātmāju rajonam dodamies Gaujas virzienā, uzciņājoties ar āboliem, ko viesmīlīgie saimnieki nolikuši pie māju vārtiņiem, sak’, ēdiet veseli! Iveta jau bija pieteikusi, ka vakarpusē gan ļaužu būšot daudz, jo Strenčos gaidīts notikums – Intara Busuļa koncerts. Bet līdz tam vēl laika gana, un mierīgi varam gan atvēsināt kājas Gaujā, gan apskatīt plostnieku piemiņai veltīto skulptūru taku. Daļa figūru radītas Gaujas plostnieku svētkos 2014. gadā, un vēlāk to kļāst papildināts. Piedaloties Starptautiskās Plostnieku asociācijas biedriem no desmit Eiropas valstīm, atklāts stends *Koku pludināšana pa Gauju*. Līdzās varenajam plostnieka tēlam, lielajai zupas karotei un vēl citām skulptūrām aizgājušo laiku Strenču iemītniekus var ieraudzīt savulaik populārā fotogrāfa Dāvja Spundes fotoreprodukcijās.

Rāmajā vasaras dienā gandrīz neiespējami iedomāties, ka citā reizē mēs stāvētu vismaz līdz kaklam ūdenī. Taču plūdu stabs liecina, ka pavasara palos Gauja ir neapreķināma. Tā 1922. gadu mēdz dēvēt par lielo plūdu gadu, kad ūdeni bijusi liela daļa pilsētiņas (tolaik vēl miesta, jo pilsētas tiesības piešķirtas 1928. gadā). Jaunajā, no ozolkoka veidotajā stabā pirmā atzīme izdarīta 2010. gadā. Līdz tam plūdu zīmes ievilkta vecajā ozolā, bet to vētra nolauza. Taču 2011. gadā iestādīts jauns ozoliņš, un pie tā ik gadu plostnieku svētkos svīnīgi tiek sagaidīts plostis. Diemžēl decembrī medijos izskanēja ziņa, ka Gaujmalu apmek-

lējuši arī postītāji: sagāzti fotogrāfiju stendi, cietušas skulptūras (nolauzta detaļa, kas vandaļiem bijušas pa spēkam).

## CITĀDAJĀ PASAULĒ

Ne reizi vien, braucot cauri Strenčiem, ceļabiedru uzmanību esmu pievērsusi labi pamanāmām ēkām plašā parkā – psihoneiroloģiskajai slimnīcai. Tā atklāta 1907. gada 28. janvārī, pēc tagadējā stila 10. februārī. Diemžēl tad, kad esam Strenčos piestājuši, muzejs uz laiku slēgts pārveidei, nākas izlīdzināties vien ar interneta informāciju un piesaukt Ingas Gales romānu *Stikli*.

Bet mazliet durvis uz šo noslēpmaino pasauli pavēram, jo pusdienas paredzētas kafējnīcā, kas atrodas vienā no senajām ēkām. Jau iepriekš par mūsu ierašanos esam sazinājušās ar īpašnieci un

pavāri Irinu. Kad, par orientieri izmantojot rekonstruēto ūdenstorni (iekļauts UNESCO uzskaitē kā vēsturiskais piemineklis), mājīgā kafējnīca atrasta, Irina ar kolēģēm mūs sagaida, un tad sākas! Skaidrs, ka no galda celšimies tusnīdami, jo visa kā ir pārparēm, turklāt ļoti, ļoti garšīgi.

Paēduši mazliet pastaigājamies, taču negribas traucēt koptā parka mieru, uzbāzīties ar savu klātbūtni cilvēku pulciņiem (šķiet, pacientiem ar personālu). Nav man neviens fotogrāfijas no šīs vietas, jo nelikās iederīgi ņemt aparātu un bildēt. Tad mūs pasauca Irina – ja nu gribot redzēt ko vēsturisku. Esam pārsteigti, kā modernajā virtuvē joprojām vietā simtgadīga trauku mazgājamā vanna (tiek arī izmantota) un krāsnis. Irina rāda senās ierīces un sprīž, ka vajadzētu ar tām kaut kā iepazīstināt

interesentus, jāizdomā vien – kā. Nevarot taču izmest! Bet pie ēkām joprojām bez nodaļu numuriem arī vārdi: tie saglabāti no pirmsākumiem, kad celtnes nosauktas pirmo slimnieku vārdos, kā Annas, Augusta, Marijas, Osvalda māja.

Virsrakstā lietotā pagātnes forma nav tikai tamdēļ, ka braucām pērn, bet arī tāpēc, ka administratīvi teritoriālā reforma tādu novadu vairs neparedz. Ar ko kopā savu nākotni veidos šīs viesmīlīgās vietas, īsti nezinu. Bet, lai kā būtu, turp doties ir vērts, un gan jau uzņēmīgi cilvēki iesāko turpinās, bet Kaņepju ozolam zibeņi un vētras ies secen.

Kad esam jau atceļā, saņemam no Ilvijas ziņu mums visiem ar palīdzību joprojām vietā simtgadīga trauku mazgājamā vanna (tiek arī izmantota) un krāsnis. Irina rāda senās ierīces un sprīž, ka vajadzētu ar tām kaut kā iepazīstināt

Mārites Milzeres teksts un foto

## REKLĀMA

Piesakies vakcīnai pret Covid-19!



Vakcīna ir iespēja uzveikt pandēmiju un atgriezties ierastajā dzīves ritmā!

### Sargi sevi un citus!

Vakcinācija pasargā no smagas saslimšanas. Īpaši svarīgi tas ir personām riska grupās: senioriem un cilvēkiem ar hroniskām slimībām. Vakcinējot 60-70% sabiedrības, iespējams apturēt vīrusa tālāku izplatību, novērst tā mutācijas, kas padara vīrusu lipīgāku un vēl vairāk apdraud cilvēku veselību.

### Vakcīnas ir drošas, efektīvas un atbilstoši pārbaudītas

Vakcīnas pret Covid-19 ir izstrādātas un pārbaudītas, ievērojot tikpat stingras prasības drošumam un kvalitātei kā jebkurām citām zālēm. Vakcinācijas galvenais mērķis ir pasargāt no simptomātiskas saslimšanas, tai skaitā, novērst smagu slimības norisi un nāvi. Visas Latvijā reģistrētās vakcīnas ir ar ļoti augstu efektivitāti smagas Covid-19 saslimšanas novēršanā.



Piesakies:

Pie sava ģimenes ārsta

Pa tālruni: 8989

Internetā [www.manavakcina.lv](http://www.manavakcina.lv)

Vairāk par vakcīnām pret Covid-19 var izlasīt [www.spkc.gov.lv](http://www.spkc.gov.lv) sadaļā "Vakcīnas pret Covid-19"



# KAS JĀZINA, LAI INTERNETĀ NEAPKRĀPTU

„Nāciet, nāciet! Pērciet, pērciet!” Kādreiz tādu aicinājumu varēja dzirdēt saucam gadatirgos, kur atraktīvs cukurvates, piparkūku vai citu gardumu tirgotājs centās pievilināt pircējus. Tagad, kad nozīmīga tirgošanās daļa no-

tiel internetā, šādi aicinājumi izpaužas citādā formā – vilinošā preces reklamēšanā vai pat uzbāzīgā piedāvāšanā. Nereti acij īpaši tīkams piedāvājums redzams tur, kur pārdodamā prece ir pati nauda. Bet! Vai arī kabatai tas ir

tīkams? Izrādās – ne vienmēr.

Kā kādreiz tur, kur pastaigājas daudz ļaunpilniem maciņiem, rosījās kabatas zagļi, tā tagad internetā krāpnieku netrūkst. Kāda kuldīdzniece, kura vēlējas palikt anonīma, dalās ar savu rūgto pieredzi. Valsts polici-

jas pārstāve Madara Šeršņova stāsta, kādas ir krāpnieku metodes un cik bieži cilvēki par tām sūdzas. Bet SKDS pētījumā pēc Patērētāju tiesību aizsardzības centra pasūtījuma redzams, cik atbildīgi vai bezatbildīgi cilvēki ņem kredītus.

## „Tik vilinoši, ka biju gatava riskēt”

„Tagad, pārļausot saraksti, redzu, ka bija pietiekami daudz aizdomīga, lai saprastu, ka tā ir krāpniecība. Tomēr tā iespēja šķita tik vilinoša, ka iekritu azartā un biju gatava riskēt,” stāsta kuldīdzniece, kura atsaukusies viņu sameklējušā naudas aizdevēja piedāvājumam.

Pārskaitījusi 200 eiro par it kā piešķirtā kredīta noformēšanu un jau pēc nākamā lūguma pārskaitīt vēl 500 eiro sapratusi, ka cerība saņemt apbrīnojami lētu aizdevumu nav attaisnojusi.

### ZEMA PROCENTU LIKME

Sieviete stāsta, ka ik pa laikam telefona īsziņā vai feisbuka mesendžerī saņem piedāvājumus aizņemt naudu bez ķīlas. Citā tas izteikts neveiklā latviešu valodā un nojaušams, ka no angļu valodas tulkots ar rīku Google Translate, cits izteikts korrektā valodā. Parasti tos esot ignorējusi, bet pirms pāris nedēļām saņemtais it kā no finanšu kompānijas Francijā, kas internetā bija atrodama, bet vēlāk līgumā netika minēta, ieinteresējās ar to, ka procentu likme ir

tikai 2%. Kad sieviete uz īsziņu atbildējusi, ka piedāvājums ieinteresējis un viņa gribētu uzzināt ko vairāk, sarakste turpinājusies vatsapā. Tajā paskaidrots, ka var saņemt aizdevumu no trim līdz 80 tūkstošiem. Maksimālais atdošanas termiņš – 25 gadi. Lai izvērtētu, vai kredītu piešķirt, jānosūta vēlamā summa un atmaksas termiņš, viena mēneša bankas maksājumu pārskats, pases kopija, vecums, profesija un adrese. Arī jāpasaka, vai iepriekš kādi aizņēmumi bijuši un vai tagad ir.

### „APŠVEICAM – AIZŅĒMUMS PIEŠĶIRTIS!”

Sieviete visus prasītos datus par sevi nesot nosūtījusi, tikai daļu. Tā kā viņai citā bankā paņemts 20 tūkstošu eiro kredīts, prasījusi šādu summu un gribējusi zināt, kāda būs mēneša maksa šajā piedāvājumā. Lai arī atsūtītais grafiks liecinājis, ka tā būs krietni mazāka, nekā viņa bankai maksā šobrīd, saraksti neesot turpinājuši. Tomēr pēc pāris dienām saņēmusi jaunu ziņu, ka piedāvājums joprojām spēkā. Sa-

rakstes turpinājumā viņa iztaujājusi, kas tā par firmu, kāpēc dod tik lētus kredītus. Paskaidrots, ka ir kompānija, kas visā pasaulē palīdz grūtībās nonākušajiem. Arī Rīgā esot firmas pārstāvji, kuri šos jautājumus kārtot. Kad sieviete teikusi, ka Rīgā varot satikties, saņēmusi atbildi, ka tādas vajadzības neesot.

Tad atnācis apsveikums, ka kredīts piešķirts: „Mūsu eksperti pieņēmuši jūsu aizdevuma pieteikumu, un viss beidzot ir gatavs jūsu pārskaitījumam. Taču es vēlos jūs informēt, ka personīgo aizdevumu gadījumā personīgās izmaksas jāapdrošina aizņēmējam. Šī ir atšķirība starp personīgo aizdevumu un bankas aizdevumu. Bankas gadījumā jūs maksājat, to nezinot, jo tas ir iekļauts viņu procentos. Kā privātajam aizņēmējam jums ir jāmaksā līguma izmaksas, kas jums izmaksās 200 eiro. Vai jūs pieņemat kredītu ar šo līguma maksu?”

### „ĀTRI ATSKAITI VĒL NAUDU!”

Sieviete naudu uz norādītā konta numuru aizskaitījusi. Kad aizsūtījusi maksājuma

uzdevumu, saņēmusi atbildi, ka kaut kas nav kārtībā, – atskaitīšot viņai naudu atpakaļ, un būšot jāmaksā citā kontā. Tas, ka nauda tiešām atskaitīta viņas kontā, radījis uzticību, un viņa pārskaitījusi 200 eiro uz jauno bankas kontu Francijā.

Pēc dienas gaidītā kredīta vietā saņēmusi ziņu, ka pārskaitījumam viss sagatavots, bet lai ātri iemaksājot vēl 500 eiro, kas nepieciešami kredīta pārskaitījumam un nodokļu nomaksai. Tad viņa jau šodien saņemšot aizdevumu kontā un atmaksas grafiku e-pastā. Tikai tajā brīdī sieviete patiešām noticejusi jau sarakstes laikā dzimušajam aizdomām, ka ir apkrāpta, un ar jauno pārskaitījumu apstājusies. Prasījusi, lai atskaita atpakaļ 200 eiro, jo kredītu nevēlas.

Sieviete stāsta, ka saziņa turpinoties joprojām, bet adekvātas atbildes uz jautājumiem viņa vairs nesaņemot. Policijā rakstīt iesniegumu par krāpšanu nevēloties – saprotot, ka pati pieļāvusi daudz muļķīgu kļūdu, un esot kauns publiski to atzīt.

## Sūdzas par negodīgu darbību

Aptuveni ceturtdaļa kredītņēmēju ar noteikumiem rūpīgi neiepazīstas. 77% zina, kāds ir sods, ja saistības neizpildīs laikus, bet 15% par tām nezina.

Patērētāju tiesību aizsardzības centrā (PTAC) par finanšu pakalpojumiem ik gadu ienākot vairāki simti sūdzību.

Kā secināts pētījumā, nereti iemesls ir paša kredīta ņēmēja vieglprātīgā attieksme un arī kredīta izsniedzēja nepiesardzīgā rīcība, pat mudinājumi ņemt vairāk, nekā nepieciešams.

### AIZŅEMAS VAIRĀK NEKĀ TREŠDAĻA

Tirgus un sabiedriskās domas pētījumu centra SKDS pētījumā Latvijas iedzīvotāju viedoklis par finanšu uzkrājumiem, kā arī banku un nebanku kredītdevējiem pēdējos trīs gados secināts: 21% atbildējušo ir ņēmuši aizņēmumu vairākas reizes, 15% vienreiz, 63% nav to darījuši, bet 1% uz šo jautājumu esot grūti atbildēt.

Visbiežāk naudu aizņēmušies 25–44 gadus veci cilvēki. 73% respondentu nekad neesot bijuši sarežģījumi ar kredīta atmaksu laikā, bet 16% to atdot bijis grūti vairākkārt. Galvenais iemesls (56% gadījumu) – neplānoti tērīni, bet 38% aptaujāto nokārtot saistības traucējusi ienākumu samazināšanās. Aptuveni 10% saņēmuši atteikumu kredītu izsniegt, un vairums vērsies pie cita kredītdevēja. 34% to tur arī saņēmuši.

### MUDINA ŅEMT ATKAL

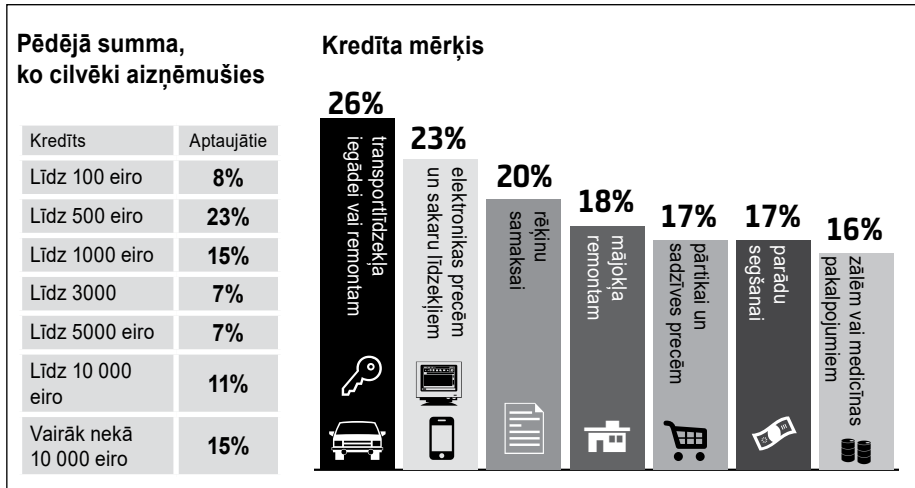
22% no aptaujātajiem, kuri kādreiz kredītu ņēmuši, norāda, ka kredītdevējs nekad ar viņiem nav sazinājies, mudinot aizņemt atkārtoti. Savukārt 45% mudinājumu saņēmuši vienu reizi, 3% – divas reizes, bet 30% – trīs un vairāk reizi.

Galvenais iemesls, kādēļ cilvēki izman-

to nebanku kredītdevēju pakalpojumus, ir iespēja ērti un ātri aizdevumu noformēt jebkurā vietā un jebkurā diennakts laikā internetā un ar īsziņām. Kredīts tiek piešķirts dažu minūšu laikā (atbildējuši 65%).

Aptuveni ceturtdaļa daļa ar noteikumiem rūpīgi neiepazīstoties. 91% norādījis, ka pirms kredīta ņemšanas par procentu likmi ir zinājuši. 77% zinot, kāds ir iespējams sods, ja saistības viņi neizpildīs laikus, bet 15% par tām nezina.

46% tomēr saskārušies ar tiešu vai netiešu nebanku kredītdevēja aicinājumu noslēgt aizdevuma līgumu par lielāku summu, nekā vajadzīgs. 10% esot saskārušies ar tiešu vai netiešu aicinājumu norādīt nepatiesus datus, lai nebanku kredīts tiktu piešķirts.



## Aktivizējušies viltvārži – banku darbinieki

„Šogad Valsts policijas Kuldīgas iecirknī informācija par krāpšanu saņemta no 15 iedzīvotājiem, pērn visā gadā – no 28,” stāsta policijas pārstāve Madara Šeršņova.

Galvenokārt esot sūdzības, ka preces internetā viņiem pasūtītas, bet nauda par tām nav saņemta. Vai otrādi – nauda pārskaitīta, bet preces nav saņemtas. Pagājušajā gadā notikušas arī darbības ar darījumiem biržā, izkrāpjot naudu.

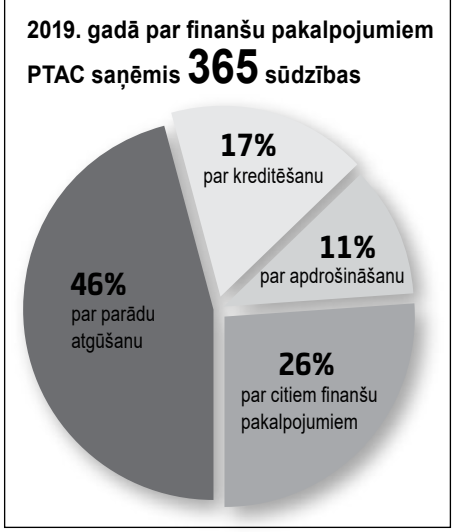
**„Zelta likums: nevienam nedot savus bankas datus, nepārskaitīt naudu un neiesaistīties mistiskos darījumos.”**

„Šogad aktivizējušies viltvārži, kuri uzdodas par banku darbiniekiem, iegūst personu datus un no banku kontiem noņem naudu,” stāsta M.Šeršņova. „Diem-

žēl šāda krāpšana notiek cilvēku pārlieku lielās uzticēšanās un neuzmanības dēļ. Ir saņemtas arī ziņas par to, ka tie, kuri uzdodas par bankas darbiniekiem, ir zvanijuši, tā cenšoties iegūt bankas datus. Cilvēkiem jābūt piesardzīgiem. Zelta likums būtu: nevienam nedot savus bankas datus, nepārskaitīt naudu un neiesaistīties mistiskos darījumos.

Valsts policija atgādina, ka nekādā gadījumā svešiniekiem nedrīkst atklāt bankas kontu pieejas datus. Ne banku, ne valsts iestāžu darbinieki nekad šādu informāciju neprasīs atklāt. Tas, ka telefonsarunā parādās Latvijas numurs vai pat valsts iestādes nosaukums, nenozīmē, ka zvana tiešām no Latvijas. Krāpnieki spēj telefonu numurus ģenerēt.

Ja līdzekļi ir izkrāpti, aicinām nekavējoties sazināties ar banku, kā arī rakstīt iesniegumu policijā: elektroniski bez e-paraksta portālā www.latvija.lv vai ar e-parakstu e-pastā: pasts@vp.gov.lv.”



## SARUNA AR JUBILĀRU

## Sava daļa gan darbam, gan atpūtai



„Visi grib no dakteriem vai kāda cita dzirdēt to īsto labas veselības formulu, bet tā ir tik individuāla. Katram pašam par sevi jārupējas,” saka ģimenes ārsts Ēvalds Upenieks.

„Nekad darba dēļ neesmu darījis sev pāri. Vienmēr esmu atradis laiku atpūtai ar ģimeni, fiziskām aktivitātēm, ceļojumiem, saimniekošanai laukos. Nevar tikai strādāt – darba augļi arī jāplūc,” saka ģimenes ārsts Ēvalds Upenieks, kurš 29. martā nosvinēja 71. dzimšanas dienu.

## DERĪGA MIERA UN KARA LAIKĀ

Ēvalds kā ārsts Kuldīgā nostrādājis vairāk nekā 40 gadus, bet viņa dzimtā puse ir Latgale. Krustpils novada Zilānu ciemā izdzīvojis lauku bērna darbīgo bērnību, mācījies skolā un, mammas mudināts, devies uz Rīgu studēt medicīnu.

„Mammas brālēns bija dakteris, un viņa izdomāja, ka ārsta profesija būs arī man piemērota, jo noderēs gan miera, gan kara laikā,” stāsta Ē. Upenieks. „Toreiz bija tādi nemierīgi laiki. Uz skolu brauca no dažādām augstskolām aicināt studēt. Kuldīgā ilgus gadus strādājošais dakteris Dimants arī ir no tās pašas puses, no kuras es. Viņš bija atbraucis uz mūsu skolu un stāstīja par daktera darbu. Ieklausījies viņā, savā mammā un arī sev izvēlējos šo profesiju.”

## ZINĀŠANAS PAPILDINĀTAS

Studiju laikā 1972. gadā Ēvalds apprecējis sievu Māru. Viņa pēc Zobārstniecības fakultātes beigšanas atgriezies dzimtajā pusē, sākusī strādāt Kuldīgā. Arī Ēvalds ar ārsta diplomu pārcēlies uz šejieni un strādājis Kuldīgas slimnīcā.

„Kā jaunajam ārstam piedāvājumi bija labi – absolūto dzīvokli dabūjām,” stāsta dakteris. „Izmācījos par iecirkņa terapeitu, specializējos neiroloģijā. Sāku strādāt, bet tad iesauca dienēt armijā. Kad atgriezos, trīs neirologi šeit jau bija. Pietrūka kardiologu, tādēļ Ļeņingradā mācījos kardioloģiju, specializējos vairākos virzienos. Strādāju arī par iecirkņa ārstu un slimnīcā. Tad nāca pārmaiņu laiki, kad tādi sīkie speciālisti vairs nebija

vajadzīgi. Kardiologa darbs palika tādā kā hobija līmenī.

Pašlaik esmu ģimenes ārsts. Kā pensionārs īpaši negribu pārstrādāties. Mani palīgi ir sacījuši, ka man būs jāstrādā tik ilgi, kamēr viņi būs pensijā, bet es gan nevaru iedomāties, ka arī pēc 80 gadiem to darīšu.”

## VISI KUSTĪGI UN AKTĪVI

Ēvalda un Māras ģimenē izaudzināta meita Ieva un dēls Ģirts. Abi dzīvo Rīgā. Ieva strādā statistikas pārvaldē, Ģirts – tūrisma, viņam ir arī privātais bizness. Tēvs priecājas, ka tāpat kā bērni no viņa pārņēmuši kustību prieku un laiku labprāt aizpilda ar fiziskām nodarbēm, tā arī visi četri mazbērni esot žiperīgi.

Ģimene savulaik iegādājusies lauku īpašumu Kurmāles pagastā. Par tur iz-

audzētajiem sīpoliem un cukurbietēm nopelnīts pirmais ģimenes auto – žigulis. Tagad lauki vairāk esot kā atpūtas un darbošanās vieta. Kad bērni vēl bijuši mazi, ģimene tuvākus un tālākus ceļus mērojusi pārgājienos. Ēvaldam patīcis ceļot arī uz tālākām zemēm. Divus gadus tas gan nav iespējams, bet pirms tam to darījis bieži. Vairāk nekā desmit gadus draugu kompānijā devušies uz kalniem slēpot.

Šis ierobežojumu laiks viņu esot nogurdinājis tāpat kā visu sabiedrību. Gribot atgriezties normālā ritmā, kad atkal var tikt ar bērniem, mazbērniem un domubiedriem. Arī doties jaunos brīvdienu piedzīvojumos ārpus Latvijas.

**Jolanta Hercenberga**  
**Ēvalda Upenieka**  
arhīva foto

## STĀRĶA VĒSTIS

## Divas meitenes un divi puikas

„Šobrīd tāds klusāks periods – topošās māmiņas atpūšas. No 25. līdz 30. martam pie mums piedzimuši četri bērniņi,” saka Kuldīgas slimnīcas dzemdību nodaļas vecmāte Gunta Cepurīte.

Pasaulē nākušas divas meitenītes, kurām vecāki devuši vārdus Hanna un Andželika, un puikas Dominiks un Adrians.

Jolanta Hercenberga



## ATTIECĪBAS

## Jāmeklē iespējas satikt citus

Tagad, kad laiks tik daudz jāpavada mājās, jūtos slikti, jo nevaru komunicēt ar cilvēkiem, kā biju radis: satikties, iet ciemos, parunāt ar vienu, otru, izstāstīt savas lietas, uz klausīt citus, dot padomu citiem. Jutos kaut kā noderīgs. Dzīvoju viens, strādāju attālinātu darbu un sajūtos kā tukšs. Neciešu tādu vientulību. Vai ir kādas metodes, kā tikt ar sevi galā?



**Iluta Neimane,** sertificēta psiholoģe, ģimenes psihoterapijas speciāliste

Jā, piekrītu, ka tagad lielāko laiku daļu pavadām mājās: gan atpūšamies, gan strādājam. Tas varbūt daudziem būtu tas mīnuss, bet noteikti ir savi plusi. Pirmkārt, mēs nesteidzīgi varam saplānot darba lietas. Diez vai mājās strādājam daudz vairāk nekā klātienē. Varam dienu saplānot un būt brīvi no darba

daudz ātrāk par noteiktajām stundām. Otrkārt, varam saplānot brīvo laiku. Lai arī nevaram satikties ar draugiem klātienē, ir daudz citu iespēju: tās pašas attālinātās sarunas vietnē Zoom vai pat mazās zūma ballītes. Un, treškārt, pastaigas dabā neviens nav atcēlis – varam satikties un izrunāties. Šogad ziema mūs īpaši lutināja, bija tik daudz dažādu iespēju, arī distanču un kalnu slēpošana, snowboards. Un tagad pavasaris klāt, siltums! Protams, arī pastaigās ar draugiem svaigā gaisā jāievēro viss, kas pašreiz, epidēmijas laikā, jāievēro.

## MANAS ATZINĀS

## „Paši uzrakstījuši savas dzīves scenāriju”



**RŪTA ZIEMEĻE,** Kuldīgas pirmsskolas izglītības iestādes *Abelīte* vadītāja

■ **Latvijā mani visvairāk iepriecina** jūra un daba pavasarī. Tas, ka pie mums nav nekādu dabas katastrofu. Arī tas, ka Latvijā ir arvien vairāk darbīgu un radošu jaunu cilvēku.

■ **Latvijā mani visvairāk apbēdina** tas, ka cilvēki nenovērtē to, kas viņiem ir, bet uzsver tikai to, kā nav. Materiālās vērtības sāk dominēt pār garīgajām.

■ **Kuldīgā visvairāk iepriecina** Ventas rumba un vecpilsēta. Kuldīga plaukst, atīstās un kļūst arvien skaistāka. Katros svētkos pilsēta ir ļoti skaisti noformēta. Man patīk tie svētki, kuri ir tikai pie mums – unikāli un atšķirīgi no citām pilsētām: *Dzīves Kuldīgā*, *Lido zivis*, Hercoga Jēkaba tirgus.

■ **Kuldīgā visvairāk apbēdina** tas, ka vecpilsētā (sevišķi Baznīcas ielā) ir daudzas senas un skaistas neapsaimniekotas mājas, ka ir tādi cilvēki, kuri paši neko nav izdarījuši, bet prot tikai kritizēt.

■ **Mana lielākā vēlēšanās** ir tā, lai bērniem un mazbērniem būtu laimīga un veiksmīga dzīve

Kuldīgā, lai viņi nekad nevēlētos no šejienes aizbraukt. Vēlos, lai mēs ātrāk pārvarētu šo grūto laiku, varētu būt veseli un turpināt pilnvērtīgu dzīvi.

■ **Man darbā vissvarīgākais** ir nodrošināt to, lai darbinieki un audzēkņi iestādē justos labi un droši.

■ **Ja būtu jāmaina nodarbošanās**, es izvēlētos to pašu, jo jau bērnībā man bija skaidrs, ka būšu skolotāja. Varbūt vēl varētu strādāt bibliotēkā, jo īsu laiku esmu tur pastrādājusi, bet tas noteikti būtu saistīts ar cilvēkiem un aktīvu darbību.

■ **Mans dzīves moto:** nedarīt otram to, ko nevēlies, lai nodara tev.

■ **Vērtīgākā dzīves mācība:** nevainot citus par savu dzīvi, jo tikai paši esam izdarījuši savu izvēli, uzrakstījuši savas dzīves scenāriju.

■ **Es dzīvē nekad** nevaru teikt *nekad*, bet negribētu piedzīvot brīdi, kad jāpieņem tāds lēmums, kas ietekmē citu cilvēku likteni.

■ **Smieklīgākais, kas ar mani atgadījies.** Kuriozu un neveiklu situāciju bijis daudz, taču viens ir īpašs, kad, plāpādama ar paziņu, sajaucu mašīnas (bija līdzīga manējai) un iekāpu svešā pie sveša vīrieša. Kad pagriezās, ieraudzīju bārdaini, kurš jautāja: „Vai jūs neesat kaut ko sajaukusi?” Sajūta nebija no tām labākajām.

■ **No saviem vecākiem** mācījos to, ka bez grūta darba un neatlaidības neko nevar sasniegt, un to, cik svarīga ir izglītība. Vecāki iemācīja, ka pienākumi jāizpilda un par savu taisnību ir jāpastāv.

■ **Mani visvairāk iedvesmo** tikšanās ar interesantiem, sirdsgudriem, atraktīviem cilvēkiem. Darbā mans zelta fonds ir darbinieki, uz kuriem varu paļauties jebkurā brīdī. Zinu, ka viņi mani atbalstīs. Paldies par to! Protams, iedvesmo arī mana ģimene.

NEDEĻAS VIEŠŅA

# Kuldīgas sapņu komanda – Ģertrūde

Šopavasār Ģertrūdes balvas izcīņai ir 15. gadskārta, bet oranžās bumbas spēlētājām darbības pirmsākumi Kuldīgā ir krietni senāki. Viena no komandas kodola ir ANTRA ĀBULA. Rakstniece – tā viņa sevi pieteic, jo katrai dalībniecei esot savi pienākumi.



Antrai Ābulai sirdij tuvs ir aktīvs dzīvesveids. Te Ozolniekos viņa skrīturo.



1976. gads. Basketbola sacensību Rumbas kauss apbalvošanā Kuldīgā. Antra – pietēta no kreisās.



1980. gads. Spēļu pārtraukumā treneres Andras Saulgriezes norādījumi basketbolistēm. Antra – trešā no kreisās.



1984. gadā sporta skolas izlaidumā: Antra Ķiršone, trenera Andra Saulgrieze, Antra Ābula, treneris Alberts Leimanis, Anda Andersone.



Komandas Ģertrūde spēle Kuldīgā.

**Kā 15 gados ir veicies?**

Ja nebūtu pandēmijas, mēs tagad rosiot un gatavotos sacensībām. Ģertrūdes balvas izcīņa radās ar domu, lai pieaugušajiem būtu, kur spēlēt, jo nav, kas viņiem sacensības rīkotu. Mēs, sievietes basketbola klubs Ģertrūde, nolēmām, ka jāņem groži savās rokās un jāriko turnīrs pašām. Meklējām savam vecumam līdzīgas komandas. Balvas izcīņā 15 gadu laikā ir spēlējušas daudzas: Dobeles, Lapmežciems, Talsi, Ventspils, Liepāja, Vaiņode, Saldus, Kurzemīte, Aizpute. Ir bijušas tādas sezonas, kad turnīrā cīnās sešas komandas, braucām arī viena pie otra. Tagad aktīvas ir trīs: Dobeles, Lapmežciems un mēs. Savukārt, kad rīkojam sacensības Ēdolē, bija ieradusies basketbolistes pat no Rēzeknes. Gadu gaitā attiecības starp komandām izveidojušas ļoti labas.

Veterānu spēles sākās no 35 gadu vecuma. Lai varētu tajās startēt, agrāk Kuzpirms bija jāizcīnā uzvara Kurzemes zonā. Bija ļoti augsts līmenis. Tagad cilvēki ir pricīgi, ka vispār kāds brauc un spēlē.

Agrāk uz lielām sacensībām trans-

portu deva rajona padome, kopā brauca vairāku sporta veidu pārstāvji. No vienas puses – forši, no otras – ne. Reiz Bauskā dabūjām ilgi gaidīt citus. Tad ļoti daudz laika jāvelta tam, ko varētu izdarīt īsākā laikā. Tagad spējam novērtēt to, ka laiks ir mūsu vērtība.

Lai brauktu uz sacensībām šodien, vajag daudz naudas. Dalības maksa pasaules čempionātā komandai ir 800 eiro. Sponsoru nav, un nākas summu dalīt uz galviņām. Latvijā starptautiskās sacensībās, ko rīko Cēsis un Tukums, arī ir dalības maksas – 170 eiro. Paldies novadam – atbalsta.

Kad man dzima bērni, pa vidu spēlēm ģerbtuvē mazo pabaroju un – atpakaļ laukumā. Ļoti lielu paldies vēlos teikt visām ģimenēm, jo bez to atbalsta nekā nebūtu. Ģimenes saprot, ka basketbols mums vajadzīgs.

Diemžēl basketbolā atšķirībā no vieglatlētikas vajadzīga komanda. Vieglāk cilvēkam trenēties tad, ja viņš ir viens. Ir pats sev noteicējs: kur, kad trenējas, piedalās, kādus sasniegumus vēlas, vai sporto tikai

veselībai vai arī augstvērtīgam rezultātam.

Nav viegli izturēt tieši komandai, jo spēlētājs var no aprites izkrist veselības vai sadzīves apstākļu dēļ. Situācijas ir dažādas. Nav vienkārši savākt astoņus vai desmit līdzīgi domājošus, arī trākus (smejas), ar saprotošām ģimenēm, jo tas nav tikai treniņš – tās ir arī sacensības, izbraukumi. Mūsu vecuma basketbola komandu Saldū, Talsos, Ventspilī un Liepājā nav vairs.

**Bet kāda situācija bija senāk?**

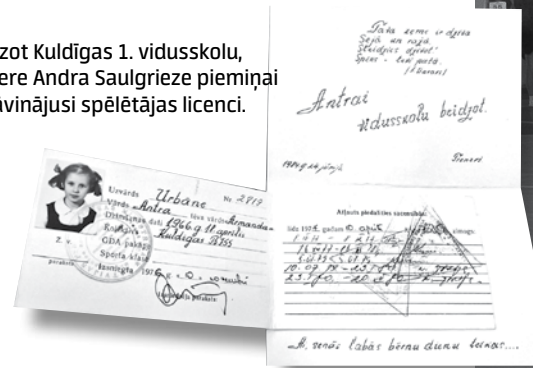
Agrāk Kuldīgā meiteņu basketbols bija ļoti spēcīgs. Tādas sacensības kā Rumbas kauss noritēja katru pavasari. Komandas bija dažādās vecuma grupās. Meitenes ļoti spēlēja republikā.

Kuldīgā nav sievietes basketbola treneru. Nav, kas meitenes trenētu, un jaunas spēlētājas nerodas. Par sevi smejam, ka esam senas. Diemžēl pēctecības nebūs – viss reiz beigsies. Tas ir skumji. Komandas jaunākā dalībniece ir Madara Dārzniece, kura strādā galvaspilsētā, bet basketbolu spēlē Ģertrūdē.



1981. gads. Gatavojoties augstlīdzības startam. Labākais rezultāts šajā vieglatlētikas disciplīnā Antrai bijuši 1,6 metri.

Beidzot Kuldīgas 1. vidusskolu, trenera Andra Saulgrieze piemiņai uzdāvinājusi spēlētājas licenci.



”

**„Domstarpības lielākoties ir tikai par situāciju laukumā. Sadzīvē esam labas draudzenes, varam viena otrai prasīt padomu.”**

**Vai komandā visas ir tā sauktās tīrās basketbolistes?**

Tikai dažas: Ilze Lorence, Anda Gutlande. Pārējām vairāk tāds vieglatlētikas un basketbola sajaukums.

**Vai sportot sākt skolas laikā?**

Tajā laikā, kad gāju Kuldīgas 1. vidusskolā, mācījos sporta klase. Mums treniņi bija divas reizes dienā: no rītiem vieglatlētikā, vakarā basketbolā. Vēl tagad atceros – ceturtdienās un sestdienās bija tikai viens treniņš. Mēs darījām pilnīgi visu. Ja skolai vajadzēja spēlēt rokasbumbu – spēlējām. Neviens nečīkstēja, ka nemāk. Esam pat rajona mēroga sacensībās uzvarējušas. Jāspēlē meiteņu futbols – darījām to. Tāpat skrējām krosu, slēpojām.

**Vai visi bieži, izdzirdot verdiktu, ka turpināt sportot nevar, nolaižs rokas.**

Protams, sākumā jutos tā, ka būtu izmesta no laivas. Vajadzēja saņemties, atgriezties skolā, no kuras biju aizgājusi. Es nekad neesmu domājusi, ka lielais sports ir mans. Kad sāku sportot, patiesībā biju nīkulis. Uz basketbola nodarbībām aizgāju līdz draudzenei. Treniņā bijām kādas 30 meitenes. Vispirms spēlējām tautas bumbu, bija stafete, lai nostiprinātu kustības. Man trūka elpas, nebija spēka. Vēlāk trenere Andra Saulgrieze mani rādīja kā piemēru: „Redziet, kas var izaugt, ja trenējas!” Tā jau ir jebkura lietā: ja dari, tad sevi norūdi, pilnveido. Izaugu garāka, nekā plānoju (smejas). Šeit esmu garais spēlētājs, bet Jelgavā augstskolas laikā biju mazais – saspēles vadītājs. Istenībā jau neesmu gara – 1,80 metri, un ir jāatrod pareizā kompānija (smejas).

**Kādā sporta veidā bez basketbola vēl trenējāties?**

Vieglatlētikā, daudzciņā. Vislabāk man patika skriet barjerskrējienu – lēkt augstlēkšanā. Vēl tagad atceros, ka bija sacensības Antona Grundmaņa kauss, un jutos ļoti lepna, jo šo kausu izcīnīju.

Tolaik sacensību nebija tik daudz, ka varētu izplesties. Augstākās bija republikas mēroga. Reiz 1977. gadā piedalījāties tādās, kur jāspēlē minibasketbols, vēl bija stafete, 25 metru peldēšana, un izcīnījām 3. vietu. Mums teica, ka būs jābrauc uz nākamajām sacensībām, bet

beigās neaizlauda, jo bijām no mazpilsētas – mūsu vietā aizbrauca Rīgas komanda. Republikā bijām spēcīgas basketbolistes, spēlējām ļoti labi – ieguvām pirmās vietas. Mūs trenēja Andra Saulgrieze.

Tolaik, kad sākās sezona, lai vispār varētu startēt, bija jāizpildīta fiziskā kvalifikācija. Visa komanda brauca uz noteiktu laiku skriet krosu, bija jāmet pildbumbas, jālec tālumā no vietas. Ja komanda fiziskos rādītājus neizpildīja, pie sacensībām nemaz nepielaida.

**Visai bieži, izdzirdot verdiktu, ka turpināt sportot nevar, nolaižs rokas.**

Protams, sākumā jutos tā, ka būtu izmesta no laivas. Vajadzēja saņemties, atgriezties skolā, no kuras biju aizgājusi. Es nekad neesmu domājusi, ka lielais sports ir mans. Kad sāku sportot, patiesībā biju nīkulis. Uz basketbola nodarbībām aizgāju līdz draudzenei. Treniņā bijām kādas 30 meitenes. Vispirms spēlējām tautas bumbu, bija stafete, lai nostiprinātu kustības. Man trūka elpas, nebija spēka. Vēlāk trenere Andra Saulgrieze mani rādīja kā piemēru: „Redziet, kas var izaugt, ja trenējas!” Tā jau ir jebkura lietā: ja dari, tad sevi norūdi, pilnveido. Izaugu garāka, nekā plānoju (smejas). Šeit esmu garais spēlētājs, bet Jelgavā augstskolas laikā biju mazais – saspēles vadītājs. Istenībā jau neesmu gara – 1,80 metri, un ir jāatrod pareizā kompānija (smejas).

**Kādā sporta veidā bez basketbola vēl trenējāties?**

Vieglatlētikā, daudzciņā. Vislabāk man patika skriet barjerskrējienu – lēkt augstlēkšanā. Vēl tagad atceros, ka bija sacensības Antona Grundmaņa kauss, un jutos ļoti lepna, jo šo kausu izcīnīju.

Tolaik sacensību nebija tik daudz, ka varētu izplesties. Augstākās bija republikas mēroga. Reiz 1977. gadā piedalījāties tādās, kur jāspēlē minibasketbols, vēl bija stafete, 25 metru peldēšana, un izcīnījām 3. vietu. Mums teica, ka būs jābrauc uz nākamajām sacensībām, bet

galīgi klāt netiek. Savukārt basketbols ir rīkīga kontaktspele. Viss atkarīgs arī no tā, cik daudz atļauj tiesneši. Viņi visu nevar redzēt, jo skatiens vērstas tajā virzienā, kur ir bumba.

**Kas šajā sporta veidā aizrauj?**

Istenībā mūsu komanda – es kopā ar viņām varētu darīt arī ko citu. Svarīgākā ir kopā būšana. Gadu gaitā viena otrai esam ļoti ļoti iepatījušas.

Protams, aizrauj arī pati spēle, iziešana laukumā. Savā starpā esam spriedušas, ka reizēm kolosāla ir pat zaudēta spēle – tadā var būt lielāku gandarījumu nekā prieku par visai viegli gūtu uzvaru.

”

**„Kuldīgā nav sievietes basketbola treneru. Jaunas spēlētājas nerodas. Diemžēl pēctecības nebūs.”**

Vecumā grupā 55+ braucam palīdzēt sacensībās, arī starptautiskās, palīdzam citu pilsētu komandām, piemēram, Cēsīm, Tukumam. Mums vienu reizi palīdzējusi viena spēlētāja, jo vajadzēja kādu, kas iziet uz maiņu.

Mēs aicinām pievienoties arī citas gribētājas. Diemžēl pieaugušajiem ir kāds minuss: treniņi notiek astoņos vakarā, un šī iemesla dēļ nevar atbraukt interesentes no laukiem. Izbraukāt, piemēram, no Alsungas, nav vienkārši. Ir bijis tā, ka no Kul-



Sacensībās Jēkabpilī Kuldīgas Ģertrūde izcīnījusi 2. vietu.

dīgas dodamies uz treniņu Ēdolē, kur var pievienoties arī alsundzniecības.

**Kas komandas kodolu satur kopā?**

Domāju, ka komanda ir kā viens veselums. Mums ir sadalīti pienākumi, ko katra dara. Piemēram, kapteines Andas Gutlandes pārziņā ir organizatoriskie darbi. Es esmu rakstniece: rakstu visus pieteikumus, nolikumus. Savukārt Anda Andersone ir atbildīgā par saimnieciskām lietām, viņa arī gādā kafiju, maizītes. Sigita Ziņģe ir vairāk uz šoferēšanu. Dzidra Saliņa vienmēr par visu bija padomājusi. Ja kādai vajag šķēres, diegu vai vēl ko citu, jājautā Dzidriņai. Varbūt kādu nenosauca, bet esam organisks kods. Un, kaut ko atņemot, izjūks modelis.

Ienācējam komandā ir ļoti grūti. Kāpēc? Jo mēs esam tādas, kādas esam. Neesam jau tikai pūciņas – katrai ir savs raksturiņš. Visādi arī mums ir gājis. Varam savā starpā uzsvirkstēt, sadusmoties, tomēr vienmēr pagriežamies un ejam tālāk. Domstarpības lielākoties ir spēles laikā un tikai par situāciju laukumā. Sadzīvē esam labas draudzenes, varam viena otrai prasīt padomu, jo esam no dažādām sfērām. Mums paveicies – smejamies, ka mums ir sava sapņu komanda.

**Pandēmijas laikā treniņi nenotiek. Vai esat noilgojušās pēc treniņiem?**

Nenormāli! Mums birst plāniņš. Kad būs labāks laiks, varētu sākt fiziskās sagatavošanas treniņus stadionā. Citas jau ierobežojumu laikā dodas garās pastaigās vai skrien, nodarbojas ar kādām aktivitātēm. Bet mums vajag to satikšanos.

**Senāk vecākā meita bija atnā-**

kusi uz vienu lauku treniņu un sacīja: „Mammu, jūs esat tik skaļas un visu laiku smejaties!” Komunikācija ir tā, kuras pietrūkst visvairāk.

**Kuldīgā pabeidzāt vidusskolu. Ko darījāt pēc tam?**

No 1984. līdz 1988. gadam studēju par ekonomisti grāmatvedi Latvijas Lauksaimniecības akadēmijā Jelgavā. Pārmaiņu laiks, augstskolā basketbola komanda bija, bet treneris darbojās vienu gadu – pārējo laiku spēlējām pašas. Labi spēlējām, bijām augstā līgā.

Pēc studijām atgriezies, bet ne pilsētā – Ēdoles pagastā. CV man ir garš: kur aizgāju strādāt, tur priekšā reorganizācija, likvidācija.

Neatceros, kurā brīdī atkal iesaistījies basketbola spēlē, bet to šeit atdzīvināja sporta skolotājs un treneris Raimonds Kramzaks.

**Vai basketbolu spēlē arī meitas?**

Nav jau, kur Kuldīgā to trenēties. Uzskatīju, ka viņām pašām jāizvēlas, ko darīt. Vecākā meita Anita 1. klasē gāja uz volejbolu treniņiem un mācījās mūzikas skolā. Pēc 1. klases pateica, ka ies tikai uz mūzikas skolu. Jaunākā meita Alise Alma gāja vieglatlētikā, šahā, mūzikas skolā. Pēc 1. klases pateica, ka ies tikai uz mūzikas skolu. Arī viņa pieņēma lēmumu mācīties mūziku. Anita tagad beigus augstskolu, ir rezidentūrā – viņa būs kardioloģe. Savukārt Alise Alma Rīgas Straidiņa universitātē medicīnu mācās 2. kursā.

Nedomā, ka es tikai spēlēju basketbolu (smejas). Es arī dziedāju Katrīnas baznīcas ansamblī, agrāk – korī Ventavā. Gadus četrus eju vēsā laikā peldēties. Ar vīru Kasparu spēlējām galda spēles, arī zolīti.

## Kuldīgas novadā

## ĒDOLĒ

5.IV 11.00–13.00 pie kultūras nama ģimenēm Lieldienu pastaigu taka ar radošām pieturām. Iepriekš noteikti jāpiesakās pie kultūras nama vadītājas.

## ĪVANDĒ

4.IV ģimenes aicinātas šūpoties muižas parkā, zīmēt uz bruģīša (krītiņi būs). Autori saņems balviņas.

## LAIDOS

Bibliotēkā līdz 1.IV Valdas Zariņas fotogrāfijas.

## PELČOS

Centrā var nofotografēties ar zaķiem Frici un Mildu. Netālu mazajā bibliotēkā var saņemt krāsojamās lapas un mājās izkrāsot. Jaunajā pastaigu takā (braucot uz Viduskurzemes pamatskolu-attīstības centru, ceļa labajā pusē ir norāde) var arī izpildīt Lieldienu uzdevumus: cilpot kā zaķis, ripināt līdzpaņemtās olas un šūpoties.

## Kurmālē

Vilgāles bibliotēkas feisbuka kontā līdz 4.IV viktorīna *Gatavojamies pavasara saulgriežiem*.

## Alsungas novadā

TIC logus rotā vietējo keramiķu darbi.

## Skrundas novadā

## SKRUNDĀ

4.IV 12.00–15.00 kultūras nama apkārtnē var izšūpoties, uz lielās olas atstāt zīmējumu vai vēlējumu (līdzī jāņem rakstāmais).

## NĪKRĀCĒ

Līdz 5.IV Dzeldā var meklēt 12 paslēptus vārdus ar Lieldienu elementiem, pareizi salikt teicienu un fotogrāfiju nosūtīt e-pastā: nikrace@skrunnda.lv.

6.IV 15.00 tiešraidē pagasta feisbuka lapā tiks izlozētas trīs pārsteiguma balvas.

## RAŅĶOS

4. un 5.IV Sudmalnieku birzī jāsameklē desmit zaķi un jāatbild uz jautājumu (lapa būs kastītē estrādē). Atbilde jāieņem zaķu kastē estrādē. Uzvarētāji tiks izlozēti, un ar viņiem zaķis sazināsies personiski.

## LIELDIENU DIEVKALPOJUMI

## Kuldīgas Sv. Annas baznīcā

1.IV 18.00 Klusā nedēļa, 2.IV 11.00 Lielā piektdiena, 4.IV 8.00 Lieldienas.

## Kuldīgas Sv. Katrīnas baznīcā

1.IV 18.00 Klusā nedēļa, 2.IV 18.00 Lielā piektdiena, 3.IV 18.00 Klusā sestdiena, 4.IV 7.00 Kristus augšāmcelšanās svētki.

## Kuldīgas katoļu baznīcā

1.IV 18.00 Kunga pēdējo vakariņu mise, 2.IV 16.10 Krusta ceļš, 17.00 Lielā piektdiena, 3.IV 20.00 Lielā sestdiena, 4.IV 10.10 Vissv. sakramenta uzstādīšana, 11.00 procesija un Kristus augšāmcelšanās svētku mise, 5.IV 8.00 Otrās Lieldienas.

## Kuldīgas baptistu baznīcā

2.IV 11.00 Lielā piektdiena, 4.IV 11.00 Lieldienas.

## Īvandes baznīcā

4.IV 10.00.

## Ēdoles baznīcā

4.IV 12.00.

## Lipaiķu baznīcā

4.IV 14.00.

## Rendas baznīcā

4.IV 10.00.

## Usmas baznīcā

4.IV 12.30.

## Alsungas Sv. Miķeļa baznīcā

1.IV 18.00 Kunga pēdējo vakariņu mise, 2.IV 15.00 Jēzus ciešanu mise, 3.IV 20.00 Lielā sestdiena, 4.IV 8.00 Kristus augšāmcelšanās svētki.

## Gudenieku Sv. Jāņa baznīcā

4.IV 11.00.

## Skrundas baznīcā

1.IV 18.00 Klusā nedēļa, 2.IV 11.00 Lielā piektdiena, 4.IV 11.00 Lieldienas.

## Kabileles baznīcā

4.IV 10.00.

## Vārmes baznīcā

4.IV 10.00.

## Valtaiķu baznīcā

4.IV 13.00.

## KURZEMĒ

## Talsos

Fotoizstāde *Vertikālā atskaite* līdz 8.IV kinoteātra *Auseklis* skatlogos. Tā raksturo aizvadīto gadu. Autori ir Talsu fotokluba biedri.

## Liepājā

*Leļļu teātrī* no 12.IV izrāde *Mazais cilvēks* jeb pārsteidzoša cirka mistērija, ko Ģirts Šolis iestudējis pēc Ērika Kestnera darba *Divāna „Zoom” izrādes* var skatīties vietnē [www.bilesuparadize.lv](http://www.bilesuparadize.lv) iegādājoties ģimenes biļeti konkrētā laikā vai piekļuves kodu, kas 72 stundas ļauj skatīties neierobežotu reižu skaitu. Vairāk: [www.liepajaleslles.lv](http://www.liepajaleslles.lv).

## Ventspilī

Mūzikas vidusskola līdz mācību gada beigām bez maksas rīko 13 meistarklases un vieslekcijas. Pedagogi var saņemt aplieciņu par profesionālo pilnveidi. Informācija par saturu un pieteikšanos – skolas feisbuka lapas sadaļā *Pasākumi*.

**Herberta Dorbes muzejs** aicina platformā *Zoom* uz nodarbību *Vai tiešām lemts būs iemīlēties*. Varēs iepazīt rakstnieka, pedagoga un novadpētnieka Herberta Dorbes literāro mantojumu. Sarunu vadīs muzeja vadītāja Inese Aide, varēs klausīties H.Dorbes dzeju. Pieteikties pa tālr. 29999653 vai e-pastā: [inese.aide@ventspils.lv](mailto:inese.aide@ventspils.lv).

## Kuldīgā

## AKTĪVAS NODARBES

## Krāsaina Lieldienu pastaiga

Sagaidot Lieldienas, ikviens var doties **uzmundošā pastaigā pa Kuldīgu**.

Pilsētas dārza kokos izlikti koši putnu būri un sašēduši lieli putni, kas simbolizē pavasara ieskandināšanu ar dziesmām. Resnie putni nolaidušies arī uz laternām Liepājas ielā, turpat – interaktīvi objekti *Pasteidzini pavasari!*, kas rosina uz darbiem siltum-

## Apgūt nūjošanu

1.IV 17.15 un 3.IV 10.00 Pils ielā 1 bezmaksas nūjošana kopā ar treneri Jeļenu Miezīti. Pieteikties pa tālr. 26405549.

## Meklē burtus!

Līdz 1.V Kuldīgas novada sporta skola aicina piedalīties ģimenes orientēšanās spēlē.

Karti ar uzdevumiem var saņemt vieglatlētikas manēžā pie dežurantes darbdienās no 9.00 līdz 17.00 vai e-pastā: [ivo.solomahins@inbox.lv](mailto:ivo.solomahins@inbox.lv).

Jāierodas spēles punktus, katrā ir izlikts burts, pie kura ģimenei jānofotografējas tā, lai tas ir

nīcā. Priecēs krāsainu zaru dekorācijas Liepājas ielā un Pilsētas laukumā, kura malā ir kompozīcija ar zaķiem un raibām olām.

1905. gada parkā līdz 14. aprīlim iekārtota pavasara sajūtu vieta ģimenēm, kurā mazie var darboties, bet visi var apskatīt skolēnu vizuālos un vizuāli plastiskos darbus izstādē *Nāc nākdama, Lieldieniņa*.

redzams. Katrā vietā atrastais burts jāizveido pašiem dalībniekiem (neizmantojot priekšmetus) un atkal jāfotografējas. Kad visi burti atrasti, no tiem jāizveido vārds, jāieraksta kartē un jānofotografē; visi 11 attēli jāšūta e-pastā: [ivo.solomahins@kuldiga.lv](mailto:ivo.solomahins@kuldiga.lv). Jāpieraksta dalībnieku vārds un uzvārds. Tiks izlozēta viena pārsteiguma balva.

## Olu un durvju spēle

Kuldīgas restaurācijas centrs līdz 5.IV aicina Lieldienu pastaigas spēlē *Oliņ, boliņ, bums – ai, durvis*.

Apraksts un karte – centra feisbuka kontā. Uzdevums šāds: vecpilsētas ielās sameklēt senās durvis, aiz kurām paslēptas olas, saskaitīt, pie vienām durvīm nofotografēties, bildi ar mirkļbirku #kuldigasrestaurācijascentrs nopublicēt komentāru sadaļā. 6. aprīlī var lūkot, vai esat ticis pie Kuldīgas labumiem.



## Kuldīga fotogrāfijās

Ikviens var nosūtīt savu fotogrāfijās uzņemto Kuldīgu. Termina nav – ja jums ir attēli, kuros iemūžināta pilsēta vai citas vietas novadā un vēlaties ar noskaņu bildēm dalīties, tās jāšūta e-pastā: [kuldiga2027@kuldiga.lv](mailto:kuldiga2027@kuldiga.lv). Nosacījumi: ne vairāk par 20 fotogrāfijām; laba izšķirtspēja – skaidrs attēls, ne mazāk kā 1 MB; autors; apliecinājums, ka jums nav iebildumu pret bilžu izmantošanu projekta *Eiropas kultūras galvaspilsēta 2027* publicitātei, norādot autora vārdu.

## BIBLIOTĒKĀ

## Tiešsaistes pasākumi

6.IV 11.00 *Padomi vieglākai ikdienai* – saruna ar Nodarbinātības valsts aģentūras karjeras konsultanti Santu Hemmingu.

8.IV 11.00 e-grāmatu rīts.

Darbalaiks svētkos: 1.IV 9.00–17.00, 3.IV 10.00–15.00, 2. un 5.IV slēgts.

## BĒRNU UN JAUNIEŠU CENTRĀ

/Nolikumi: <http://kuldigasbjc.lv>. Par pieteikšanos prasīt BJC./

\* Līdz 5.IV var iesniegt darbus skolēnu mākslas konkursam *Radi rotājot*.

\* Līdz 27.IV skolēni var pieteikties skatuves runas konkursam.

\* Līdz 5.V var iesniegt darbus skolēnu mākslas konkursam *Zeme mūsu rokās*.

## NOVADA MUZEJĀ

www.kuldigasmuzejs.lv



## Mājdaris

Aprīlī jauni uzdevumi un radoša darbnīca par Lieldienām, padomi par dabas materiāliem olu krāsošanā, ticējumi un laika pareģošana. Var ielūkoties senajās Lieldienu apsveikumu kartītēs.

• [www.kuldigasmuzejs.lv/majdaris](http://www.kuldigasmuzejs.lv/majdaris)

## Pilsētas spēle Vecpilsētas nianses

Tās maršruts ved no vides objekta *Teleports* pa Liepājas ielu cauri vecpilsētai līdz muzejam. Uzdevumi rosina atklāt daudz ko jaunu.

• [www.kuldigasmuzejs.lv/vecpilsetas-nianses](http://www.kuldigasmuzejs.lv/vecpilsetas-nianses)

## Virtuālā izstāde Latvijas Tautas frontes Kuldīgas nodaļa

Ap 270 rakstu un fotogrāfiju par LTF Kuldīgas nodaļu.

• [tautasfronte.kuldiga.lv](http://tautasfronte.kuldiga.lv)

## Virtuālā izstāde Kuldīga senāk un tagad

Fotogrāfijas atklāj pilsētas stāstu, ļaujot salīdzināt, kāda tā bijusi agrāk un kā mainījies.

• [www.kuldigasmuzejs.lv/virtualas-izstades](http://www.kuldigasmuzejs.lv/virtualas-izstades)

## Virtuālā izstāde Kuldīga un novads 100 gados

Kuldīgas novads Latvijas 100 gados – no 1918. līdz 2018. gadam.

• [www.kuldigasmuzejs.lv/virtualas-izstades](http://www.kuldigasmuzejs.lv/virtualas-izstades)

## 20 ievērojamu novadnieku dzīvesstāsti

• [www.kuldigasmuzejs.lv/ievrojami-novadnieki](http://www.kuldigasmuzejs.lv/ievrojami-novadnieki)

**PĀRDOD**

Sēklas lieluma **KARTUPEĻUS**. Agros: 'Solistu', 'Borovinu', 'Sunshine' un daudzās citas šķirnes. Saimniecībai piegādāju maisos. Tālr. 29785875.

Sertificētu **KARTUPEĻU** sēklu 'Riviera', 'Madeira', 'Jelly' u.c. Cena: 0,40+PVN. Iespējama piegāde. Tālr. 29432458.

Pārdod kokskaidu **BRIKETES**, 120 EUR/t + piegāde. Tālr. 28196838.

Piedāvājam kvalitatīvas bērza **BRIKETES**, ilgi deg, mazs pelnu atlikums, ar visu piegādi Kuldīgā, 130 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 atgriezumus **MALKU**; skaldītu malku; 3 m garu meža malku. Tālr. 29249578.

Pārdod visu veidu **MALKU**. Tālr. 25971768.

**MALKU** – skaldītu un klučos. Tālr. 27811870.

Pārdod skaldītu **MALKU**. Tālr. 28766158.

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

Svaigus un trūdējušus **KŪTSMĒSLUS** maisos ar piegādi. Maiss – 3 eiro. Tālr. 26518070.

Trūdējušus **KŪTSMĒSLUS** maisos. Tālr. 29590704.

**PĒRK**

Pērk **ZEMI, MEŽU**. Tālr. 25469808.

**MEŽUS**, cirsmas, malku. Tālr. 26544462.

Pērkam **MEŽU**. Tūlītēja samaksa. Tālr. 22100335.

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

Vieglās, smagās automašīnas **METĀL-LŪŽNIEM**. Pats savācu. Tālr. 29728544.

**TRAKTORUS, PIEKABES** un lauksaimniecības inventāru. Tālr. 25357742.

**MEKLĒ DARBU**

Zāģē, skalda, krāmē **MALKU**. Tālr. 24983548.

**VAJADŽĪGI**

Arborists meklē **PALĪGU**, vēlāma pieredze koku/krūmu zāģēšanā. Alga: 700 EUR. SIA **Kursa Altum** (40203088663). Tālr. 26085985.

**LOGI  
DURVIS  
ŽALŪZIJAS**  
Lielā iela 30,  
Jelgava  
**20877777**  
latvijaslogi@inbox.lv

**DAŽĀDI**

**AUTOELEKTRĪKIS**, signalizācijas, EGR, DPF kvēpu filtru remonts, imobilizatoru atslēgšana, motorvadības bloku programmēšana. Tālr. 29242556, 26669624, merano.lv.

Mainām **JUMTA SEGUMU**, koka darbi, fasādes siltināšana un apdare, materiālu piegāde. Tālr. 28749982.

Veicam visu veidu **JUMTA un CELT-NIECĪBAS** darbus. Tālr. 24877252.

Veicam visu veidu **ŽOGU** izbūvi. Tālr. 26844885.

Uzņēmums tirgo un ierīko **SILTUMNĪCAS**. Tālr. 24877252.

**TERITORIJAS** sakopšana, pļaušana, zāģēšana. Tālr. 26891115.

Sertificēta **TAKSATORA** pakalpojumi: meža inventarizācijas lietu izgatavošana; mežaudzes novērtēšana; cirsmu dokumentācijas sagatavošana; īpašuma robežu, kupicu ierīkošana un atjaunošana; bezmaksas konsultācijas. Tālr. 25731315.

Profesionāla **JAUNAUDŽU KOPŠANA** meža vērtības palielināšanai ilgtermiņā. Bezmaksas konsultācijas. Tālr. 25731315.

Vientuļš pensionārs vēlas maza auguma **SUNĪTI**. Tālr. 294440035.

**LĪDZJŪTĪBAS**

*Aiz katra paliek dzīve  
Un pasacītais vārds,  
Bet atmiņas tik dārgās  
Sirds ilgi saglabās.*

/M.Jansone./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību Ainaram Dzintaram, mammu mūžībā pavadot.  
SIA **Baltic Logistic Solutions**  
kolektīvs

*Tēvs, Es gribu, lai, kur Es esmu, arī  
tie ir pie Manis, ko Tu Man esi devis...*

/Jāņa ev. 17:24/

Intiņ un Eviņ! Pavadot vecmammīti  
ILGU mūžības ceļā, savās sirdīs  
esam cieši jums blakus!

Draudzes **KING OF GLORY**  
brāļi un māsas

**LAIKA PROGNOZE**

# Liendienās būšot vēsāk

Šonedēļ laiks bija silts – trešdien termometra stabiņš dažviet pakāpās pat līdz +18, bet ar šodien ir ieplūdis auksts gaiss, tāpēc Lieldienu brīvdienas būs dzestras.

Pēdējos gados radies teiciens, ka nu ir zaļi Ziemassvētki un baltas Lieldienas. Kā saskaitījis LTV laika ziņu komentētājs Toms Bricis, deviņos gados Liendienās sniegs bijis sešas reizes, Ziemassvētkos tikai – piecas. Īsti godīga šī sacensība nav: Ziemassvētki vienmēr ir noteiktā datumā, bet Liendienas mainās. Agrākās ir marta beigās, vēlākās – aprīļa otrajā pusē. Gandrīz mēneša starpība. Šogad diezgan agri. Arī dabā vērojamas atšķirības – ir bijusi ziema, pavasaris pavēss, tomēr Liendienās olas varēsīm krāsot, izmantojot ne tikai sniegpulkstenišu, bet pat krokusu ziedlapiņas.

Meteostacijas rāda, ka Viduskurzemē nakts uz Lielo piektdienu būs auksta līdz –3 grādiem, dienā gaiss iesils ap +7 un parādīsies saule. Pie mums Liendienās sniegs tomēr netiek solīts: nokrišņu ne vairāk par 0,2 mm. Pūtīs mēreni rietumvēji, dažbrīd no ziemeļiem, tā brīvdienas padarot nemīlīgas. Pirmdien vējš no dienvidiem, kļūs saulaināk, temperatūra ap +12. Silta, bez vēja un lieliem nokrišņiem izskatās arī pēcsvētku nedēļas pirmā puse.

Daina Tāfelberga

**VIRTUVĒ**

# Lieldienu galds un olas ikdienā



Katrīna  
Spuleniece-  
Aišpure,  
uztura  
speciāliste

Liendienās olām ir galvenā loma gan dekoru, gan ēdienu ziņā. Tomēr kā ar jebko, tā arī ar olu ēšanu pārspīlēt nevajag, jo tas ir sātīgs un gremošanas sistēmai smags produkts.

Olas satur pilnvērtīgas olbaltumvielas (visas neaizvietojamās aminoskābes, kuras organisms pats nespēj saražot) un taukus, lielākoties nepiesātinātās taukskābes, kas vajadzīgas

imunitātei un hormonālajai sistēmai. Olās faktiski nav ogļhidrātu. Tās satur tādas minerālvielas kā cinku, jodu, selēnu, magniju, hromu, dzelzi u.c., B grupas vitamīnus un visus taukos šķīstošos vitamīnus. Olās ir arī karotīnoīdi, kas piešķir krāsu dzeltenumam. Tie labvēlīgi ietekmē acis – palīdz pasargāt no mākulāras deģenerācijas un kataraktas.

Olas satur lecitīnu un holīnu. Pēdējais ir būtiska uzturviela normālai smadzeņu darbībai un attīstībai. Holīns sevišķi svarīgs grūtniecības laikā mazuļa smadzeņu attīstībai. Savukārt lecitīns labvēlīgi ietekmē aknas, vei-

cina žults sekrēciju, samazina žultsakmeņu veidošanos, mazina aterosklerozi.

Olu uzturvērtība atkarīga no vistas sugas, vecuma, uztura un no vides. Uzturvērtības ziņā visas olas nebūs pilnīgi vienādas. Vienā ir ap 200 mg holesterīna, kas atbilst pieļaujamajam daudzumam dienā, tomēr uztraukumam nav pamata, ja holesterīna līmenis asinīs ir normas robežās. Droši var būt septiņas olas nedēļā jeb vienu dienā. Izrādās, šis holesterīns maz ietekmē holesterīnu asinīs, toties daudz piesātināto tauku uzturā gan to ietekmē.

Nevar teikt, ka, piemēram,

paipalu dējums ir veselīgāks. Ja salīdzina ar vienu vistu olu, tad paipalu olās holesterīna tiešām būs mazāk (76 mg pret 186 mg), bet jāņem vērā olas svars (paipalām tā sver ap 10 g, bet vistām – 50 g). Līdz ar to paipalu olās holesterīna būs pat vairāk. Uzturā varam iekļaut arī piļu olas, bet tās satur vairāk tauku un holesterīna.

Lai izvairītos no salmoneļozes, olas vienmēr jāglabā pareizi, tāpat ledusskapī, un ne ilgāk kā desmit dienas. Tāpat jādomā, vai ēst jēlas. Tāpat jādomā, vai ēst jēlas. Tāpat jādomā, vai ēst jēlas. Tāpat jādomā, vai ēst jēlas. Tāpat jādomā, vai ēst jēlas.

**DIĒTISKĀ LIELDIENU PASHA**

**Vajadzēs:** 400 g vājpiena biezpiena, 150 g beztauku jogurta, 100 ml vājpiena, 2 olas, 7–8 g želatīna, pusi vaniļas pāksts, sauju rozīņu, saldinātāju pēc garšas (piemēram, stēvijas pulveri).

**Kā pagatavot.** Katliņā ielej pienu, ieliek iztīrītas vaniļas sēkliņas un tukšo pāksti. Karsē, bet nevāra, kamēr vaniļa pienā ievilkusies. Izkāš caur sietiņu. Sakuļ olas un pievieno atdzesētam pienam. Pieliek arī biezpienu un jogurtu. Visu samaisa, lai ir viendabīga masa. Želatīnu uzbriedina un uzkaršē pēc pamācības. Tajā iemaisa pāris karošu biezpiena un tad visu pievieno pamatmasai. Labi samaisa.

Pieliek rozīnes un, ja vajag, saldinātāju, tad samaisa. Masu lej veidnē un liek ledusskapī uz nakti, lai garšas savelkas. Pasniedz ar svaigu ogu mērci.

VĀRDADIENAS

No 3. līdz 10. aprīlim

- 3. Daira (487), Dairis (856), Daiva (122), Daivis (22).
  - 4. Valda (2011), Herta (220), Ārvalda (-), Ārvalds (3), Ārvaldis (10)
  - 5. Vija (5398), Vidaga (17), Aivija (145)
  - 6. Zinta (638), Vīlipsis (5), Filips (602), Dzinta (17)
  - 7. Zina (284), Zinaīda (1232), Helmutis (533)
  - 8. Edgars (15 746), Danute (323), Dana (2401), Dans (293)
  - 9. Valērija (2854), Žubīte (4), Alla (5271)
  - 10. Anita (9514), Anitra (123), Zīle (42), Annika (315)
- Populārākie: Anita un Edgars.

Vai visi Liepiņi ir radinieki?

**Edgars Liepiņš**, bijušais kuldīdznieks, pedagogs un *Kurzemnieka* žurnālists:

– Īsti nezinu, kādēļ vecāki šādu vārdu izvēlējušies, bet visu mūžu man tā dēļ ir gadījušās interesantas situācijas. Kādreiz bija slavens latviešu aktieris Edgars Liepiņš. Kad esmu ar kādu iepazīties vai ticis iepazīstināts, viens no pirmajiem jautājumiem ir tāds, vai tas aktieris ir mans tēvs vai vismaz radinieks. Tad smejos, ka Latvija tik maza, ka visi Liepiņi savā starpā ir radinieki. Iesaukas bērnbā jau visiem puikām ir kaut kādas divainas. Arī man bija: Edžus, Ezis. Nekad neesmu domājis, vai vārds Edgars man patīk. Tas nav pārāk izplatīts, bet pa retam gadās kādu satikt, un tad ir divaina sajūta. Kuldīgā pazīstu tikai divus: Edgaru Zalānu un Edgaru Eglīti.



PĒRKAM

Augošu koku cirsmas un sortimentus pie ceļa

Meža īpašniekiem:

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



Metsā

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

NO SKOLĒNU KONSPEKTIEM

Kad Mērnīku laikus pats nav lasījis...

Kas skolēnu tomēr nodod, ja romāna citātus viņš norakstījis no klasesbiedra?

- Ķencis: „Pasargi mūs no tāda trakuma, ka, mērnīku laikiem nākot, mēs ar naudu (naidu) šķirtos!”
- Oļiņš: „...ar savu roku pēc otra nama nesniegšos, bet, ja pati valdība to tā grib, tad pērnīks (pretinīks) nevaru būt.”
- Ķencim „deguns pa vasaru izplanējis (izplānējis)”.
- Ķencis atkal atradās „savā jautrā dusā // dušā (dūšā)”.
- Oļiņam „pilns (plīks) galvvidus”.
- Kaspars „dzīves vīgtumus (rūgtumus) baudījis pilnā mežā (mērā)”.
- Annužas „augums bija stipri salēcis (salicis)”.
- Oļiņietei kažoks „nošūts melnām sirsniņām (siksniņām)”.
- Lienas smaidam „nereti rībēja (zibēja) cauri viltībiņai”.
- Kaspara seja „bija klusa un auksta kā balta nāves (mūra) siena”.

Pierakstījusi Dina Poriņa

Aizej tur – nezin, kur!

Pagājušā gada beigās ar visu sirdi piedalījies Kuldīgas aktīvās atpūtas centra pasākumā *Adventes pastaiga*. Katrā decembra nedēļas nogalē internetā tika atklātas nezināma objekta ģeogrāfiskās koordinātas, un pēc tām vieta jāatrod. Gājieni izrādījās neaizmirstami.

Žogs neizturēja

Atveru telefonā karti, ievadu koordinātas, un – aizej! Sekoju, kur *Google Maps* liek iet, un tā ielīnā cauri pļavai jau liekas aizdomīga, bet nu neko – dodos. Celiņa māla parādās vienuļa māja. Mani pamana milzīgs suns – laikam bieži šeit cilvēki garām nestaigā, tāpēc tieku dūšīgi aprieta. Suns lēkā gar žogu, un liekas – es tam ne pārāk patīku. Jo vairāk tuvojos sētai, jo aktīvāks kļuva sargs. Un tad kādā brīdī spēcīgs lēcieni pret žogu, tas sagāžas, un suns ir man blakus! Es sastingstu, jo suns ir iespaidīgs. Viņš mani nometījis, bet nu īsti nezina, ko ar mani darīt... Apsēžas blakus. To pamana saimniece un sāk uz mums skaļi rāties. Mēs abi stāvam uz ceļa un klausāmies. Saimniece suni sasauc un ielaiž pa vār-

tiņiem. Bet pāri sagāztajam žogam tas atkal ir man blakus.

Kad beidzot suns savāks, esju tālāk, bet nu jau ceļš ved iekšā citā sētā. Nospriežu, ka piedzivojumu šodien pietiek un to kontrolpunktu man nemaz tik ļoti nevajag. Griežos atpakaļ. Pa ceļu pretī nāk saimniece ar cirvi rokās... Kādu brīdi pazib doma: vai nu viņa grib ar mani nopietnāk aprunāties, vai dodas labot žogu.

Vēl padomāju, ka nākamajā avīzes numurā varētu būt divi raksti: viens par jauko aicinājumu cilvēkiem doties dabā un meklēt objektus, otrs – rubrikā *Mums zvana*, ka klist te visādi un demolē privātīpašumu.



Inese Slūkas zīmējums

Turpat, blakus smilšalām

Mani sajūsmas pilnie stāsti par objektu meklēšanu iedvesmo arī draudzenes, un viņas grib pievienoties. Sarunājam sestdien meklēt kādu attālāku punktu – tā, lai var kārtīgi izstaigāties. Izdomāt, ko un kur, viņas uztic man.

Es telefonā apskatu koordinātas kartē. Jā, ir jāiet kādi 5 km, un skaidri redzams, ka punkts nav tālu no Riežupes smilšalām. Satiekamies pie *Mini Rimi*. Izslēdzu norādes telefonā – kurš tad nezina, kā aizej uz smilšalām? Draudzenes man seko. Lielāko ceļa gabalu esam nogājušas, nu vajadzētu precizēt, kur tieši tas punkts atrodas.

Izvelku telefonu: jā, esam tuvu, tikai tas punkts ir... otrā pusē Ventai – pie *Lapsu* mājām Padurē. Tādu sīkumu kā Ventu nebiju pamatījusi.

Devāmies atpakaļ līdz tiltam, tad gar pilskalnu, jo, kas nolemts, jāizdara. Tos lāčus mežā atradām. Tā bijām nogājušas tuvu pie 20 kilometriem. Līdzpaņemto bērnu protestus un streiku slāpējām ar lielu picu. Galu galā staigāt ir veselīgi!

Ar nepacietību gaidu nākamo līdzīgo pasākumu! Vienīgi bez *Google Maps* droši vien jāieslēdz arī loģiskā domāšana.

Laila Liepiņa

Lapsene – gredzena zagle

Viens no maniem mistiski jautrajiem notikumiem atgadījās pirms diviem gadiem kādā skaistā vasaras rītā kapos.

Nolēmu aizej uz kapiņiem pie omas, lai tur uzkoptu un noliktu puķītes. Mums ar viņu cieša saikne bijusi vienmēr. Kad omīte aizgāja aizsaulē, pleca sajūta neveda. Zinu, ka viņa, lai arī kādā eksistences formā, ir ar mani.

Tā nu svētdienā ar skaistu puķu pušķi un labā noskaņojumā devos turp. Pirms tam divainā kārtā ienāca prātā doma, ka gredzenu, ko ārzemēs iegādājos ar īpašu nodomu, lai nēsātu kā amuletu un veicinātu vēlmes piepildīšanos, todien likšu nevis uz zeltneša, bet mazā pirkstiņa.

Pie kapu kapiņas man tieši seja kā raķete lidoja lapsene. Palēcu malā, bet tā kā apmāta metās tieši acīs. Palēcu atkal malā pāri citām kapiņām, pat pār taku pārskrēju, bet lapsene pakaļ. Ar rokām tik ļoti vicinājos un purināju matus, ka gredzens nokrita uz takas. Kad centos to pacelt, lapsene metās man acīs no gredzena puses.

Bēgot pārņēma mistiska izjūta, panika. Rokām vicinoties, kapiņām pāri lecot, skrēju pa kapiem, bet lapsene cieši sekoja. Kad biju klajumā, tā pazuda. Īsti



Inese Slūkas zīmējums

nesapratu, vai matos ielēpusies vai pavisam atkāpusies.

Tad paskatījos apkārt un ieraudzīju, ka netālu uz soliņa sēd divas sievietes ar stingu skatienu manā virzienā. Kājās man bija baltas kediņas, baltas bikses, mugurā balta jaciņa. Melnie, garie mati uz apģērba ļoti kontrastēja. Ak, gribējās ielīst zemē no kauna! Tomēr sapratu, ka vajadzētu dāmām ko paskaidrot.

Vēl mazliet noraizējusies, vai

lapsene nav matos, devos sievietu virzienā. Viņas, acis nenolaidušas, katra pievilka sev klāt rokassomiņu. Sapratu – tuvāk iet nedrīkst. Tādēļ skaļi skaidroju par lapseni un lūdzu, vai viņas nepaskatītos, vai tā vēl nav matos. Nē, manus matus apraudzīt viņas nevēlējās! Par to skaidri liecināja vienas dāmas roka, kas izstiepta ar plaukstu pret mani.

Jolanta Hercenberga