

## Šogad 100. bērniņš



14. martā Kuldīgas slimnīcas dzemdību nodaļā pasaulē nācis simtais mazulis – Olgas Bārzdes un Kaspara Zvidriņa dēls Darens.

**Kuldīdznieku Olgas Bārzdes un Kaspara Zvidriņa ģimene 14. martā sagaidījusi dēliņu Darenu. Viņš ir 100. mazulis, kurš šogad pasaulē nācis Kuldīgas slimnīcas dzemdību nodaļā.**

Puika piedzimis bez desmit minūtēm deviņos vakarā, svēris 4 kg un bijis 55 cm garš. Olga un Kaspars kopā ir piecus gadus, un satiekoties katrs divus bērnus jau audzinājis. Šodien abi priecājas, ka ir daudz bērnu ģimene, jo mājās brālīti gaida vecākās māšas Aleksandra (12) un Nikola (10) un brāļi Sebastians (9) un Marks (7). „No vienas puses – prieks, no otras – lielākas rūpes. Tomēr labi, ka esam tik liela ģimene, jo kopā dzīvot

ir jautrāk. Vietas mājās ir daudz, ir arī apkārtnē, kur bērniem spēlēties,” saka O. Bārzde.

„Ilgi domājām, kādu vārdu dēliņam izvēlēties. Iesaistījās bērni, un viņi bija vairāk patriotiski – vēlējās tradicionālu vārdu, bet mēs, vecāki, domājām par Eiropu, lai visās valstīs tas būtu ērti izrunājams un saprotams.” Uz jautājumu, vai bērni palīdzēs Darenu auklēt, Olga saka: „Ar vienu norunu, ka neķersies klāt pamperiem. Bet brālīti viņi ļoti gaida, varbūt pat mazliet vairāk nekā mamma.”

Pirms vēlreiz kļuvusi par māmiņu, Olga algotu darbu gadu nav strādājusi un smaidot nosaka: bijusi mamma uz

pilnu slodzi. Dzīvesbiedrs Kasparš strādā celtniecībā. Ģimene labprāt dodas izbraukumos vai garās pastaigās, bet vasarā laba esot atpūta pie jūras. „Tuvojās siltais laiks, un visi ar nepacietību gaida, kad varēs laukā cept gaļu. Sestdienas vakaros ir tradīcija kopā skatīties filmas vai animācijas filmas,” atklāj Olga.

Ģimeni apsveikuši Kuldīgas slimnīcas valdes priekšsēdis Agris Rozenfelds un galvenā ārste Agate Zīverte, māmiņai pasniegti ziedi, bet Darens ticis pie vairākām dāvanām, tai skaitā simt latviešu pasakām.

Līdz 16. martam nodaļā piedzimuši 25 bērni, bet kopš gada sākuma – 106.

**Inta Jansone, Lailas Liepiņas foto**

**Ilze Svilpe** par ceļu pie dabas un sevis: „Galvenais ir neatmest izjūtu, ka gaisma tuneļa galā būs vienmēr.”



➔ 8. lpp.

Kā ielās satiktie gatavojas grūtākiem laikiem.

➔ 3. lpp.



Kā atkritumus šķiro dažādās valstīs.

➔ 11. lpp.

**Kuldīgas Centra vidusskolas 12.v klase.** „Atgadījumu ar to bijis ļoti daudz. Visi ir uz jokiem,” saka audzinātāja Ieva Ņečiporuka.

➔ 7. lpp.



Kuldīgas slimnīcas ergoterapeite **Selga Kancāne** atzīta par gada funkcionālo speciālisti Latvijā.

➔ 12. lpp.

Kā Ukrainas bēgļiem atvērt bankas kontu.

➔ 3. lpp.

Vai bērnu draudzība internetā ir droša?

➔ 6. lpp.

**Otrdien, 22. martā:**

- Balvas kultūras darbiniekiem.
- Vardarbības daudzās sejas.
- Eiropas Parlamenta Vēstnieku skola.
- Kas jauns Kurmālē.
- Mācības kopā ar Kanādas karavīriem.



## REDZĒJUMS

## Vai būtu labāka?

Daina  
Täfelberga

Starptautiskajā sieviešu dienā Kuldīgas Demokrātijas kvartāls rīkoja diskusiju *Vai pasaule būtu labāka, ja tajā valdītu sievietes*. Sagadījās tā, ka drīz pēc tam pasaules organizācijas *Our Daily Bread (Mūsu dienīškā maize)* mājaslapā izlasīju kāda amerikāņu teologa pārdomas par cerībām Lieldienu gaidās ciešanu laikā.

**„Vai visur būtu miers, ja pārsvarā dzimtu meitenes?”**

Stāsts sasaistīts ar Covid-19 izraisīto krīzi un ticības zaudējumu. Teologs piemin stāstu no Marka evaņģēlija, kā divas sievietes dodas apraudzīt krustā sistā Jēzus kapu. Ceļā viņas sarunājas: „Kas mums novēl akmeni no kapa ieejas?” Teologs rakstā piebilst: iespējams, viņām vajadzējis paņemt līdzī vīriešus, kuri palīdzētu. Taču akmens jau bija nostumts malā. Kapā iegājušas, viņas sastapa jaunekli baltās drēbēs, kurš teica, lai nebīstas, jo Jēzus ir augšāmcēlies. Demokrātijas lielvalsts Amerikas teologs norāda uz šo faktu kā autentiskuma pierādījumu, jo par pirmajam augšāmcēlušās lieciniecēm Jēzus izvēlējās sievietes, bet tālāka kultūrā sieviešu liecība netika uztverta nopietni. Tātad, ja šis gadījums būtu izdomājums, tad pirmie liecinieki – izdomātāji –

būtu vīrieši.

Kā zināms, sieviešu līdztiesība neiestājās vēl teju divus gadu tūkstošus. Starptautisko sieviešu dienu sāka svinēt tikai 1911. gadā, sasaistot ar tālāka vācu sociāldemokrātes un feministes Klāras Cetkinas vārdu. Tagad ir 21. gadsimts, mums jau sen vairs nav liegtas tiesības vēlēties ievēlētām, likt mierā K. Cetkinas nīstos trīs K (*Kinder, Küche, Kirche* jeb bērni, virtuve, baznīca) un pat vadīt valsti. Daudz sieviešu ir vadošos amatos valstī un pašvaldībās, policijā, prokuratūrā, biznesā. Sievietes spriež tiesu un ņem rokā ierocus, lai ietu aizstāvēt savu zemi. Tomēr līdztiesības jautājums vēl pastāv. Interesanti, ka diskusijā bija arī jautājums: „Vai tik laiks cīnīties par savām tiesībām nav pienācis vīriešiem?”

Manas pirmās meitas dzimšanas gadā mūspusē dzima daudz meiteņu – pa trim pēc kārtas vienā dienā. Vecmāte noteica: tas labi, jo karš tad nav gaidāms. Es pie sevis gan nodomāju, kur meitai precību gados būs ņemt vīru. Kāds tur karš! Kurš kaut ko tādu var iedomāties? Ir pagājis gandrīz ceturtdaļgadsimts, tolaik dzimusi paaudze ir karavīru vecumā, un ne pārāk tālu no Latvijas notiek karš. Iet kaujā sievietes un vīrieši, līst asinis, mirst mātes un bērni. Es nezinu, vai pasaule būtu labāka, ja tajā valdītu sievietes. Konkrētu atbildi diskusijā nesadzirdēju.

## MANUPRĀT

## Negācijas uztvert vieglu prātu

Saņemt indīgu komentāru no cilvēka sliktā garastāvoklī, domāju, nācies visiem. Strādājot redakcijā, secinu, ka te ar negācijām nesaķarties ir teju neiespējami. Visiem nevar izdabāt, un to arī nevajag. Katram savas īpatnības, un veids, kā informāciju pasniedzam un uztveram, nešaubīgi atšķiras. Laikā, kad pasaulē jūtamas negācijas pret jebko, šķiet: padzirdot kādu vārdu uz ielas vai sastopot kādu, kuram diena sliktā, nejauko sajūtu jūtam arī uz savas ādas. Ir svarīgi to nenodot tālāk, jo citreiz pat nepamanām, ka kādu nejauši aizvainojam. Agrāk citu sliktu attieksmi ilgi mēdzu turēt sevī, taču, laikam ejot, kārtā kļūst arvien biežāka un mēs *uzsprāgstam*, applaucējot sev tuvos. Manuprāt, negācijas gandrīz nekad nav pamatotas. Visu var atrisināt ar smaidu, runājot mierīgi un izskaidrojot sakāpinātās situācijas cēloņus, lai tie par negācijām neizvērstos. Negatīvi noskaņotos pazīt var viegli – pēc runas stila, jo ieklausīties otrā tie nemaz necenšas un mēģina citus noskaņot domāt tāpat, citreiz pat apmelojot un situāciju zīmējot pavisam citās krāsās. Pamanot šādu attieksmi, saziņu vajag pārtraukt tūlīt – tā ir vērtīga atziņa darbā, kurā bieži jātiecas ar dažādiem cilvēkiem. Zinu, ka daļa vienmēr grib pierādīt savu patiesību. Taču tas nav paša un citu labsajūtas zaudējuma vērts. Jubilāre un skolotāja Santa Zeidaka intervijā (9. lpp.) saka vērtīgu atziņu: mums visiem jābūt mierīgi un jācenšas negācijām nepakļauties.

Amanda Gustovska

## TRĪS PAR VIENU

Sākusies pavasara uzkopšana dārzos un sētās, un dažkārt cilvēki sausās lapas un citus atkritumus sadedzina ugunskurā. Kā vērtējat šādu rīcību?

## NEDRĪKST NE PILSĒTĀ, NE LAUKOS

**1. Ineta Meiere**, Kuldīgas novada pašvaldības policijas priekšnieka vietnieka pienākumu izpildītāja:

– Atkritumu apsaimniekošanas likuma 1. pantā norādīti sadzīves atkritumu veidi, tostarp bioloģiski noārdāmie dārzu un parku atkritumi. Saskaņā ar to pašvaldības saistošajos noteikumos zaļie atkritumi ir: zāle, lapas, zari, koku un krūmu atgriezumi. Šie noteikumi Kuldīgas novadā aizliedz ugunsuros dedzināt jebkādas sadzīves atkritumus, tātad arī zaļos jeb bioloģiski noārdāmos. Noteikumi attiecas gan uz pilsētu, gan laukiem. Var ieteikt veidot kompostu, nodot *Kuldīgas komunālajiem pakalpojumiem*, bet ne dedzināt, jo tā ir administratīvi sodāma rīcība. Par atkritumu apsaimniekošanas noteikumu pārkāpumu nosaka brīdinājumu vai naudas sodu: fiziskajai personai no 14 līdz 200

vienībām, juridiskajai no 50 līdz 560. Viena vienība ir pieci eiro.

Diemžēl gan rudenos, gan pavasaros gandrīz ik dienu saņemam ziņojumus, ka atkritumi tiek dedzināti. Parasti mēs nevienam nesodām: izskaidrojam, pārrunājam un brīdinām, ka tā nedrīkst darīt. Dedzinātājs uzklauša un tūlīt ugunsroku arī apdzēs. Visbiežāk cilvēki atrunājas, ka tās jau tikai lapas – nekas sliktas nevarot notikt, bet neaizdomājas, ka apkārtējiem dūmi var traucēt. Daudz izsaukumu ir Kuldīgā, tomēr zvana arī no laukiem, kur šķiet, ka ugunskurs viensētā tālu no citiem nevarētu traucēt. Esam braukuši uz Ēdoli, Turlavu, Kabili un citur. Likums visiem viens. Turklāt jāņem vērā ugunsbīstamība, īpaši pavasarī, kad dzirkstele no ugunsкура var nokļūt sausā zālē, un tad jau sekas nav paredzamas.

## KAITĒ DABAI UN CILVĒKAM

**2. Lilija Dukaļska**, Valsts vides dienesta vides resursu pārvaldības departamenta direktore:

– Atkritumus dedzināt ir stingri aizliegts. Tā ir administratīvi sodāma rīcība, kas būtiski kaitē videi un cilvēku veselībai. Jāpiebilst, ka aizliegts dedzināt ne vien plastmasas izstrādājumus un citus sadzīves atkritumus, bet arī apstrādātu koksnī un mēbeļu atlikumus. Sadegot plastmasai un citiem naftas izstrādājumiem, tai skaitā eļļai un riepām, gaisā nonāk liels daudzums CO<sub>2</sub>, cieta daļiņu, sēra un slāpekļa oksīdu, dažādu indīgu, tai skaitā kancerogēnu (vēzi izraisošu – red.), vielu, kas gaisu piesārņo. Sēra un slāpekļa oksīdi atmosfērā veido skābes, kas zemes virsmu sasniedz kā skābie nokrišņi. Uz zemes un ūdeņi nokļūst nevēlamas vielas, kas uzkrājas dzīvajos organismos, izraisot virkni nelabvēlīgu efektu, piemēram, cilvēku

un dzīvnieku saslimšanu, iedzimtus defektus. Var izraisīt vēzi, alerģijas, bojāt nervu sistēmu un imūnsistēmu.

Tāpēc aicinām pret vidi izturēties atbildīgi un atgādinām, ka jebkuri atkritumi – gan saimniecības, gan ražošanas, īpaši bīstamie – jānodod tam uzņēmumam, kuram ir vides atļauja. Arī dārzu un parku bioloģiskos atkritumus dedzināt nav videi labvēlīgi, tā var traucēt citiem un radīt paaugstinātu ugunsbīstamību, turklāt ar pašvaldības saistošajiem noteikumiem lielākoties tas ir aizliegts. Tā vietā, lai lapas, zarus un citus dārza atkritumus dedzinātu, aicinām tos kompostēt vai pārvērst mulčā un lietderīgi izmantot dārzā vai apkārtnes labiekārtošanā. Var nogādāt vietās, kas speciāli ierīkotas bioloģisko atkritumu kompostēšanai un kur par to gādās atkritumu apsaimniekotājs.

## ŠĶIROT VĒL JĀMĀCĀS

**3. Anita Zvingule**, Kuldīgas komunālo pakalpojumu sabiedrisko attiecību speciāliste:

– Sadzīves atkritumu konteinerā nedrīkst mest pelnus, izdedžus, zemos, celtniecības, lieltgabarīta, šķīdros, bīstamos, elektrisko un elektronisko iekārtu, medicīniskos un veterināros atkritumus. Sausās lapas un koku zari nav norādīti, taču diez vai ir izdevīgi ar tiem piepildīt visu konteineru. Novērots, ka privātpašnieki lapas bieži vien liek komposta kaudzē, lielos zarus izmanto apkurē. Jā, arī kurina ugunsroku. Bet tā ir kārtības sargātāju kompetence. Sausās lapas un zarus var vest uz mūsu atkritumu savākšanas laukuma zaļo

konteineru Dārzniecības ielā 9. Daudzi arī tā dara: atved maisos vai vieglās automašīnas piekabē. Ja privātpašnieks uzkopis sabiedrisku vietu, tai skaitā īpašumam pieguļošo, var vienoties ar mums (tāl. 63322380), kur zaļos atkritumus likt. Diemžēl bēdīga pieredze rāda, ka tur, kur novietoti konteineri tikai zaļajiem atkritumiem, iedzīvotāji izmet arī dažādus citus. Šādi konteineri ir kapsētās. Taču gadās, ka pēc tuvinieka atdusas vietas sakopšanas cilvēks egļu zarus, vecās puķes, sveces un maisiņus samet vienā. Laikam vēl nemākam šķirot, bet vajadzētu jau mācēt.

Daina Täfelberga

## LABOJUMS

15. marta *Kurzemniekā* rakstā *Kopā esam draudzīga ģimene* diemžēl ieviesušās vairākas personvārdu kļūdas. Pareizi jābūt, ka V.Plūdoņa Kuldīgas vidusskolas 12.a klasē mācās Emīlija Grunte, Elīna Marija Godvane, Aleksa Džesika Strautmane un Aurelija Siliņa. Jaukais sporta skolotājs ir Ingus Gailis.

Jaunā autore Amanda Gustovska pirmo reizi uzklaušjusi tik daudzus skolēnus un diemžēl pārklaušjusies, kā arī divām meitenēm rakstā nav minējusi abus vārdus.

Autore un arī redakcija lūdz visus atvainot par neērtībām.

Ja jūs avīzē pamanāt kādu kļūdu vai neprecizitāti, būsim priecīgi, ja darīsiet mums to zināmu pa tālruni **63350567** vai **e-pastā: redakcija@kurzemnieks.lv**.

## RUNĀ SPECIĀLISTS

## Iespēja attīstībai un pieredzei

**Ieva Birbele**, biedrības *Daršim paš!* administratīvā vadītāja

Šajā gadā lauku attīstības programmas pasākumā *Darbību īstenošana saskaņā ar sabiedrības virzītas vietējās attīstības stratēģiju (LEADER)* biedrība izsludināja divas kārtas: aktivitātē *Atbalsts sabiedrisko aktivitāšu dažādošanai un teritorijas sakārtošanai* projektus varēja iesniegt biedrības un ārpus pilsētas arī pašvaldība, aktivitātē *Atbalsts vietējās ekonomikas stiprināšanai* varēja pieteikties pamatlīdzekļu iegādei, lai uzlabotu vai radītu jaunu pakalpojumu vai preci.

Sabiedrisko labumu projektu kārta beidzās 8. martā, un iesniegti 19 pieteikumi ar visdažādākajām idejām gan apkārtnes labiekārtošanai, gan sabiedrisko aktivitāšu radīšanai un veicināšanai. Līdz 8. aprīlim projekti tiks izvērtēti, un apstiprinātie, kuriem publiskais finansējums būs pietiekams, tiks nosūtīti Lauku atbalsta dienestam.

Uzņēmējdarbības kārtā apstiprināti 15 projekti par 302 900 eiro. Šoreiz lielākā daļa iesniedzēju ir uzņēmumi, kas vēlas darbību paplašināt, tomēr savas investīcijas ir plānojuši ļoti uzmanīgi.

Šajā gadā paplašinātas iespējas pretendentiem, kas *LEADER* konkursos var startēt. Iepriekš uzņēmumi varēja pieteikties tad, ja apgrozījums bija līdz 70 tūkstošiem noslēgtajā gadā, bet šogad – ar 150 tūkstošu apgrozījumu.

Biedrība turpina darbu projektā *KOPA/kopienas pārdomāta attīstība*, un martā notiek vairāki pieredzes apmaiņas un iepazīšanās braucieni Pierīgā, Lielvārdē un Krapē. 24. martā tas notiks aktīvākajās kopienās Kuldīgā.

Mērķis ir iepazīt rezultātus un saņemt aktīvos dalībniekus, lai uzzinātu,



kā katrs ciems veicina savu attīstību un atpazīstamību. Pieredzes braucieni aicina kopienu līderus un veidotājus, projekta pasākuma dalībniekus un citus no biedrībām *Pierīgas partnerība, Daršim paš!*, Cēsu rajona lauku partnerības un biedrības *Zied zeme*, kas ir partneri un iecerē īstenotāji.

Vēl viens projekts, kas darbību atsācis un kurā mūsu biedrība ir partnere, ir projekts *EZIS (Eksaktās zinātnes – inženiera spēks)*. 20. februārī platformā *Google Classroom* notika šajā mācību gadā pirmā Jauno zinātnieku skola, lai jauniešiem radītu interesi par inženierzinātnēm un viņi tiktu izglītoti papildus, lai ar augstām sekmēm spētu nokārtot eksakto priekšmetu eksāmenus. Ceram, ka tieši šeit jaunie speciālisti iegūs papildu motivāciju studijām eksaktajās zinātnēs un vēlāk atgriezīsies, ar zināšanām radot pievienoto vērtību.

## LASĪTĀJS VAICĀ

## Lai bēgļi var atvērt bankas kontu

**Kā atvērt bankas kontu tiem Ukrainas pilsoņiem, kuri bēgļu gaitās nokļuvuši Latvijā, konkrēti Kuldīgā?**

Šeit tādu iespēju piedāvā SEB banka, un tā bez maksas nodrošina arī visus ikdienas pakalpojumus: norēķinu kontu, norēķinu karti un internetbanku. Lai izmantotu internetbanku, klientiem bez maksas tiks kodu kalkulators.

SEB bankas Kuldīgas un Talsu filiāles vadītājs Sandris Ramkovičs *Kurzemniekam* skaidro: „Bet, lai atvērtu kontu, vispirms jārezervē tikšanās filiālē. To var izdarīt trīs valodās: latviešu, krievu vai angļu. Ierodoties līdz jāpaņem identifikācijas dokuments. Sprotot, ka bēgļa statusa apliecinājuma saņemšana var prasīt laiku, pieņemam bez apliecinājuma un uzreiz neprasām arī uzturēšanās atļauju. To var iesniegt vēlāk. Dokumentu izskatīšana bēgļiem notiek ātrāk, nekā ikdienā pieņemts.” Pieteikt vizīti var palīdzēt tā ģimene, pie kā cilvēki apmetušies, bet, ja vajag palīdzību, no

8.00 līdz 18.00 var zvanīt klientu centram pa tālr. 26668777 vai 67779988.

„Pēc tam gan datu anketa, gan pieteikums, kas arī var būt latviešu, krievu vai angļu valodā, filiālē tiek aizpildīti elektroniski kopā ar bankas darbinieku, un dokumenti tiek izdrukāti parakstīšanai. Pēc konta atvēršanas izgatavojam norēķinu karti, ko varēs saņemt izvēlētajā vietā un veidā. Ja klients karti pieteiks steidzami, tā tiks izgatavota, izsniegta un uz norādīto adresi piegādāta bez komisijas maksas. Ja cilvēks nav Eiropas Savienības vai Latvijas pilsonis, par nerezidentu plūsmu mums jāuzņemas visa atbildība. Tāpēc anketā ir jautājumi, uz kuriem jāatbild.”

Konti esot atvērti vairāk nekā desmit ukraiņu bēgļiem. Darbība kļūstot aktīvāka – jo dienas, jo vairāk. Konts nav obligāti jāatver tieši Kuldīgas filiālē, jo varbūt tuvāk atrodas kāda cita, – to var palīdzēt saprast ģimene, pie kuras cilvēki no Ukrainas apmetušies.

**Daiga Bitniece**

## Plašs skaidrojums ir SEB bankas mājaslapā, tur arī atbildes uz jautājumiem par Ukrainu un Krieviju. Lūk, dažas.

## Vai SEB bankā iespējami maksājumi un valūtas maiņa Krievijas un Baltkrievijas rubļos?

Banka iesaka no darījumiem ar Krievijas rubļiem (RUB) izvairīties, jo tirgus ir nestabils. Valūtas maiņa rubļos iespējama darbdienās 9.30–16.30. Banka patur tiesības darījumus neslēgt, ja tirgū nav pieejamas cenas. Darījumi ar Baltkrievijas rubļiem (BYN) pašlaik netiek piedāvāti.

## Vai ar karti, ko izdevusi kāda banka Krievijā vai Baltkrievijā, var norēķināties vai izņemt naudu bankomātos Latvijā?

Ņemot vērā *Mastercard* un *VISA* paziņojumus, ar šādām Krievijas vai Baltkrievijas banku kartēm samaksāt Latvijas termināļos vai internetā un izņemt naudu bankomātos nav iespējams.

## Vai ar SEB bankas kartēm var maksāt Krievijā un Baltkrievijā?

Ņemot vērā *Mastercard* paziņojumu par pārtrauktu tīkla pakalpojumu Krievijā un Baltkrievijā, ar SEB bankas kartēm šajās valstīs tagad nevar ne maksāt veikalos, ne izņemt naudu bankomātos. SEB banka vairs neizsniegs un uz Krieviju vai Baltkrieviju nesūtīs jaunas vai atjaunotas kartes *Mastercard*.

## Vai lizinga auto turētāji var saņemt pilnvaru braucieniem uz NVS valstīm un Ukrainu?

Ņemot vērā apdrošināšanas līgumu nosacījumu par nepārvaramo varu un mērķi mazināt riskus, *SEB lizinga* pašlaik braucieniem uz šīm valstīm pilnvaras neizsniedz.

## AKTUĀLAIS JAUTĀJUMS

## Vai izjūtat lielāku dzīves dārdzību? Vai būtu jāgatavojas grūtākiem laikiem?



**Solveiga Kāknēna**, pensionāre:

– Protams, dārdzība ir pamanīta, taču mani tas daudz neietekmē. Bieži vien atbrauc ciemos bērni un ar daudz ko palīdz. Kā sagatavoties, nemaz nezinu. Mans tētis kādreiz piedzīvojis divus karus – tur jau neko nevar izdarīt, nekā sagatavoties. Jāpieņem, ka tas notiek. Tāpat arī tagad – neko jau nevar sagatavot. Sākotnēji dārdzības cēlonis bija Covid-19, tagad to vēl pastiprina karš Ukrainā. Mēs jau neko nevaram ietekmēt – kas notiks uz priekšu, zina tikai Dievs. Es cenšos dzīvot priecīgi un šodienai. Protams, ļoti sāp sirds par to, kas notiek Ukrainā, un arī mums, jādodomā, nekas vairs nebūs tā, kā bija.



**Ilona Zērvena**, strādā tirdzniecībā:

– Protams, dzīve kļuvusi dārgāka. Tā ir pārtika, tā pati degviela, kas ir aktuāla daudziem. Noteikti visa tā dēļ, kas pasaulē notiek. Nezinu, vai mums būtu jāgatavojas vēl lielākai dārdzībai.

Dzīvosim, redzēsim, bet ceru, ka ne. Vairumā gan nekas nebūtu jāiepērk – tam nav jēgas.



**Ainars Pūpols**, pensionārs:

– Vienīgais, kam jūtu cenu pieaugumu, ir pārtika. Tā jau ir ikdiena, un grūti pateikt, vai būtu kā jāgatavojas. Kad vajag paēst, tad arī nopērku. Nekādas rezerves mājās netaisu. Pa televizoru jau runā, ka lielāka dārdzība ir Ukrainas krīzes dēļ – Krievijas sāktā kara dēļ. Pats nemāku teikt, kāpēc tā ir.



**Kristīne Sproģe**, sociālā aprūpētāja:

– Pārtikai cenu kāpumu jūtu, bet benzīnam ne, jo mums nav transporta: ejam kājām, braucu ar riteni. Bija doma šovasar iegādāties auto, taču, skatoties, cik ļoti kāpj benzīna cena, sākām pārdomāt. Tā kā strādāju sociālajā aprūpē, man ērtāk iet kājām. Varu iziet visas mazās Kuldīgas ieliņas, nav jādodomā, kur nolikt mašīnu. Arī apģērbiem, sevišķi bērniem, jūtam straujš cenu kāpums. Vienīgais labums tas, ka bērnu naudu nedaudz palielināja, taču, ja veikalos pieliek cenu, atšķirību izjust nevar. Pērkot to pašu, ko regulāri, iznāk maksāt vairāk nekā pirms tam. Tagad jāskatās, cik dārgu pērku. Pēdējā laikā lielāku uzmanību pievēršu akcijas precēm. Krietni augusi cena kafijai, ko pērku visu laiku: agrāk bija zem pieciem eiro, tagad ir pāri sešiem.



**Ilva Taurīte**:

– Jā, redzu augstāku cenu gan benzīnam, gan pārtikai. Pilnīgi visam cena ir kāpusi. Domāju, ka dārdzību izraisījis viss, kas pasaulē notiek, un būs vēl tikai trakāk. Man šķiet, ka vairumā ko iepirkt nevarēdāzētu. Gatavoties nav jēgas – ko tad tur var iepirkt? Piemēram, skolēnam, kurš mācās attālināti, no skolas ved pārtikas pakas. Vienu dienu atvēru paskatīties, bija sakrājušies griķi kādas piecas pakas. Vēru vaļā, un kodes lidoja laukā.



**Vilnis Gariņš**, pensionārs:

– Cena uz augšu gājusi pilnīgi visam. Visstraujāk pagaidām benzīnam, taču vakar ziņoja, ka tā atkal kritusies. Vienvārdsakot, kā ir, tā ir. Nav vairs tie laiki, kad viss bija lēts. Nedomāju, ka būs sliktāk, taču labāk arī nebūs. Ja pie mums sāksies karš, būs vēl sliktāk. Nekam sagatavoties nevar.

**Amanda Gustovska, Lailas Liepiņas foto**

## Būs militāras mācības

19., 20., 22. un 23. martā Kuldīgas novada militārajā objektā *Mežaine* notiks Zemessardzes mācības.

Lai tās notiktu sekmīgi un to laikā tiktu ievēroti drošības noteikumi, no 7.00 līdz 19.00 Raņķu pagastā tiks slēgts posms poligonam pieguļošajā ceļā Līdumnieki–Laidi.

## Jaunumi lauksaimniekiem

Nākamajā nedēļā Latvijas Lauku konsultāciju un izglītības centra Kuldīgas birojs lauksaimniekiem un lauku uzņēmējiem rīko izbraukuma seminārus par aktualitātēm šajā gadā.

Tie notiks 22. martā 10.00 Alsungas, 24. martā 10.00 Rendas un 29. martā 10.00 Skrundas kultūras namā. Tiks runāts par Kuldīgas biroja plāniem un pakalpojumiem, jaunumiem nodokļu sistēmā, pavasara darbiem dārzenkopībā un labu sēklu izvēli, tendencēm puķkopībā un par to, kādas stādus izvēlēties. Skrundā un Alsungā piedalīsies arī Lauku atbalsta dienesta pārstāvis, kurš informēs par Eiropas Savienības tiešmaksājumiem šajā sezonā, kā arī citu atbalstu. Noteikti jāpiesakās iepriekš, sazinoties ar Vendiju Madaru Kancāni (tāl. 26697809, e-pasts: vendija.kancane@llkc.lv).

Daina Tāfelberga

## Beidzot autobuss sagaidīts

No rītdienas, 19. marta, sestdienās sāks kursēt ilgi gaidītais autobuss maršrutā **Kuldīga–Basi–Vārpa**. No Kuldīgas autoostas tas izbrauks 8.20 un 14.10, bet no pieturas *Vārpa* – 9.10 un 15.25.

Jau rakstījām, ka kādreiz šajā maršrutā reisi bija katru dienu, izņemot svētdienas. Ekonomisku apsvērumu dēļ daži tika slēgti, pasažieru pārvadājumus atstājot darbdienās skolēnu mācību laikā, bet brīvlaikā – trīsreiz nedēļā. Iedzīvotāji, īpaši Basu ļaudis, vairākkārt vērsās gan Kurzemes plānošanas reģiona sabiedriskā transporta nodaļā, gan Autotransporta direkcijā (AD), lūdzot atjaunot reisu sestdienās. Tagad tas izpildīts.

AD aicina iedzīvotājus šo pakalpojumu izmantot un par braucienu noteikti paņemt biļeti, jo tas veido ziņas par reisa pieprasījumu. Ja braucēju nebūs, reiss atkal var tikt slēgts. Par biļešu tirdzniecības pārkāpumiem pasažieri var ziņot kontrolieriem jebkurā laikā, sūtot ziņojumu vai zvanot pa tālruni 27776621.

Daina Tāfelberga

## VUGD ZIŅAS

### Kūla deg gan pilsētā, gan laukos

Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests trīs diennaktīs Kuldīgas novadā dzēsis vairākus kūlas ugunsgrēkus.

14. martā Kuldīgā, Virkas ielā, sausā zāle degusi 500 m<sup>2</sup>, 15. martā Skrundā, Egļu ielā, – 700 m<sup>2</sup>, Kuldīgā, Vienības ielā, – 600 m<sup>2</sup>, bet Snēpeles pagastā degusi kūla, zaru kaudze un siena ruļļi – kopā 8000 m<sup>2</sup>. 16. martā līdzīgi ugunsgrēki dzēsti Dārzniecības ielā Kuldīgā (100 m<sup>2</sup>) un Padures pagastā (3000 m<sup>2</sup>).

# Uzņēmēji gatavi dot bēgļiem darbu

„Daži darba devēji jau ir izteikuši vēlmi nodarbināt cilvēkus no Ukrainas. *Kuldīgas tekstils* pat ir gatavs izveidot vienu maiņu, piedāvājot 20 darbavietu, kurās strādātu tikai kara bēgļi,” stāsta Nodarbinātības valsts aģentūras (NVA) Ventspils filiāles vadītāja Sandra Krinkele.

### AR ATZĪMI UKRAINA

Kuldīgas novadā līdz 16. martam reģistrēti 53 bēgļi, no kuriem 25 ir pieaugušie, 28 – bērni. Lielākā daļa apmetusies pie radiem un draugiem. Ukrainas iedzīvotājiem pašlaik pieejamas aptuveni 70 darbavietas 20 profesijās. Tās piedāvā *Rudys Brewing Co*, *Baltic Flora*, *Stiga RM*, *Zeltrīti*, *Parella*, *Duna Brewery*, *Smaidas* un citi. Šonedēļ Kuldīgā valsts un pašvaldības vienotajā klientu apkalpošanas centrā darbu sākusi Lidija Barnička, kura Ukrainā strādājusi kādas ministrijas vadības komandā (*Kurzemniekā* par viņu stāstījām).

S.Krinkele skaidro, ka NVA sadarbojas ar tiem, kuri piedāvā vakances visiem darba meklētājiem, tomēr daļa var piedāvāt darbu arī Ukrainas bēgļiem. Šī iemesla dēļ CV un vakanču portālā ([cvvp.nva.gov.lv](http://cvvp.nva.gov.lv)) papildināta sadaļa *Nodarbinātības veids*. Tajā var izvēlēties vēlamo darbu ar atzīmi *Ukraina*, un parādīsies tas, ko darba devēji piedāvā ne tikai vietējiem, bet arī Ukrai-

nas iedzīvotājiem. Portāls pieejams arī neregistrētiem lietotājiem, tāpēc ikviens ukraiņis, kuram var palīdzēt kāds, kas prot latviski, varēs uzzināt par jaunāko.

### VIENREIZĒJS PABALSTS

NVA ukraiņu bēgļiem darba sākšanai izsniegs vienreizēju 500 eiro pabalstu, ko maksās tad, ja būs atvērts konts *Latvijas Pastā* vai kādā Latvijas komercbankā. „Tas ir atbalsts līdz pirmajai algai. Sākot darbu, mēneša laikā jāatnāk uz aģentūru, jāaizpilda veidlapa, un mēs izmaksāsim,” skaidro S.Krinkele. Bēgļi var sākt strādāt tad, ja ir saņemta ilgtermiņa vīza ar tiesībām uz darbu bez ierobežojumiem līdz gadam. Lai atbalstu saņemtu, nav obligāti jāreģistrējas kā bezdarbniekam vai darba meklētājam – NVA palīdzēs piemeklēt piedāvājumus un sazināties ar darba devēju. „Ja kāds gribēs uzturēties šeit ilgāk un mācīties valsts valodu, būs jāpiesūta bezdarbnieka statuss. Ja cilvēkam būs uzturēšanās vīza, varēsim veidot sadarbību.”

### VEIDLAPAS TULKOS

Pašlaik NVA reģistrēti divi cilvēki, kuri sev darbu jau sarunājuši. Viens strādā kokapstrādes uzņēmumā *Stiga RM*, L.Barnička – klientu apkalpošanas centrā. S.Krinkele atklāj, ka ar pabalsta pieprasīšanu viss neiet tik raiti, jo veidlapas jāiztulkoko ukraiņu valodā: „Grozām visu savu kārtību un saskaņojam to ar Ministru kabinetu. Prognozējam, ka veidlapas būs iztulkotas šīs nedēļas laikā. Tās aizpildot, pabalstu varēs pieprasīt tie, kuri darbu jau būs sākuši.”

Visi tie darba devēji, kuri lieto NVA CV un vakanču portālu, brīvās vietas var reģistrēt paši. Ja portālu nelieto, var sazināties ar NVA, kur to izdarīs. S.Krinkele uzsver: „No Ukrainas iebrauc pārsvarā sievietes un bērni, tāpēc tās profesijas, kurās tiek meklēti spēcīgi vīrieši, cik man zināms, bēgļiem nav noderīgas.”

Kristīne Āboliņa

## Palīdzība grūtajā brīdī

Ar Kuldīgas novada sociālā dienesta izsniegtu krīzes izziņu Ukrainas iedzīvotāji tur var saņemt materiālu atbalstu. Palīdzībā iesaistījušās arī vairākas biedrības.

### PĀRTIKA UN HIGIĒNAS PRECES

Pārtikas un pamata atbalsta pakas tiek izsniegtas tiem Ukrainas kara bēgļiem, kuri no sociālā dienesta saņēmuši krīzes izziņu. Trīs mēnešos viens cilvēks var saņemt divas pārtikas pakas, higiēnas un saimniecības preču paku, divas bērnu pārtikas pakas, ja ģimenē ir bērni no septiņiem līdz 24 mēnešiem, kā arī papildu higiēnas preču paku, ja ir bērni līdz diviem gadiem. Ģimenes ar sākumskolas un pamatskolas vecuma bērniem saņem arī mācību piederumu paku. To nodrošina Sabiedrības integrācijas fonda ieviestā Eiropas Atbalsta fonda programma vis-trūcīgākajiem.

### GATAVI ATBALSTĪT

Arī vairākas biedrības ir gatavas kara bēgļus atbalstīt. Biedrība *Tabitas sirds* vairāk darbojas Dienvidkurzemes novadā un Liepājā, bet arī Kuldīgā palīdz, ja tas tiek lūgts. „Tas ir apģērbs, apavi bērniem un pieaugušajiem, gultas veļa, dvieļi, higiēnas preces,” saka Vineta Brūdere-Sedliņa. „Esmu sociālā darbiniece un reģistrējusi ģimenes, kuras šeit ieradusās. Anketā apkopojam vajadzības, tāpēc varu iesaistīties arī kā biedrības pārstāve. Cenšamies lietās komplektēt tad, kad ir vajadzība, lai nav tā, ka mantas dod došanas pēc. Piemēram, kad vajag 50. izmēra vējjaku vai džemperu, tad arī meklējam.”

Biedrība *Mamma mammai fonds* var palīdzēt ar apģērbiem un apaviem bērniem. Ukraiņi gan vēl nav to lūguši. „Ja vajadzīgas lielākas lietas, liekam sludinājumus, vai arī cilvēki to dara paši un savstarpēji mainās. Mēs mainām pret paldies, un svarīgākais ir nākt pakal, jo visas orga-

• Ģimenes var palīdzības pakas saņemt pagastu pārvaldēs pie sociālajiem darbiniekiem vai Latvijas Sarkanajā krustā Kuldīgā, Baznīcas ielā 29, no 10.00 līdz 17.00, tālr. 26513347.

• Plašāka informācija par komplektu saturu: [www.atbalstapakas.lv](http://www.atbalstapakas.lv).

nizācijas ar lietām ir pārpildītas,” saka biedrības vadītāja Bonija Lasmane. „Ja ir krīzes izziņa, trūcīgā vai maznodrošinātā statuss, varam dot Eiropas pārtikas pakas. Iesaistāmies arī Latvijas Samariešu apvienības akcijā *Paēdušai Latvijai* – izdalām pārtikas pakas un glābējpakas.”

Arī Kabiles pagasta *Zilā krusta* patversmes vadītājs Agris Reinis atzīst, ka piedāvātajai palīdzībai atsauces vēl nav: „Ja vajag ko pārvest, varam dot transportu, vīri var aizbraukt ko palīdzēt. Īsti nezinām, ko piedāvāt, jo nav tādas pieredzes. Skaidru naudu ziedot nevaram, bet varam, piemēram, iegādāties veikalā dāvanu kartes, un par tām var pirkt higiēnas preces, bērniem pamperus, citas lietas. Kabilē ir dzīvoklis, kurā bēgļus varētu izmitināt.”

### PALĪDZ IEJUSTIES

Pašlaik astoņiem cilvēkiem nokārtot formalitātes un iejusties pilsētā palīdz sociālā dienesta iesaistītā mentore jeb padomdevēja Nadija Strazdiņa. „Viņiem ir vieglāk, ja dzird šeit kādu runājam ukraiņu valodā. Viena sieviete atbraukusi pēc operācijas, es palīdzēju nokļūt pie ķirurga. Gan bērnu, gan pieaugušos pierakstīju pie ģimenes ārstiem. Viena ģimene apmeklēja psihologu. Tāpat stāstu, kur zvanīt, ja ir steidzamas medicīniskas vai juridiskas problēmas. Ieteicu, kur var sākt mācīties latviešu valodu,” stāsta N.Strazdiņa. „Katru dienu bēgļi iebrauc arvien vairāk, ļoti daudzi brauc ģimenēm.

Pirmās dienas, šķiet, viņi izbauda klusumu un brīvību, varbūt tāpēc nesteidzas uzreiz pieteikt bērnu mācībām.”

Iebraukušie jūtoties pārsteigti, ka vietējie ir ļoti atsaucīgi. „Cilvēki nedēļu nebija bijuši dušā, viņiem nav ne halātu, ne čību. Rakstīju feisbukā, un pāris stundās vajadzīgais bija sarūpēts,” stāsta Nadija. „Kāds vīrietis atnāca, lai iedotu naudu, par ko nopirkt bērniem našķus. Ar hiperaprūpi nevajadzētu aizrauties. Cenšos bremsēt, jo nevajag cilvēkiem uzbāzties. Tas jādara ar manu vai sociālā dienesta palīdzību. Un domāju – mums jābūt gataviem, ka ieradīsies arī ievainotie.”

*Kurzemnieks* jau rakstījis, ka arī N.Strazdiņas radi dzīvo Ukrainā, viņi sakot, ka turēšies līdz pēdējai un savas mājas neatstās. Taču trūkstot pārtikas un medikamentu, un notiek cīņa par izdzīvošanu. Arī sazināties ne vienmēr izdodas: „Ja pa telefonu runājam ukraiņu valodā, mūs tūlīt atvieno, bet, kad runājam krieviski, ļauj sarunāties.”

Sociālajos tīklos parādās ziņas, ka cilvēki Ukrainā esot dusmīgi uz tiem, kuri iebraukuši: „Brāļa sieva ar citām sievietēm no rīta līdz vēlai nakts stundai šuj bruņvestes. Ukrainā par bēgļiem sakot: „Tie, kas aizbrauc, atpakaļ netiek gaidīti, jo viņi bija vajadzīgi šeit.” Mums grūti par to spriest. Nevienu nenosodu, jo nezinu, kā pati tādā situācijā rīkotos.”

Inta Jansone

# Krievijas propaganda visos laikos briesmīga

Nīkrāces pagasta pārvalde, gatavojoties represēto atceres dienai 25. martā, sāk apkopot liecības no tagadējiem un bijušajiem iedzīvotājiem. *Kurzemniekam* bija iespēja aprunāties ar Liviju Vēru, kura, atgriežoties no izsūtījuma Krievijā, Omskā, ilgus gadus te nostrādājusi par feldšeri. Viņa atceras izsūtījumu un spriež arī par Krievijas pašreizējo agresiju Ukrainā.

L.Vēra, dzimusi Pūce, kopā ar brāļiem Elgartu un Ināru Pūcēm, mammu Ženiju un tanti Matildi Lēvaldi no tēva mājām Pampāļu pagasta *Pavāros* 1949. gada 25. martā izsūtīta uz mūža nometināšanu Omskā, tālāk uz Kozlovskas sādžu Uljanovskā. Aizvesti turp kā pretpadomju elementi tāpat kā tūkstošiem citu Latvijas iedzīvotāju. Tēvs bijis aizsargs, un komunisti gan viņu, gan mammu pratinājuši, tad atlaiduši, bet beigu beigās 1945. gada 26. janvārī izsūtījuši uz Solīkamsku Pečoru apgabalu, kur viņš miris. Livijas kundze atminas, ka ģimenei kaut kā izdevies izdzīvot, jo ar laiku apstākļi uzlabojusies. Lai gan 1956. gadā viņa no ieslodzījuma atbrīvota un varējusi atgriezties mājās, nolēmusi vispirms

Livijas Vēras un citu no izsūtījuma pārbraukušo video un audio liecības varēs redzēt Nīkrāces pagasta un bibliotēkas lapā interneta vietnē Facebook.

pabeigt skolu un Latvijā atgriezies 1967. gadā.

Mācoties skolā Krievijā, uz savas ādas izjutusi tālāka padomju propagandu: „Gadu gaitā tiešām jutām, kā mūsu domāšana mainās. Izsūtījumā pavadīju 18 gadus. Mēs, bērni, jau bijām izaudzināti pilnīgi tajā garā, kāds tur valdīja.” Viņa piekrīt, ka propagandai ir liels spēks un nav brīnums, ka, kopš Krievijā pie varas nācis Putins, tur atkal tiek lietotas tādas pašas metodes kā komunistu laikos. Neesot jābrīnās, ka gadu gaitā cilvēki tur pasniegtajai informācijai sāk ticēt.

„Nav jāskatās tikai uz Krieviju. Tā ir arī Vācijā. Hanoverē, kas savulaik atradās Krievijas okupētajā Vācijas daļā, dzīvo mana meita Irita Timbare,” skaidro L.Vēra. „Viņa stāstīja, ka tur iedzīvotāji sadalījušies divās daļās: vieni par Ukrainu, otri par Krieviju. Viņiem neko nevar iestāstīt, un viņi uzskata, ka ukraiņi apšauda paši sevi.”

Vēras kundze uzskata: kaut kādas pārmaiņas Krievijas iedzīvotāju

domās varētu ieviest tas, ja turp masveidā plūstu zārki ar kritušajiem un sabiedrība to ieraudzītu. Krievija Ukrainu pilnībā iznīcina, jo Putins vēloties atjaunot PSRS. Arī padomju gados Latvijā izbūvētas neskaitāmas raķešu palaišanas vietas, bet ASV mīļā miera labad nav iejaukusies, uzskata Livija. Tagad Krievija uztraucas, ka ASV Latvijā un citās Eiropas Savienības valstīs ievēd savus karavīrus. Runājot par šībrīža bēgļiem no Ukrainas un laiku, kad Latvijā atkāpās Vācijas karaspēks, kundze liek vienādības zīmi. Arī toreiz vācu karavīri ieteikuši ģimenei bēgt, bet tas nav izdevies, jo pa ceļam sākusies apšaušana.

Sarunas beigās Livijas kundze saka – mums pašiem šobrīd ir jābūt gataviem sevi aizstāvēt: „Es vairs negribu piedzīvot krievu varu Latvijā. Negribu, ka Krievija ieņem Ukrainu, to izposta un tad sāk skatīties mūsu virzienā. Nē, nē, nē! Atminos, ka arī mēs gribējām mukt uz ārzemēm, bet tad nebija iespēju.”



Antonija un Ženija Pūces, priekšplānā no kreisās – Livija, Elgarts un Inārs 1943. gadā. Neviens nenojauta, ka pēc sešiem gadiem viņus izsūtīs tālu prom Krievijā uz Kozlovskas sādžu Uljanovskā, ko par mājām sauks veselus 18 gadus.

Pampāļu pagasta *Pavāros* 1935. gada 10. jūnijā. No šejienes 1949. gadā padomju okupanti izsūtīja visu Pūču ģimēni. Priekšplānā – kazu viesi.



## Rosīgi piesaka projektus

Gada sākums, kā ierasts, nāk ar iespēju biedrībām pieteikt konkursos jaunus projektus, lai iegūtu atbalstu dažādās jomās. Nīkrāces iedzīvotāji to dara ar cerību paveikt to, kas pašiem uzlabos dzīvi.

Kuldīgas novada pašvaldība izsludināja konkursu *Darīsim paši*, kurā iesniegti arī pieci projekti no Nīkrāces. Lielākoties tie saistīti ar remontu un apkārtnes labiekārtošanu, jo, kā uzsver pagasta vadītāja Ilona Rītiņa, cilvēkiem vajadzīga iekopta vide. Paredzēts kāpņu telpu remonts, ceļi, labirinta iekārtošana un papildināšana ar dažādiem elementiem. Apjomīgākā ir iecere ierīkot skeitparku, bet tam naudu mēģināšot iegūt citur. Konkursa *Darīsim paši* atbildes būs zināmas maija beigās.

Bet pagastā jau sākas cits projekts, proti, biedrība *Nīkrācnieki* ar sociālo dienestu parakstījusi līgumu par projektu ģimenēm ar bērniem, un tiks pasūtītas lielformāta āra spēles. Pirmoreiz tās lietot paredzēts vasaras pirmajā mēnesī, kad vecāki tiks aicināti vairāk laika pavadīt ar bērniem. Pēc tam spēles varēs izmantot, piemēram, tirdziņos vai citur, lai vecākiem dotu iespēju netraucēti iepirkties vai piedalīties pasākumā, savukārt bērniem lai būtu viņu pašu nodarbes.

## Pasākumi saplānoti pusgadam

Biedrības *Mini SD* rīkotajā darbnīcā senioriem vakar varēja iemācīties izmantot otrreiz lietojamus materiālus, skaidro kultūras darbiniece Dana Tihomirova.

Tā bija laba iespēja pēc diviem mājās sēdēšanas gadiem atkal sanākt kopā un uz brīdi aizmirst arī to, ka Ukrainā diemžēl notiek karš. Nedēļu vēlāk šī biedrība visus Nīkrāces iedzīvotājus aicinās uz kustībām svaigā gaisā.

Komunistiskā genocīda upuru atceres pasākums notiks pie piemiņas akmens Lēnās. Dziedās vietējais sieviešu ansamblis. No priecīgākiem pasākumiem aprīļa sākumā ir paredzēta balle, kurā muzicēs grupa *Brekšu Pekši*. D.Tihomirova piebilst, ka aicināts ikviens, kuram ir vēlme izdancoties un izdziedāties. Lielā plānoti vēl dažādi pasākumi, piemēram, ikgadējais zolītes turnīrs. Jau tiek rīkots mājražotāju tirdziņš. Pērn tāds noticis Dzeldā, un atsaucība bijusi gana liela. Šogad iecerēts aicināt arī stādu tirgotājus, piemēram, Jāni Lepsi no Laidiem, kurš ir viens no vadošajiem Dārzkopības institūta pētniekiem. Tiks uzrunāti arī Saldus puses stādaudzētāji.

# Bērnu draudzība internetā. Cik droša?

„Tie nav tikai viena tipa bērni, kuri internetā var kļūt par pavadināšanas upuriem. Uzticības tālruni sastopamies ar dažādu vecumu, raksturu un sociālo statusu. Nereti iedomājamies, ka tikai noslēgts, kautrīgs, par sevi nepārliecināts bērns var kļūt par upuri, bet tā nav. Apdraudēti ir visi,” skaidro Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcijas (VBTAI) vadītāja vietniece Gunita Kovaļevska.

„Daudzi domā, ka noziedznieks pie datora ir nekopts vīrietis gados, tāpēc varēs viņu atmaskot pēc valodas. Bet tā nebūt nav.”

„Bērni nevēlas informēt vecākus, baidoties no soda. Viņi jau tā jūt spēcīgu kaunu un vainu par to, ka šajā situācijā nokļuvuši.”

## Tūkstošiem ziņojumu

Kā tīmeklī atpazīt pavadināšanu un kā rīkoties, ja bērns ar to saskaras, – par to februārī Pasaules drošāka interneta dienā Latvijas Drošāka interneta centrs (LDIC), Valsts policija un VBTAI sāka kampaņu *Bīstamā draudzība internetā*, lai bērnus, pusaudžus, vecākus un pedagogus izglītotu.

LDIC vadītāja Maija Katkovska atklāj, ka pirms kāda laika pamanīta tendence: arvien biežāk pie viņiem vēršas vecāki ar aizdomām par bērnu draudzību internetā. Pagājušajā gadā vietnē *Drošinternets.lv* būtiski pieaudzis skaits ziņojumiem par bērnu seksuālo izmantošanu un pavadināšanai materiāliem. 2021. gadā tie bija gandrīz 23 000.

Lai gan tie saņemti par saturu Latvijas serveros, tas nenozīmē, ka bērni un pavadinātāji ir no mūsu valsts. Tomēr globālā tendence norāda, ka šādu materiālu katru gadu kļūst vairāk. „Sākoties pandēmijai, bērni arvien vairāk laika pavadīja internetā un ilgāk uzturējās dažādā nedrošā vidē. Tāpēc gribam iemācīt bīstamās situācijas atpazīt, saprast, kad tiešām ir noticis likumpārkāpums pret bērnu un kur meklēt palīdzību,” skaidro M.Katkovska.

### KĀ PĀRBAUDĪT?

Vietnē [www.sos.drossinternets.lv](http://www.sos.drossinternets.lv) gan bērni un vecāki, gan speciālisti, kuri strādā ar bērniem, var pārbaudīt, cik droša ir tāda



„Analizējot saturu, ko internetā radījuši paši pavadinātie bērni, redzam, ka apmēram 90% gadījumu to darījušas meitenes no deviņiem līdz 12 gadiem,” atklāj Latvijas Drošāka interneta centra vadītāja Maija Katkovska.

● Pērn vietnē *Drošinternets.lv* saņemti **23 000 ziņojumu** par bērnu seksuālo izmantošanu un pavadināšanu.

● Puse vecāku atzinās, ka pat nezina, kurās platformās bērns reģistrējies un ar ko internetā nodarbojas.

● Tests bērnu draudzībai internetā: [www.sos.drossinternets.lv](http://www.sos.drossinternets.lv).

● Bērnu un pusaudžu uzticības tālrunis ir **116111**.

draudzība internetā. Atbildot uz jautājumiem, var noskaidrot, vai sarakste ar interneta draugu ir droša. Testā, ko aizpilda bērns, iekļauti piemēram, tādi jautājumi kā: vai šis cilvēks tev ir rakstījis komplimentu, vai viņš tevi mēģinājis šantāžēt vai prasījis, lai kameras priekšā noģērbies u.tml. Bērns atbild ar *jā, nē, neatceros*. Ja ir kaut viena pazīme, ka bērns internetā varētu būt cietis no pavadināšanas, parādās aicinājums steidzami par to pastāstīt kādam pieaugušajam. Bērns tiek rosināts runāt ar vecākiem vai zvanīt pa Bērnu un pusaudžu uzticības tālruni 116111.

Pieaugušajiem par savu bērnu jāatbild precīzāk, sniedzot atbildes *jā, nē* vai *nav informācijas*. Pēc tam pieejama detalizēta atbilžu apskate, kur pie katra sarkanā jautājuma pievienots likumu skaidrojums, kāpēc tas ir pārkāpums. Tur arī ieteikumi, kā rīkoties un kā šo jautājumu pārrunāt ar bērnu.

„Ja pēc testa nekādas pazīmes par interneta draudzības risku neparādās, šie jautājumi jebkurā gadījumā mudinās aizdomāties, kā rīkoties, ar tādām situācijām saskaroties. Mūsu mērķis ir panākt to, lai bērni par cietušajiem nekļūst un jau pēc

pirmajiem signāliem saraksti ar interneta draugu pārtrauc, ja to vispār tā var saukt,” uzsver M.Katkovska.

### KĀDS VIŅUS PAMUDINA

Rudenī LDIC kopā ar pētījumu aģentūru *Norstat* vecāku aptaujā noskaidroja domas par galvenajiem iemesliem, kādēļ bērni internetā kļūst par pavadināšanas upuriem. Vairums atbildēja, ka pavadinātāji galvenokārt ir viltīgi un spēj ar bērniem manipulēt, kā arī paši bērni nav gana zinoši un uzmanīgi. Vecāki atzina, ka ne vienmēr var būt blakus, bērnu uzmanīt un viņam palīdzēt. Turklāt puse atzinās, ka pat nezina, kurās platformās bērns reģistrējies un ar ko internetā nodarbojas.

„Analizējot ziņojumus par nelegālo un kaitīgo saturu internetā, satraucošā tendence ir tāda, ka apmēram pusē gadījumu pats bērns saturu radījis kameras priekšā. Vide aiz muguras liecina, ka viņš ir savā istabā vai vannas istabā, kur kameras priekšā izģērbies un izrādījis savu kailo ķermeni. Lielākoties ir skaidri saprotams, ka, visticamāk, viņu mudinājis pieaugušais. Diez vai tādā vecumā bērns pats izdomās kaut ko tādu ar sevi darīt, ja kāds nebūs parādījis vai pateicis priekšā,” secina M.Katkovska. Tas ir galvenais iemesls, kādēļ nolemts piedāvāt pašpalīdzības rīku, lai izglītotu un novērstu to, ka bērni kļūst par upuriem.

## Noziedznieki var būt dažādi

Vecāki bieži pārvērtē savas spējas atpazīt noziedzniekus, kuri mēģina pavadināt bērnus, atklāj Valsts policijas dzimumnoziedzumu apkarošanas nodaļas priekšnieks **Oļegs Lavčinovskis**.

„Daudzi domā, ka pie datora ir nekopts vīrietis gados, tāpēc varēs viņu atmaskot pēc valodas, teikumu konstrukcijām utt. Tas var būt šāds ļaundaris, taču tie var būt arī jauni, izglītoti cilvēki, kuri to dara peļņas nolūkā vai izklaides dēļ.” Pāridarītāji var būt arī vienaudži vai pat cietušajam pazīstami cilvēki, kuri to dara aiz atreibības, uzmanības trūkuma, pārtrauktu attiecību vai citu iemeslu dēļ.

### BILDE PARASTI MALDINA

Ļoti reti ļaundari sociālajos tīklos ievieto savas fotogrāfijas vai lieto īsto vārdu. „Parasti tiek izmantotas bildes no interneta, izveidoti viltus profili ar ļoti iz-

skatīga vienaudža fotogrāfijām, un bērns īsti nesaprot, ar ko viņš sazinās. Tāpēc svarīgi bērniem skaidrot, ka internetā sastaptais cilvēks nebūt nav tāds, kādu viņi to iztēlojušies. Ja vien tas patiešām nav draugs. Un vai esi pārliecināts, ka tiešām runā ar draugu, nevis ar kādu, kurš izmanto viņa profilu? Jāizskaidro, ka bilde, ko redzam internetā, ne vienmēr nozīmē to, ka aiz tās atrodas tieši šis cilvēks,” skaidro O.Lavčinovskis.

### PIEAUGUŠIE TAČU JĀKLAUSA...

Bērni arī bieži nespēj saprast saziņas īsto nozīmi un neapzinās, ka ir kļuvuši par nozieguma upuriem. Īpaši mazākajiem šķiet: pieaugušie jāklauša, jo viņi nekad neliks darīt ko sliktu. Turklāt bērns vēl nesaprot visas tās darbības, kas viņam lūgtas, jo neapzinās intimitātes robežas: „Varbūt lūgums uzņemt un

nosūtīt savu kailbildi bērnam neliekas nekas dīvains, jo viņš neapzinās tā sekas. Ir ļoti svarīgi saprast, ka tas nav nekas labs, ja nepazīstamie prasa tādas fotogrāfijas vai ievilina seksuāla satura sarunās. Tāpēc tests kā pašpalīdzības rīks ir noderīgs.”

O.Lavčinovskis atklāj, ka noziegumu izmeklēšanā VP bieži redz diezgan ilgstošu saziņu ar ļaundari un jau pašā sarunas sākumā sliktie nodomi ir nojaušami. Tos pamanot savlaicīgi, būtu varēts no sekām izvairīties, bet bērns saraksti turpinājis, jo nav varējis saprast, vai tas, kas notiek, ir labi vai slikti.

Tagad bērns varēs savu draudzību internetā pārbaudīt. O.Lavčinovskis cer uz vecāku, psihologu un pedagogu iesaisti, lai kopā mazinātu risku bērnu pavadināšanai internetā un noziegumus novērstu jau agrīnā stadijā.

## Pamanīt izmaiņas uzvedībā

Ir būtiski ieraudzīt pazīmes, kas liecina par bērna iespējamo apdraudējumu internetā.

VBTAI vadītāja vietniece Gunita Kovaļevska skaidro: „Var mainīties uzvedība – bērns var kļūt nomāktāks, satrauktāks, sākt slēpt viedierīces un pārtraukt draudzības vai vairs neuzticēties tiem, kam iepriekš uzticējies. Varbūt viņš vairs nerunā vai ar mammu un tēti vai citiem radniekiem nav tik ļoti atklāts. Svarīgi, lai vecāki tam pievērst uzmanību. Pusaudžu gadījumā nereti tā tiek traktēta kā vēlme pievērst sev papildu uzmanību. Patiesībā katras izmaiņas uzvedībā norāda uz to, ka kaut kas nav kārtībā.”

Ja bērns laikus nesāņem atbalstu, var veidoties situācijas, kurās viņš ir reālas problēmas priekšā, bet nezina, kam uzticēties. Var rasties

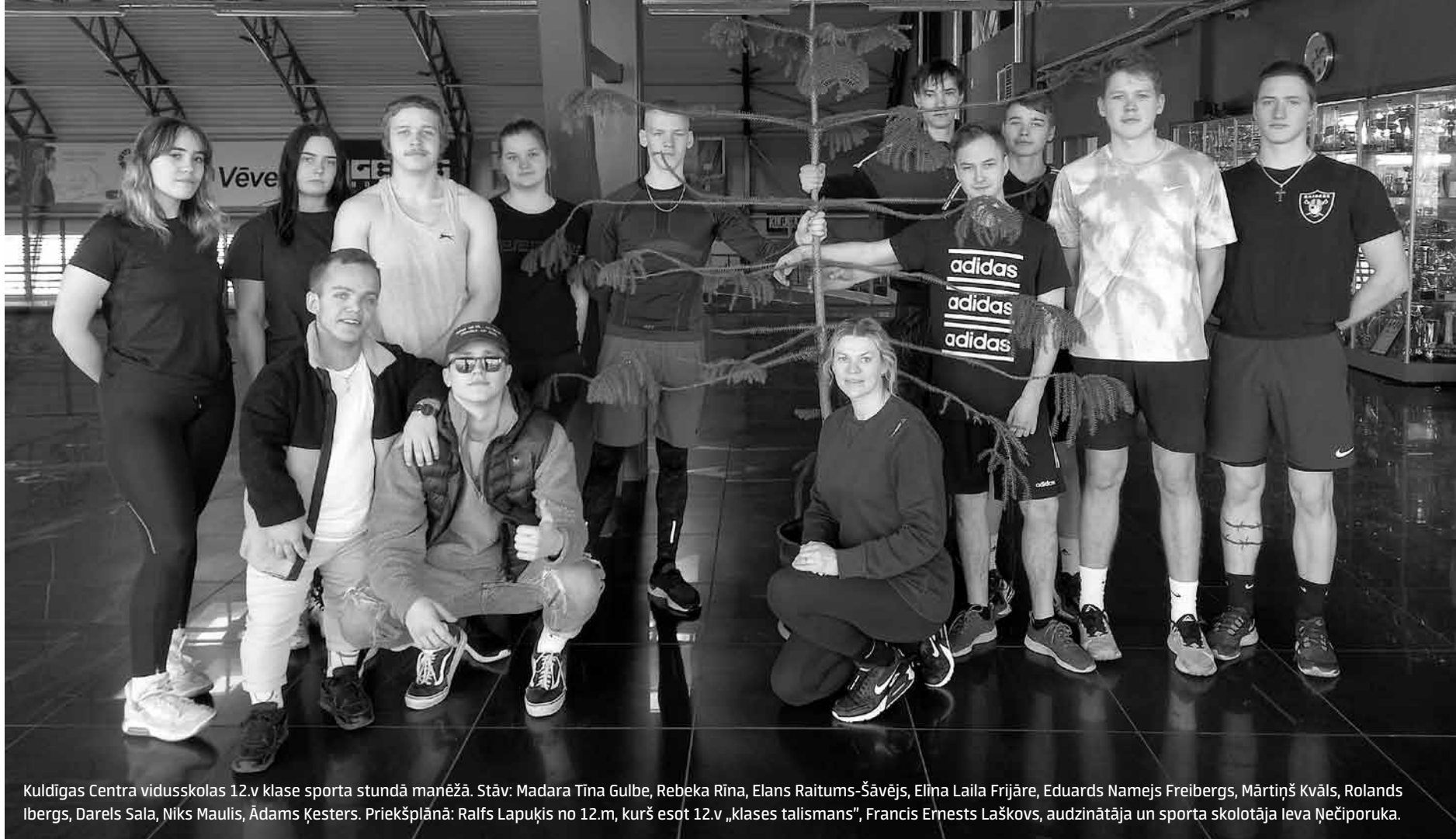
ilgstošs, toksisks stress, kura dēļ var nonākt arī pie paškaitējošām darbībām vai pat pašnāvības mēģinājumiem. Tāpēc savlaicīga palīdzība ir ļoti svarīga.

Pamanot šīs pazīmes, vecākiem vajadzētu draudzīgi mēģināt sākt sarunu, lai saprastu, kas ar bērnu notiek. Ja noskaidrots fakts par pavadināšanu, galvenais ir nesodīt ne ar vārdiem, ne darbiem. „Uzticības tālrunī saskaramies ar to, ka bērni nevēlas informēt vecākus, baidoties no soda. Viņi jūt ļoti spēcīgu kaunu un vainu par to, ka šajā situācijā nokļuvuši. Papildu stresu rada tas, ka vecāki ir noraidoši vai nosodoši, atņem viedierīces un pasaka: „Tu pats esi vainīgs.”” G.Kovaļevska aicina vecākus un citus tuvus cilvēkus visiem spēkiem atbalstīt bērnus, kuri internetā cietuši no pavadināšanas.

- **Draudzīgi sākt sarunu, lai saprastu, kas ar bērnu notiek.**
- **Ja notikusi pavadināšana, galvenais ir nesodīt ne ar vārdiem, ne darbiem.**

# „Visi ir uz jokiem”

Kuldīgas Centra vidusskolas 12.v\* klasē pašlaik ir 14 skolēnu. Pēc attālinātajām mācībām četri pārgājuši tālmācībā. Audzinātāja Ieva Nečiporuka stāsta: „Atgadījumu ar šo klasi bijis ļoti daudz. Visi ir uz jokiem. Vissmieklīgākais bija tad, kad remonta dēļ skola vēl nebija izformēta un klasē viņi vāca tukšās taras kolekciju. Man apkopēja pat uzrakstīja vēstuli, ka skolēni protestējot un neļauj to savākt.”



Kuldīgas Centra vidusskolas 12.v klase sporta stundā manēžā. Stāv: Madara Tīna Gulbe, Rebeka Rīna, Elans Raitums-Šāvējs, Elīna Laila Frijāre, Eduards Namejs Freibergs, Mārtiņš Kvāls, Rolands Ibergis, Darels Sala, Niks Maulis, Ādams Kešters. Priekšplānā: Ralfs Lapuķis no 12.m, kurš esot 12.v „klases talismans”, Francis Ernests Laškovs, audzinātāja un sporta skolotāja Ieva Nečiporuka.

## ATSAUCAS UN IR PAR

„Kad 10. klasē man viņus iedeva audzināšanā, bija bērni no dažādām klasēm. Likās – būs grūti izveidot vienotu kolektīvu, bet mums vēl izdevās sarīkot pāris saliedēšanās pasākumu, un sapratu, ka ir tikai jārunā, kopā kaut kas jādara un šī būs laba klase,” atceras I. Nečiporuka.

„Diemžēl divi gadi Covid-19 pandēmijā dažādus plānus izjauca. Pats sākums attālinātajās mācībās bija grūts – gan skolēni, gan brīžiem pat mēs, skolotāji, izjutām, kā skolas ritms tiek izjaukts. Pēc neilga laika visi gribēja atgriezties. Bez pandēmijas šis laiks būtu bijis daudz jaukāks, jo klase ir ļoti aktīva, grib iesaistīties, tikai jāatrod pareizās pogas, uz kurām uzspiest. Visam, ko esmu piedāvājusi, viņi atsaukušies un ir *par!*”

Domāju, ka šis pusgads klātienē viņiem patīk. Tomēr ir labi būt skolā, izbaudīt vienam otra kompāniju. Tā kā mēs daudz darām kopā ar 12.m klasi, ar audzinātāju Jāni Jerumani mēģinām šo pusgadu sarīkot pēc iespējas krāšņāku un atmiņām bagātāku.”

Tā kā KCV pašlaik darbojas vairākās ēkās, žetonu vakars oficiāli izsludināts nav. Parasti tas notiek novembrī, un tā ir tradīcija:

„Bet bērni gribēja parādīt savu piederību skolai un klasei un šo pasākumu rīkos paši.”

## DAUDZ PIEDZĪVOJUMU

Elīnai Lailai Frijārei atmiņā paliks pasākumi, klasesbiedri un attālinātās mācības: „Mūsu klasē ir ļoti jautri cilvēki, kuru dēļ katrs pasākums ir kā piedzīvojums un labas atmiņas.” Klasi Elīna raksturo kā saliedētu un organizatorisku: „Ja kaut ko vajag saplānot un izdarīt, tas vienmēr būs izdevies.” Elīna esot valodu cilvēks: svešvalodas ir mīļākās stundas. Viņai ir trīs varianti, ko darīt pēc skolas beigšanas: „Gribu mācīties interjera dizainu, videospēļu grafiku vai arī valodas.”

Elans Raitums-Šāvējs klasi raksturo kā jautru. Spilgtu notikumu viņš izvēlas labāk neatklāt. Ventspils augstskolā viņš mācīsies programmēt: „Par šo profesiju sāku domāt jau pirms diviem vai trim gadiem. Tā interesē. Man patīk matemātika un fizika, daļēji arī ķīmija.”

Niks Maulis: „Skolas dzīve bijusi ļoti interesanta. Vienu notikumu nemaz nevaru izcelt.” Klasi viņš raksturo kā kolektīvu: „Neviens nevienu neatstumj – visi esam draudzīgi, spējam pajokot

viens par otru un neapvainoties.” Niks trenējas vieglatlētikā, un sporta stundas ir mīļākās. Viņš stāties Latvijas Nacionālajā aizsardzības akadēmijā (LNAA) vai arī Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmijā mācīsies par treneri.

Arī Francis Ernests Laškovs uzskata, ka klase ir saliedēta: „Visi esam jaunajā skoliņā draudzīgi iedzīvojušies. Katru dienu notiek kas interesants, ar katru dienu arvien pārsteidzošāks, taču to labāk paturēšu noslēpumā.” Francis domā par tām pašām augstskolām, par kurām Niks.

Darels Sala atklāj nervus kutinošāko piedzīvojumu: policija viņam un klasesbiedram Rolandam dzinusies pakaļ, jo abi vēl bijuši nepilngadīgi un aiz skolas stūra pīpējuši. Klasē vienmēr ejot jautri. Darels vēl nezina, ko darīs tālāk. Varētu mācīties par pilotu, taču, vai izdosies, viņš šaubās.

Mārtiņš Kvāls visspilgtāk atcerēsies 9. klases izlaidumu: „Atmiņā palikusi tā sajūta, ka esmu pabeidzis pamatskolu. Aizbraucām ar klasi nosvinēt pie Usmas ezera.” Klasi Mārtiņš raksturo kā jautru un pozitīvu. Mīļākās stundas esot angļu valoda, informātika un sports. Ko darīs turpmāk, vēl nav izlēmis.

## ATTĀLINĀTI – KĀ NU KURAM

Ādamam Kešteram par šiem gadiem neesot spilgtu notikumu, jo uz skolu viņš gājis, lai mācītos. Klase esot interesanta, atraktīva: „Pasākums, kas mūs saliedēja un paliks atmiņā, ir pirmtiņa tieši pirms pandēmijas.” Attālinātās mācības bijušas liels pārbaudījums: „Grūti saplānot laiku un saņemties izpildīt darbus.” Ādams dosies uz LNAA, un to nolēmis jau pirms vidusskolas.

„Covid-19 dēļ daudz kopīgu pasākumu nav bijis, taču būs kopā ar 12.m klasi, un to, cerams, varēšu minēt kā spilgtu notikumu,” teic Rebeka Rīna. Attālinātās mācības viņai patikušas, taču atgriežoties atskārtusi, ka stundas klātienē tomēr neatsvērs nekas. Rebeka jau 12 gadus spēlē volejbolu, bet, ko darīt pēc vidusskolas, vēl nav izlēmusi.

Arī Eduards Namejs Freibergs atcerēsies attālinātās mācības: „Bija grūti koncentrēties un saņemties ko darīt. Sākumā gāja grūti, arī atgriežoties skolā, bet pēc neilga laika biju atpakaļ ierastajā ritmā.” Par foršāko skolotāju viņš sauc audzinātāju I. Nečiporuku un latviešu valodas skolotāju Sanitu Vickopi. Namejs vēl domā, vai iestāties

kādā augstskolā Anglijā, jo no piedāvājuma Latvijā viņu nekas nesaistot.

Madara Tīna Gulbe šajā klasē mācās otro gadu: „Pirms pandēmijas kopā iznāca būt tikai mēnesi. Tad mācības turpinājām zūmā. Arī tas bija interesanti – skolotāji spēja tik ātri apgūt, kā strādāt šajā platformā! Man tādas mācības patika: tā bija ērtāk, varēju pati plānot laiku, mācīties bija vieglāk. Taču novērtēju arī laiku kopā ar klasesbiedriem.” Viņa vēlas kļūt par psiholoģi: „Šī ideja mani nepamet gadu no gada. Laikam ejot, arvien vairāk saprotu, ka atslēga ir komunikācijā ar citiem un pasauli.”

„Klases vakaru atcerēšos vispilgtāk. Tur man gājis visinteresantāk,” teic Rolands Ibergis. Foršākās skolotājas esot Sanita Vickope (latviešu valoda) un Liene Mūrniece (matemātika): „Viņas ir pretimnākošas, saprotošas.” Attālinātajās mācībās gājis visai viegli, bet grūtāk bijis katru dienu sēdēt mājās. Rolands dosies uz Policijas koledžu un to jau izdomājis pirms trim gadiem.

\* Burts v nozīmē vispārējās izglītības novirzienu, m – matemātikas, dabaszinātņu un tehnikas novirzienu.

# Pasaule ir brīnumu pilna



Kuldīdzniece ILZE SVILPE ir SIA *Dabas sajūta* dibinātāja. Ar pašas radītajiem hidrolātiem\*, kvēpinājumiem, pārgājieniem, rituāliem un nodarbībām viņa cilvēkus rosina atrast ceļu pie sevis.



Ilze Svilpe, uzņēmuma *Dabas sajūta* dibinātāja, Ventmalas pļavās Kuldīgā pie vecās estrādes salasījusi dzeltenās madaras: „Gadās arī tā: eju ar domu lasīt pelašķus, bet pretī nāk tikai raudenes, vai arī atrodu pleķi ar māršilu. Tieši netišām atrastie augi tobrīd vajadzīgi visvairāk. Tik vajag tam noticēt.”

## Kā iesākās tava dabas sajūta?

Pirms dažiem gadiem sapratu, ka jādara tas, ko nevaru nedarīt vai ko darītu arī tad, ja par to nesaņemtu naudu. Tad meklēju sevī to, kas no manis tik ļoti prasās ārā un ko gribas darīt, lai pasaule kļūtu labāka. Tā pie manis atnāca visas tās augu padarīšanas. Pasaule nav tikai matemātika vai fizika, kas iemācītas skolā. Tā ir brīnumu pilna, tikai jābūt atvērtam un jānotic tam, ko ieraugi. Jo tas nav tāpat vien. Un nu es vairs nevaru nedarboties ar augiem.

## Ko tu dari?

Piedāvājums saistīts ar dabu, smaržošanas un smaržu pasauli. Aicinu katru būt vairāk pašam ar sevi. Mani tas vedis pa dzīves ceļu un dziedinājis. Un tas nav uzstādījums būt dabā – drīzāk tā ir sevis atrašana un būšana ar sevi, kas šajā laikā ir ļoti svarīga, jo mūs šūpina visādi ārpusaules notikumi. Vairāk nekā divus gadus ir trauksmes stāvoklis (galvenokārt pandēmijas dēļ – red.) jeb iespēja mācīties būt ar sevi.

## Kā radās ideja par uzņēmumu?

Kādā brīdī kļuva svarīgi saprast, vai manis radītais ir vajadzīgs vēl kādam, tāpēc aizgāju uz Kuldīgas biznesa inkubatoru. Pirms tam loks, kam savus ražojumus radīju, bija diezgan šaurs, un gribējās paplašināt. Inkubatorā satiku cilvēkus, kuri ar spīdošām acīm teica: „Ģeniāli! Tas ir kaut kas foršs un vajadzīgs!” Šādus vārdus dzirdu joprojām, un tas pārliecību stiprina.

Ir doma šogad Kuldīgā izveidot atvērtu darbnīcu. Līdz šim preces pieejamas veikalos un mājaslapā [www.dabassajuta.lv](http://www.dabassajuta.lv), bet vēlos konkrētu vietu, kurā pati varu darboties un process no A līdz Z būtu publisks. Tur taptu hidrolāts, un visa telpa smaržotu. Ienāktu cilvēki un jautātu: „Kas te smaržo? Kas tas ir, kā to lietot?” Vēlos ideju paplašināt un

parādīt, ka augi var iedarboties uz cilvēkiem un palīdzēt visiem. Meklēju vietu, kur tas varētu notikt.

## Kā nonāci pie nosaukuma?

Es priecājos, ka nebēgam no latviskiem nosaukumiem un visaptverošiem jēdzieniem. Izlasot latviski, var saprast, par ko ir stāsts. Nesen Kuldīgas uzņēmums nosaukumu *GWW* nomainīja pret *Melno kolku*, un tas mani aizkustināja. Jau no sākuma bija skaidrs, ka manis radītais tiks nosaukts latviešu valodā. Tā kā dzīvoju pilsētā, šķita būtiski norādīt, ka tajā nav tikai ielas un mājas. Pilsētā vajag ienest arī to, kas ir mūsos. Un *Dabas sajūta* sasauca ar Kuldīgas dvēseli – mūsu pilsētas saukli. Uzņēmuma logo ir pūce, kurai acis kā saules un uz vēdera ir mēness ar zvaigznēm. Tas ir gudrības simbols – putns, kas dienā gul un naktī dzīvo. Stāsts ir par zemapziņu, neatklāto pasauli – nezināmām, nesaprotām, neieraugāmām lietām. Smarža vai vispār sajūta nav tik viegli raksturojama. Piemēram, ja kāds pajautā, kā jūties, var jau atbildēt, ka jauki vai viss kārtībā. Bet, ja vēlies atbildēt godīgi, vispirms ir jāapstājas, jānomierinās un jāieklaušas sevī. Kāpēc melot? „Izgaismot tumsu” – mans moto.

## Kā viss iesākās?

Uzņēmumam ir vairāk nekā divi gadi, bet pati darbojos ilgāk. Viss sākās ar pirts lietām, tomēr vispirms bija augi, aromēļļas, ēteriskās augu eļļas un zināšanas par tām. Šī lieta nav darāma klasiskā izpratnē, kā attīstīt biznesu. Ja mērķis ir pārdot vairāk, manī zūd izjūta, ka daru un radu ar prieku. Nespēju paņemt darbā kādu, kurš augus vāktu manā vietā. Man vajag iet pļavā un runāt ar tiem, atrast un saprast, vai tajā brīdī augs smaržo pavisam īsti un varu to ievākt. Uzņēmums ir veids, kā iet plašumā. Ja būtu cits veids, kā nokļūt pie klientiem, tāda forma tam nebūtu. Jēga ir tajā, ka varu palaist tautā pašas

radīto un pastāstīt citiem. Esmu domājusi par grāmatas rakstīšanu, tagad top manis zīmētas augu kartītes, bet tas ir ar vārdiem un simboliem. Smaržu jau var nodot tikai klātienē.

## Pastāsti par to, ko radi!

Katram produktam ir savs stāsts. Kvēpināmos nosapņoju. Ideja atnāca pusnomoda stāvoklī starp miegu un pamošanos – bija vīzija, ka var izgatavot kvēpināmos, sajaucot augu pulverus. Pamosos ar sajūtu – jāpamēģina. Meklēju augus un mēģināju taisīt. Sākuma versija dega par strauju un nekūpēja, domāju, kā dabūt kvēpināšanas sajūtu. Biju pilnīgi pārņemta, jo gribējās to iedzīvināt. Ar hidrolātiem iepazīšanās bija līdzīga. Ēteriskās eļļas ir tikai eļļas piliens, bet hidrolātā ūdens ir kopā ar eļļu. Izsmidzinātā veidā ķermenim vieglāk to uzsūkt caur ādu, un smaržas ir īstas. Tā sajūta un alkīmija ir apbrīnojama, kad ieliec aparatā augus un ārā izpil kaut kas tik īsti un dabīgi smaržojošs.

## Cik hidrolātu veidu tev ir?

Apmēram simts smaržu. Bet skaits mainās. Šogad nesalasīju dzelteni amoliņu, jo nevienu nesatiku. Ir tādi augi, kurus katru gadu nesatieku. Patī lietoju hidrolātus no 2019. gada, un man šķiet, ka tie smaržo izcili. Izrādās: jo senāk gatavots, jo smarža spilgtāka. Kā labam vīnam, kam jānogatavojas.

## Kāpēc tev tas ir svarīgi?

Tā ir aizrautība – man vajag šo sajūtu. Un kaut kāda mistika tajā mazlietiņ ir. Kad gāju pirts skolā, vēlējos uzzināt, kur rodas tas, ka pēc pirts jūties kā no jauna piedzimis. Vēl tā ir pieredze, ko piedzīvoju radot. Atceros, ka pirms dažiem gadiem Kuldīgā tirgojos. Pienāca divas ģimenes ar draugiem un smaržoja hidrolātus. Viena sievietē iesaucās: „Fui, kā šis ož pēc Jelgavas stacijas atejas!” Iedeva pasmaržot draudzenei, kura pateica to pašu. Ateja ir smirdīga, bet hidrolāts gatavots no dzeltenā amoliņa. Paņēmu un pasmaržoju –

tas tik saldi smaržoja pēc bitēm un medus! Tad sapratu, ka hidrolāts nav sabojājies, jo savam degunam un sajūtām uzticos. Pēc tam ļoti pārdzīvoju. Patiesībā šis gadījums noveda pie tā, ka sāku mācīties aromdiagnostiku, jo augi paši nesmir – tie smaržo.

Sāku meklēt atbildes, kāpēc kādās situācijās kāds augs šķiet nepatīkams vai smirdīgs. Tas mani ievada jaunā pasaulē. Aromdiagnostika ir vēl viens veids, kā palīdzu cilvēkiem atrast sevi. Ir trīs testi, kā piedāvāju sevi izzināt: ar ēteriskajām eļļām, ar Latvijas augu hidrolātiem un ar augu pulveriem. Saprotot, kurš augs uzrunā un kurš ne, mēģinu stāstīt, kas notiek cilvēka zemapziņā jeb neredzamajā pasaulē. Pie manis cilvēki parasti atnāk brīdī, kad atrodas dzīves krustcelēs. Kad nesaprot, kāpēc ir tādas izjūtas, un beigās nonāk pie tādām tēmām, kurās, iespējams, nav varējuši sev atzīties. Cilvēks jau cenšas ar visu sadzīvot, piecišot, kā ir. Man ir tāpat.

## Kāds tev bijis trauksmainais pandēmijas laiks?

Kad pasaulē tas ārprāts sākās, tikai tad atklāju, ka manī var būt tāds smagums un grūtums, kas aizliedz darboties un kustēties, un tas bija ļoti smagi. Nevarēju ar to sadzīvot. Vairākus mēnešus savām smaržām un augiem pat nepieskāros. Lai kā citiem stāstītu, ka tie spēj dziedināt, pašai tobrīd nepalīdzēja. Atskatoties saprotu, ka dzīvē visu laiku viss jau neiet tikai kalnā. Galvenais ir nepamest izjūtu, ka gaisma tuneļa galā būs vienmēr. Kalnā kāpšana ir grūta, bet tie ir pārbaudījumi. Ja šīs situācijas nebūtu, nekad nezinātu, ka man ir tāda spēja – iemācīties tikt pāri lielām bailēm. Tas manī daudz mainījies. Bet augi palīdz – tie dziedina no visām situācijām, tikai *slimajam* jātic, ka dziedināšana notiek.

## Kas tev ir dabas sajūta?

Dabā jebkam ir dvēsele tāpat kā cilvēkiem. Arī augus ir dvēselis-

kums. Nevienu cilvēku vai augu nesatiekam nejauši, un arī notikumi mūsu dzīvē notiek tāpēc, lai no tiem gūtu pieredzi. Ir tāda sena indiāņu mācība, kas māca lasīt zīmes no augiem. Ja dabu uzmanīgi lasām, tad spējam ar augiem mijiedarboties. Atšķirības starp augu un cilvēku ir nelielas. Ja iemācāmies runāt dvēseļu valodā, varam dziļāk sajust, ieraudzīt, saprast, uzzināt. Spēt ar dabu sarunāties bez vārdiem, ļaut tai ienākt manī un runāt – tā ir tēma, kas mani fascinē. Cenšos nodot cilvēkiem iespēju ticēt, ka augi runā, spēj palīdzēt un dziedināt. Nodarbības aicinā atvērt jušanu un kļūt jūtīgākiem. Viens ir tas, ko redzam, kas ar mums notiek. Otrs – ko jūtam. Mācāmies sajūst un saprotami to noformulēt, lai no viena iekšējā stāvokļa pārtaptu citā. Kā alkīmija. Nemitīga kustība un pārtapšana.

## Kas darbā sagādā gandarījumu?

Es jau nejūtos kā darbā, jo daru to, ko nevaru nedarīt. Tā drīzāk ir darbošanās. Gandarījumu sagādā tas, ka varu pati organizēt savu dienu, darīt patīkamo, esot laika un sevis plūdumā. Nevar radīt to, kas nepatīk. Radīšana ir patīkšana, prieks un aizrautība.

\* Destilējot augus, caur tiem plūst karsts tvaiks, kas paņem līdzīgu ēteriskās eļļas. Tvaiks kondensējas, un rodas hidrolāts jeb smaržūdens.

Kristīne Āboliņa  
Ineses Kronas arhīva foto



Upes mētras Ilze Svilpe lasa Ventas rumbā un izmanto tās savos ražojumos.

## SARUNA AR JUBILĀRI

## Dzīvi uztvert kā Dieva dāvanu

Kuldīgas Mākslas un humanitāro zinību vidusskolas (KMZV) skolotāja Santa Zeidaka šodien svin 52. dzimšanas dienu. „Emocijas ir divējādas: prieks, ka, iespējams, tuvojas noslēgums kovida ērai, bet nomāc karš Ukrainā un politiskā situācija pasaulē. Taču mācos nestresot par to, ko mainīt nevaru. Kopumā, sagaidot manus svētkus, emocijas ir pozitīvas.”

Šajā skolā Santa strādā 12 gadus, māca dabas zinības, ģeogrāfiju, krievu valodu, psiholoģiju un pašlaik ir audzinātāja 4. klasei. Viņa nāk no Snēpeles puses – tur beigusi pamatskolu, tad Kuldīgas 2. vidusskolu. Rīgas Pedagoģijas un izglītības vadības akadēmijā studējusi kā psihologa asistente, bet Latvijas Universitātes Ģeogrāfijas fakultātē – kā ģeogrāfijas un dabas zinību skolotāja.

## VESELAS DIVAS BALLES

Īpašas svinības bijušas pirms diviem gadiem: „50. jubilejā ieplānoju ballīti, taču sākās kovids, un nācās atcelt. Bet nosvinēju vēlāk vasarā. Jau tad teicu: ja tiešām to svētku izjūtu gribas, var sarīkot dažus mēnešus vēlāk. Man bija pat vairākas balles. Trīs mēnešus pēc dzimšanas dienas superīgie kolēģi uzrikoja dis-

kotēku. Pēc tam bija ballīte ar ģimeni un radiem. Tās tiešām izdevās, un atmosfēra bija lieliska! Kūka ir vienmēr. Cepu pati vai kāds man tuvs cilvēks. Man ļoti garšo bezē rulete, un to nereti izcep meita. Šogad gan lielas svinības netaisīšu.”

## PRIECĀTOS PAR CEĻOJUMU

„No bērniņas atceros: kad nāca marta vidus, kusa sniegs, saulīte sāka spīdēt spožāk, bija jūtama pavasara atnākšana, un tas jau raisīja pozitīvas emocijas, ka drīz būs arī mani svētki. Vienmēr svinēju ar ģimeni un draugiem. Vienmēr esmu apsveikta, bet dāvanas nav tās svarīgākās. Galvenais, ka mani atceras mīļie, tuvie cilvēki, – tas ir patīkami!”

Ja Santa tomēr domātu, ko labprāt saņemtu šogad, tas būtu ceļojums: „Nav pat svarīgi, uz

kurienu, taču kaut kur aizbraukt varētu. 50. jubilejā no meitas saņēmu ceļojumu uz Itāliju, kopā arī aizbraucām. Vēl skaista dāvana bija mazdēliņš Krišs, kurš togad piedzima 13. martā.”

## MIERĪGU PRĀTU

Jaunus mērķus Santa izvirza Jaungadā, ne dzimšanas dienā: „Citreiz pat pierakstu, ko vēlos, pēc gada atskatos, ko esmu piepildījusi un kas nav izdevies. Viens no nākamā gada mērķiem būtu aizceļot uz Spāniju vai Portugāli.”

Santas pēdējo gadu atziņas: „Kā teicis Vinnijs Pūks: „Mieru, tikai mieru!” Mums visiem jābūt asi nereaģēt uz izaicinošām situācijām, uz visu paskatīties mierīgi. Kā teikusi Koko Šanele: „Uzkrāso lūpas un dodies dzīvē!” Negāciju pasaulē ir tik daudz, ka

jāmāk tām nepakļauties un pretoties.” Santa dzīvi uztver kā Dieva dāvanu un tā arī cenšas dzīvot.

## KUR ROD IEDVESMU

„Pēc horoskopa esmu Zivs, un man ir svarīgi atrasties pie ūdens, staigāt pa mežu, just dabu. Vēl man patīk gatavot ēst. Iedvesmo bērni un mazbērni, ģimene un draugi. Taču tikpat svarīgi, lai apkārt būtu cilvēki, ir arī piedzīvot savu vientulības devu. Gadus 15 spēlēju Snēpeles amatierētrī. Tur var aizmirst par bēdām un smelties pozitīvu enerģiju, tur kopā izsmejamies. Tās ir pilnīgi citas emocijas!”

Amanda Gustovska  
Santas Zeidakas arhīva foto

Skolotāja Santa Zeidaka pirms diviem gadiem savā 50. jubilejā.



## RECEPTĒ

## Ziedkāpostu karbonādes

**Vajadzēs:** 1 lielu ziedkāpostu, 1 olu, 75 g rīvmaizes, 1 tējķ. Dižonas sinepju, 1 ēd.k. ābolu etiķa, 2 ēd.k. olīveļļas, sāli un piparus, 250 g vārītu graudaugu, piemēram, rīsu, griķu, kvinojas, bulgura vai graudaugu maisījuma, 200 g tomātu, 100 g zirņu dzinumus, 30 g mandeļu skaidiņu, 30 g ciedru riekstu.

**Kā pagatavot.** Cepeškrāsnī uzkaršē līdz 200 grādiem. Ziedkāpostam nogriez zaļās lapiņas, ar lielu nazi pārgriež uz pusēm un sagriež visā garumā 2,5 cm biežās šķēlēs. Tās apviļā sakultā olā, pēc tam rīvmaizē. *Karbonādes* liek uz pannas, kas izklāta ar cepamo papīru, un 20–25 minūtes cep cepeškrāsnī, līdz kļūst zeltaini brūnas un kraukšķīgas. Tikmēr sinepes sajauc ar etiķi, eļļu, svaigi maltiem pipariem un sāli, lai veidotos mērce. Lielā bļodā saber novārītos graudaugus, pieliek sagrieztus tomātus un zirņu dzinumus. Pārlej mērci un apmaisa. Šķīvī pasniedz graudaugu un tomātu salātus, pa virsu ziedkāpostu šķēles, uzber apgraudzētas mandeļu skaidiņas un ciedru riekstus.

## STĀRKA VĒSTIS

## Puiku divreiz vairāk

Kuldīgas slimnīcas dzemdību nodaļā no 9. līdz 16. martam

piedzimuši 15 bērni: piecas meitenes un desmit zēnu. Vecāki devuši vārdus Amēlija,

Katrīna, Karlīna, Railija, Adelīna, Ralfs (diviem), Roberts Emīls, Aksels, Roberts, Zemgus,

Edvards un Bruno, bet diviem zēniem tas vēl tiek domāts.

## MANAS ATZIŅAS

## Uz vientuļas salas negribētu



Alete Jonele, sabiedriski aktīva kuldīdzniece, nodarbojas ar grāmatvedību

- **Latvijā par vērtīgāko uzskatu** cilvēkus, darba prieku, dzimtenes mīlestību. Man šķiet, ka grūtos brīžos mēs tomēr spējam būt vienoti.
- **Latvijā man nepatīk** tas, ka nemākam ieslēgt kritisko domāšanu un akli uzticamies visam, ko saka. Nepatīk tas, ka par daudz kašķejamies.
- **Mūsupusē visvairāk iepriecina** skaistās dabas takas, kurās var kopā ar bērniem, mazbērniem mierīgi pastaigāties. Patīk tas, cik Kuldīga sakopta. Arī citur novadā cilvēki cenšas savas

vietas uzpost, ieraudzīt un izcelt gaišo. To labi varēja manīt Ziemassvētkos.

● **Mūsupusē visvairāk apbēdina** dažu ielu bēdīgais stāvoklis Kuldīgā un tas, ka ziemā ielas tiek kaisītas ar sāli. Apbēdina ideja Kuldīgā celt asfalta rūpnīcu, neieklausoties tajā sabiedrības daļā, kura ir *pret*. Tomēr lielākoties meklēju un arī atrodu pozitīvo.

● **Mana lielākā vēlēšanās:** lai Latvijā būtu miers. Pašlaik, Ukrainas kara laikā, to laikam vēlas visi. Vēl joprojām ļoti vēlos aizbraukt uz *Formulas 1* sacensībām Monako ielās. Reiz jau tur biju un trasi izstaigāju, bet tad nenotika sacensības.

● **Man darbā vissvarīgākā ir** precizitāte un cilvēki, kuri sastrādājas vienotam mērķim. Ir nozīmīgi, lai cilvēks zina savu uzdevumu, iet un dara, negaidot priekšniecības pavēli. Darbs ir mans hobijs – man tajā patīk it viss.

● **Ja būtu jāmaina nodarbošanās,** gribētu būt IT speciāliste. Tas nekā, ka drīz jau pensijas

gadi, – cilvēks vienmēr var atrast, ko darīt, ja ir vēlēšanās. Ja nav, ko darīt, var iet mācīties.

● **Mans dzīves moto:** katrā sliktā lietā ieraudzīt trīs labas. Ticība – viss jau notiek vai piepildās pēc tā, kam tici. Tā teikts Bībelē, un to atceros, ja kādreiz klājas slikti. Varu arī citiem ieteikt tādos brīžos mest visu sliktu malā un domāt labo. Mīlēt dzīvi – citādi jau nav prieka dzīvot.

● **Noderīgākā mācība** – piedošana. Svarīgi to iemācīties. Ikvienam ik pa laikam dota iespēja piedot kādam, kurš apzināti vai netīšām nodarījis sliktu. Tas ir kā skolā eksāmeni: tu mācies, nokārto, bet pēc laika nāk cits pārbaudījums.

● **Es dzīvē nekad negribētu** nokļūt uz vientuļas salas viena, bez draugiem, uz kuriem var paļauties. Gan tiešā, gan pārnēstā nozīmē. Jo vientuļā sala simboliski var būt cilvēks pats, kurš nonācis iekšējā tukšumā un neatrod spēku.

● **Ja tomēr būtu jādodas uz neapdzīvotu vietu,** es vēlētos, lai tā būtu pie jūras, **līdzī noteik-**

Šajā rubrikā mūspuses cilvēki, pabeidzot iesāktos teikumus, atklāj savas domas par dažādām vērtībām.

ti ņemtu Bībeli un kādu draugu.

● **No saviem vecākiem** iemācījos stingru pamatu dzīvei, prasmi izdzīvot dažādos apstākļos un piedot. Galvenokārt mani audzināja omīte. Viņa iemācīja ticību, ka visi cilvēki būtībā ir labi.

● **Mani visvairāk iedvesmo** baznīca, draudze, ticība. Pati dzīve. Tas, ka varu no rīta pamosties un iet uz priekšu. Iedvesmo Latvijas daba: dziedošie putni, ziedošās pļavas, dārzi un to smaržas, veldžošie ūdeņi vasarā, sniegs ziemā.

● **Pandēmijas laikā** uzzināju, ka ir tāds jauks gadalaiks – pavasaris. Pirms tam tikai sēdēju un strādāju – nekam citam nebija laika. Sākās pandēmija, un kopā ar draudzeni nedēļas nogalēs izstaigājām lielu daļu Kurzemes dabas taku. Vēl daudz mācījos, jo atklājās lielākas iespējas to darīt attālināti, nekur nebraucot. Ja nerunājam par postu sabiedrības veselībai, bija arī labas lietas. Man patīk būt cilvēkos, bet ne burzmā. Nebija viegli, bet, šķiet, cilvēki tomēr iemācījās neskrīot otram virsū un ieturēt distanci.



# Gribētos vairāk un vienkāršāk

Dzeltenas un zaļas atkritumu tvertnes ar zīmējumiem un uzrakstiem mums vēsta, kādas lietas varam izmest, tādējādi parūpējoties par to atkārtotu pārstrādi. Skaidrojām, cik pieejami šie konteineri ir iedzīvotājiem Latvijā un vai ļaudis tos aktīvi izmanto. Dažādās pašvaldībās uzrunājām cilvēkus, kas dalījās pieredzē, iezīmējot situācijas atšķirības. Kādam nav konteiners pieejams, cits nesaskata jēgu nepilnīgai šķirošanai. Pēc reģionālās reformas dažos novados arī šajā jomā notiek pārmaiņas, iedzīvotāji cer, ka atkritumu šķirošana kļūs vienkāršāka.

## Izmet konteineros pie lielveikala

Linda Zvaigzne dzīvo Jēkabpils novada Variešu pagasta Iņķēnos. Mājsaimniecībā mīt divi pieaugušie. "Dzīvojam privātmājā ar malkas apkuri, papīra atlikumus izmantojam krāsns iekuršanai. Izņēmums – glancētie žurnāli, tos aizvedu uz darbu. Strādāju skolā, tur mēs, bērni un darbinieki, vācam makulatūru. Kad tā iekrājusies, tiek aizvesta prom. Stikla traukus un plastmasas pudeles mājās sakrājam un, braucot uz Jēkabpili iepirkties, izmetam šķiroto atkritumu tvertnēs. Ir ērti, jo konteineri atrodas turpat, lielveikala stāvlaukumā. Pagastā arī ir šādas tvertnes, bet tās neizmantojam, jo nav mūsu ikdienas maršrutā," stāsta L. Zvaigzne. Viņa uzskata, ka konteineri stiklam un iepakojumam ir pieejami, atliek tikai šķirot. Kā utilizēt lielgabariņa atkritumus, Linda nezina, jo pašiem nav bijusi tāda vajadzība.

Bioloģiskos pārpalikumus Zvaigžņu ģimene kompostē, bet viņus uztrauc pārējo atkritumu pienācīga savākšana. Lielākā daļa no ārā metamā ir plastmasa, kas nav paredzēta šķirošanai. "No atkritumu apsaimniekotāja par 3,80 eiro gabalā pārkam 120 litru lielus maisus. Konteineru nepiedāvā, jo pie mums speciālā atkritumu savākšanas mašīna nebrauc, savāc parasts kravas auto. Maisi ir plāni, tāpēc izmantojam veikalā nopērkamus, kurus pēc tam liekam apsaimniekotāja maisos. Iznāk, ka maksājam dubultā. Sakrāto šķūnī uzglabājam mēnesi, līdz izvedēs atbrauc maisiem pakāj. Apgrūtinā arī apstākļi, ka astoņos no rīta atkritumiem jābūt



Pie šķiroto atkritumu konteineriem nereti vērojama šāda aina. Daļa sašķirotā netiek iemesta tvertnē, ne viss noģādātais ir šķirojami atkritumi, daļa konteinerā neietilpst izmēra dēļ.

iznestiem šosejas malā, aptuveni 250 metrus no mājām. Iepriekšējā vakarā nevaram to izdarīt, jo suņi un lapsas maisus saplosa."

## Mazliet par sarežģītu

Reinis Pižiks deviņus mēnešus gadā dzīvo Ventspils novada Ancē, atlikušos trīs – Rīgā. Viņam ir daudz bērnu ģimene un iespēja salīdzināt, kā atkritumus šķiro galvaspilsētā, kā – mazā pagastā. "Rīgā mums ir vienkārši. Dzīvojam daudzdzīvokļu mājā, atliek noiet sētā, lai sašķirotu izmestu. Diemžēl mani vērojumi liecina, ka izpratne par šķirošanu pieklībo. Skatos, ka cilvēki gan stiklam, gan iepakojumiem paredzētajās tvertnēs met visu, kas ienāk prātā. Tās ātri ir pilnas; vai un kā kopā samesto šķirot, nezinu. Ciemojoties Beļģijā, redzēju, ka paziņas pirms izmešanas no stikla pudelēm noplēsa etiķetes. Domāju, ka mums vēl tālu līdz tādām apziņas līmenim. Privātmājās dzīvojošie, manuprāt, ir atbildīgāki, bet atkritumu tvertnes pie daudzdzīvokļu mājām uztveram kā kolhoza īpašumu – attiecas uz visiem, bet neviens par to neatbild," pārliecināts Reinis.

Vasarā Ancē Pižiku ģimene piedāvā laivu nomu un citus tūrisma pakalpojumus. Pie viņiem apgrozās daudz cilvēku, arī atkritumu apjoms šajā laikā ievērojami aug. "Pirms vairākiem gadiem lūdzu atkritumu apsaimniekotājam, lai mums iedod tvertni stikla šķirošanai, jo zināju, ka citos novados privātiem tūrisma uzņēmējiem tādas ir. Tās ļoti atvieglo mūsu ikdienu, bet līdz šim vēl

nav izdevies problēmu atrisināt. Tagad pirmdienas man ir atkritumu dienas – stiklu un plastmasu, ko tūristi atstājuši, vedu sešus kilometrus uz Ances centru. Ar pagasta pārvaldes vadītāju esam vienojušies, ka tā drīkst darīt, bet domāju, ka citi iedzīvotāji par to nav priecīgi, jo pēc manas ierašanās tvertne ir pilna. Ja šāds konteiners būtu mums pašiem, tad vasarā to vajadzētu izvest reizi mēnesī," šķiroto atkritumu daudzumu raksturo R. Pižiks.

Saimnieks paslavē atpūtniekus, jo viņi, pirms gadiem uzdodot jautājumu, kur likt radušos atkritumus, rosināja domāt par šķirošanu. Atpūtas vietās uzlika papildu urnas, lai tūristi pārpalikumus uzreiz sašķirotu. Tvertņu saturu Reinis savāc un līdz pārvešanai pārliet lielākos konteineros. Viņš saka: tas nav neizdarāms, bet lieka darbība gan – varētu taču uzreiz likt zvanveida tvertnēs, ja vien tādas būtu.

Tikmēr Aiga Krišmane kopā ar draugu dzīvo daudzdzīvokļu mājā Olainē. Viņu pagalmā ir gan stikla, gan iepakojuma konteineri. "Nevarētu teikt, ka esam apzinīgi šķirotāji. Stikla traukus paši izmantojam atkārtoti, aizvedu mammai, lai viņai ir, kur likt konservējumus. Drēbes – arī kādam atdošu, novalkātas noder saimniecībā par lupatiņām. Iekrājam un metāllūžņos nododam skārda bundžas; ne tikai dzērienu, bet arī konservu un kaķu barības iepakojumus. Ar plastmasu man nelāga pieredze – biju apņēmusies to cītīgi šķirot. Mazgāju un krāju jogurta trauci-

ņus, maisiņus – visu, kas asociējas ar vārdu *plastmasa*. Kad sakrāto aiznesu līdz konteineram, sapratu, ka aptuveni divas trešdaļas no mana krājuma nedrīkst tur mest. Man bija labā griba, bet piedzīvoju vilšanos. Kopš tā laika nav vēlēšanās šķirot plastmasu, jo izrādās, ka pārstrādei der tik maz no atkritumiem, ko ikdienā radām. Mums ļoti pietrūkst vietas, kur izbērt organiskos atkritumus," stāsta Aiga.

## Novēro pat ar videokamerām

SIA "Eco Baltia vide" ir viens no atkritumu apsaimniekotājiem Latvijā. Uzņēmums pakalpojumus sniedz arī Saldus novadā. Tā teritorijā izvietoti 129 vieglā jeb plastmasas, papīra un metāla iepakojuma konteineri un 106 stikla taras tvertnes. Pārrēķinot uz iedzīvotāju skaitu, viena vieglā iepakojuma tvertne uz 210 cilvēkiem, bet stikla taras – uz 255.

"Izvēloties vietu, kur izvietot publiski pieejamos atkritumu šķirošanas konteinerus, tiek ņemti vērā vairāki faktori: apkārtnes iedzīvotāju skaits, kas potenciāli varētu tos lietot; īpašumā esošā zeme, kur plānots nolikt atkritumu konteinerus; piekļuves ērtums izvedējam; konteineru novietnes segums. Saldus novadā publisko konteineru izvietojuma punktus nosaka pašvaldība, sadarbojoties ar uzņēmumu," skaidro "Eco Baltia vide" sabiedrisko attiecību speciāliste Raina Anna Ločmele.

Novada pašvaldības policijas uzdevums ir pārbaudīt, vai

šķirošanas laukumos ievēro noteikumus. Kontrolei izmanto pārvietojamās videonovērošanas kameras. Tajās redzami divu veidu pārkāpumi – ar auto tiek atvesti atkritumi, kas nav ielikami konteinerā, piemēram, plastmasas spainis vai kas tāds, kas nav attiecināms uz šķirojamiem atkritumiem. "Ir cilvēki, kuriem slinkums atneso maisiņu ielikt tvertnē, jo vieglāk atstāt tai blakus. Reizēm ir iemesls – konteiners pilns. Mēs gan cenšamies tos uzraudzīt un, ja pamanām, ka vietas vairs nav, ziņojam atkritumu apsaimniekotājam. Tomēr jāņem vērā objektīvs faktors, piemēram, vējainās dienās zvanveida tvertņu iecelšana transportā ir apgrūtināta," situāciju ilustrē policijas priekšnieks Ivars Naumanis. Viņš atzīst, ka cilvēku rīcība nav ideāla, tomēr brīdinājumu un administratīvo sodu ietekmē tā krietni uzlabojas.

Videonovērošanas kameru ierakstos nācies redzēt arī kuriozus gadījumus. Reiz kāds atnesis šķīvju komplektu un prātīgi nolīcis pie konteineriem. Savukārt cits cilvēks, atvezdams stikla pudeles, tos pamanījis un priecīgs paņēmis sev.



Materiāli tapuši ar Latvijas vides aizsardzības fonda atbalstu. Par publikāciju saturu atbild SIA "Kurzemes Vārds" un reģionālās izdevniecības.



# NOVADI ZAĻO

# “JA NERĪKOSIMIES, noslīksim savā neizdarībā”

“Mēs nemantojam zemi no senčiem, bet aizņemamies no pēctečiem,” pauž sena gudrība. Vairāku Eiropas Zaļās kustības jauniešu viedoklis par atkritumu pārvaldības aktualitātēm viņu valstīs skaidri parāda, cik reizē atšķirīgs un vienots ir viņu skatījums uz atkritumu problēmām pasaulē.



Eiropas jauniešu viedoklis par atkritumu apsaimniekošanas problēmām dažādās valstīs ir vienots jautājumā, ka nepieciešama aktīva rīcība, nevis tikai apņemšanās un saukļi. Daudzi ir gatavi rīkoties arī paši, mainot savus paradumus, lai mazāk patērētu, mazāk izmestu atkritumus.

**Norvēģiete MARTE SPONBERGA:** “Norvēģijā (un domāju, ka arī citur) lielākajai daļai poligonu trūkst atkritumu otrreizējās pārstrādes tehnoloģiju, kā arī naudas, lai atkritumus pārvestu uz tiem poligoniem, kuros varētu pārstrādāt. Norvēģijā ļoti labi pamanāms, ka dažviet ir noorganizēta ļoti laba pārstrāde un attiecīgi – atkritumu šķirošana, savukārt citur tikai konteineri sadzīves atkritumiem un papīram. Milzīgs resurss ir atkritumu pārstrāde par kurināmo.

Norvēģijā pārstrādā stiklu, metālu un papīru, bet plastmasas pudeļu pārstrādes jomā esam topa augšgalā. Jau sen darbojas depozīta sistēma.

Mēs dzīvojam ātrās modes sabiedrībā, kur ģērbšanās tendences strauji mainās, bet neviens nevēlas uzņemties atbildību par tādēļ radītiem atkritumiem. Uz peļņu orientēti uzņēmumi, piemēram, “H&M”, nepārtraukti veicina ātrās modes kultūru, lai vairāk nopelnītu, bet apģērbu, kuru sezonā neizdodas pārdot, nevis ziedo, bet sūta uz poligoniem.

Galvenā nākotnes problēma: atkritumi, no kuriem varēja izvairīties. Var pārstrādāt automašīnu detaļas, drēbes, mēbeles, galda piederumus un daudzus citus priekšmetus, bet pēc nonākšanas kopīgos atkritumos tie grūti atšķirjami, turklāt runa ir par to, vai pārstrāde nes peļņu. Nākamajām paaudzēm būs jācieš no pašreizējās paaudzes slinkuma un nevēlēšanās nodarboties ar jebko, kas uzreiz nerada peļņu.”

**LUCIJA REŠETARA no Horvātijas:** “Manuprāt, vissteidzamāk būtu jāpievēršas nepārstrādājamo vai grūti pārstrādājamo atkritumu apsaimniekošanai, piemēram, noteiktiem plastmasas veidiem un putupolistirolam. Lai gan plastmasas otrreizēja pārstrāde var šķīst laba, galu galā tā nonāks vidē, jo katrā pārstrādes ciklā zaudē kvalitāti un dabiskā ceļā nevar sadalīties, tikai kļūst par mikroplastmasu.

Domāju, ka nākotnē visvai-

rāk problēmu radīs rūpnieciskie un farmaceitiskie ķīmiskie atkritumi, dažādu veidu aromātiskie savienojumi, jo tie ir toksiski dzīvjiem organismiem, izplatās pa ekosistēmām un pa barības ķēdi uzkrājas organismos.”

**KONSTA LINDI no Somijas:** “Vissteidzamāk būtu jātiek galā ar elektronikas un tekstila atkritumiem. Tiem nav pietiekamas apsaimniekošanas infrastruktūras, un bieži tos nosūta apstrādei ārvalstīs vai vairumā gadījumu – uz attīstības valstīm, kur rada nopietnu apdraudējumu. Šī problēma būtu jārisina kā attīstības sadarbībā, tā ES un nacionālo valstu tiesību aktos. Arī notekūdeņu apsaimniekošana bieži vien tiek ignorēta, taču tie apdraud, piemēram, Baltijas jūru. No otras puses, ieguldījumi pareizā notekūdeņu apsaimniekošanā var būt ekonomiski efektīvs instruments zaļajā pārejā, jo no tiem var iegūt enerģiju un izmantot siltumam. Helsinkos notiek šāds veiksmīgs pilotprojekts.

Mani īpaši uztrauc jūras atkritumi un eitrofikācija Baltijas jūrā, tās sekas uz jūras ekosistēmām un līdz ar to – uz miljardiem cilvēku, kuri atkarīgi no zvejas. Ekoloģisku katastrofu var radīt kodolatkritumi, bet par Somiju šajā ziņā esmu mierīgs, jo mēs tos droši uzglabājam, piemēram, pastāvīgajā izlietotās kodoldegvielas glabātuvē Olkiluoto.”

**Polis JAKUBS BOJANKOVSKIS:** “Atkritumu apsaimniekošanas sistēma Polijā ir ļoti neefektīva. Neskatoties uz to, ka valsts pieņem likumus ar mērķi civilizēt nozari, patiesībā tajā valda liels haoss.

Vietējā mēroga problēma ir pareiza atkritumu pārvaldība pašvaldībās. Saskaņā ar Polijas Centrālā statistikas biroja datiem 2020. gadā pārstrādāja tikai 26,6% atkritumu. Pārējie – kompostēti, sadedzināti vai nogādāti poligonos.

Valsts līmenī ir trīs galvenās problēmas. Pirmā ir tūkstošiem tonnu municijas, indīgo kaujas li-

dzeķļu no Otrā pasaules kara, galvenokārt iprīts un mazs, kas atrodas Baltijas jūras dzelmē. Tās ir bumbas ar laika degli, var novest pie lielas ekoloģiskas katastrofas un uz vairākiem simtiem gadu iznīcināt visu dzīvību Baltijas jūrā.

Otra problēma ir postindustriālie atkritumi, kas galvenokārt atrodas slēgtās Polijas Tautas Republikas laika rūpnīcās. Piemērs ir ķīmiskās rūpniecības komplekss “Zachem” Bidgoščā. Saskaņā ar Reģionālās vides aizsardzības direkcijas 2015. gadā veiktu vides stāvokļa analīzi šī ir starp piesārņotākajām industriālajām teritorijām pasaulē – un tikai viena no daudzām, kuras darbojas Polijā.

Trešā problēma ir nelegāla atkritumu, it īpaši bīstamo, ieviešana no ārvalstīm. No 2013. līdz 2015. gadam ik gadu ievada apmēram 300 tūkstošus tonnu atkritumu, bet 2019. gadā – pat 7,5 miljonus tonnu! Tas ir atkritumu mafiju darbības rezultāts. Aizbildinoties ar pārstrādi vai utilizāciju, tos ievad, bet pēc tam izveido poligonos, kuri nereti tiek nodedzināti. 2013. gadā Polijā izcēlās 82 ugunsgrēki atkritumu poligonos, bet 2018. gadā – jau 242. Ja šos datus salīdzina ar ievesto atkritumu daudzumu, secinājumi ir acīm redzami.

Rezumējot – atkritumu pārvaldības sistēma Polijā ir klibojusi gadu desmitiem. Visas valdības nav uzņēmušas atbildību par haosu šajā nozarē. Ja nerīkosimies, lai samazinātu atkritumu veidošanos un uzkrāto piesārņojumu, Polija kļūs par vienu lielu saindētu atkritumu poligonu.”

**VESNA DIVKOVIČA no Bosnijas un Hercegovinas:** “Vairums uzskata, ka Bosnijas un Hercegovinas lielākā problēma piesārņojuma ziņā ir plastmasa; valsts atkritumu apsaimniekošanas sistēmā to pašlaik nepārstrādā. Katrs, protams, varam pieņemt videi draudzīgus lēmumus, taču mēs labprātāk radām piesārņojumu un iznīcinām dabas resursus, nevis piepūlamies, lai tos aizsargātu.

Vēl viena problēma – atbildīgās personas nav ieinteresētas jebkādos sistēmiskos risinājumos pārstrādes jomā. Valstī pašlaik pārstrādā tikai 10% atkritumu. Iedzīvotāji parasti nešķiro tos, bet, ja arī dara, tie vienāla nānā vienā izgāztuvē. Vēl nesen nebija regulējuma lielapjoma un elektronisko atkritumu apsaimniekošanai, tāpēc tika izveidoti un pārpildīti nelegāli atkritumu poligoni.

Bosnija un Hercegovina kopā ar Balkāniem tiek uzskatīta par Eiropas lūžņu novietni. Uz šejieni sūta milzum daudz nolietotu automašīnu, tās pārvalda tikai privātie metāllūžņu tālākpārdevēji, bet nav pienācīgas kontroles.

Atkritumu apsaimniekošanas problēma Bosnijā un Hercegovinā draud atņemt valstij tās dabiskos ūdens resursus, ar kuriem mēs līdz šim esam lepojušies. Upēs iepludina atkritumus un piesārņojumu no hidroelektrostacijām un rūpnīcām. Katru gadu aizvien vairāk pilsētās konstatē piesārņotu ūdens sistēmu, un tikai pagājušajā gadā vien iztērēti 13 miljoni dolāru (23 miljoni BAM) ūdens iegādei no ārvalstīm.

Būtu nepieciešams palielināt izpratni par klimata pārmaiņām un to, kā pat individuālas izvēles var ietekmēt ekoloģisko krīzi. Ja nepieliksim pūles, lai progresētu, mēs noteikti noslīksim savā neizdarībā.”

**Latviete MARIKA KACARE:** “Vissteidzamāk apsaimniekojami šķidrie atkritumi, īpaši bīstamie šķidrie atkritumi, jo tie aizņem daudz vietas, uzglabāšana bieži vien ir nedroša, ar lielu risku piesārņot augsni vai ūdeni. Turklāt nereti dažādu bīstamības pakāpju atkritumi tiek sajaukti kopā, padarot attīršanu neiespējamu. Piesārņotāji mēdz piesārņotos šķidrums šķaidīt, lai tie atbilstu normatīvajiem aktiem. Lai gan koncentrācija samazinās, tiek tērēts kvalitatīvs ūdens un kopējais atkritumu apjoms un bīstamība palielinās.

Nākotnes lielākā problēma, manuprāt, ir lauksaimniecības, īpaši lopkopības, radītais ūdens piesārņojums, kas veicina eitrofikāciju un iznīcina dzīvotnes, samazina dabas daudzveidību, padara ūdeni nederīgu dzeršanai dzīvniekiem, piesārņo gruntsūdeņus un samazina dzeramā ūdens resursus.”



Materiāli tapuši ar Latvijas vides aizsardzības fonda atbalstu. Par publikāciju saturu atbild SIA “Kurzemes Vārds” un reģionālās izdevniecības.

NEDEĻAS VIEŠNA

# Kustību virtuoze

Latvijas Ārstu biedrības rīkotajā balsojumā par gada funkcionālo speciālisti kļuvusi Kuldīgas slimnīcas rehabilitācijas nodaļas ergoterapeite SELGA KANCĀNE. Pacienti teikuši, ka viņa ar savu neatlaidību un iedvesmu palīdzējusi dzīvē atgriezties daudziem, pat tiem, kuriem tas šķitis neiespējami. Selga ir zinoša, neatlaidīga un saprotoša. Atzinība pasniegta pasākumā *Gada balva medicīnā*. Kuldīgai šis ir jau otrais tāds novērtējums.

Jūsu kolēģi Kuldīgā klusībā gatavoja pārsteigumu. Vai tas izdevās?

Jā, protams (smejas)! Tas bija tik aizkustinoši! Mūsu rehabilitācijas nodaļa var lepoties, jo šī ir otrā balva. 2019. gadā par gada funkcionālo speciālisti kļuva vecākā fizioterapeite Dana Paiča. Biju pārsteigta, kad saņēmu ziņu par balvu, un pārļāstīju pat vairākas reizes. Esmu pateicīga un lepna. Emocijas vēl ir spilgtas. Balvu pasniedza Rīgā, nebijām kuplā pulkā – tikai tie, kas saņem un pasniedz. Bija arī neliels koncerts.

Kas īsti ir funkcionālais speciālists?

Medicīnā ir fizioterapeits, ergoterapeits, audiologopēdi un tehniskie ortopēdi. Esmu ergoterapeite, kas cilvēkam palīdz uzlabot vai atjaunot spējas ikdieniskām darbībām, to izpildes kvalitāti, piemēram, pēc traumas ir grūti saģērbties, kāds nevar aizpogāt pogas. Mācām, lai pacientam tas izdotos. Viss ir pakārtots: ja nevarēs apģērbties, drīz vien nevarēs izdarīt arī ko citu. Gadās, ka nevar atgriezties darbā, piemēram, nevar rakstīt. Ar dažādiem uzdevumiem trenējamies to izpildīt. Pacienti ir dažāda vecuma. Ikdienas darbības ietekmē arī darba vide, piemēram, sēdēšanas pozas. Piemēram, svarīgi, lai nesāp sprands, tāpēc jāiekārto ergonomiska darba vide.

Ar ko atšķiras fizioterapeits no ergoterapeita?

Fizioterapeits var palīdzēt, ja ir kaulu, locītavu, muskuļu saslimšanas un traumas. Fizioterapija novērš vai mazina kustību traucējumus un sāpes. Ergoterapeita galvenais uzdevums ir palīdzēt apgūt vai atgūt tās prasmes, kas ļauj pacientam būt neatkarīgam ikdienas nodarbēs. Palīdzam adaptēties jaunās apstākļos, māzina vai novēršot vides šķēršļus. Ergoterapeits ir daļa no rehabilitācijas komandas.

Cik gadus to darāt?

Rīgas Stradiņa universitātē beidzu 2002. gadā, un šogad rit 20. darba gads. Arī šī joma ir augusi, attīstījies. Kuldīgā gan robotehnoloģijas nav, bet tāda parādās – ir pieejama *Vaivaros*, arī Ventspilī. Tā atvieglo darbu.

Vieni speciālista sacīto ievēro un izpilda, bet ir jau arī tādi, kuri neieklaušas.

Tā arī ir. Bet to katrs izvēlas pats. Nevaru otram iedot to, ko viņš nevēlas. Ja vēlme ir, esmu



Kuldīgas slimnīcas rehabilitācijas nodaļas ergoterapeite Selga Kancāne: „Es prieku gūstu no tā, ka redzu pacienta izaugsmi, atgriešanos viņa ierastajā dzīvē. Ja tas ir bērns, tad jebkurš sasniegtais mērķis ir mans gandarījums.”



Kolēģi sarūpējuši pārsteigumu: torti un ziedus.

Selgu Kancāni ar titulu *Gada funkcionālo speciālisti Latvijā* sveic Kuldīgas slimnīcas galvenā ārste Agate Ziverte.

gatava stāstīt, dot informāciju, strādāt. Ja cilvēks atnāk tikai uz *saušo* nodarbību un nav mērķa situāciju uzlabot, laba rezultāta nebūs. Citādi ir ar bērniem – tiem nav pieredzes. Viņiem ir lielāka motivācija darboties, apzināties, cik tas ir forši, ka var izdarīt pats.

Protams! Es nodarbības varu dot tikai ieteikumus un kopā tos lēmumu pieņemt pats. Taču man patīk strādāt gan ar bērniem, gan

pieaugušajiem. Lai vadītu nodarbības bērniem, jāgatavojas vairāk. Meklēju veidus, kā krāsošanu padarīt interesantu, kā nostiprināt roku muskulatūru, siko motoriku.

Pacientiem svarīgi darboties arī mājās patstāvīgi.

Protams! Es nodarbības varu dot tikai ieteikumus un kopā tos lēmumu pieņemt pats. Taču man patīk strādāt gan ar bērniem, gan

Ko ikdienā darām neparēizi?

Tā ir ilgstoša un statiska sēdēšana. Kad ceļam, nesam, pārvietojam, visu darām ar liku muguru. Reti kuram ienāk prātā, ka tas jā dara citādi. Cilvēkiem trūkst fizisko aktivitāšu. Kādam patīk braukt ar riteni vai pastaigāties, citi apmeklē baseinu. Bet galvenais ir atrast laiku sev. Un tīkpat svarīgi vēl ir atrast laiku vaļaspriekam,

kas dod emociju gammu un procesā ierauj pilnībā. Kādam tā var būt gleznošana, citam dziedāšana vai dejošana. Protams, viss jāsalansē.

Kādēļ tas ir tik svarīgi?

Lai gūtu emocionālo līdzsvaru starp fizisko aktivitāti, darbu un sadzīvi.

Kādi būtu jūsu ieteikumi labākai dzīvei?

Cilvēks jau pēc dabas ir slinks. Bet jācenšas to pārvarēt un dzīvot saskaņā ar sevi. Pēc ilgas sēdēšanas der piecelties un izkustēties. Vajag ievērot darba un atpūtas režīmu. Ideālais variants – stundu esi sēdējis pie datora, piecelies un desmit vai 15 minūtes izkusties: izstiepies, pastaigājies, atpūtināci, paskaties tāluma!

Vēl viena lieta, ko cilvēki aizmirst, strādājot pie datora, ir pietiekami mirkšķināt acis. Skatoties ekrānā, vajadzība mirkšķināt nerodas. Es iesaku pie datora pielīpināt lapiņas par mirkšķināšanu.

Arī tiem, kuri strādā fiziski smagu darbu, jāievēro atpūtas pauzītes. Tāpat jāizstaipās. Jāievēro ergonomikas pamatprincipi, lai sev nekaitētu un nebūtu pārspēti. Pieņemsim, ka strādnieks gaterī dēlīšus krāmē no vienas puses. Ideāli būtu, ja pēc kāda laika viņš samainītos vietām, lai noslodze būtu arī no otras puses, citādi asņtas stundas ir vienveida slodze vienai pusei. Tas jāsaprot darba devējiem. Esmu aicināta arī uz

## Iemieso cerību

Pasākumā *Gada balva medicīnā* Valsts prezidents Egils Levits medicīnas darbiniekiem vēltījis šādus vārdus:

„Klusie varoņi, kuri godprātīgi kalpo aicinājumam sniegt palīdzību cilvēkiem, ir apbalvošanai izvirzītie medikļi. Taču es aicinu paust cieņu un apbrīnu arī jūsu kolēģiem – medikļiem Ukrainā. Riskējot ar dzīvību, viņi glābj ievainotos karadarbības zonās, turpina darbu sabombardētās ambulancēs un namu pagrabos, kur aprūpē slimniekus un palīdz nākt pasaulē jaunai dzīvībai. Ārsts vai māsiņa vienmēr, pat visbezcerīgākajos apstākļos, iemieso cerību. Būsim Latvijā gatavi darbam, kādu šis laiks no mums prasa un vēl prasīs! Palīdzēsim ukraiņu bēgļiem un varonīgajiem Ukrainas medikļiem! No sirds apsveicu un pateicos par jūsu darbu! Vēlu Latvijas medikļu saimei izturību un spēku!”

uzņēmumiem, lai ieteiktu, kā izveidot cilvēkam pielāgotu darba vietu.

Kādēļ savulaik izvēlējāties šo specialitāti?

Es teiktu, ka nejausi. To, ka strādāšu medicīnā, zināju jau no 5. klases. Kad beidzu vidusskolu, Latvijas Universitātē parādījās Ārstniecības fakultāte. Stradiņa universitātē arī bija jauna fakultāte. Iestājos gan ārstos, gan ergoterapeitos. Beigās nosliecos par labu ergoterapeitiem, jo domāju: ja neieimācīšos neko citu, tad vismaz apgūšu angļu valodu, jo Stradiņos liela daļa lekciju notika angliki. Skolā mācījies vācu valodu, un tas bija liels izaicinājums. Bet pasniedzēji bija atsaucīgi un palīdzēja.

Vai esat kuldīdzniece?

No Kuldīgas novada – dzimusi un augusi Rendā. Pēc pamatskolas mācījies Kuldīgas Centra vidusskolā. Rendas mazajā skolā darīju visu, kas nu bija pieejams: esmu audsi, dejojusi tautiskās dejas, dziedājusi. Kad atnācu uz vidusskolu, neteikšu, ka gāja viegli. Es pat teiktu, ka ļoti grūti. Liela skola, liels kolektīvs, mans zināšanu līmenis neatbilda tam, ko biju iedomājusies. Mācībām vēltīju daudz laika. Pēc pirmā pusgada griežbu dokumentus nēmt ārā, bet toreizējā mācību daļas pārzine Indra Iveta Gaile pateica: „Pat necerī!”

Kā pēc darba atpūšaties?

Man ir daudz vaļasprieku, un tie atnāk viļņveidīgi. Esmu daudz pērļojusi, taisījusi dažādas rotas. Tad uznāk grāmatu brīži. Ar to gan cenšos neaizrauties, jo, kad grāmatu paņemu, kamēr tā nav izlasīta, cieš visi pārējie, un nevaru iesākt neko citu. Vēl viens hobijs ir maksšķēršana. Lielākais loms ir deviņus kilogramus smaga līdaka. Kopā ar vīru Aiguru Dorbi un meitām Ievu un Laumu labprāt izbraucam pa Latviju, ejam pārgājienos pa meža takām.

## VIEGLATLĒTIKA

### Sacenshas trīscīņā

Kuldīgas novada sporta skolas U14 grupas vieglatlētiem Rīgā, sporta skolā *Arkādija*, labi veicies trīscīņā.

Trešo vietu ieguvis Justs Skuruls: 60 m (8,69), tāllēkšanā (4,71 m), pildbumbas mešanā (9,23 m). Trešajā vietā arī Daniels Hildebrants: 60 m (8,96), 500 m (1:31,46), pildbumbu mešanā (9,72 m). Sestais bija Harijs Munkevics: 60 m (9,54), tāllēkšanā (3,93 m), pildbumbu mešanā (7,28 m). Kuldīgas komandai septītā vieta jauktajā stafetē (4 x 160 m, 1:46,73; Elza Kuzma, Helēna Jūrmale, D.Hildebrants, J.Skuruls).

## Jauns novada rekords

Ilggadējā Kuldīgas novada sporta skolas vieglatlētu trenera un sporta skolotāja Alberta Kārļa Leimaņa piemiņas kausa izcīņā U16 un U18 grupai 4 x 200 metru stafetē meitenēm labots novada rekords (1:49,47).

Komandā skrēja Sanija Robežniece, Nikola Demčenko, Beāte Buka un Janita Antipina. Arī zēni šajā distancē bija pirmie (1:45,08; Aleksandrs Vaskops, Anrijs Stars, Ralfs Kiršteins, Raivis Vjaksas).

U16 grupā 60 m pirmā bija B.Buka (8,06), viņai arī uzvara 200 m skrējienā (26,52). Trīsoļlēkšanā otrā – Keita Jēkabsons (10,69 m), zēniem trešais – Kristens Viļums (10,81 m). Trešais rezultāts 60 m barjerskrējienā A.Vaskopam (9,13).

U18 grupā 200 m pirmā – S.Robežniece (26,78), viņai arī otrā vieta 60 m barjerskrējienā (9,34). Augstlēkšanā līdera godā Aleksis Prūsis (1,65 m). Trīsoļlēkšanā otrajā vietā jauniešiem – Aleksis Gailītis (13,19 m), jauniešiem – J.Antipina (11,24 m). 60 m barjerskrējienā trešā – Annija Roze (10,32). Lodes grūšanā trešie bija Kristīne Dubure (10,66 m) un A.Stars (12,41 m).

Sacentās ap 300 dalībnieku no Latvijas un Lietuvas.

## FLORBOLS

### Kuldīga tiek pusfinālā

Latvijas florbola čempionātā 1. līgā *Kuldīga/KNSS* ceturtdaļfināla trešajā spēlē ar 9:1 uzvarējusi *Madonu* un iekļuvusi pusfinālā.

Pirmajos divos mačos mūsējie uzvarēja ar 5:3 un 7:4. Pusfinālā kuldīdzniekiem pretī stāties *Valka/IGLU*. Arī šajā sērijā cīņa norisināsies līdz trim vienas komandas uzvarām. Pirmās divas spēles būs Valkā 19. un 20. martā.

Ceturtdaļfināla pēdējā spēlē florbola laukumā cīnās *Kuldīga/KNSS* (baltajos tērpos) un *Madona*.

## TELPU FUTBOLS

### Čempiona gods – Tukumam 2000

Par Kuldīgas novada čempioni telpu futbolā kļuvusi vienība *Tukums 2000*. Sudrabu izcīnījusi *Kabile*, bronzu – *MKM mežs*.

Par turnīra rezultatīvāko spēlētāju kļuvis tukumnieks Ronalds Leja (24 vārti), labākā vārtsarga gods – Artūram Čirulim (*Kuldīgas* futbola skola), vērtīgākā spēlētāja balva – Uģim Moncevičam (*Kabile*), labākais jaunais spēlētājs – Rauls Borisovs (*MKM mežs*).

Pirmajā pusfinālā tukumnieki ar 6:3 apspēlēja *MKM mežu*, bet otrajā *Kabile* pēcspēles sitienos ar 4:3 pieveikusi *Kuldīgas* futbola skolu. Spēlē par trešo vietu *Kuldīgas* futbola skola nevarēja nokompletēt sastāvu, tāpēc tehniskā uzvara ar 5:0 piešķirta *MKM mežam*. Cīņā par pirmo vietu *Tukums 2000* uzvarēja *Kabili* ar minimālu pārsvaru – 1:0.

## SPORTA KALENDĀRS

- 18.III 10.00 Ventas ciema *Bukaišos* – pavasara GALDA SPĒĻU sacensības bērniem.
- 18.III 18.00 *Kuldīgas* sporta namā (Virkas ielā 13) – Latvijas jaunatnes BASKETBOLA līgas spēles jauniešiem.
- 19.III 10.00 *Kuldīgas* hallē (Piltenes ielā 25) – Baltijas kausa izcīņa TELPU FUTBOLĀ junioriem.
- 19.III 11.00 *Kuldīgas* sporta namā – Latvijas

- jaunatnes BASKETBOLA līgas spēles jauniešiem.
- 20.III 11.00 *Kuldīgas* sporta namā – novada atklātā čempionāta pusfināls BASKETBOLĀ.
- 26.III 15.00 *Kuldīgas* hallē – Latvijas čempionāts FLORBOLĀ, pusfināla spēle: *Kuldīga/KNSS* – *Valka/IGLU*.
- 26.III 19.00 *Kuldīgas* hallē – Latvijas TELPU FUTBOLA čempionāta ceturtdaļspēle vīrišķi:

- Nikers* – *Petrov/Jelgava*.
- 26.III 15.00, 27.III 12.00 *Kuldīgas* hallē – Latvijas čempionāts FLORBOLĀ, pusfināla spēle: *Kuldīga/KNSS* – *Valka/IGLU* (ja nepieciešams).
- 27.III 12.00 *Rudbārzos* – pārgājieni *Rudbārzi* visos gadalaikos.
- 30.III 18.00 *Kuldīgas* hallē – jaunatnes čempionāts FLORBOLĀ U14 grupai.

## Latvijas izlase – otrā

Baltijas vieglatlētikas komandu čempionātā daudzciņā (U18, U20 grupā) Latvija izcīnījusi sudraba godalgas, un tās kaldiņā arī divi *Kuldīgas* novada sporta skolas audzēkņi: Ādams Kēsters un Niks Maulis.

U20 grupā septiņciņā 8. vietā N.Maulis: 60 m (7,96), tāllēkšanā (5,64 m), lodes grūšanā (11,80 m), augstlēkšanā (1,71 m), 60 m/barjerskrējienā (9,13), kārtslēkšanā (3,80 m), 1000 m (3:27,55). Kopā 3926 punkti. 9. vietā Ā.Kēsters: 60 m (7,30), tāllēkšanā (5,77 m), lodes grūšanā (10,24 m), augstlēkšanā (1,56 m), 60 m/barjerskrējienā (10,16), kārtslēkšanā (2,60 m), 1000 m (3:06,88). Kopā 3623 punkti.



Kuldīgas novada sporta skolas treneri Ilze Stukule ar vieglatlētiem Ādamu Kēsteru un Niku Mauli Baltijas čempionātā Lietuvā.



## VOLEJBOLS

### Nakts turnīrā uzvar Rudbārži

Skrundas nakts turnīrā volejbolā jauktajām komandām labākā izrādījies komanda *Rudbārži*.

Tajā spēlēja Kārlis Kauliņš, Dāvis Andersons, Ariana Freiberga un Klāvs Kairo. Otro vietu izcīnījusi vienība *KlebeSmitenZā* (Ričards Smirmovs, Sintija Klezberga, Rinalds Belerts, Sandis Zālītis, Viktorija Stenclava), bet trešo – *XXX* (Ilgors Bolsunovskis, Kristers Niks Ērglis, Agija Ankeviča, Kristaps Šepte, Armands Mamis).

Sacentušās 11 komandas no Rīgas, Mārupes, Jūrmalas, Liepājas, Kalvenes, Dunalkas, Aizputes, *Kuldīgas*, *Rudbāržiem* un *Skrundas*.

PASĀKUMI

KULDĪGĀ

Novada muzejā

Izstāde *Valdziņu pa valdziņam* par rokdarbu kopas Čaupe desmit gadu darbību. Līdz 3.IV gleznotāja Kārļa Grūbes darbi izstādē *Atgriešanās Kuldīgā*.

**Mākslas namā** līdz 23.III levas Benefeldes fotoizstāde *Mirkliis citur*, 3. stāvā – *EEZ un Norvēģijas granti Latvijā*.

**Jauniešu mājā** 22.III 13.00 Viduskursas un Austrumkursas folkloras konkurss *Anekdošu virpulis*.

**Pie represēto piemiņas akmens** (Pētera ielā) 25.III 11.00.

Bibliotēkā

Virtuālā izstāde *Reiz bija... Stāsti par Kuldīgas kafējnicām*. Literatūras izstādes: *Ticu likteņa nejaušībām* (literatūrzinātniecei Janīnai Kurstītei – 70), *Dziedātājai Norai Bumbierei – 75*, *Sievietes – ievērojamas rakstnieces*.

KINOZĀLĒ



18.III 17.10, 20.III 14.00, 22.III 17.30, 23.III 19.00 un 24.III 17.20 animācijas filma ģimenei **Sliktie** (ASV). Leģendārais laupītāju piecnieks *Misters Vilks*, *Misters Čūska*, *Misters Piraija*, *Misters Haizivs* un *Mis Tarantula* ir labākie no sliktajiem. Viņi ir viltīgi, talantīgi un nenotverami – kriminālās pasaules ģēniļi. Vai kādam pavidēs doma kļūt par... labo? Neviens vēl nebūs sastapies ar tādām grūtībām kļūt par labajiem.



18.III 19.20, 20.III 16.10, 22.III 19.40, 23.III 16.30 un 24.III 19.30 biogrāfiska drāma **Spensere** (Lielbritānija, Vācija, ASV, Čīle). Lomās: *Kristena Stjuarte*, *Timotījs Spals*, *Džeks Fārtings*, *Šons Hariss*, *Sellija Hokinsa* u.c. Princeses Diānas un prinča Čārlza attiecības sen kļuvušas vēsas. Klīst baumas par ārlaulības sākumiem un šķiršanos, tomēr uz Ziemassvētkiem, kas tiek pavadīti karalienes muižā, noslēgts pamiens. Te ir ēdieni, dzērieni, šaušana un medības – Diāna šo spēli labi pārzina. Bet šogad viss notiks citādi. Filma uzbur iztēles ainas, kas liktenīgajās dienās būtu varējies notikt.

Kuldīgas novada bibliotēkās

Mācīšies lietot mūsdienu tehniku

**Līdz 14. aprīlim norit t.s. digitālā nedēļa, kas palīdz izkopt iemaņas darboties ar viedierīcēm un saņemt dažādus pakalpojumus, pievēršot uzmanību arī drošībai internetā.**

Aicināti iedzīvotāji ar zemām digitālajām prasēm, bērni un pusaudži, kā arī citi, kuri vēlas zināšanas papildināt. Kuldīgā visas nodarbības bez maksas notiks vietnē *Zoom*. Ja dators ar interneta pieslēgumu nav pieejams mājās, var izmantot bibliotēkas datorus (2. stāvā). Savukārt klātienē nodarbības piedāvās *Laidu*, *Padures*, *Priedaines*, *Rudbāržu*, *Rumbas*, *Sermītes*, *Turlavas* un *Vārmes* bibliotēka. Tas ietilpst Eiropas kampaņā *European All Digital Weeks*.

**Tiešsaistes semināri 14.00–15.00 vietnē Zoom**

22.III e-paraksta lietošana, 23.III tiešsaistes rīki prezentāciju veidošanai, 30.III medijpratība un drošība internetā, 31.III video apstrāde bezmaksas redaktorā *Shotcut*, 6.IV *Google* konts un lietotnes ikdienas darba plānošanai (*Docs*, *Sheets*, *Slides*, *Forms*, *Drive*), 7.IV sava dzīves

apraksta *Europass* CV izveide, 12.IV tiešsaistes pasākumu rīkošana un vadīšana, 14.IV grafiskais dizains programmā *Canva*.

(Īsa instrukcija atrodama šeit: [https://ej.uz/zoom\\_lietosana](https://ej.uz/zoom_lietosana).) Reģistrācija: [https://ej.uz/digitala\\_kuldiga](https://ej.uz/digitala_kuldiga), tālr. 28670143, e-pasts: [lasitava@kuldiga.lv](mailto:lasitava@kuldiga.lv).

**Bērniem un jauniešiem 11.00–11.40**

24.III *Lasi grāmatas telefonā vai datorā*, e-grāmatu bibliotēka *3td.lv*, 29.III *Bibliotēka – tavs palīgs mācībās*, 5.IV latviešu autoru bērnu dzejas kartotēka.

Reģistrācija: [https://ej.uz/digitala\\_kuldiga2](https://ej.uz/digitala_kuldiga2), tālr. 28670143, e-pasts: [lasitava@kuldiga.lv](mailto:lasitava@kuldiga.lv).

**Klātienē nodarbības pagastos (jāpiesakās):**

**Laidos** (29612264, [laidi.biblioteka@kuldiga.lv](mailto:laidi.biblioteka@kuldiga.lv)) 22.III e-paraksta lietošana, 23.III e-adrese iedzīvotājiem.

**Padurē** (25485347, [padure.biblioteka@kuldiga.lv](mailto:padure.biblioteka@kuldiga.lv)) 22.III saziņas un sociālo tīklu diena, 23.III e-risinājumi, 25.III radošā programma *Canva*.

**Priedainē** (27886267, [priedaine.biblioteka@kuldiga.lv](mailto:priedaine.biblioteka@kuldiga.lv)) 21.III viedtālruni un mobilās lietotnes, 22.III saziņa un sociālie tīkli, 23.III e-risinājumi, 24.III radošā programma *Canva*.

**Rumbas pagastā** Ventas ciema *Bukaišos* (29373476, [rumba.biblioteka@kuldiga.lv](mailto:rumba.biblioteka@kuldiga.lv)) 21.III digitālā saziņa ar valsti portālā *Latvija.lv* un *Mana.latvija.lv*, e-paraksts, 23.III droši informācijas resursi darbam un izklaidei.

**Rudbāržos** (28002278, [rudbarzi.biblioteka@kuldigasnovads.lv](mailto:rudbarzi.biblioteka@kuldigasnovads.lv)) 22.III radošā programma *Canva*.

**Sermītē** (26858805, [sermite.biblioteka@kuldiga.lv](mailto:sermite.biblioteka@kuldiga.lv)) 21.III saziņas un sociālo tīklu diena, 23.III radošā programma *Canva*.

**Turlavā** (25474017, [turlava.biblioteka@kuldiga.lv](mailto:turlava.biblioteka@kuldiga.lv)) 21.III–25.III individuālas konsultācijas par e-pakalpojumiem.

**Vārmē** (25485374, [varme.biblioteka@kuldiga.lv](mailto:varme.biblioteka@kuldiga.lv)) nodarbības notiek otrdienās, piektdienās 16.00–19.00.

PAGASTOS

SKRUNDĀ

**Dzelzeļa stacijā pie memoriālā vagona** 25.III 14.00 represēto piemiņas brīdis, piedalīsies vīru ansamblis *Vecie zēni*.

ALSUNGĀ

**Kultūras namā** no 21.III cimdu izstāde. 24.III 14.00 pasākums senioriem ar dziedošanām māsām *Legzdiņām*.

**Pie piemiņas akmens** 25.III 12.00 svētbrīdis komunistiskā genocīda upuru atcerē.

**Bibliotēkā** no 20.III apsveikuma kartīšu izstāde *Nostalģija*. Līdz maijam ikgadējais sēklu un stādu apmaiņas galds; grāmatu izstāde *Sēsīm, stādīsim, audzēsīm, kopsim*. 23.III 16.00 dārzkopju tikšanās, dārznieces konsultācijas.

**Amatu mājā** jauna izstāde – *Liepājas mākslinieku Agneses un Jāņa Rudzīšu Viedie pumpuri*, būs skatāma līdz 30.IV.

dzimums te rodas, te iznīkst pēc brīža.” J. Rudzītis kā fotogrāfs ķer dzīvības un mirkļa mūžību. Viņš ieguvis lietišķās mākslas un dizaina skolotāja, kā arī izglītības zinātņu maģistra grādu pedagoģijā. 20 gadus ir Liepājas 8. vidusskolas skolotājs. No sirds mīl profesiju, par *Gada skolotāju* kļuvis piecas reizes. Mākslas izstādēs piedalās vairāk nekā 20 gadus. Ieguvis *Liepājas vizuālās mākslas izstādes Tuvsplāni* žūrijas balvu. J.Rudzīša fotomirklī pilsētā ļauj atklāt, novērtēt un vairāk iemīlēt vietu, kurā dzīvojam.

ĒDOLĒ

**Kultūras namā** fotoizstāde *Ēdole tuvsplānā*.

GUDENIEKOS

**Kultūras namā Kuldīgas paletes** gleznu izstāde *Atmiņu atspulgi*.

KURMĀLĒ

**Vārdupē** 25.III 13.00 represēto piemiņas brīdis. Tiks turpināta tradīcija stādīt sniegpulkstenītes.

LAI DOS

**Pie represēto akmens** 25.III iedzīvotāji aicināti nolikt ziedus un sveces.

NĪKRĀCĒ

**Bibliotēkā** Rigondas *Visockas-Melbārdes* varžu suvenīri.

**Dzeldā** 19.III 9.00 izdzīvošanas nodarbības skolēniem no 12 gadiem.

**Lēnās pie represēto akmens** 25.III 13.30 atceres brīdis, ziedu un sveču nolikšana. 13.15 autobuss no Dzeldas pieturas uz Lēnām.

PADURĒ

Līdz 27.III slēpņošanas spēle *Atslēdz durvis uz Paduri*. Plašāk: pagasta feisbuka kontā.

PELČOS

**Bibliotēkā** Gunta Obodņikova mākslas darbu izstāde *Vinila valdzinājums*.

RAŅĶOS

**Pasākumu zālē** 24.III 15.00 nodarbība senioriem *Otrreiz lietojamie materiāli*. 29.III 15.00

vingrošanas un elpošanas nodarbība senioriem.

**Bibliotēkā** fotogrāfu grupas *Liepājas pozitīvs* izstāde *Bez maskas*.

**Pie represēto akmens** 25.III piemiņas diena.

RENDĀ

**Bibliotēkā** līdz 31.III Ilzes Kalvānes ilustrāciju izstāde *Spilgti bezgalīgais stāsts*.

**Kultūras namā** 1.IV 21.00 pavasara ziedu balle ar Māri Blāzi. Pieteikties līdz 28.III pa tālr. 26181470.

RUDBĀRŽOS

**Bibliotēkā** Mārtiņa Pizika gleznas.

**Pie piemiņas akmens** 25.III iedzīvotāji aicināti nolikt ziedus.

SKRUNDAS PAGASTĀ

**Antuļu bibliotēkā** Māra Mihailova izstāde *Skrundas pagasts fotogrāfijās*, Renātes Mihailovas papīra ziedi un apsveikumu kartītes, Ilzes Kalvānes ilustrācijas *Spilgti bezgalīgais stāsts*.

SNĒPELĒ

**Bibliotēkā** līdz 31.III Rudītes Tiļļas darbi *Krāsu spēles*.

**Kultūras namā** 26.III 17.00 Starptautiskajai teātra dienai veltīts talantu šovs *Ko tu proti?*, piedalās Raņķu, Laidu un Snēpeles amatier-teātris. Aicināti arī citi amatier-teātri.

TURLAVĀ

**Bibliotēkā** grāmatu blogeres Artas Brices fotogrāfijas un četrgadīgās meitas Līnas Lūcijas gleznojumi. Līdz 25.IV pāvilostnieku Ingrīdas un Rolfa Jansonu jūras rotu izstāde.

**Kultūras namā** otrdienās 19.30 bezmaksas vingrošana.

**Ķikuru bibliotēkā** izstādes: *Rokdarbu tehnika un Kā izgatavot lelli*.

VĀRMĒ

**Bibliotēkā** fotoizstāde „*Atveriet durvis” toreiz/ tagad*.

**Piemiņas birzī** 25.III 13.00 komunistiskā genocīda upuru atceres brīdis. Kalpos mācītājs Viesturs Pirro, muzicēs Inese Krūmiņa.



A. Rudzītes grafiskajos darbos ir dabas motīvi. Māksliniece pievērš uzmanību tās unikalitātei, uzsver mūžības un dzīves cikla tēmu. Izstādes pieteikumā viņa saka – visas atbildes atrodamas, vērojot procesus dabā, un citē Homēra *Iliādu*: „Cilvēku dzimuma liktenis tāds, kāds lapām ir mežā: citas vējš rudenī purina zemē, bet citas jau meži, pumpurus atraisot, audzē, kad ziedonis atnāk no jauna, – gluži tā cilvēku

**PĀRDOD**

**UZKARES TEHNIKAS** izpārdošana: sējmašīna, plaujmašīna, čehu motobloks ar piekabi un plaujmašīnu, kultivators. Tālr. 29487265.

**GARĀŽAS VĀRTUS**, divviru (2,68 x 2,42), koka, ar eņģēm. Tālr. 26432922.

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

**SILTUMNĪCAS**. Tālr. 26211050.

**VEĻAS AUTOMĀTUS**, no 70 EUR. Tālr. 26402340.

SIA Vēvers ražo un piegādā priedes **KOKSNES** produkciju: skaidu briektes (210 EUR/palette), šķeldu, mizas, skaidas, klucīšus (85 EUR/1,3 m<sup>3</sup> Big Bag). Tālr. 26651831.

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

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

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

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

Skaldītu **MALKU**, piegādā. Tālr. 29428876.

Visu veidu **MALKU**. Tālr. 26153187.

Skaldītu un kluču **MALKU**. Tālr. 20396500.

Skaldītu un šāļu **MALKU**. Tālr. 24877409.

**SKĀBSIENU** ruļļos. Tālr. 26516144.

Pašaudzētu **CŪKGAĻU** ar piegādi. Tālr. 29580000.

Svaigu **CŪKGAĻU** (svilinātu), min. daudzums: 1/4 (20 kg), 3,60 EUR/kg. Bezmaksas piegāde. Tālr. 28890462.

**MEDU** 3 l – 18 EUR ar piegādi mājās svētdien, 20. martā. Tālr. 26441406.

Sēklas lieluma **KARTUPEĻUS**. Dažādas agrās un vidējās šķirnes. Bezmaksas piegāde, pērkot 100 kg un vairāk. Tālr. 24976880.

Trūdējušus **KŪTSMĒSLUS** maisos ar piegādi, maiss: 4 EUR. Tālr. 26518070.

**KŪTSMĒSLUS** ar piegādi maisos un kravās. Tālr. 28317460.

Vistu **MĒSLUS**, kaisītus ar kūdru, Vilgālē, Mazķīšos. Tālr. 22108707.

**IZIRĒ**

Neplānoti, steidzami vēlos Irēt divistabu **DZĪVOKLI** Kuldīgā. Tālr. 26850772.

**PĒRK**

Pērk vai nomā **LAUKSAIMNIECĪBAS ZEMI** (arī aizaugušu u.c.). Tālr. 28963556.

Par augstām cenām pērkam **MEŽA ĪPAŠUMUS** un **CIRSMAS**. Pirms pārdod, pārlicinies – mēs maksājam vairāk! Tālr. 29197235.

**DĀRZU** Kuldīgā. Tālr. 26878729.

**DZĪVOKLI** Kuldīgā. Tālr. 29531330.

**AUTOMAŠĪNAS**. Tālr. 28679476.

**TRAKTORUS**, piekabes. Tālr. 25357742.

Visu veidu **PADOMJU TEHNIKU**: kombainus *Niva, Jeņisej*; automašīnas *GAZ, ZIL, MAZ, KamAZ, KrAZ*; kāpurķēžu traktoros *DT-75, 74, T130, T150, T170*; ritenetraktoros *T150, T40AM, MTZ 80, 82, JuMZ*. Ekskavatorus *EO*. Tūlītēja samaksa skaidrā naudā. Tālr. 27347347.

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

**SIA AIBI** iepērk liellopus, jaunlopus, teļus, jērus, zirgus. Kautsvārā, dzīvsvārā. Paaugstinātas cenas, apjoma piemaksas. Bioloģiem augstākās cenas. Samaksa tūlītēja. Svāri. Tālr. 20238990.

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

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

Pērku **RAGUS**. Tālr. 22728888.

**GLEZNAS**, porcelānu, monētas u.c. senlietas. Tālr. 25928648.

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

**VAJADZĪGI**

SIA *Mars* (46103002907) piedāvā darbu pie **SKAIDU BRIKEŠU PRESES**. Alga: 1200 EUR. Tālr. 29284817.

**SIA ĒDOLES DĀRZI** (41203035167) limonādes ražotnē vajadzīgs darbinieks – pārtikas produktu ražošanas **TEHNIĶIS**, var būt students. Alga: 6 EUR/st. Tālr. 22079112.

**LAIKA PROGNOZE****Sausums ieilgst**

Plaša anticiklona ietekmē arī tuvākajās dienās nokrišņi nav gaidāmi, taču ievērojami siltāk vēl nekļūs.

Šobrīd ir jūtamas krasas temperatūras atšķirības. Jau šonedēļ saulainajās pēcpusdienās termometra stabiņš dažviet pacēlās virs +10 grādiem, bet naktīs atgriezās mērens sals. 14. martā Stendes meteorostacijā fiksēts dienas rekords – 11,1 grāds, un iepriekš šajā datumā tik augsta temperatūra nekad tur nav bijusi. Tomēr nacionālais siltuma rekords gan nav pārspēts, jo 1972. gada 14. martā Rīgā fiksēti 13,6 grādi.

**DAŽĀDI**

**KULDĪGAS AUTOSKOLA** rīko A, B, BE, C, CE un 95. K kursus. Pieteikties pa tālr. 29182826, 29491388.

Sertificēta būvfirma ar pieredzi veic **DAŽĀDUS BŪVDARBUS, DOKUMENTĀCIJAS NOFORMĒŠANU**. Tālr. 29705025.

**JUMTA** remonts, maiņa, **FASĀDES** darbi, **TELPU** remonts. Tālr. 24848162.

Visu veidu **JUMTA** un **CELTNIECĪBAS** darbi. Tālr. 28254588.

Labo **VEĻAS AUTOMĀTUS**. Tālr. 2640 2340.

**SADZĪVES TEHNIKAS** remonts izbraukumā. Tālr. 27501427.

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

Tīra **DZĪLURBUMUS**. Tālr. 29296723.

Tīra, remontē **AKAS**. Tālr. 20499788.

Tīrām **AKAS**. Tālr. 26018109.

**FRIZIERES** Sarmīte un Gunita (no frizētavas *VANESA*) turpmāk klientus gaidīs jaunās telpās Liepājas ielā 68. Tālr. pierakstam: 26319916 (Sarmīte), 26788891 (Gunita).

**Dziedniece Sāra**

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

Tel. pierakstam 26381988

**Pieņems Kuldīgā 22. martā.**

Sertifikāta Nr. 67


**LĪDZJŪTĪBAS**

*Paldies tev, māt, par tavām mīļām rokām,  
Par silto pagalvi, ko tu man klāji,  
Paldies tev, māt, par tavām stiprām rokām,  
Par vārdiem labajiem, ar kuriem modināji.*

/J.Osmanis./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību Līgai Megnei, mammu mūžībā pavadot. Kuldīgas novada pašvaldība

*Pēdējais snieg:  
Tie ir marta puteņi logā  
Un gaistoši ziedi uz stikliem.  
Tas ir balts klusums  
Un miers ceļā galā.*

/J.Silazars./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību kolēģei Līgai Megnei, no mammītes atvadoties. Novada izglītības iestāžu vadītāji

*Tavas rokas caur mūžību jūtu,  
Tavas rūpes joprojām man klāt.  
Viss šai pasaulē niecīgs un zūdošs,  
Tava mīla vien nepazūd, māt!*

/K.Apškrūma./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību Līgai Megnei, māmiņu aizsaulē pavadot. PII *Bitīte* kolektīvs

*Un nu gan zeme, gan debesis  
Ieliek rokās mūžībai tevi,  
Tikai atmiņas atstājot dzīvajiem  
Par mīļo un labo, ko devi.*

/K.Apškrūma./

Izvadot pēdējā gaitā ANNU JANSONI, izsakām līdzjūtību Līgai, lvetai un pārējiem tuviniekiem. Skumjās noliecam galvas mūža gājuma piemiņai. Lai vieglas smiltis! Krustdēls Māris Strujevičs ar ģimeni Liepājā

*Pierimst soļi, klusē doma,  
Neskan mīļās mātes balss.  
Tikai klusa sāpe sirdī  
Ilgi vēl pēc viņas sauks.*

/E.Zālīte./

Jūtam sērās līdzī lvetai Mellenbergai, māmiņu aizsaulē pavadot. PII *Bitīte* kolektīvs

*Klusums,  
tevis vairs nav,  
tikai atmiņas.*

/A.Gļauda./

Skumju brīdī esam kopā ar Sanitu Garkalni, mammu mūžībā pavadot. SIA *AJG plus* kolektīvs

*Noriet saule vakarā,  
Sidrabiņu sijādama;  
Aiziet dusēt māmuliņa  
Baltā smilšu kalniņā.*

/T. dz./

Izsakām līdzjūtību Inesei Kļavai ar ģimeni, mammu RASMU FREIMANI mūžībā pavadot. Aprūpes nama *Valtaiki* saime

*Atstājet mani šai vietā,  
Kur bērzi un vītoli plaukst,  
Kur pļavas izsmaržo rietā,  
Kur gājputni rudenos sauks!  
Atstājet mani šai pusē,  
Kur zvaigznes augstā krīt,  
Kur iešalko vēji un klusē,  
Kad mēness aiz mākoņiem slīd!*

/R.Urtāne./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību dēlam Egonam ar ģimeni sakarā ar mātes DZIDRAS ŠILES aiziešanu mūžībā. Lūcija, Alma, Janīna, Pēteris, Benita, Biruta

*Saņem, labā Zemes mātē,  
Vienu sirmu māmuli,ti,  
Apsedz viņu silti, silti  
Savām smilšu villainēm.*

/T. dz./

Izsakām visdziļāko līdzjūtību Egonam no mammas un Silvijai no tuva cilvēka atvadoties. Kolēģi Gudeniekos

*Cilvēka mūžs ir līdzīgs koklei,  
Pārtrūkst stīga, un viss paliek kluss.*

/Ā.Elksne./

Izsakām līdzjūtību Sanitai Mačiņai, tēvu zaudējot. SIA *Renda*

*Kad iešu – negribu aiziet tā,  
Aiziet neziņā,  
Es gribu palikt jums atmiņā.*

/Aspazija./

Izsakām dziļu līdzjūtību ALFRĒDA BALOŽA tuviniekiem. Kaimiņi no *Silavām* un *Grantskalniem*



inversijas dēļ uzkrājas piesārņojums, ko lēnais vējš nevar izkļaidēt. To var nepatīkami izjust daļa cilvēku, kuriem ir elpvedu problēmas. Proti, naktīs un no rītiem temperatūra pie zemes ir ievērojami zemāka nekā augšējos slāņos. Kā zināms, aukstais gaiss ir smagāks un nevar pacelties, līdz ar to viss piesārņojums (no automašīnām, apkures u.c.) paliek virs zemes. Visvairāk tas jūtas pilsētās. Parādījušies arī pirmie putekšņi (alkšņi jau apputeksnējas pilnā sparā).

Sociālajos tīklos cilvēki izteikuši satraukumu par radiācijas līmeni. LTV laika ziņu komentētājs

Toms Bricis mierina: Valsts vides dienests noteikti ziņos, ja kādā no 20 novērojumu stacijām konstatēs paaugstinātu līmeni. Datus par radiāciju tiešsaistē var redzēt šajā vietnē: [ims-web.vvd.gov.lv](http://ims-web.vvd.gov.lv).

Viduskurzemē brīvdienās būs ap +11, naktī līdz –3. Sestdienā lielākoties mākoņaina, lēns, mainīgs DR/Z vējš, bet svētdiena būs saulaina, iegriezīsies rietenis brāzmās līdz 8 m/sek. No pirmdienas temperatūra pa grādam paaugstināsies, naktīs atkal kritīs. Īpaši dzestri būs agros rītos: līdz –5. R vēja ietekmē pieaugs gaisa mitrums (ap 90%).

**Daina Tafelberga**

VĀRDADIENAS

No 20. līdz 27. martam

- 20. Made (66), Irbe (38)
  - 21. Unigunde (8), Una (1282), Dzelme (4), Benedikts (33), Benedikta (29)
  - 22. Tamāra (5232), Dziedra (1), Gabriela (1755), Gabriels (1080)
  - 23. Mirdza (1703), Žanete (586), Žanna (3785)
  - 24. Kazimirs (292), Izidors (23)
  - 25. Māra (4298), Mārīte (4134), Marīta (1239), Mare (92), Ģedimins (9)
  - 26. Eiženija (31), Ženija (263)
  - 27. Gustavs (3343), Gusts (330), Tālrīts (10), Saulis (18)
- Populārākie: **Tamāra un Gustavs.**

No itāļu valodas

Una Candere,

SIA *Bukstiņi* kasiere:

– Man vārdu iedeva tēvs, un es nemaz par to neesmu domājusi. Vārds man patīk. Itāļu valodā tas nozīmē *viena, vienīgā*. Iesauku Uhtiņa man agrāk iedeva māsas klasesbiedri, un pa retam tā izskan joprojām, vēl radi sauc par Unci. Kad esmu kādos saviesīgos vakaros, daudzi man dzied dziesmu no kādas filmas: „Uno, uno, uno, uno momento...”



Amanda Gustovska

JOKI

- Aizdod man 100 dolāru!
- Man nav tik daudz, ir tikai 80.
- Tad dod vismaz 80, bet divdesmit būsi man parādā!
- Velti atsakāties, pelmeņi ir gana garši...
- Varbūt arī garši, bet pieklājīgi cilvēki uz kinoteātri ņem līdzī popkornu.
- Nauda ir?
- Nav.
- Bet, ja atradīšu?
- Būšu pateicīgs.

Dzīve – tā ir deja uz grābekļiem. Dejo visi.

Visgarākais sapnis reģistrēts vēstures stundā – skolēns aizmiga 15., bet pamodās 18. gadsimtā.

– Vai algas pie jums ir labas?  
– Jā, algas ir labas! Cenas veikalos ir sliktas, bet algas pie mums labas...

Skolotāja saka:  
– Ja mācīsieties uz deviņi un desmit, nokļūsiet paradīzē. Ja uz divi un trīs – ellē.

**LOGI UN DURVIS** *Pavasara atlaides logiem līdz 23%*

Akcija līdz 31.03.2022.

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

www.montaznieksde.lv MONTĀŽNIEKS DE  
Tel. / fax 63323281, mob. 26179829

**Pirmdien, 21. martā,**  
Kuldīgas Mārtiņzālē no 10.00 līdz 13.00 notiks **DONORU DIENA.**

Līdzī jāņem pase vai ID karte, donoru apliecība un bankas konta numurs. Ierašanās ar sejas maskām.

**PĀRDOD** viegli uzstādāmas dažādu izmēru un veidu polikarbonāta **SILTUMNĪCAS.**

Aizvedīsim.  
**T. 27848667.**

www.tolmetskurzeme.lv e-pasts: info@tolmetskurzeme.lv

**TOLMETS KURZEME**  
Bezmaksas tālrunis: **80700009** Lic. Nr. KU21ME0002

**MELNO UN KRĀSAINO METĀLU ATGRIEZUMU UN LŪŽŅU IEPIRKŠANAI LATVIJĀ**

NO FIZISKĀM UN JURIDISKĀM PERSONĀM

NOĀROŠINĀM transporta un konteineru pakalpojumus, objektu demontāžu.

NOŅEMAM automašīnas no uzskaites.

GABARĪTA lūžņi	350 EUR/t	VARA lūžņi	7700 EUR/t
NEGABARĪTA lūžņi	325 EUR/t	MISIŅA lūžņi	5100 EUR/t
SKĀRDA lūžņi	320 EUR/t	ALUMĪNIJS (diski)	2330 EUR/t
ČUGUNA lūžņi	350 EUR/t	ALUMĪNIJS (lējumi)	1600 EUR/t
ELEKTROMOTORI	850 EUR/t	ALUMĪNIJS (velmējumi)	1560 EUR/t
NERŪSĒJOŠĀ		ALUMĪNIJS (pārtika)	2350 EUR/t
TĒRAUDA lūžņi	1740 EUR/t	AKUMULATORI	640 EUR/t

Mederu ielā 8, Kuldīgā. Tālr. 26567540.

**Piano Day**

Starptautiskā klavierēm veltītā diena Ventspilī

Robert Fleitz & John Kameel Farah divkāršs klaviermūzikas koncerts

**29.03.**  
19:00  
Lielā zālē

KONCERTZĀLE LATVIJA  
www.koncertzalelatvija.lv  
f /Latvijahall @Latvijahall

Ziedo, pērkot biļeti!

**VMF LATVIA**

(Reģ. Nr. 40003405130)

**Uzņēmums meklē jaunu kolēģi**

kokmateriāla uzmērīšanā un kvalitātes noteikšanā Kuldīgā.

Bruto alga no 1400 EUR.  
CV sūtīt e-pastā: vmflatvia@vmf.lv.

**KURZEMNIEKU APRĪLIM VAR ABONĒT**

**līdz 29. martam:**

- pastā,
- pie pastniekiem,
- redakcijā un www.abone.pasts.lv (ietaupot 1,50 eiro);

**līdz 20. martam:**

- pa tālruni 67008001 vai 27008001.

Laikraksta Kurzemnieks redakcija klientus klātienē apkalpo katru darbdienu no 9.00 līdz 12.00.

**KONSULTĒJIES KULDĪGĀ**

KULDĪGAS SLIMNĪCĀ, AIZPUTES IELĀ 22 KONSULTĒS UN PIENĒMS PACIENTUS ĀRSTI:

**1. APRĪLĪ**

Dr. INTS ŪDRIS  
"Veselības centrs 4" filiāles "Baltijas Vēnu klīnika" asinsvadu ķirurgs, flebologs. Klīnikas vadošais speciālists. RAKUS asinsvadu ķirurgs.

**21. APRĪLĪ**

Dr. VITA PRIEDĪTE  
"Veselības centrs 4" dermatoloģe.

**CENAS:**

Flebologa konsultācija+ kāju vēnu DUPLEX sonogrāfija 40 EUR

Dermatologa konsultācija: 35 EUR  
Optiskā dermatoskopija: 10 EUR

Pieraksts pa tālr.: **27 866 655** darba dienās 9:00-17:00

**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

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