

DATED
NEWS
DELIVER BY
SATURDAY
AUGUST 5

LAIKS

WEEKLY NEWS
PERIODICAL
POSTAGE PAID
ST PETERSBURG, FL
AND ADDITIONAL
MAILING OFFICE
(USPS 301-500)
ISSN 1089-8832

«LAIKS» IS PUBLISHED SINCE 1949 // «LAIKS» IZNĀK NO 1949. GADA
Published 48 times per year except the first week in January, the first week of May, the last week in June, the last week in December
Published weekly by: Latvian Newspaper «Laiks», Inc., 6145 SUN BLVD Apt. 203, ST PETERSBURG, FL 33715
POSTMASTER: Send address change to: «Laiks», 4B S HERON ST MANCHESTER, NJ 08759
E-mail: LaiksDSR@aol.com

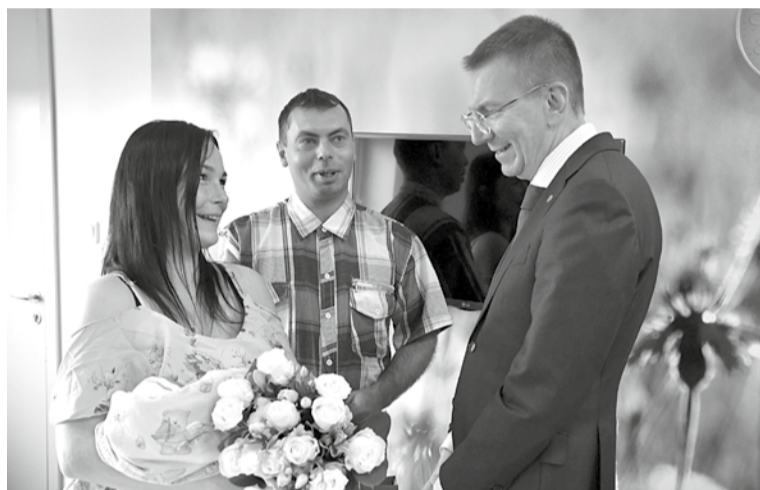
Lasiet tīmeklī!
www.laiks.us

Volume LXXIV Nr. 29 (6111)

2023. gada 5. jūlijs – 11. augusts

Valsts prezidents Kuldīgā

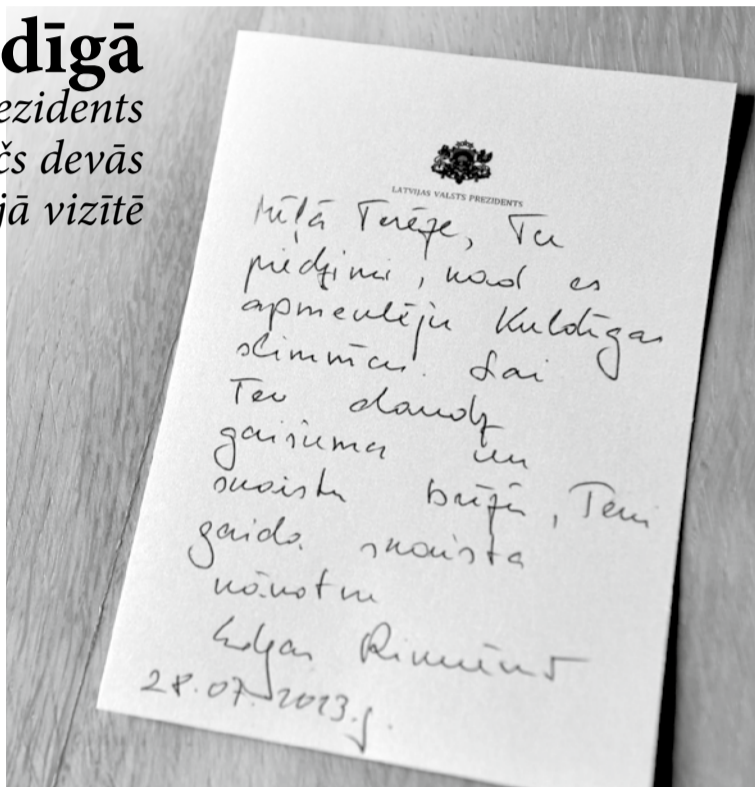
Šā gada 28. jūlijā Valsts prezidents
Edgars Rinkēvičs devās
kārtējā reģionālajā vizītē



Kuldīgas slimnīcas apmeklējuma laikā prezidents sveica tikko piedzimušo Terēzi un viņas vecākus



Saimniecībā "Lazdkalni" kopā ar saimnieci Solveigu Melnaci



Tīršķirnes gaļas liellopu saimniecības "Kolumbi" apmeklējums



Lauksaimniecības uzņēmuma SIA "Amazone" apmeklējuma laikā Valsts prezidentu sveica tā īpašnieki – Mikālu ģimene // FOTO: Ilmārs Znotiņš, Valsts prezidenta kanceleja

Anda Sūna Cook
par koncertu
Klīvlendē

3. lpp.

LĀZA turpina
atbalstīt Latvijas
ārstus

4. lpp.

Ko Juris Lorencs
vēroja
Braitonbīčā?

11. lpp.

Īpaši mūsu
senioriem

12. lpp.

PBLA Kultūras
fonds un padome
ziņo

13. lpp.

Ak, valodiņ, cik
pacietīga esi!

16. lpp.

Laika sports

17. un 20. lpp.

Latvian newspaper
LAIKS

Frequency: WKLY EXC 1ST WK - JAN, 1ST WK - MAY,
LAST WK - JUN; LAST WK - DEC

Latviešu nedēļas laikraksts

Iznāk sestdienās, 48 reizes gadā
Abonēšanas maksa ASV dolaros:
3 mēn. US \$ 50.00
6 mēn. US \$ 100.00

Redakcija Rīgā, Gertrūdes ielā 27, Rīga, LV-1011, Latvija.
Tālr.: +371 67326761, fakss: +371 67326784
e-pasts - redakcija@laiks.us
mājaslapa - www.laiks.us

Redaktore: Ligita Kovtuna
mob. tālr.: +371 29439423. e-pasts: ligita@laiks.us

**Par REKLĀMU un SLUDINĀJUMIEM,
kas iesniegti LATVIJĀ, maksājumi notiek EURO.**

Neizlietotus manuskriptus un fotoattēlus redakcija neuzglabā.
Redakcijai ir tiesības iesūtītos materiālus izmantot arī saīsinātus.

Laikrakstā iespējams, ar autora vārdu vai iniciāļiem
parakstītajos rakstos izteiktās domas ar redakcijas viedokli
par pašu jautājumu var arī nesaskanēt.

Par reklāmas vai sludinājuma saturu atbild reklamdevējs.

Sarīkojumu un dievkalpojumu ziņas sūtīt Inesei Zaķis
e-pasts: rigaven@aol.com

**Par REKLĀMU un SLUDINĀJUMIEM,
kas iesniegti ASV, maksājumi notiek ASV dolaros.**

Sēru sludinājumus un adresu maiņas sūtiet pēc adreses

4B S HERON ST MANCHESTER, NJ 08759

e-pasts: LaiksDSR@aol.com

**Ja vēlaties saņemt vairāk informācijas par avīzi,
lūdzu, zvaniet LAIKA ASV tālr.: 727 385-4256**

LAIKS

4B S HERON ST MANCHESTER, NJ 08759
laiksdsr@aol.com
www.laiks.us

Lūdzu, maksāt ASV dolaros uz «Laiks» Inc. vārda
Abonējiet laikrakstu LAIKS, neizejot no mājām – lietojiet
www.laiks.us!

«LAIKA» abonements maksā: 3 mēnešiem ASV \$65.00
6 mēnešiem ASV \$130.00

FLORIDAS IEDZĪVOTĀJU IEVĒRĪBAI! Lūdzu pievienojiet
7% Floridas nodokli par laikraksta abonēšanu!

Laiks pa gaisa pastu Amerikā 3 mēneši \$89.00
6 mēneši \$178.00
Laiks pa gaisa pastu Latvijā 3 mēneši \$89.00
6 mēneši \$178.00
Laiks pa gaisa pastu Kanadā 3 mēneši \$97.00
6 mēneši \$194.00
Laiks pa gaisa pastu citur ārzemēs 3 mēneši \$120.00
6 mēneši \$240.00

Ārpus ASV LAIKU var pasūtīt tikai pa gaisa pastu.

Uzvārds, vārds: _____

Adrese: _____

zip: _____



Laikraksta izdošanu atbalsta
Latvijas Kultūras ministrija

Aicinām atsaukties

Rīgas Centrālā bibliotēka (RCB), kuŗa glabā Helmara Rudzīša leģendārā
apgāda "Grāmatu Draugs" izdevumu kolekciju, turpina to papildināt un
aicina Jūs sūtīt uz Rīgu trūkstošās grāmatas. Publicējam to sarakstu.

Un vēl – RCB filiālē "Avots", Rīgā, Stabu ielā 64, ir iekārtota H. Rudzīša
lasītava, kuŗas mājīgajās telpās interesenti var palasīt kādu no kolekcijas
grāmatām. Būtu labi, ja bibliotēkas rīcībā nonāktu vairāki
katras grāmatas eksemplāri, lai lasītāji varētu tos
paņemt līdzī lasīšanai mājās. Tāpēc lūdzam
sazināties ar RCB direktori Dzidru Šmitu, sūtīt
arī citas "Grāmatu Drauga" grāmatas, no kuŗām
esat ar mieru šķirties.

Adrese – Rīgas Centrālā bibliotēka, Brīvības
ielā 49/53 Rīgā, LV-1010. Direktores e-pasts:
Dzidra.Smita@riga.lv



Trūkstošie izdevumi H. Rudzīša kolekcijā

Latviešu daiļliteratūra. Proza

Kārklīņš Valdemārs. Karaliene Kristīne: biogrāfisks romāns. – [Bruklina] : Grāmatu Draugs, 1958. – 205 lpp.
Klīdzējs Jānis. Dāvātās dvēseles : romāns. – [Bruklina] : Grāmatu Draugs, 1986. – 514 lpp.

Tulkotā daiļliteratūra

Baka Pērļa. Sieviešu paviljons: romāns. – [Štutgarte] : Grāmatu Draugs, 1946. – 103 lpp. – Izdots kā
mēnešraksta "Laiks" pielikums.

Valtari Mika. Mēs nemirsim nekad: romāns no 1939./40. gada kuŗa. – [Eslingena] : Grāmatu Draugs,
1948. – 196 lpp.

Verfels Francis. Dziesma par Bernadeti: romāns. – [Štutgarte] : Grāmatu Draugs, [1949]. – 110 lpp.

Literatūra bērniem

Grunde Biminita. Saules un sala grāmata : pasakas. – [Bruklina] : Grāmatu Draugs, 1965. – 95 lpp.

Lāča bērni : latviešu šūpļa dziesma. – [Bruklina] : Grāmatu Draugs, 1951. – [12] lpp.

Plūce Austra. Jumbo : stāsts par ziloņiem. – [Štutgarte] : Grāmatu Draugs, [1949]. – [16] lpp.

Plūce Austra. Lācītis : mazā lāča piedzīvojumi. – [Štutgarte] : Grāmatu Draugs, [1949]. – [16] lpp.

Stāste – Barvika Margarita. Ziemassvētku pasakas. – [Bruklina] : Grāmatu Draugs, 1962. – 84 lpp.

Zeltiņš Teodors. Slaists un Niķe : Teodora Zeltiņa Ziemassvētku pasaka : [dzeja]. – [Eslingena] : Grāmatu
Draugs, [1947]. – [20] lpp.

Vēsture. Atmiņas. Monografijas

Bērziņš Arturs. Latvijas lauku teātra sākumi. – [Eslingena] : Grāmatu Draugs, 1948. – 44 lpp.

Dziļums Alfrēds. Lai neaizmirstam : dienasgrāmata pēc izdoto leģionāru atstātām piezīmēm. – [Bruklina] :
Grāmatu Draugs, 1972. – 160 lpp.

Cita literatūra

Kaufmanis Kārlis. Matēmatika : latviešu tautskolām : [2 sēj.]. – [Eslingena] : Grāmatu Draugs, 1946. –
[1. sēj.] : 2.- 3. klases kurss. – 152 lpp.

Kaufmanis Kārlis. Matēmatikas teorija : tautskolas kurss. – [Eslingena] : Grāmatu Draugs, 1947. – 144 lpp.

Zeberiņa Dzidra. Ķimenes pavards : moderna pavāru grām. – [Bruklina] : Grāmatu Draugs, 1955. – 431 lpp.

Nedēļas gudrība

“Mūsu kultūras mutācijas ir nosacītas. Visu iepriekšējo paaudžu
nosacītas. Mēs esam tik lieli, cik daudz mēs apzināties savu lielo cilvēku
lielumu.”

Dzejnieks Imants Ziedonis

Nedēļas citāts

“Latvijas atpalcību visuzskatāmāk ilustrē ekonomikas visaptverošais
rādītājs: iekšzemes kopprodukts uz vienu iedzīvotāju. (..) Pēc šī rādītāja
mēs atpaliekam no Rumānijas, bet tanī pašā laikā mūsu kaimiņi (Lietuva
un Igaunija) jau apsteidz Spāniju. Atpalcība veidojās vairāku gadu
gaŗumā, un tas ir saistīts, pirmkārt, ar politikas prioritātēm.”

Latvijas Universitātes profesore,

Fiskālās disciplīnas padomes vadītāja Inna Šteinbuka



ANDA
SŪNA COOK

Pēc pāris gadu klusēšanas Klīvlāndes Latviešu koncertapvienība (KLK) atkal pacēla savu balsi. Prieks, ka 1955. gadā iesāktā mūzikas sniegumu organizācija Klīvlāndes latviešu klausītājiem izturēja pandēmijas aizliegumus, un 16. jūnijā tā atgriezās ar sevišķi krāšņu koncertu. Kamermūzikas vakars, Amanda *Bekeny* (trompete/taure), Benjamiņš *Aļe* (trompete/taure) un Rūdolfs *Ozoliņš* (klavieres) ievadīja cerību uz KLK sarīkojumu turpināšanos.

Sveicot atnācējus, Dr. Pauls *Barbins*, KLK priekšnieks, atklāja, ka visi trīs mākslinieki tikušies pirmo reizi tikai iepriekšējā dienā, jo viņu dzīves-

jēja, un abi ar vīru un trim bērniem pavada laiku, baudot dabas skaistumu.

Dr. **Benjamiņš Aļe** ir trompetes spēles brīvmākslinieks un mūzicē *Minneapolis-St. Paul* apkārtnes koncertos. Viņš mācījās *Wheaton College Conservatory of Music* pie *Terry Shwartz*, saņēmis doktora gradu no *University of Minnesota School of Music*, kur viņš mācījās pie *David Baldwin*. Dr. Aļe ir *Principal* trompete *Wayzata Symphony Orchestra* un ir biedrs *Compass Rose Brass Ensemble* Mineapolē. Viņš ir mūzicējis ar *Thunder Bay Symphony*, *Metropolitan*, *Mankato*, *Kenwood Symphony Orchestra*,

mūzicē ar *Detroitas* simfoniskā orķestra un citiem ASV un ārzemju māksliniekiem.

Dr. *Ozoliņš* ir nekustamo īpašumu ieguldījumu profesionālis *Detroitas* apkaimē, nodibinājis tīmekļa uzņēmumu profesionāliem mūziķiem *MusicOnTheGo.org*.

Jau ar pirmo sniegumu – *Antonio Vivaldi* (1680-1743) *Koncertu divām trompetēm* – mūzikā izskanēja izcila virtuozitāte un saliedētā krāsainība. Skaista programmas izvēle, atsākot KLK atgriešanos. Sekoja *Pēterā Aldiņa* (1953) *Kaņavīru maršs*. Ieklausoties, gan citu toņu notušu, varēja sadzirdēt latviešu tautasdziesmu *Div' dū-*

Košs koncerts Klīvlāndē

Molchinova (1922-1982) *Vocalise*, *Dr. Bekeny* spēlētais *fluegelhorn* klavieru pavadījumā pauda domīgu, sērīgu noskaņu.

Mākla ir krāsās un skaņās tērptas jūtas, un latviešu skaņraži burtiski izstāro Latvijas dabas skaistumu. Daces *Aperānes* (1953) *Pastorāles* sacerējums klavierēm tapis, veroties *Pēterā Krastiņa* gleznā, un ir veltījums pianistei *Dzintrai Erlīhai*. Dr. *Ozoliņš* pateicās *Rutai* un *Edvinam Auzenbergiem* par viesmīlību un silto uzņemšanu. Teiksmainā izpildījumā mākslinieks uzbūra mēness staru stīgas, drāmatisku pārkonu un lietus varenību. Dabas noskaņas *Jāzepa Vītola*

Tāivaldis Ķeniņš (1919-2008) *Latvian Dance and Variations*, bijis veltījums krustdēlam. Dr. *Aļe* klavieru pavadījumā, atskaņoja ritmiskās melodijas reizēm rotaļīgi, tad bravūrīgi. Noslēgumā, *Kevin McKee* (1980) *Under the Western Skies* vislabāk bija aizvērt acis un ļauties mūzikas skaņām, kas aizveda uz stepēm, kur joņo zirgi, un visbeidzot, izjust saules rieta vēsmu.

Žilbinošās programmas atzīnības applausi bija sirsniņi. Klīvlāndes draudzes nama zāle vienmēr izceļas ar gaumīgu iekārtojumu, bet šī koncerta apmeklētājus sveica it sevišķi rūpīgi greznojumi. Lieli dog-



No kreisās Rūdolfs Ozoliņš, Amanda Bekeny, Benjamiņš Aļe // FOTO: Ruta Pearce

vietas ir Klīvlāndē, *Detroitā* un *Indianapolē*. Ikvienam ir latviskas saites – viens dzimis Latvijā, citam vecāki dzimuši Latvijā, bet vēl viens uzņēmis latviešu vidē mīlestības ceļā. Katrā ziņā apbrīnojami, ka, neraugoties uz lielo attālumu, mūziķi Klīvlāndē tikušies!

Dr. **Amanda Bekeny** ir iecienīta pedagoģe un koncertmāksliniece. Viņa mūzicē ar vairākām *Ohio* ziemeļaustrumu grupām, kā *City Music Cleveland Chamber Symphony Orchestra*, *The Firelands Symphony Orchestra* un *Diamond Brass Quintet*, bijusi arī *Olympic Brass Quintet* līdzuzsācēja. Dr. *Bekeny* bieži var dzirdēt kā viesmākslinieci (*substitute*) ar *Akron Symphony*, *The Lakeside Symphony* un *Cleveland Pops Orchestra*.

Māksliniece īpaši darbojas, veidojot savu universitātes studentu mūzikas attīstību. Viņš ar lieliem panākumiem dodas mūzikas dzīvē, piedaloties *Broadway* uzvedumos, militāro spēku mūziķu grupās un daudzās skolās kā augstas pakāpes mūzikas nodaļu priekšnieki. Viņa ir pasniedzēja *Kent State* un *Cleveland State* universitātēs, darbojas arī *Rocky River Chamber Music Society* valdē.

Amanda ir aizrautīga skrē-

Civic Orchestra of Minneapolis un *Edina Chorale*.

2022. gadā Dr. Aļe piedalījās *XV Latviešu Dziesmu un Deju svētku* plānošanā un izkārtošanā *St. Paulā*, *Minesotā*. Viņš ir arī priekšnieks *Minesotas* latviešu koncertapvienības valdē. Brīvlaiku mākslinieks vislabāk mēdz mīl pavadīt ar kundzi *Betsy* un viņu diviem bērniem. Riteņbraukšana un *walleye* zveja ir patīkams izklaides veids.

Dr. **Rūdolfs Ozoliņš** ir allažsirsniņi gaidīts Klīvlāndē, kur viņš it bieži ar savu eleganti dzirkstošo spēli ir priecējis klausītājus. Dzimis Rīgā, Latvijā, viņš uzsāka mūzikas gaitas, mācoties *Emīla Dārziņa* mūzikas skolā apdāvinātiem bērniem, turpināja *Jāzepa Međiņa* Rīgas mūzikas vidusskolā un *Latvijas Mūzikas akadēmijā*. Mākslinieka debija 13 gadu vecumā bija ar *Latvijas Nacionālo simfonisko orķestri*.

Kopš 2001. gada Dr. *Ozoliņš* dzīvo ASV. Viņš ir saņēmis bakalaura, maģistra, un doktora gradus klavieru spēlē *Indianas* Universitātē, *South Bend*, *Indiana*, un *Michigan State University*. Viņa skolotāji ir bijuši starptautiski pazīstamie *M. Toradze* un *G. Vatchnadze*. Dr. *Ozoliņš* dzīvo *Detroitā* un

Jiņas. *Jāņa Međiņa* (1890-1966) daudzkārt vainagotā *Ārija* mākslinieku krāšņā izpildījumā bija kā aizkustinošs lidojums pagātnē.

Skanot *Jack Gallagher* (1947) *Capricio divām trompetēm*, varēja iedomāties pastaigu mežā, un rotaļīgi sasaucoties no pakalnes uz pakalni. Toties *Kirilla*

(1863-1948) *Viļņu dziesma* atgādāja šī skaņraža tuvību ūdeņiem – liegani šūpojās lieli viļņi, trauksmaini sekoja mazi vilniņi, un tā bezgalīgumā...

Anthony Plog (1947) *Fanfare* divām trompetēm abas trompetes nepacietīgā pacietībā apbūra ar mūzikālu *staccato* artikulāciju un spraigu virtuozitāti.

vuda zari, balti klāti galdi pēckoncerta sarunām un arī *Pēterā Renerta* zīmējums programmu lapiņām deva svētku iespaidu. Un teicami, ka koncerta programmā puse no izvēlētajiem darbiem bija latviešu komponistu sacerēti.

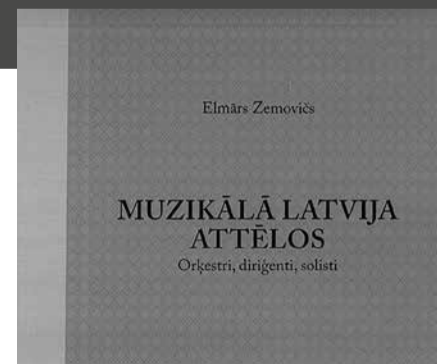
Uz drīzu redzēšanos!

LAIKA GRĀMATA



Elmārs Zemovičs. Mūzikālā Latvija attēlos. Orķestri, diriģenti, solisti.

1930. gadā lielu popularitāti iemantoja *Jēkaba Vītoliņa* un *Roberta Krodera* "Latvju skaņu mākslinieku portretas." Ceram, ka tāpat notiks ar šo grāmatu, kas vēsturiskos fotoattēlos ar īsu informāciju aizved tajos aizv. gs. gados, kad *Vērmanes dārzā*, *Jūrmalā* un koncertzālē regulāri spēlēja orķestri ar pašmāju slavenībām un izciliem pasaules mūziķiem.



Cena USD 35,–
t. sk. pasta izdevumi

Grāmatas Jums piesūtīs pa pastu
Rakstiet Inesei Zaķis 6051A Sun Blvd #604,
St. Petersburg, Florida 33715



KAMENA
KAIDAKA,
LĀZA biroja vadītāja Latvijā

LĀZA pasniedz Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendijas 2023



30. jūnijā, Dziesmu un deju svētku priekšvakarā, Latviešu ārstu un zobārstu apvienība (LĀZA) jau 18. reizi piešķir Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendijas labākajiem Latvijas medicīnas studentiem, lai palīdzētu un atbalstītu viņus ceļā uz ārsta amatu. Tas ir vienreizējs finansiāls atbalsts, uz ko var pretendēt vecāko kursu medicīnas studenti, kam ir ne tikai labas sekmes mācībās, plašs interešu loks, bet kas arī savu turpmāko dzīvi ir nolēmuši saistīt ar ārsta profesiju Latvijā. Aktīva sabiedriskā darbība un dalība sociālos projektos, ģimenes situācija arī tiek ņemta vērā. LĀZA ar prieku atbalsta jaunās ģimenes. Kopējais stipendiju apjoms šogad bija 6 000 USD. Pirmie Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiju 2005. gadā saņēma tagad jau pieredzes bagāti ārsti – Aina Ivanova, Andrejs Ivanovs, Roberts Veidemanis, Madara Kapeniece un Mārtiņš Malzubris. Šo 18 gadu



Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiāti un LĀZA biedri un atbalstītāji svinīgajā LĀZA sarīkojumā Latvijas Ārstu biedrībā 2023. gada 30. jūnijā. No kreisās: Anna Ilva Miķelsone, Elīna Fainveice, Agate Kristena Krieviņa, Aija Tumova, Dāniels Makoveckis, Dr. Edīte Lazovska, Dr. Ēriks Niedrītis, Evita Kokina, Marta Anna Ozoliņa, LĀZA biedri Dr. Atis Bārzdīņš (ASV), Dr. Daina Dreimane (ASV), Latvijas Jauno ārstu asociācijas valdes loceklis Dr. Jānis Vētra, LĀZA biedre Dr. Annemarija Linares (ASV, Latvija), Dr. Kamena Kaidaka // FOTO: Jānis Brencis

niels Makoveckis (RSU/4. kurss), Antons Miščenko (RSU/4. kurss), Aija Tumova (RSU/6. kurss).

Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda veicināšanas stipendijas (500 USD) ieguva četri studenti: **Marta Anna Ozoliņa** (LU/5. kurss), **Agate Kristena Krieviņa** (LU/6. kurss), **Evita Kokina** (RSU/5. kurss), **Anna Ilva Miķelsone** (RSU/6. kurss).

30. jūnija rītā, kad Rīga elpoja Dziesmu un deju svētku noskaņās, rīta agrumā saules pielietājās Latvijas Ārstu biedrības telpās kopā nāca LĀZA stipendiāti, LĀZA biedri un atbalstītāji, kā arī stipendiātu viesi. Stipendiātus sveica Fonda vadītājs Ēriks Niedrītis, pasniedzot Sertifikātu, kā arī ar LĀZA atbalstu tapušo grāmatu "Tā mēs atgriezāties..." par vienu no LĀZA dibinātājiem – anatomu, antropologu prof. Jēkabu Pīrmani. Stipendiātus sveica RSU dekāne prof. Jana Pavāre, Latvijas Ārstu biedrības prezidente Ilze Aizsilniece, prof. Ilmāra Lazovska dzīvesbiedre Dr. Edīte Lazovska, LĀZA sekretāre asoc. prof. Daina Dreimane, LĀZA valdes loceklis Dr. Atis Bārzdīņš, LĀZA biedrs Dr. Margērs Kravals (Kanada) un Dr. Annemarija Linares (ASV, tagad Latvija). No stipendiātu saimes pateicības vārdus par atbalstu teica RSU students Dāniels Makoveckis, vēlreiz uzsverot, cik atbalsts un uzmanība ir katram no stipendiātiem nozīmīga un cik svarīgi ir latviešiem kā nelielai, bet stiprai tautai turēties kopā, un sākot lielu paldies LĀZA par ilggadējo atbalstu un arī visiem, kas bija atnākuši sveikt stipendiātus.

Nekur zāle nav zaļāka, nekur maize nav bez garozas – tie bija LĀZA biedru gudrības vārdi Latvijas studentiem, tomēr ceļš uz zināšanām nav iezīmēts ar valstu robežām, šis ceļš ir ejams visu mūžu, jo tāda ir medicīnas būtība – vienmēr pētīt, domāt, rast risinājumu, lai cilvēka mūžs būtu veselīgāks – tā tad skaistāks.

Stipendijas nodrošina Kanadā reģistrētais Ojāra Veides fonds, ko līdz šim vadīja prof. Kaspars Tūters (Kanada), bet no 2023. gada fondu vada asoc. prof. Juris Lazovskis. Fonda valdē ir LĀZA biedri Inese Flude (Kanada) un Ingrida Šķetris (Kanada).

Plašāk par LĀZA un iespējām atbalstīt medicīnas izglītību www.lazariga.lv

LĀZA vieno ārzemēs un Latvijā dzīvojošos ārstus un zobārstus, kā arī citus veselības nozares profesionāļus, zinātniekus un darbiniekus kopējam mērķim – visiem spēkiem veicināt veselības aprūpi un zinātnē iesaistīto studentu, rezidentu, ārstu un zobārstu izglītību un sadarbību. To dibināja 1947. gadā Eslingenā trimdā devušies latviešu ārsti.



LĀZA valdes loceklis onkologs Atis Bārzdīņš (ASV) sveic stipendiātus



Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda vadītājs Ēriks Niedrītis un Dr. Edīte Lazovska Latvijas Ārstu biedrībā, 2023. gada 30. jūnijā

laikā stipendijas ir saņēmuši 103 medicīnas studenti. Par to, kā stipendija izlietota, kā tā noderējusi, stipendijas saņēmēji sniedz aprakstu, ko ik gadu publicē žurnālā LĀZA Apkārtraksts. Kā saka Dr. Aina Kratovska, kas 2006. gadā saņēma LĀZA atbalstu, viņai studiju laikā tas bijis ļoti nopietns un ļoti vajadzīgs atbalsts, lai varētu turpināt mācības un arī saprast, cik vērtīgi ir pārvarēt nedrošību un rīkoties, lai sasniegtu mērķi. Nu jau RSU docētāja, Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas radioloģe Aina Kratovska pati ir sniegusi rekomendācijas saviem labākajiem studentiem un rezidentiem, lai arī viņi varētu saņemt LĀZA atbalstu, kas savulaik tik nopietni ir ietekmējis viņas profesionālo izaugsmi.

Pretendentu pieteikumus vērtēja Fonda komisija. Klātienēs sarunā ar 14 pretendentiem piedalījās LĀZA valdes loceklis



Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda Sertifikāti, grāmata "Tā mēs atgriezāties..."; LĀZA Apkārtraksts Nr. 171 un īpaša balva stipendiātam Antonam Miščenko – prof. Lazovska grāmata "Kliniskie simptomi un sindromi"

– fonda veidotājs un vadītājs Dr. Ēriks Niedrītis (ASV), asoc. prof. Daina Dreimane (ASV), P. Stradiņa Medicīnas vēstures muzeja pārstāvis vēsturnieks

Mārtiņš Vesperis, Dr. Edīte Lazovska, Jauno ārstu asociācijas valdes loceklis Dr. Jānis Vētra un LĀZA biroja vadītāja Dr. Kamena Kaidaka (Latvija).



RSU Prof. Jana Pavāre sveic LĀZA stipendiātus

Profesora Ilmāra Lazovska Medicīnas fonda stipendiju 1000 USD apjomā ieguva četri Latvijas medicīnas augstskolu vecāko kursu studenti – **Elīna Fainveice** (RSU/4. kurss), Dā-

Vēstules no Rīgas, apkopotas grāmatā



"LAIKA GRĀMATAS" JAUNUMS CEĻĀ PIE LASĪTĀJA

(Turpināts no nr. 28)

21:49

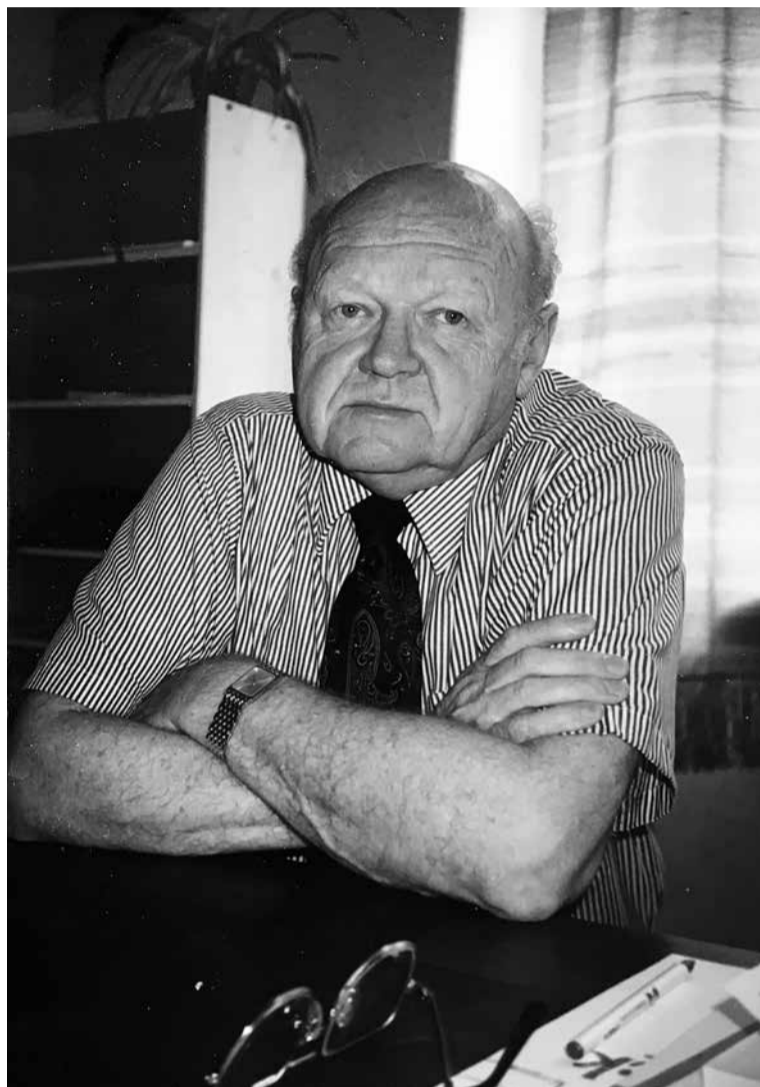
Lalita tomēr zvanija un iznāca steigties, lai satiktos ar Verneru Putniņu un viņa sievu Aiju. Viņam krievu automobilis, nobraukti pāri par 120.000 km. Braucām vispirms uz Raiskuma pagasta otro galu. Pasaistījāmie Ungurmuižā, vienīgā, kas Latvijā celta no koka. Fon Kamperhauzena gaspažas to atstājušas tikai 1939. gadā. Tagad parādījušies pēcnācēji ar naudu, kuŗi muižas māju grib atjaunot. Šai Latvijas nostūrī no krieviem jau tikuši vaļā, bet diemžēl vēl joprojām zog. Ceļā piestājāmie Lielstraupes pili. Pastaigājāmie pa fon Rozena veco godību un uzzinājām, ka šai, vienā no izciliem senās Livonijas tirdzniecības centriem, arī vācu barons grib atjaunot pili un to izveidot par pirmklasīgu veselības kopšanas iestādi.

Kad Ungurmuižā ar apskatīšanu bijām gandrīz galā, parādījās viena sieviete, kas gribēja mums vēlreiz visu izrādīt, tad bija jau daudz interesantāk. Laipodams pa remonta nekārtību, piesitu pieri kādai vecai atkārušās stenderes daļai un dabūju niecīgu brūci. Pie muižas parks ar celiņu, kas ved uz divstāvu tornim līdzīgu ēku. Tas esot lustūzis – vieta, kur barons vedis viesus lustēties. Uzķāpuši otrajā stāvā, pa ceļam augšup braši dziedājām, skanēja jauki, jo Putniņi abi ir izcili dziedātāji – viņa ar *Ave Sol* bijusi ASV divas reizes, viņš arī dzied pirmās klases kori basu. Lustūzī mums bija jāgaida, kamēr mūsu mājas māte uzvāra tēju. Viņa rādīja vecas fotografijas, apdāvināja mūs ar krāsainu brošūru latviešu un vācu valodā par muižu un Kampenhauzeniem, kuŗi bijuši ļoti apgaismoti, labvēlīgi pret saviem zemniekiem un pratuši runāt latviski. Noziedojām katrs pa latam tālākiem darbiem un izdaiļošanai un devāmies uz Putniņa māju. Tur bija jāēd pusdienas. Tā kā Ungurmuižā bijām tik ilgi, nolēma nevārt kartupeļus, ēdām bezkaula karbonādes, tomātus un gurķus, rupjmaizi ar Jāņu sieru, piedzērām alu, nogaršojām arī svaigu tajā rītā slauktu pienu, Latvijas garšīgo minerālūdeni. Vēlāk ēdām lāceņu ķiseļi. Viņiem ir traktors, zirgs, gotiņas, aitas, vistas, pīles, paklībs suns, sakņu dokes, ogu krūmi, liela māja, kuŗā ierīkos kaut ko līdzīgu viesnīcai.

Kāpām auto un laidām uz Cēsīm, kur pils parkā, blakus pils drupām, uz estrādes šajā vakarā uzstājās Latvijas Operas balets ar uzvedumu *Pie zilās Donavas*. Viegls, bet labi izpildīts gabals pie skaļruņu mūzikas, iespēlējis Operas orķestris.

Šis brauciens uz Raiskumu bija ļoti jauks, pat burvīgs. Rīga ir interesanta un dzīvīga pilsēta, bet Latvijas lauki ir pavisam

cita, skaista pasaule. Brist pa biezi saaugušu pļavu, just svaigu vēju, redzēt mežus, laukus, ezerus, muižas un mājas, skatīties kā pār laukiem veļas pērkonī, sper zibens, vilniši Ungura ezerā, latviešu bērni plunčājas un peld ar lielu entuziasmu. Pateicoties siltajam laikam, ūdens ezeros ir sasilis, un peldētāju netrūkst. Apskatījām pāris ko-



Ojārs grūtu pārdomu brīdī

kus, ko šajā pavasarī nolaiduši bebrī. Pilnīgi neticami, cik lielas skaidas no stumbra var nošķelt bebrs ar saviem asajiem zobiem.

###

1995. gada 12. jūnijā, 7:50

... Tavu vēstuli attaisīt nebija nekādu grūtību, kāds jau bija tanī ielūrējis, laikam cerēdams, ka tik biežā vēstulē varētu atrasties nauda. Mazāka iespēja, ka kāda automatiska pasta šķirošanas mašina varētu būt vienu galu vēstulei attaisījusi vaļā. Mums abiem ir sava dzīve izveidojusies, man jauna, Tev pārkārtota, tā pati vecā. Vēl jau varu spilgti iedomāties visu, ko Tu mājā, dārzā, savā apkārtnē dari un droši vien nekā no tā vēl līdz decembrim nebūšu piemirsis. Bet Tev par manu darbošanos priekšstats rodas galvenokārt tikai no tā, ko Tev aizrakstu.

Šodien satiku savu klases biedru no 23. pamatskolas. Kāpu lejā, pretī kāpj vīrs manā augumā un vecumā, smaida un saka: "Ojār, vai tad tu mani vairs nepazīsti?" Jutos mazliet neērti, jo tajā brīdī domāju, kur šo cilvēku esmu agrāk satīcis. Izrādās Bruno Ozoliņš – čalītis,

ar kuŗu izgāju 23. pamatskolā no pirmās līdz pēdējai klasei. Iemācīju viņam šachu spēlēt. Viņš atminējās tās reizes, kad mūsu mājās Aina viņam esot zupu devusi. Atcerējās grāmatas – Blaumani un vēl ko, ko es viņam aizdevī lasīt. Vienu pat esot sasmērējis un par to jūties briesmīgi vainīgs. Runājām par mūsu klases biedriem. Citi

varbūt trīsreiz vairāk. Šī ir 4. Vispārējo Dziesmu svētku 10 gadu atcere, kuŗā daudz dziesmu, kuŗas toreiz dziedāja pirmo reizi. Toreiz svētki notika izcilā Jurjānu Andreja mūzikas zīmē, bija daudz dziesmu, kuŗas mudināja latviešus uz lieliem darbiem savas zemes labā. Tā bija tāda tautas atmodas izskaņa, kuŗai vajadzēja turpinājumu, arī politisku. Diemžēl tauta aizgāja dažādos virzienos un pie kopsaucēja nav vairs nekad atgriezies, tikai etniskais, tautas senais gara spēks ir vienīgais, zem kuŗa var visi nostāties.

Atpakaļ Jelgavā – pa Lielupi laiž vakara jau patumsajās debesīs atspīdošus ugunskurus, kuŗi un orķestris spēlē *Beverīnas dziedoni*, kas arī pirmoreiz atskanēja šeit pirms 100 gadiem. Tālumā samilzis pērkonis negaiss, bet virsū vēl nenāk – vai to dziesma aiztur?

Pa Lielupi slīd buru laivas un koris dzied *Pūt, vējīni*, Jelgavas pilsētas galva Uldis Īzaks saka, ka visi vaimanā, ka septiņas lielākās pilsētas Latvijā kļuvas nelatviskas, bet Jelgava un Jelgavas novads šeit apliecina, ka te valda un valdīs latviskais. Tagad Lielupē visādas formācijas veido kanū laivu braucēji, ugunskuri aizpeldējuši tālāk. Koris, kā jau tradīcija prasa, dzied tikai tālāk, bez diriģentiem. *Kur tu skriesi, vanadziņi*. Skan tikpat labi kā ar diriģēšanu. Visiem rokās svečītes. Nu viņi rauj vaļā *Cekulaina zīle dzied Rīgas torņu galiņā*. Sākas uguņošana. Raidījums beidzas ar orķestra *Seši mazi bundzinieki* popūriju.

###

1995. gada 25. jūnijā, 9:15

... Kopš manas aizbraukšanas ir pagājis tikai viens mēnesis, man jau tas liekas kā desmit gadi. Man liekas, ka Tu nesa-proti manu lielo mīlestību uz Latviju. Tev nevajadzētu to jautāt ar cilvēciskām attiecībām. Man Latvija ir milzīgs svētums, kaut kas līdzīgs kā citiem reliģisks pasaules garīgais centrs. Ne jau pielūgšanas objekts, bet kaut kas milzīgs un mūžīgs, kas nodarbina manu prātu un sirdi, kam vienmēr manā dzīvē bijis spēcīgs iespaids uz visu to, ko jūtu, kā dzīvoju. Varbūt Tu saproti, kāpēc es bez šīs zemes nespēju pa istam dzīvot, arī to, ka man te būtu jāceļ māja, kuŗā arī Tu varētu dzīvot, jo Tu esi manas dzīves mīlestība, labākais draugs, mīļākais cilvēks. Tāpēc es gri-bēju, ka šī zeme būtu arī manas Māras zeme.

Lasot Tavas vēstules, es jau arī saprotu Tevi. Arī man ir tas pats dārzis, ko trešo daļu no dzīves esmu kopis, par ko rūpējies. Arī man mūsu māja ir ierasta, īsta, droša, uzticama. Man ir visas tās pašas izjūtas, kādas ir Tev. Tikai man ir iekšējā balss, kas sauc un neļauj man tālāk svešas zemes komfortu baudīt. Man šis saucējs, kā mazs dzīvības pulkstenis, ir nemitīgi

tikšķējis apziņā un teicis, ka mana dzīve vēl tiks dzīvota Latvijā. Es tam esmu vienmēr ticējis, arī tad, kad racionāli to nevarēja pat iedomāties. Man ir ticība, ka man vēl pietiks spēka to pašu izveidot šeit, kur Tu arī varētu justies tāpat.

###

1995. gada 2. jūlijā, 9:22

Mazliet esmu iepazinies ar Andreju Eglīti. Viņš ir samērā vienkāršs, bet šķautņains cilvēks, ar noteiktiem, pat iesalušiem priekšstatiem, kas labs mūsu tautai, kas ne, kas ir latvisks, kas nav. Viņš vakar kritizēja lielo koncertu un nesaprata, ka jauniešu skaļums, izrādot savu entuziasmu, taču ir pozitīvs, nevis slikta uzvešanās. Arī tas, ka programmā ielikti tik daudz šlagergabali, ziņģes. Viņam nepatika R. Pauls, un tā jau ir gaudmes lieta, bet šlagerus, vecos Latvijas labo laiku kases gabalus, arī jaunie uzņēma ar sajūsmu, kā kaut ko tādu, ko viņi uzskata par savu, bet kas tik ilgi viņiem ir bijis liegts. Tautas gars tikai tad var būt īsti piepildīts, ja tas aptver visu kultūras skālu, kuŗā ietilpst arī "nekultūra". Eglītis vakar izsēdējies 6 stundas deju un vēlāk dziesmu koncertā, šorīt viņš neapmierināts, jo negrib iet tradicionālā svētku gājienā. Labāk gribot apskatīt Rīgu. Kaut viņš te jaunībā ir dažus gadus dzīvojis, Rīgu viņš galīgi nepazīst. Vakara man viņam vajadzēja uz kartes rādīt un skaidrot, kā no mūsu dzīvokļa var tikt līdz Brīvības piemineklim.

Vakar ceļā uz Kolku varēja redzēt daudz pļāvēju ar izkap-tīm, zirgu pļaujmašīnām, traktorū pļaujmašīnām. Citur sievas ar grābekļiem sienu ārdīja, citur vīri grāba un krāva gubās. Siens ir milzīgi varens šogad, biezs kā mūris un pilns visādām labām zālītēm. Kurzeme ir viļņaina zemīte, kur daudz veco māju palicis pāri, bet netrūkst arī arhekoniski drausmīga izskata padomju celtni. Kolka paliek atmiņā ar savu radziņu, gliemežvākiem, lielo dažādību starp jūru un līci.

22:40

... Aizgāju uz zvēru dārzu. Tur nebiju bijis vairāk nekā 51 gadu! Nav tik foršs, kā bija toreiz, vienīgi lāču liela dažādība. Ir gan viens krokodils no trīsdesmitajiem gadiem, vēl dzīvs, bet nekustīgs.

... Koncerts bija jauks un sirsniģs, kā jau tur, kur kopā sanākuši tūkstošiem bērnu un dzīvespriecīgu jauniešu. Dziesmu *Dar' man tēvis pastaliņas, šuj man svārkus māmuliņa* atcerējos dziedājis, kad biju 7. klasē pamatskolā. Kādas jaukas sentimentālas atmiņas. Bija arī citi – I. Kalniņa gabali un daudz skaistu tautasdziesmu. Nobeidza ar jauku Paula dziesmu un tad turpināja dziedāt, bet es devos atpakaļ uz dzīvokli.

(Turpinājums sekos)

Zentas Liepas vēstules uz Latviju

(Turpināts no nr. 28)

18. aprīlī, 1977.

Stundu pēc pusnakts

Mūsu mīļie, tālie!

Jūsu pūkaini rožainie sveicieni svētkos un dz. d. [dzimšanas dienā] pielidoja jau 5. aprīlī, divas dienas pirms Zaļās Ceturtdienas. Sirsnīgs, sirsnīgs paldies par tiem un Tev, mīļais Arvīd, par plašo vēstuli ar sīkajiem, ne maniem lielajiem burtiem, kurus (Tavus) tomēr varēja labi salasīt. Tikai tam, kam prozista episks talants, var tik plūstoši un gludi (pasakot svarīgāko) aprakstīt tik daudzas rožu kartes, uz ceļiem grāmatu turot. Paldies, paldies vēlreiz.

Jūsu sveicieni darīja visu nedēļu (Kluso) bagātu. Nāca prātā, ka tai nedēļā reiz svētku maize tika cepta divreiz. Pirms Zaļās Ceturtdienas lielie baltie kukuļi divām svētku dienām. Sestdienā atkal kukuļi un biežpiena un ķimeņmaizes, līdz ar olu vārīšanu sīpolu mizās. Un es visam tam biju klāt. Šoreiz, gribēdama šo nedēļu darīt svarīgu, arī es izcepu divus baltus kukuļiņus jau trešdienā. Taču senās noskaņas traucēja šīs zemes skaļais ritms (šeit svētamā diena tikai viena). Nedēļas vidū nebiju arī sevišķi spīrgta un vesela (labu nedara arī tās nomoda nakts), nezināju, kā spēšu veikt mājas darbus (ārējo – maizes darba pienākumi – dārzs un kāpņu telpas)...

... bija labi mums diviem vien. Lielā diena ieņēma sevi manu dienu un gaišumā izdzēsa robežas, attālumus, gadu skaitļus – bija tikai siers, maize, bet priecīgs punkts visumā, zieds pavasarim atvēries, nupat, nupat piedzimis – pasaulei bez ēnām, bez šaubām.

Paldies arī, mīļais Arvīd, par otrā aploksnē ievietotiem Jūsu preses izgriezumiem, kas labi parāda Jūsu dzīves, ikdienas sasniegumiem un darba plūsmu. Ļoti priecājāties un apsveicam Mārīti ar sasniegumiem. Prieks arī, ka bijusi tikšanās ar Antonu B. [Bārdu] un Paulīni. Ka viņš atkal vesels. Ja ir izdevība, sirsnīgi sveicieni no manis. Apsveicu arī ar "Puķi pagalvi"...

... notika brīnums – sestdien līdz pusnaktij visi darbi bija veikti, svētku maizes, arī olas sīpolu mizās, galds uzklāts. Pēc vannas vēl gultā skatījās Lieldienu tēmas filmu tel. Sagaidīju saullēktu un pēc 2 stundu rīta snaudas biju spīrgta un vesela, it kā nekādu križu nebūtu bijis. Ienāca Aina ar savu cepumu un olu groziņu sveikt divējos svētkos. Es preti iedevu vēl pravāku savu groziņu, lai var pacienāt arī Lailu un Jāni, kas ieradīsies viņus apciemot. Un tad bija miers un klusums starp pavasarīgām gleznām un pūpoliem ar spožu, bet ne tveicīgu Lieldienu sauli logos kā dzimtenē un mūziku. Bija arī vērtīgi raidījumi svētkos.

...Diemžēl maniem krājumiem nav neredzamu spārnu un tie nevar pie viņa aizlidot, lai kā arī es nevēlētos. Bet varbūt viņš varētu ieskatīties kādā no Edmunda pārrakstiem Tev. Un ja tas nebūtu apgrūtināši, es varētu viņam kādu vārdu aizrakstīt, t. i., ja viņš vēlētos. Dažreiz saraksti-

šanās dažus cilvēkus nevajadzīgi apgrūtinā. Nākamajā reizē par visu to varbūt dzirdēšu Tavas domas tuvāk.

Ļoti vēlēšos arī zināt par rakstītāju no L. Laicēna ielas. Vai kāds, ko agrāk labi pazinu? Vai svešnieks? Kādēļ iniciāļi tikai? Prieks arī, ka Pauls V. sveicinājās



Ģimenes bilde Zentas iesvētes dienā

ar reālu sveicienu caur laipnu roku. Kā šķiet, nu vienīgā izdevība reāli sveicināt ar nodēģām lietām. ...

Kādu nakti, kad nevarēju ne gulēt, ne nogurumā arī ko darīt, lasīju Tavas vēstules, Arvīd. Arī tās pēc Airogolas apciemojuma. Cik sīki un dzīvi Tu atceries vietas un cilvēkus, vairāk kā es. Man rādās tikai vizijas un atsevišķas ainavas (tomēr ļoti spilgti) kā simbols vairāk nekā realitāte. Kādēļ arī mana biogrāfiskā skice par īsto grāmatu (ko Tev aizsūtīju) arī vairāk kā vizija vai sapnis (man tomēr ļoti reāla bērnības dienu īstenība, ko nezinu vai atrastu turp aizbraucot. Baznīcas kalns toreiz šķita tik augsts. Taču Tavi apraksti radīja lielu vēlēšanos un ilgas (nekad nepiepildāmas) šīs vietas reālām acīm skatīt. Sevišķi tagad, kad narcises zied. Prātā kā dzīvs mātes puku dārzs ar baltajām vāri smaržīgajām narcisēm (šai zemē tās reti redz). Par šo dārzu rakstīju domrakstu pirmajā klasē un Drustu [Kalniņa] Milda to nolāsija klasei.

Atbildes uz vēstulēm, arī ne tik labā veselība aizkavēja īstu iejušanos topošajā krājumā. Nu līdz ar pavasara ziediem saņemšos un cerams, ka veikšu. Nosaukums izlemts īss, vienkāršs, simbolisks, ko vairs nemainīšu. Mans logs. Ir arī dzejolis ar tādu virsrakstu. Edmunds jau uzmeta vāka un titullapas skices.

Hildai Lācarienei nosūtīju apsveikumus, līdzjūtības vēstules Sarmai un Metai. Pievienoju šeit 4 lapa par Jaunsudrabiņu (manas atmiņas) + 4 lapa ar J. J. Pāris vēstuli kopijām (tās, ko varēju izlietot) + lapa par Aivaru + apsveikuma karte Mārītei. Nemiet par labu. Sirsnīgi sveicinot Jūs visus. Z.

17. sept. 1977.

Seni atmiņu noskaņā pēc "Laiku lokā" izlasīšanas

Mūsu mīļie, tālie!

Vakarā, vakar pastnieks pieņesa Jūsu mīļi sūtīto žurnālu "Karogs" ar Mārītes daiļo rok rakstu adresē. Sirsnīgākais paldies! Nevaru gan atšifrēt, cik ilg-

tuvi var sasaukties vismaz ar sveicieniem. Tā, saņēmu atkal pāris atmiņām – neatmināmus vārdus – rindas no Laicēna ielas. Nu vismaz zinu viņa vārdu, kā biju pirmo reizi neminējusi – Eglītis, bet ne Jēkabs, ko nezinu, bet Herberts. Vai Tev būtu man pazīstamā otrs vārds? Un viņš piemin-

dienas ar jauki vēsām un zvaigžņotām naktīm (tiem, kas naktīs neguļ). Aina ar Tāli bija atvaļinājumā Sanfrancisko pie Ineses un Baibas. Pilsēta jau skaistākā visā Amerikā un eiropiskākā. Nav gan gada laiku. Tikai vai nu skaidra, vai miglaina vasara ar vienmēr ziedošiem dārzeņiem. Abām meitām labs dzīvoklis ar kamīnu dzīvojamā istabā un katrai savu guļamistabu. Sadzīvojot labi. Latviešu sabiedriskā dzīvē nepieņēma, kaut gan ir teātris, draudze un koris. Katrai savs kaķis. Arī Lailai Bruklinā kaķis, tāpat kā Aina, kas pēkšņi (kaķis) saslima un pašlaik slimnīcā ar paplašinātu sirdi. Izdevumi un uztraukumi. Zinu, kā tas ir, tādēļ pēc mūsu putna Mārītes nāves neviena dzīvnieka nevēlos.

24. sept.

Nolasīju savas atmiņas J. J. [Jāņa Jaunsudrabiņa] simtgades svinību sarīkojumā. Aktrise Nīna Melbārde lasīja izvilumus no "Baltās grāmatas", arī Klibo Jurku, kur pieminēta Mazzalve (izrādās, N. M. arī no tās puses). Rādīja arī gleznainu, krāsās noskaņotu filmu – J. J. Savā meža mājiņā pie Mēness ezera Vāczemē, ar jauko mūža biedri Nati. Arī ezerā makšķerējot. Stalts, gaišs, apgarots vēl 85 gadu svinībās pie galdā. Tad 3 dienas vēlāk bēres. Lielas, krāšņas, tautiešiem un vācemeņiem piedaloties. Sarīkojums bija bagāts, plaši apmeklēts.

Palieciet nu visi sveicināti. Rakstīšu atkal. Zenta & Edmunds.

27. sept.

Šodien pielidoja Jūsu mīļi sūtītais sainītis ar 3 platēm. Klausīšos tikai vēlāk vakara vai nakts klusumā, tās īsti izbaudot. Sirsnīgākais paldies un arī par mākslas žurnālu, ko saņēmu pāris dienas agrāk. Tikai kādēļ tā nopūlaties ar sūtīšanu, Jūs darbā tik aizņemti un nevalīgi? Lūdzu, nedarīet to vairs. Jūtamies parādnieki, jo pašlaik sadārdzināto ceļa maksu dēļ nevaram arī tās lietas nosūtīt, ko bijām sakrājuši.

Kursu un Liepāju. Šai pilsētai esmu devusies cauri tikai dodoties uz Vāczeni. Vai tur būtu kādu citu E. [Eglīti] sastapsi? Bet tikai pavīrs paziņa nevarētu būt, jo uzrunā mani vārdā un lūdzu rakstīt. Domāju, ka nevienam nekaitēšu, ja nosūtīšu pāris vārdus. Kaut arī nezināmam. Ja zinātu, ka viņš tomēr man zināmais J. E., tad būtu jau sen izdarījis. Bet Tu, mīļais Arvīd, Lieldienu vēstulē man solījies šī rakstītāja personību atklāt.

Mūsu nepanesami karstā vasara beidzot atkāpjas un mēs pateicīgi sākam atvilkt elpu. Rudenis šai zemē ilgākais un tikamākais gada laiks. Īstenībā saulainas un dzestras atvasaras

Laika grāmata JAUNUMS



Pēc 35 gadiem Tēvzemē nācis klajā romantiskās trimdinieces, Neretas dzirnavnieka meitas **Zentas Liepas** 1988. gadā sakārtotais dzeju krājums "Dainu Latvija zied". Izdots vienā grāmatā ar novadniece **Lidijas Ozoliņas** biogrāfiskajām esejām par dzejnieci.

Grāmatā daudz vēsturisku foto, kuŗos ņujorkieši "satiks" pazīstamus un tuvus cilvēkus...

Grāmatas Jums piesūtīs pa pastu (t.sk. pasta izdevumi).

Rakstiet Inesei Zaķis 6051A Sun Blvd #604,
St. Petersburg, Florida 33715



Cena 45,- USD

Grāmatas izdošanu atbalstījis PBLA Kultūras fonds un Padome

VITA GAIĶE

Albert, tevi ļoti mīlam!

Čikāgas Pieciši Rīgā nosvin Alberta Legzdiņa 90 gadu jubileju



Notikumiem bagātajā dziesmu svētku nedēļā Rīgā dziesmu draugus VEF Kultūras pili kopā sasauca Alberta Legzdiņa 90 gadu jubilejas svinības. Paša jubilāra, viena no Čikāgas Piecišu dibinātājiem, diemžēl vairs nav mūsu vidū, bet viņa draugi bija gādājuši par košu koncertu.

Koncertu rikoja biedrība "Teātris un mūzika", un tajā ar dziesmām un atmiņu stāstiem uzstājās Anta Eņģele un Laila Ilze Purmaliete, Julgī Stalte, Ēriks Zeps un Ainars Bumbieris. Čikāgas Piecišiem, viesojoties latviešu centros ar koncertiem un arī koncertējot Latvijā, izveidojusies tradīcija pieaicināt kādu dziedošo bērnu grupu. Šoreiz koncertā piedalījās Agneses Širantes vadītā bērnu estrādes studija "Kukurags".

Klausītājus Čikāgas Piecišu jaunībā aizveda izrādes "Čikā-

ari dzenot jokus, kā kādreiz to mīlēja darīt Alberts Legzdiņš.

Tomēr, protams, visvairāk gaidīta bija īsto Čikāgas Piecišu uzstāšanās. Koncertā piedalījās trīs no pēdējā sastāva dalībniekiem – no Čikāgas uz Rīgu atbraukuši bija Armands Birkens un Alnis Cers, viņiem pievienojās Lorijs Vuda-Cinkusa, kas dzīvo Latvijā.

"Alberts ir Čikāgas Piecišu sirds, dvēsele un mugurkauls. Viņš mūs visus pulcināja, un mēs pulcējamies ap viņu," atzīst Armands Birkens, kas no visiem Čikāgas Piecišiem ir bijis visilgāk kopā ar Albertu Legzdiņu. Armands Birkens koncertā bija izvēlējies dziedāt trīs, kā viņš teica, stāstošas dziesmas, kas spilgti raksturo Albertu. Viena no tām, 14 pantus garā dziesma "Piektdienas vakars" nekad nav dziedāta kon-

kurī bija klāt un kuŗiem bijusi ilggadīga un svarīga loma ansambļa un Alberta dzīvē. Tomēr vislielākais draugs noteikti ir Rainis Upmalis, kas

vardarbība pilsētās, pasaules politika, karš, terorisms. Līdzīgas sajūtas stāstošā dziesmā "101. ceļš". Arī "101. ceļš" nekad netika iekļauta programmās

Koncertu noslēdzot, uz skatuves pienāca klāt pārējie vakara dalībnieki un kopīgi nodziedāja iemīļotās dziesmas: "Par mani, draudziņ, nebēdā", "Mūsu mīlestība" un "Made in Latvia", pievienojās arī klausītāji.

Vēl viena zīmīga Piecišu tradīcija ir koncertus beigt ar "Hei lai lī", katrai uzstāšanās reizei piedzejojot atbilstošus pantņus. Arī šoreiz Armands bija gādājis par pienācīgu nobeigumu, izceļot gan Latvijas sportistu panākumus, gan karu Ukrainā, gan arī šī koncerta temu – pieminēt Albertu Legzdiņu:

*Te nu esam visi kopā
Vienā lielā draugu lokā*

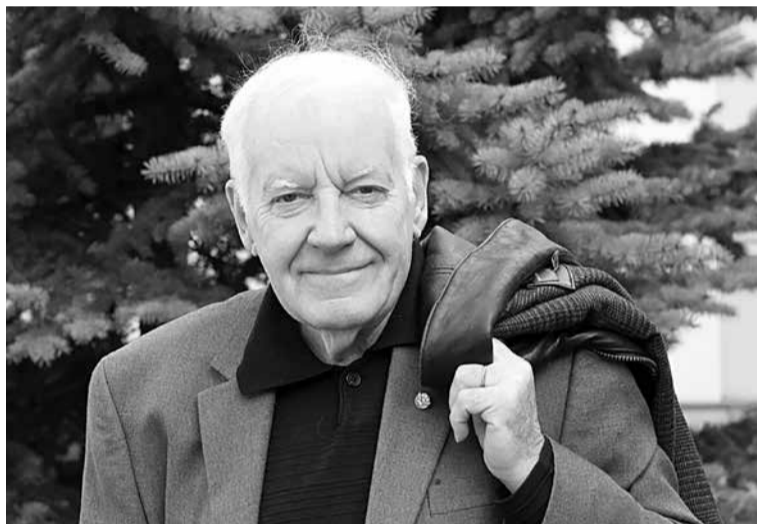
*Alberts izcils malacis
Daudzas dziesmas atstājis*

*Atmiņas mums silda sirdi
Zinām, tu šīs dziesmas dzirdi*

*Vienoti mēs visi dziedām
Albert, tevi ļoti mīlam!*

Pārpildītā VEF Kultūras pils zālē valdīja atmiņu siltums un pacilātība, ar ilgstošiem aplausiem vēl izlūdzoties piedevu – "Vecpiebalga". Klausītāji ilgi negribēja laist dziedātājus prom no skatuves, un varam būt pārliecināti, ka Alberts būtu ļoti apmierināts un gandarīts par koncertu.

Paldies, Albert, paldies Čikāgas Pieciši!



// FOTO: Valdis Semjonovs



gas Pieciši. Leģendu atgriešanās" aktieri Gundars Silakaktiņš, Mārtiņš Brūveris, Aija Džerve, Marģers Eglinskis un dziedātāja Ieva Sutugova. Viņi atgādināja par noskaņu Čikāgas Piecišu koncertos, ne tikai dziedot iemīļotās dziesmas, bet

certos tieši tās garuma dēļ, tomēr gan Armandam, gan Albertam bijusi ļoti tuva. Šajā, gandrīz vai varētu teikt – balādē – klausītājam acu priekšā tiek uzburta aina no Čikāgas 60. gadu sākumā. Koncerta beigās tika minēti vairāki goda viesi,

ieguldījis milzīgu darbu, sakārtojot Piecišu ierakstus. Ieteikums koncertā iekļaut "Piektdienas vakaru" pieder Rainim. Paldies, lieliska izvēle! Savukārt "Vakarziņas", diemžēl, nav zaudējušas savu aktualitāti arī pēc 40 gadiem,

kopš sešdesmitajiem gadiem. Armands gribēja, lai tā skan šovakar Albertam par godu.

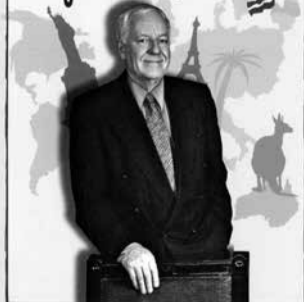
Šīs trīs dziesmas lieliski izcēla Alberta stāstnieka spējas. Armands atzīmē, ka Alberta dziesmās stāsts ir loģiski plūstošs, ar labām atskaņām, kas palīdz dziesmu atcerēties.

Klausītājus sajūsmināja Armanda Birkena un Lorijas Vudas dziedātā "Ir septiņi no rīta" tik ļoti, ka tā bija jāatkārto. Lorijas Vudas dziedājumā sirsnīgi izskanēja dziesma "Tavā logā". Un kā nu bez Lorijas un Armanda dueta dziedātās "Līgo dziesmas"!

VĒL IR REDAKCIJAS KRĀJUMĀ

ALBERTS LEGZDIŅŠ

Čikāgas Piecišu
brīnišķīgie
piedzīvojumi



ALBERTS LEGZDIŅŠ
"ČIKĀGAS
PIECIŠU
BRĪNIŠĶĪGIE
PIEDZĪVOJUMI"

Par piedzīvoto Fidži salās,
Latvijā dāvātajām lašu
mātēm un visu pārējo,
mūzikas ceļā sastapto.

Cena 35,- USD

Grāmatas Jums piesūtīs pa pastu (t.sk. pasta izdevumi).
Rakstiet Inesei Zaķis 6051A Sun Blvd #604,
St. Petersburg, Florida 33715

Kas notiek Kristīnes Čilveres dzīvnieku draugu biedrībā?

BETIJA BOOTA

Mūsu tautietes Marijas Kristīnes Čilveres (1920-2007) vārds komentārus neprasa. Otrā pasaules kara laikā no koncentrācijas nometnes izbēgusi 22 gadus vecā dāma Lielbritānijā iestājās dienestā, lai pildītu sevišķi slepenus uzdevumus, citiem vārdiem, kļūtu par spiedi Fifi. Latvijā gan viņas vārds saistās ar pavisam ko citu, proti, 1996. gada 8. oktobrī Rīgā tika dibināts "Dzīvnieku draugu fonds", savukārt 2001. gadā atvērta patversme "Dzīvnieku draugs", kas darbojas vēl joprojām.

Tajā pašā klīnikā, kur notika dzīvnieka eitanāzija, Anna tika izvesta pa pagalma pusi ārā un aicināta iegriezties patversmē, kas atrodas burtiski trīs soļu attālumā. Lai lasītājam nejauktu prātu, jāpiebilst, ka šī patversme minētajai klīnikai nepieder, taču to apkalpo otra veterinārā klīnika "Dzīvnieku draugs", kuŗas nosaukums ir tāds pats, kā Čilveres dibinātās patversmes nosaukums. Skumja, apmulsusi, iepriekš nesagatavota – tā jutās Anna, taču viņa pieņēma lēmumu dot pajumti vienai no

Tā kā Annai dzīvnieki jau iepriekš bija bijuši, iedot kažim tableti viņa prata. Pirmais pārsteigums radās aptiekā, jo aptiekāre bez receptes atteicās šīs zāles izsniegt. Annai nekā cits neatlika, kā zvanīt savam ģimenes ārstam, palūgt recepti (kaķa ārstēšanai) un slimai doties uz aptieku vēlreiz.

Ņemot vērā, ka kaķene bija ar smagu raksturu, iekarot zāles kļuva par gandrīz vai neiespējamo misiju. Annai tas tomēr izdevās, taču labuma no medikamentiem nebija. Jau nākamās dienas vakarā pie slimās kaķenes atbrauca veterinārārste, taču kaķene uzvedās tik agresīvi, ka palīdzēt vienkārši nebija iespējams. Šķita, ka dzīvnieks tūlīt, tūlīt dakterei uzbruks un sāks to plosīt. Līdz ar to veterinārārste, neko neizdarot, aizbrauca prom. Vienīgais, ko viņa pieteica, ka nākamajā dienā, kas bija 18. novembris, dzīvnieks obligāti vedams uz klīniku. Un pilnīgi vienalga, kā ar veselību būs pašai Annai, taču kaķis ir jāved pie ārsta. Un punkts.

cīnoties pati ar savām veselības problēmām, Anna pieņēma smagu lēmumu. Ņemot vērā kaķenes lēmumu raksturu un agresiju, viņa nolēma to aizvest uz klīniku iemidzināt. Sieviete neredzēja citu iespēju. Un kāda gan būtu šī cita iespēja – viņa dzīvnieku neatstāja bez palīdzības, to tika mēģināts ārstēt, taču kaķene šos centienus uzņēma ar lielu agresiju.

Nākamajā rītā Anna piezvanīja uz klīniku un smalki izstāstīja situāciju. Viņa arī minēja, ka pašai ir augsta temperatūra, klepus un iesnas ar aizdomām uz kovidu, tāpēc izteica priekšlikumu, ka izsauks taksometru, šoferim iedos transportbūri ar kaķi un naudiņu, lai viņš to visu nogādā klīnikā. Vienīgais Annas lūgums bija, lai viņai pašas slimības dēļ atļauj nebraukt. Kas tev deva! Nē, tā nedrīkst! Vienalga, cik slimā jūs esat, jums ir jābrauc pašai, jo taču jāparaksta dokumenti. Uz iebildi, vai tas nevarētu pagaidīt, tika pateikts kategorisks NĒ! Galvenais ir jūsu paraksts, bez tā nu nekādi, un nauda,

būra, jo to sievietei atdot neuzskatīja par vajadzīgu.

Tikai mājās Anna sāka pētīt klīnikas izsniegto čeku. Tavu joku – tajā bija iedrukāts, ka 45 eiro tiek samaksāti nevis par eitanāziju, bet gan ārstniecību, pat norādot konkrētas procedūras: USG, X-RAY utt. Piedodiet, bet vai tā nav krāpšana?

Patversmes bizness – kaķu "iznomāšana"

Jau pavisam drīz Anna uzzināja, ka viņas kaķi klīnika, kuŗai tas tika nodots, atdevusi saviem "kaimiņiem" – Čilveres dibinātajai patversmei. Mērķis vienkāršs – dzīvnieku mazliet apārstēt un atkārtoti piedāvāt "adopcijai". Bija jāgaida vien pāris nedēļas, līdz patversmes darbinieki labi izdevušos kaķu fotoattēlu ar sirdi plosošu stāstu izlika sociālajos medijos.

Annas nepārsteidza. Pareizāk sakot, viņa to pat bija gaidījusi, ik dienu ieskatīdamās patversmes mājaslapā, kur tiek piedāvāts sniegt pajumti kaķiem. Pētot patversmes darbību un ievācot par to informāciju, sieviete atklāja, ka tāds ir šīs patversmes biznesa plāns, proti, vairākkārtēja kaķu "adopcija". Tas nozīmē, ka bieži ir gadījumi, kad dzīvnieks tiek nodots jaunajam saimniekam, taču pēc kāda laika vests atpakaļ un piedāvāts "adopcijai" atkārtoti. Par samaksu, protams. Šāds liktenis bija arī Annas kaķenei, kuŗai jau pēc īsa brīža bija atrasti jauni saimnieki. Vai šiem cilvēkiem, pirms viņi izlēma kaķenei sniegt pajumti, tika teikts par dzīvnieka agresijas izpausmēm? Vai viņus brīdināja par kaķenes veselības problēmām? Atbildi viegli var uzminēt, vai ne? Nekā personīga – tikai bizness.

Ar to stāsts nebeidzas. Kaut bija pagājušas jau vairākas nekā divas nedēļas kopš nelaimīgā notikuma, Anna saņēma drosmi un pajautāja, vai tiešām viņai netiks atdots vismaz transportbūris. Tavu brīnumu – būris tūlīt "atradās", un sievietei to atdeva. Lai tur muti un lieki nemuld.

Epilogs

Nav šaubu, ka daudzi lasītāji par vainīgo uzskatīs Annu. Sak, kāda bezsirde, vēlējas kaķītim atņemt dzīvību! Jā, tā ir, taču piebilstams, ka iepriekš sieviete bija darījusi visu, lai dzīvniekam palīdzētu, lai to ārstētu. Un nebija neviena, kas pasniegtu roku pašai Annai!

Stāsta varonei skaidrs ir viens – tā kā pirmais un vienīgais viņas mēģinājums dot pajumti patversmes dzīvniekam cieta neveiksmi, otra nebūs. Laiks rādis, vai Anna savās mājās vēlēties vēl kādu kaķi, jo pirms šī viņai ar peļu junkuriem bijusi vienīgi pozitīva pieredze, taču patversmi kā iespējamo vietu, kur pie dzīvnieciņa tikt, viņa neizvēlēties. Kas atliek? Audzētāji. Vismaz oficiāli audzētāji apgalvo, ka viņi vajadzības gadījumā klientiem sniedz vai nu padomu, vai palīdzību, nevis cenšas izkrāpt naudu.



Viena no nedaudzajām Kristīnes jaunības dienu fotogrāfijām // FOTO: Žurnāls.lv

Tikai – ar vienu un to pašu nosaukumu ir reģistrēta gan patversme, gan veterinārā klīnika, turklāt abas atrodas vienā un tajā pašā adresē – Candra ielā 4, Rīgā. Šajā pašā adresē darbojas vēl viena veterinārā klīnika, tātad kopā to ir divas. Jūs sapratāt pareizi – vienā adresē atrodas divas dažādas veterinārās klīnikas un viena patversme.

Normālos apstākļos veterinārajām klīnikām savstarpēji būtu jākonkurē, taču šajā gadījumā abas ir lieliski sadarbības partneri. Un kāpēc ne, ja mērķis vieno? Un mērķis, protams, ir nauda. Lasītāja, kuŗas stāstu atklāsim, nevēlējas atklāt savu vārdu, tāpēc sauksim viņu par Annu.

Dzīvnieku patversmēs vārds "adoptēt" nozīmē "nopirkt"

Aizvadītās vasaras vidū nomira Annas vecā kaķēnīte, kuŗai veterinārārsts bija konstatējis vēzi. Ņemot vērā faktu, ka sniegt medicīnisku palīdzību, neskaitot sāpju remdēšanu, kaķēnītei vairs nebija iespējams, divi veterinārārsti ieteica dzīvnieku eitanāzēt. Tas, protams, ir smags lēmums, taču dzīvnieciņam, visticamāk, labākais.

patversmes kaķenēm, kas bija sasniegusi jau astoņu gadu vecumu. Lēmums bija spontāns, taču tobrīd tas šķita pareizs. Kaķus seniorus, kā apgalvoja patversmes darbinieki, cilvēki "adoptē" reti, jo lielākā daļa klientu izvēlas kaķēnus. Otrā pozitīvā lieta – Annas mājās šī kaķene tiktu pie visa gatava. Uzreiz jāpiebilst, ka par sievietes izvēlētais kaķenes negatīvajam īpašībām patversmes darbinieki solidāri klusēja. Un kāpēc lai neklusētu, jo patversmes dzīvnieki galu galā ir prece, par kuŗas "adopciju" tiek iekasēta solida naudas summa.

"Adoptētais" izrādās slimš

Ar vairākām šīs kaķenes negatīvajām rakstura īpašībām Annai bija jāsamierinās, taču pēc pāris mēnešu dzīvošanas jaunajā mājvietā dzīvnieks saslima. Kā par nelaimi, tieši tajā pašā laikā saslima arī Anna – viņa bija saķērusi kādu vīrusu, kas izpaudās ar augstu temperatūru, klepu un iesnām.

Anna nekavējoties sazinājās ar veterinārārsti, kuŗa bija ārstējusi arī viņas iepriekšējo kaķēnīti. Daktere ieteica vispirms nopirkt medikamentu "Cerugal" un pa ceturtdaļtableti iekarot kažim.



Ņemot vērā, ka Rīgā ir tikai dažas klīnikas, kas atvērtas valsts svētku dienā, tika pieņemts lēmums doties uz to pašu adresi, kur pirms pāris mēnešiem kaķene tika "adoptēta". Tā bija vislielākā kļūda.

Pavadot bezmiega nakti un

nauda, protams!

Annai nekā cits neatlika, kā pašai doties uz klīniku. Paldies, Dievam, ierašanās brīdī tur nebija neviena cita klienta. Anna samaksāja 45 eiro par manipulāciju, parakstīja papirus un varēja doties prom. Bez transport-

“Seniors nav novecojis pieaugušais!”

Stāsta profesors Jānis Zaļkalns, Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas Gerontoloģijas klīnikas vadītājs

Tā ir aksioma, kas neprasa pierādījumu – sabiedrība strauji noveco. Vienlaikus palielinās arī senioru vidējais dzīves ilgums, taču tikai dzīvildzes, bet ne veselībā nodzīvoto gadu izpratnē. Tas nozīmē, ka senioru veselības aprūpe prasa īpašu izpratni un attieksmi – gluži tāpat kā bērns nav mazs pieaugušais, tā arī seniors nav novecojis pieaugušais.

Visi mēs esam pakļauti novecošanās procesam, ģenētiski ieprogrammētām organisma izmaiņām, kas attīstās ar gadiem. Veselību, cilvēkam novecojot, nedrīkst mērīt tikai ar kādu noteiktu slimību esamību vai neesamību, jo ar šo dzīves posmu saistītie simptomi vai simptomu kopums būtiski atšķiras no tām “klasiskajām” pazīmēm, kas raksturīgas konkrētām slimībām. Tomēr tieši šis un arī vairāki citi apstākļi ietekmē un arī apgrūtinā senioru veselības aprūpi, tajā skaitā viņu sirds un asinsvadu slimību kontroli. Vecums – tā ir *summa summarum* jeb mūsu nodzīvoto gadu kopsavilkums, ko nevaram ignorēt, taču varam novecot vai nu veselības, vai neveselības garā. Proti, novecošanu novērst nevaram, tomēr varam ietekmēt dzīves veselīgi nodzīvoto gadu kvalitāti.

Novecojošs organisms ļoti labi atspoguļo organisma sistēmu vienotību un līdzsvaru – tiklīdz tajā kaut kas tiek izjaukts kādas slimības vai novecošanās dēļ, vai ārēju apstākļu ietekmē, sākas ķēdes reakcija. Tāpēc senioriem mēdz būt daudzi un dažādi veselības traucējumi – atšķirīgi, bet tādi, kas vienlīdz būtiski ietekmē pilnvērtīgus fizioloģiskos procesus. Vecāka gadagājuma cilvēkiem mēdz būt deviņas un pat vienpadsmit diagnozes – to uzskaitījums var būt gana garš nevis tāpēc, ka ārsti neprastu simptomus un sindromus palikt zem vienas cepures, bet gan tāpēc, ka tās patiešām ir vienlaicīgi noritošas dažādas slimības. Tieši tāpēc, piemēram, seniora veselības paasinājuma vai hospitalizācijas gadījumā ne tikai jāpievēršas konkrētajam veselības pasliktināšanās cēlonim, bet arī rūpīgi jāņem vērā viņa blakus slimības. Pretējā gadījumā cilvēka organisms var sabrukt kā traušls kāršu namiņš.

Kāpēc galvenokārt sirds un asinsvadu slimības?

Sirds un asinsvadu slimības ir vienas no galvenajām cilvēka novecošanās fizioloģiskajām izmaiņām, un vecums ir viens no galvenajiem kardiovaskulārā riska faktoriem.

Pirmkārt, likumsakarīga novecošanās pazīme ir aterosklerotiskas jeb progresējošas artēriju sienīņu izmaiņas – tās var skart visu asinsrites sistēmu no galvas līdz pat papēžiem. Diemžēl tās rada vispārējus asinsrites traucējumus, kavējot nepārtrauktu un vienmērīgu asins plūsmu organismā, šūnu un audu pilnvērtīgu apgādi ar skābekli un barības vielām. Turklāt tās tiek uzskatītas arī par galvenajiem nei-

rālo bojājumu cēloņiem vecāka gadagājuma pacientiem.

Vienlaikus, gadiem ritot, paugstinās arī arteriālā hipertensija jeb asinsspiediens (*blood pressure*), un situācijā, ja tas netiek korigēts, seko izmaiņas sirds dobumos – sākumā kreisā kambara paplašināšanās, kam pievienojas sirds hipertrofija, mazspēja un sirds ritma traucējumi. Mirdzaritmija ir viena no biežākajām sirds aritmijām – arī tās sastopamība pieaug līdz ar vecu-

jumu senioru veselības aprūpē – vienlaicīgu vairāku (parasti – vairāk nekā piecu) medikamentu lietošanu. Nereti tas nozīmē sauju ar zālēm, kas senioram ir regulārā dienas deva. Diemžēl šis faktors veicina to, ka vecāka gadagājuma cilvēki nereti pieļauj kļūdas zāļu lietošanā – tiek aizmirsti medikamentus lietot vispār vai lietot regulāri pareizajās devās un atbilstoši ārsta norādēm. Tāpat tiek piemirsts, ka medikamenti jālieto ilgtermiņā –



Jānis Zaļkalns: “Vecums – tā ir *summa summarum* jeb mūsu nodzīvoto gadu kopsavilkums, ko nevaram ignorēt, taču varam novecot vai nu veselības, vai neveselības garā. Proti, novecošanu novērst nevaram, tomēr varam ietekmēt dzīves veselīgi nodzīvoto gadu kvalitāti.”

mu, palielinot infarkta un insulta risku.

Diemžēl nereti sirds un asinsvadu slimības sākas un norit neredzami, pašam cilvēkam nejūtot nekādas izmaiņas savā veselības stāvoklī. Līdz brīdim, kad tās izpaužas nopietna kardioloģiska notikuma veidā un var radīt ne tikai neatgriezeniski pazeminātas dzīves kvalitātes risku.

Sauja ar zālēm – ikdienu

Daudzās vienlaikus noritošās slimības un nepieciešamība tās ārstēt ietekmē nākamo izaicinā-

Spēja rūpēties pašam par sevi

Seniorus bieži vien skar uzmanības, atmiņas, koncentrēšanās, jaunas informācijas apguves un uztveres ātruma problēmas. Šie, tā sauktie kognitīvie traucējumi var būt vairāk vai mazāk izteikti, taču, neatkarīgi no smaguma pakāpes, tie ietekmē seniora spēju rūpēties pašam par sevi, vadīt un kontrolēt savu slimību gaitu utt. Tāpat novecošanās procesa gaitā pieaug nespēks – cilvēks nespēj efektīvi tikt galā ar dažādām sadzīves un sociālām situācijām, izjūt vispārēju spēku izsīkumu un enerģijas trūkumu. Tas savukārt ietekmē gan uztura un dzīvesveida paradumus – piemēram, ūdens lietošanu vajadzīgajā apjomā un uztura pilnvērtību un daudzveidību, kā arī apdraud kopējo veselības stāvokli, visticamākajā veidā ierobežojot senioru

gluži praktiskās iespējas saņemt veselības pakalpojumus. Piemēram, kā lai seniors, īpaši dzīvojot viens, nokļūst pie sava ārsta, veic analīzes un izmeklējumus, jo īpaši sarežģītākos? Nemaz nerunājot par izmaksām, kas ar to saistītas.

Kādi būtu vēlami risinājumi?

Senioru veselības aprūpe nav iedomājama bez konkrētiem sociāliem pakalpojumiem. Latvijā tā būtu sociālo dienestu ziņā. Senioru paaudzē diemžēl valda patērieciska attieksme pret veselību, tā aizvien netiek uzskatīta par vērtību, pilnvērtīgas dzīves pamatu. Novecošanās nebūt nav individa dzīves beigas, bet gan vēl viens iespēju un attīstības posms, jo cilvēka fizioloģiskās un psiholoģiskās izmaiņas nav stingri saistītas ar chronoloģisko vecumu.

Kas notiek ar organismu karstā laikā?

Nedēļrakstā IR žurnālistei J. Altenbergai atbild kardioloģe Ginta Kamzola

“Pirmais – paplašinās asinsvadi. Tas nozīmē, ka var samazināties asinsspiediens un mūsu smadzenes un citi orgāni nesaņem pietiekamu apasiņošanu.

Asinsspiediena pazemināšanās var izraisīt ne tikai ģiboni vai sirds ritma traucējumus, bet arī pasliktināt nieru funkciju, it īpaši cilvēkiem, kuriem tā jau ir traucēta. Turklāt karstums paātrina pulsu – lai nodrošinātu adekvātu asinscirkulāciju visos orgānos, paplašināto asinsvadu dēļ sirdij asinis jāpumpē ātrāk. Pacientiem ar sirds problēmām paātrināts pulss galīgi nenāk par labu, tas var veicināt aritmiju.

Sirds mazspējas gadījumā, ja sirds muskuļa saraušanās spēja ir samazināta, organisma regulatorās sistēmas – hormoni, centrālā nervu sistēma – cenšas to kompensēt, liekot sirdij strādāt ātrāk. Ja šos mehānismus ekspluatējam ilgstoši, tas vēl vairāk pasliktina sirds funkciju. Karsēties saulē neiesaka pat veselam cilvēkam, bet sirds slimniekiem pietiek pat ar īsu brīdi, lai organismu izsīstu no līdzsvara.

Riska grupā ir ne tikai seniori. Arī divdesmitgadniekiem var būt sirds mazspēja. Tomēr līdz 40 gadiem sirgstošo skaits ir mazāks – tikai aptuveni 0,4% no šīs demografiskās grupas. Bet vecumā virs 80 gadiem slimo 12 – 15%. Jo lielāka dzīves bagāža, jo vairāk problēmu bijis pirms tam, jo lielāka iespēja, ka sirds funkcija nav pilnīgi normāla. (..)

Ir maldīgi domāt, ka sirds mazspēja rodas tikai sirds slimību dēļ. Daudzas chroniskas slimības var ietekmēt sirds funkciju, arī pacienti ar onkoloģiskām slimībām, kas saņem ķīmijterapiju, ir riska grupā.

Karstumā organisms zaudē daudz šķidruma, tāpēc ir svarīgi, lai regulāri un daudz padzeramies. Bet to cilvēki bieži aizmirst. Ja organismā nav pietiekami daudz šķidruma, jo mēs pastiprināti svīstam, tas ietekmē nieru funkciju. Svīšanas rezultātā zaudējam sāļus, savukārt elektrolītu disbalanss var izraisīt sirds ritma traucējumus.

Īpaši jāuzmanās ne tikai cilvēkiem, kuriem jau ir kādas sirds problēmas, bet arī tiem, kas regulāri lieto asinsspiedienu samazinošus vai šķidruma izvadi veicinošus medikamentus.

Karstuma sekas var būt arī letālas. *Nature Medicine* publicētajā pētījumā lēsts, ka 2022. gada vasarā Eiropā ar karstumu saistītu iemeslu dēļ miris apmēram 61 tūkstošus cilvēku. Nav tādas diagnozes «miris no karstuma» – situācija ir individuāla, visbiežāk cilvēki mirst tieši no karstuma radītajām komplikācijām un veselības sarežģījumiem. Tomēr var būt arī situācija, kad organisma pārkaršana tieši noved pie kritiskām izmaiņām asinscirkulācijā un sirds apstāšanās. Tāpat mūsu organismā daudzi bioķīmiski procesi iespējami tikai ar noteiktu ķermeņa temperatūru, ko organisms cenšas nepārtraukti uzturēt, tāpēc pārkaršana var izraisīt dzīvībai bīstamus traucējumus. (..)

Tomēr sajūtām ir jāpievērš uzmanība – ja karstuma dēļ sākat just diskomfortu, ir jāatrod patvērums kondicionētā, vēsā telpā vai ēnainā vietā ārā.

Atbalsts latviešu kultūrai



Pasaules Brīvo latviešu apvienības Kultūras fonda un padomes (KF&P) valde un nozaru vadītāji ir gandarīti paziņot 2023. gada piešķirumu konkursa laureātus. Pēc gara procesa 19 pārstāvji no sešām PBLA dalīborganizācijām ir vienojušies par šādu sarakstu.

“Varam lepoties par plašu un daudzveidīgu sarakstu, kurā redzami kultūras svētki, filmas, literatūra, izglītība, mūzika un teātris,” saka PBLA KF&P valdes priekšsēdis Juris Ķeniņš. “KF&P nesen nodibinājam filmu nozari un 2023. gadā atbalstu saņems seši filmu projekti.”

Jau vairākus gadus KF&P ir atbalstījis gadskārtējo Ņujorkas Baltijas filmu festivālu (NYBFF), kā arī Bostonas Baltijas filmu festivālu (BBFF). Šogad tiem pievienojušies Austrālijas 59. Kultūras dienu īsfilmu festivāls. Vērtētāji ir nolēmuši atbalstīt informatīvi izglītojošo filmu “Zīmes. Debesu zīmes” – par senajām spēka zīmēm.

Izglītības/mūzikas jomā bieži esam atbalstījuši komponistes

Daces Aperānes rīkotos 15. Starptautiskos jauno mūziķu meistar-kursus. Šiguldā “Jaunas balsis! Jauna mūzika!” Vēl KF&P atbalstīs “Lasi! Dziedi! Mācies!” 4. posmu: latviešu tautasdziesmu animācijas filmas un karaoke ieraksti.

Pēc kovida briesmām teātri ir atsākuši raitu darbību, un KF&P atbalstīs divus projektus: Pasaules Latviešu amatierteātru (PLATS) rīkoto diasporas teātru saietu Bergenā, Norvēģijā, oktobrī “PLATS solis” un “LAIPA 2023”: IX Diasporas amatierteātru festivāls Sanfrancisko, arī šā gada oktobrī.

Literatūrā KF&P atbalstījis katalogu “Helmars Rudzītis un izdevniecības “Grāmatu Draugs” darbība trimdā (1950-1992)” un “Vakaru bez Juŗa Kronberga”, kas skanēja Dziesmu svētku nedēļā Rīgā.

Atbalstu saņems interaktīvā platforma “LAIVA”, kurā veido tiešraides, tai skaitā intervijas, spēles un tematiskus raidījumus (Facebook un YouTube), kā arī projektu “Vienā balsī” – video interviju ciklu ar latviešu komponistiem, izpildītājiem un diriģentiem YouTube platformā.

Novēlam visiem laureātiem labas sekmes projektu īstenošanā!

PBLA Kultūras fonds un padome



Vakars bez Juŗa Kronberga. Artūrs Rūsis, Ēriks Kīns, Gatis Gaujenieks, pie skaņu pults Cory McLeod, pie bungām vakara goda viesis Juris Kulakovs

JURIS ĶEINIŅŠ

Minesotas Dziesmu svētki pēc gada

Staigājot pa Rīgas ielām Dziesmu un deju svētku laikā, nejausi sastopot senus draugus gan no Latvijas, gan no ārzemēm, sarunas vienmēr nonāk pie... Dziesmu svētkiem.

Legendārais virsdiriģents Imants Kokars ir teicis, ka Dziesmu svētki ir patriotisma pote reizi ik pa pieciem gadiem. Ja

tādas potes ir vēlamas, tad pasaules latvietis var potēties krietni biežāk, principā katru gadu, jo – katru gadu kaut kur pasaulē notiek Dziesmu svētki.

Pasaules Latviešu ekonomikas un inovācijas forumā (PLEIF) Rīgā, Gaismas pili satiekot Minesotas Dziesmu un deju svētku Rīcības komitejas priekšsēdi

Ansi Viksniņu, saprotamā kārtā runājām par svētkiem – gan pagājušajiem, gan esošajiem, gan topošiem.

Ir zināma sakarība starp svētkiem ASV, Kanadā, Ziemeļamerikas Rietumkrastā un Latvijā: visiem dalībniekiem un viesiem ierodas no ASV, Kanadas un Latvijas, visiem līdzīgas programmas:

lielie koncerti koŗiem un dejojājiem, mazāki, bet tikpat nozīmīgi. Un karogs – lepna 1963. gadā šūtais – ir piedalījies visos ārpus Latvijas. 2018. gadā tas kopā ar vairākiem koŗiem un deju grupām bija ieradies no Toronto un kopā ar dalībniekiem soļoja svinīgajā simtgades gājienā. Ansis Viksniņš uzņēmas atbildību par karogu, un tas lepni plīvoja Minesotas svētkos, līdz kanadieši to atveda atpakaļ uz Toronto, nākamo Ziemeļamerikas svētku vietu. Bet svētki Tēvzemē vilināja, un 2022. gada oktobrī karogs ieradās Rīgā, kur eleganti tika vests no lidostas uz Rakstniecības un Mūzikas muzeja ekspozīciju “Dziesmusvētku telpa” Meŗaparkā. Tad atkal ielūgums piedalīties svētku gājienā, un diŗoties, pārstāvot diasporas novadu. Pēc svētku savilņojuma atkal uz Meŗaparku, līdz kāds koris to paņems līdzī uz 2024. gada svētkiem Toronto.

Abi būdami svētku Rīcības komitejas priekšsēŗi, nolēmām – ir labi atgriezties atmiņās!

Minesotā, par spīti kovida briesmām, bija burvīgi svētki vēsturiskās Misisipi upes krastā – “strauja, strauja upe tecē”.

Divi lieli sarikojumi, kas ilgi paliks atmiņā, noslēdza svētku nedēļu: tautas deju lieluzvedums sestdien, kopkoris un oficiālais noslēgums svētdien. Tautasdeju lieluzvedums “Izdejosim novadus!” bija ar līdzīgu nosaukumu kā gājienam Rīgā –

“Novadu diŗoŗanās” deju lieluzvedumā ap 600 dejojāji gan no ASV, gan no Latvijas priedēja ar neaizmirstamu priekšnesumu.

Tāpat kā visos svētkos, gluŗi nemanot pienāca beigas, andŗiz nepamanīti bija beigas, Minesotā izskanēja Kopkoŗa koncerts, par koŗu varu tikai tikai jūsmot: vairāk nekā 400 dziedātāju koris, skanīgi instrumentālisti, un tauta atsaucīga. Mani miļākie – no klasikas: “Beverīnas dziedonis” un “Saulē brida rudzu lauku”. No jaunākas paaudzes: soliste Anniŗa Tetere (“Kur tu biji, bāleliņi”), Lielās mūzikas balvas laureāte Arta Jēkabsone, koŗa ne tikai piedāvāju deŗzīgu jaundarbu “Kas var dziesmas izdziedāt?”, bet arī skaisti nodziedāja solo Ēriķa Eŗenalda (ar autoru pie klavierēm) “Sanākam, saskaņam”, pārējo koncerta laiku pavadot pie pirmajām vijolēm. Un vēl “Kas to Jāņus ielīgoja?”, komponiste, grupas *Latvian Voices* mākslinieciskā vadītāja Laura Jēkabsone.

Nav ko gausties par svētku beigām, jo tūlīt jau nākamie ar iespēju atkal doties ceļā, tikties ar draugiem, dziedāt un deŗot, jūsmot, priedēties par mūsu varēno Latviju.

Tiekamies atkal – vai nu Austrālijā šogad ar mudi “Visi kopā zem vienas saules”, vai Toronto 2024. gadā “Let’s, let’s, Let’s!”, vai arī Grandrapidos, ASV, 2026. gadā. Cik labi “Kopā būt un kopā just”!



Pēteris Kalniņš nes Dziesmu svētku karogu Rietumkrasta dziesmu svētkos Portlandē, ASV, 1982. gadā

LATVIEŠU LIKTENSTĀSTI

LĀSMA
GAITNIECERaimonds Kugrēns –
spilgts talants ar traģisku likteniRaimonds Kugrēns – spilgts
talants ar traģisku likteni

Latvija var lepoties ar daudzām radošām un spilgtām personībām. Ne mazums ir ģimeņu, kur spilgti talanti dzimuši un savu varēšanu apliecinājuši vairākās paaudzēs. Viņus pašus un viņu veikumu zina visā Latvijā. Viena no tādām ir teātra režisoru un skatuves mākslinieku Kugrēnu dzimta. Kā spoža zvaigzne debesjumā ir Bauskas un Kuldīgas Tautas teātru dibinātājs, ilggadējais režisors un aktieris Raimonds Kugrēns (29.08.1912. – 29.01.1992.). Šī vīra dzīves gājums mūsdienu steidzīgajam cilvēkam varētu šķist tik neticams, it kā būtu patapināts no kāda piedzīvojumu romāna. Tomēr – nē, tas viss patiesi ir izdzīvots, ko apliecina viņa dēls Gunārs Kugrēns – ilggadējs Liepājas teātra aktieris.

Kugrēna pļavas un
liktenīgā Preses balle

Vai zinājāt, ka vieta, kas mūsdienās ir pats Bauskas centrs ar autoostu, agrāk tika saukta par Kugrēna pļavām? Tas tāpēc, ka nākamā režisora Raimonda Kugrēna tēvs Jēkabs, būdams pēc profesijas moderis un tāpēc ik dienu braukdams no lauciniekiem savākt pienu, varēja atļauties savai vecākajai meitai Vairai Bauskā nopirkt divstāvu māju ar diviem lieliem augļukoku dārziem un dīķi. Tajā viņa kopā ar vīru Eduardu Cenku – Bauskas aizsargu organizācijas priekšnieku – līdz 1940. gadam arī dzīvojuši.

Pašam Jēkabam Kugrēnam Bauskas apriņķa Īslīces pagastā piederēja saimniecība "Silķes" ar 40 hektaru aņamzemi. Pēc tiesas un taisnības tā būtu mantojama viņa vecākajam dēlam Raimondam, taču viņam, kā par nelaimi, lauku darbi negāja pie sirds. Lai izbēgtu no sava likteņa,



Kugrēnu ģimene 1952. gadā Bauskā – Velta, Raimonds, Gunārs un Lāsma // // Foto: Gunāra Kugrēna personīgais arhīvs

Raimonds 15 gadu vecumā aizbēga no vecāku mājām uz Rīgu, kur, nedaudz samelojot par savu vecumu, tika pieņemts par jungu jeb kuģu puiku. Pēc divu gadu atšķirtības viņa māte Elvīra izlēma dēlam braukt pakaļ un lūgt viņu atgriezties "Silķēs". Raimonds piekrita, bet bija jādomā, ko darīt tālāk. "Viņš izlēma, ka turpinās dzimtas tradīciju pa militāro līniju. Trīs viņa mātes brāļi bija Latvijas armijas pulkveži Cepliši. Raimonds iestājās Rīgas kaņaskolā, ko absolvēja 1937. gadā, tika nozīmēts par vada komandieri Jelgavas 3. kājnieku pulka Sakarnieku rotā, kā arī par šīs rotas sporta instruktoru," stāsta Gunārs Kugrēns.

"Viņš ļoti labi prata komunicēt, ieinteresēt, aizraut un motivēt, turklāt sevi uzturēja teicamā sportiskā formā. Panākumi bija tik labi, ka tēvu aicināja vadīt bataljona un pat pulka sporta sacensības. Tas viss lieti noderēja turpmākajā dzīvē."

R. Kugrēns bija viens no izredzētajiem, kuŗu aicināja uz Preses ballēm. 1938. gadā šajā ballē viņš iepazinās ar Veltu Ūdri. Jaunkundze, kuŗa bija absolvējusi Jelgavas ģimnaziju jeb *Academia Petrina* un Rudzītes ritmoplastikas kursus, 1939. gada 12. aprīlī kļuva par Kugrēna kundzi. Tā paša gada 6. augustā pasaulē nāca viņu pirmdzimtais Gunārs.

No virsnieka līdz
liķu krāvējam

Varēja sākties ģimenes dzīve, taču liktenis bija lēmis citādi. "Būdams Latvijas armijas virsnieks, 1941. gadā tēvs dienēja bataljona un pat pulka sporta sacensībās. Tas viss lieti noderēja turpmākajā dzīvē." R. Kugrēns bija viens no izredzētajiem, kuŗu aicināja uz Preses ballēm. 1938. gadā šajā ballē viņš iepazinās ar Veltu Ūdri. Jaunkundze, kuŗa bija absolvējusi Jelgavas ģimnaziju jeb *Academia Petrina* un Rudzītes ritmoplastikas kursus, 1939. gada 12. aprīlī kļuva par Kugrēna kundzi. Tā paša gada 6. augustā pasaulē nāca viņu pirmdzimtais Gunārs.



Latvijas armijas virsnieks Raimonds Kugrēns 1937. gadā



Raimonds Kugrēns 1947. gadā, atgriezies mājās no Noriļskas



Kuldīgas Tautas teātra dibinātājs un režisors Raimonds Kugrēns. Pagājušā gadsimta 70. gadi

izturētu necilvēcīgos apstākļus ar šķīvi balandas zupas dienā. "Raimondam laimējās – viņš saslima, tāpēc nokļuva medpunktā, kur pēc atveseļošanās tika pieņemts darbā par sanitāru. Vajadzēja uzkopt telpas, mazgāt grīdas un uz šķūņiem nest liķus, kurus tur sakrāva kā pagales. Kad kļuva siltāks, varēja izrakt vien 70 centimetru dziļas bedres, kur tos aprakt, taču meža zvēri un putni nelaiķus atraka un barojās no tiem," Gunārs ir atklāts. "Virtuvē tēvs drikstēja savākt kartupeļu mizas, ko ēda zaļas, tāpat viņš tika pie prieku pumpuriem un roņa gaļas, ko ēda jēlu. Pateicoties tam, tēvs palika dzīvs."

Latvijā palikusi ģimene 40. gadu otrajā pusē zirga pajūgā no Zemgales veselu nedēļu devās uz Ventspili, jo bijusi doma tālāk pārcelties uz Zviedriju. Velta Kugrēna Ventspilī satika režisoru Zeltmāti (Ernestu Kārklīnu), kuŗam bijis tāds pats nolūks, taču tas nepiepildījās. Pārdomājusi arī Velta, viņa teikusi: "Es nekur nemukšu. Raimonds ir Sibīrijā. Ja es tagad aizbraukšu, mēs mūžam varam nesatīties." Laiks tika izmantots mērķtiecīgi: V. Kugrēna Ventspilī pabeidza režisora Zeltmata kursus un, kad viņš iestudēja Rūdolfu Blaumaņa lugu "Uguni", bija Kristīnes lomas tēlotāja. Iestudējumā maza lomiņa tika arī viņas dēlam. "Esmu lepns, jo mans pirmais režisors sešu gadu vecumā bija Zeltmatis," smejas Gunārs Kugrēns.

1945. gadā pienāca pirmā vēstule no Sibīrijas – tā apliecināja, ka ģimenes galva ir dzīvs; savukārt 1947. gada 6. augustā, Gunāra astotajā dzimšanas dienā, Raimonds Kugrēns atgriezās Latvijā pie savas ģimenes. "Es viņu sākumā nepazinu – svešs cilvēks. Sēžoties pie galda, tēvs pieteica, lai nelejam viņam otru šķīvi zupas pat tad, ja viņš to lūdz," atceras Kugrēns. "Maizīti viņš ēda gan pie zupas, gan pie pamatēdiena un pie saldā ēdiena." Tā atsākās ģimenes dzīve Bauskā.

Par režisoru greizsirdības dēļ

Pēc vīra atgriešanās Velta Kugrēna pie režisores Rozenbergas Bauskā atsāka spēlēt teātri. Tika iestudēta Raiņa luga "Pūt, vējiņi!", kur viņai tika Baibas loma. Pēc tam tapa iestudējums Blaumaņa drāmā "Uguni", kur Veltai atkal galvenā loma – Kristīne. "Kā vienā, tā otrā lomā mammai bija jābucojas, uz ko tēvs kļuva greizsirdīgs," smejas Gunārs Kugrēns. "Šī iemesla dēļ arī viņš sāka spēlēt teātri un lugu "Uguni" atveidoja Akmentiņu." Paralleli tam Kugrēns sāka strādāt Bauskas 1. vidusskolā par fizikālas un fizikas skolotāju, kā arī pats iestudēt uzvedumus uz valsts svētkiem.

(Turpinājums 15. lpp.)

SPORTS

Latvija saņēmusi ielūgumu piedalīties Parīzes Olimpiskajās spēlēs

Latviju nākamā gada Parīzes olimpiskajās spēlēs varētu pārstāvēt aptuveni 50 sportisti, ar nosacījumu, ja četrgadējā lielākajam sporta forumam kvalificējas arī vīriešu basketbola izlase, žurnālistiem atzina Latvijas Olimpiskās komitejas (LOK) prezidents Jānis Buks. Pirmdien LOK birojā tika noģādāts oficiāls ielūgums Latvijai uz nākamā gada Parīzes Olimpiskajām spēlēm. Buks stāstīja, ka šobrīd lielākais izaicinājums ir nodrošināt sportistiem maksimāli labākos apstākļus, lai viņi varētu sagatavoties un startēt kvalifikācijas sacensībās un vēlāk arī olimpiskajās spēlēs. "Daudz kas būs atkarīgs no vīriešu basketbola izlases, vai viņi kvalificēsies Parīzes Olimpiskajām spēlēm. Ar basketbola izlasi delegācijā varētu būt aptuveni 50 sportistu," minēja Buks. Starptautiskā Olimpiskā komiteja (SOK) vēl nav pieņēmusi galīgo lēmumu par Krievijas un Baltkrievijas sportistu startu Parīzes Olimpiskajās spēlēs, taču abām agresorvalstīm netika nosūtīti ielūgumi. Jaunā LOK prezidenta nostāja ir līdzīga iepriekšējās LOK vadības pozīcijai – spēlēs nestartēt, ja tām tiek pieļautas arī agresorvalstis. "Mana personīgā nostāja ir diezgan kategoriska – mēs nevaram būt vienās sacensībās ar agresorvalsti pārstāvētiem, neatkarīgi zem kāda karoga viņi startē," teica Buks. Viņu esot nedaudz izbrīnījis Ukrainas lēmums atļaut sportistiem piedalīties sacensībās, kurās ir arī agresorvalsti pārstāvēti. Šonedēļ Bukam paredzēta saruna ar Ukrainas Olimpiskās komitejas vadību, kurā viņš plāno noskaidrot arī argumentus par labu šādam lēmumam. Parīzes Olimpiskās spēles notiks no 2024. gada 26. jūlija līdz 11. augustam.

Šķēpmetēja Mūze-Sirmā sasniedz vienu no sezonas labākajiem rezultātiem pasaulē

Latvijas šķēpmetēja Lina Mūze-Sirmā sestdien Valmierā Latvijas čempionātā vieglatlētikā sasniedza vienu no 2023. gada sezonas labākajiem rezultātiem pasaulē. Pirmajā mēģinājumā Mūze-Sirmā šķēpu



// FOTO: LETA

meta 60,33 metru tūlumā. Otrajā mēģinājumā viņa šķēpu raidīja 64,78 metru tūlumā jeb 98 centimetrus tālāk par pasaules čempionāta normatīvu. Viņa arī izpildīja Parīzes olimpisko spēļu normatīvu, kas ir 64 metri. Smiltenietei tas ir karjeras trešais labākais rezultāts. Pirms šīs nedēļas nogales šajā sezonā tālāk par 64,78 metriem bija metušas tikai trīs šķēpmetējas. Sudrabu ar 61,10 metru tālu metienu izcīnīja Anete Kociņa, bet bronzu ar 55,31 metru tālu raidījumu – Madara Palameika.

Uzvarētāji Latvijas čempionātā vieglatlētikā

Kārtslēkšanā ar jaunu Latvijas U-23 rekordu – 5,65 metriem – uzvarēja 19 gadus vecais Valters Kreišs. Viņam pagaidām sacensību augstvērtīgākais rezultāts, balstoties uz Starptautiskās Vieglatlētikas savienības ("World Athletics") punktu tabulu – 1171 punkts. Sievietēm labākais rezultāts Paulai Kļaviņai ar pārvarētiem 3,66 metriem. 1500 metru skrējienā ar jaunu personīgo rekordu – četrām minūtēm un 14,79 sekundēm – uzvarēja mājiniece Agate Caune. 400 metru sprintā par čempioniem kļuva Gunta Vaičule ar finišu 52,89 sekundēs un Artūrs Pastors ar rezultātu 48,33 sekundes. 100 metru sprinta finālās ātrākie bija Sindija Bukša (11,76 sekundes) un Oskars Grava (10,38). Vēlā mešanā – Igors Sokolovs ar 56,71 metru tālu metienu, bet sievietēm zeltu izcīnīja Anna Gulbe ar 50,69 metru tālu metienu. Barjersprintā vīriešiem 110 metros nepārspēts bija Jānis Sausais ar finišu 14,63 sekundēs, bet sievietēm 100 metros pirmā finišēja Krista Sprūde ar laiku 14,03 sekundes. 3000 metru šķēršļu skrējienā vīriešiem pirmais finišēja Edgars Šumskis (9:00.03), bet sievietēm konkurencē uzvarēja Anna Marija Petrakova

(11:29.34). Lodes grūšanā pirmo vietu ar 15,64 metrus tālu raidījumu izcīnīja Ralfs Eduards Gauja, kā arī otro uzvaru izcīnīja Gulbe – viņai 14,78 metru tāls raidījums. Tāllēkšanā vīriešiem labākais rezultāts bija Rihardam Pūķim, kurš lēca 7,90 metru tūlumā.

Latvijas U-18 basketbolisti atgriežas augstākajā divīzijā



// FOTO: FIBA

Latvijas U-18 vīriešu basketbola izlase sestdien Portugālē, uzvarot Melnkalni ar rezultātu 96:83, izcīnīja uzvaru Eiropas čempionāta B divīzijas pusfinālā, nodrošināja atgriešanos augstākajā divīzijā. Latvijas izlase ar 18 punktiem un piecām atlekušajām bumbām atzīmējās Roberts Blūms, 16 punktus guva un sešas bumbas zem groziem izcīnīja Edvards Švalbe, bet 14 punkti un septiņas rezultatīvas piespēles bija Jurim Vitolam. Ceturtdaļfinālā Latvijas jaunie basketbolisti ar rezultātu 90:69 guva virsroku pār vienaudžiem no Rumānijas. Apakšgrupā Latvija ar 85:71 pārspēja Beļģiju, ar 75:73 – Portugāli, ar 74:64 – Bulgāriju un ar 77:70 – vienaudžus no Šveices, nodrošinot pirmo vietu.

Latvijas U-20 basketbolistes Eiropas čempionāta pirmajā spēlē zaudē



// FOTO: FIBA

Latvijas U-20 sievietes basketbola izlase sestdien Viļņā Eiropas čempionāta pirmajā spēlē ar rezultātu 62:66 (18:16, 20:12, 9:18, 15:20) zaudēja vienaudžiem no Beļģijas. Latvietēm rezultatīvākā ar 16 punktiem bija Raina Tomašicka, 11 punk-

ti bija Luīzei Silai, desmit punktus guva Vanesa Jasa. D grupā būs jāietiek arī ar Itālijas un Turcijas basketbolistēm, bet astotdaļfinālā pretī stāsies kāda no C apakšgrupas vienībām – Spānija, Polija, Melnkalne vai Zviedrija. No šī sastāva piecas spēlētājas – Vanesa Jasa, Katrīna Ozola, Luīze Sila, Raina Tomašicka un Enija Viksne – jau piedalījušās pieaugušo valstsvienības treniņos. Komandā ir arī jauniešas, kas studē ASV-Marta Daniela Leimane (Kolorādo Štata universitāte, NCAA) un Nikola Priede (Vermontas Universitāte, NCAA).

Latvijas U-20 basketbolistes Eiropas čempionātā uzvar Itāliju



// FOTO: FIBA

Latvijas U-20 sievietes basketbola izlase svētdien Viļņā Eiropas čempionāta otrajā spēlē ar rezultātu 76:69 (22:19, 21:13, 20:19, 13:18) guva panākumu pār vienaudžiem no Itālijas. Latvietēm rezultatīvākā ar 29 punktiem bija Vanesa Jasa, kura arī tika pie piecām rezultatīvām piespēlēm, Luīze Sila Sakrāja 13 punktus un 11 bumbas zem

groziem, bet Katrīna Ozola izcēlās ar 12 punktiem un astoņām atlekušajām bumbām. Itālijas valstsvienībā 20 punktus guva Matilde Villa.

Pludmales volejbolisti Eiropas U-22 čempionātā



// FOTO: Publicitātes foto

Latvijas pludmales volejbola duets Kristians Fokerots/Olivers Bulgačs sestdien Rumānijā izcīnīja bronzas medaļu Eiropas U-22 čempionātā, kamēr sieviešu turnīrā Anete Namiķe/Līva Ēbere ierindojās ceturtajā vietā. Fokerots/Bulgačs, kuriem turnīrā bija trešais numurs, spēlēja par bronzu ar rezultātu 2-0 (21:18, 21:16) guva virsroku pār austriešiem Timo Hammarbergu/Timu Bergeru. Pusfinālā latvieši ar 0-2 (16:21, 19:21) atzina norvēģu Markusa Mūla/Jū Sundes pārākumu. Savukārt Namiķe/Ēbere, kuras sacensībās bija izliktas ar ceturto numuru, spēlēja par trešo vietu ar rezultātu 0-2 (15:21, 15:21) piekāpās spāņietēm Sofijai Isuskisai/Ana Vargarai.

(Turpinājums 20. lpp.)

Pērku mežu, lauksaimniecības zemi. Tālr. +371 29386009.

MATISS KUKAINIS

ADVOKĀTS AR TIESĪBĀM ASV UN LATVIJĀ.

- Mantošana.
- Īpašuma pirkšana un pārdošana.
- Meža apsaimniekošana un pārdošana.

Valņu iela 3, Rīga, LV-1050
e-pasts: matiss@ska.lv
+371 28390346

Kopuzņēmums BALVINAMI piedāvā:

- PIRKT Jūsu daudzīvokļu namu vai tā daļu Rīgā;
 - PIRKT Jūsu zemi un mežu platības vai to daļas Latvijā;
 - SAKĀRTOT īpašuma tiesības.
- Izskatīsim visus piedāvājumus

Andris Padegs, Anita Batarags: 201-788-5315 (NJ)

abatarags@optonline.net

Raimonds Mauliņš +371-29-614-612 (LV)

raimondsmaulins@gmail.com



LATVIAN AMERICAN SHIPPING LINE

Kravas pārvadājumi starp ASV un Latviju!

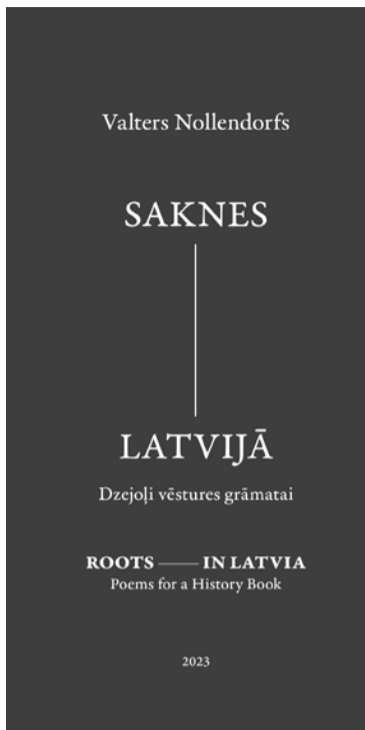
Visāda veida kravas sūtījumi: **pārcelšanās** (uz vai no Latvijas), **auto transports, gaisa kravas**. Arī kārtojām palīdzības sūtījumus **uz Ukrainu** (caur Latviju).

• **Paku un grāmatu sūtījumi ir izgājuši un ir ceļā uz Latviju!**

Ir mums regulāri jūras un gaisa sūtījumi no NJ uz Rīgu! → Piesakieties mūsu paku epastiem!

Zvaniet: 1-888-LATVIAN • Rakstiet: info@lasl.com • www.lasl.com

JAUNA GRĀMATA



Nācis klajā
Valtera Nollendorfa
dzejoļu krājums "Saknes" –
autora veltījums un pateicība
Latvijas Okupācijas muzejam
tā 30. gadadienā
2023. gada 1. jūlijā.
Ieskatam piedāvājam jums,
cienījamie lasītāji,
dažus dzejoļus.
Grāmatīņu varat iegādāties
Latvijas Okupācijas muzejā vai,
sazinoties ar
V. Nollendorfu – e-pasts:
valters.nollendorfs@lu.lv

SAKNES

Pirms tūkstošiem gadu –
tā arheologi stāsta –
šai zemē ienāca ļaudis
ar smagiem kaujas cirvjiem kā laivām,
ar kapļiem, akmeni tēstiem, zemi plēst,
ar graudiem, ko zemes plēsumā sēt,
ar auklīnām rakstītiem podiem,
kur zemē audzētos graudus glabāt
šigada maizei un nākamai ražai.

Pirms tūkstošiem gadu –
tā arheologi stāsta –
pirmais cirvis šai zemē lidumu līda,
pirmais kaplis šai zemē tīrumu plēsa,
pirmā sēkla iegūla šīs zemes vagā,
ko mēs par savējo saucam.

Gadu tūkstošos
ar šo zemi saauga,
šai zemē ieauga cilvēks,
ko mēs par savējo saucam.

*Saknes savā zemē
Ievads sarežģītajā Latvijas vēsturē*

VALSTS

Un atkal,
atkal senā sērga senču zemē,
un atkal zeme kaujas lauks,
un tauta svešos ceļos staigā,
un nav, kas zemi kopj un sargā,
bet varoņi par nodevējiem kļūst,
ļauj zemē valdīt svešām varām.

Un atkal
atkal skan dzejnieka balss,
un pašā ellē nokāpj Latvijas vīri,
atkal sit dūri uz galda un prasa
Latvijai taisnīgu tiesu
– brīvību, tēvzemei brīvību –
prasa un rokās tver cirvjus
savā zemē savai tautai
pašiem savu valsti cirst.

*Savā zemē sava valsts
Neatkarīgā Latvija 1918–1940*



APGĀDS "LAIKA GRĀMATA" PIEDĀVĀ

Esat nolēmis izdot savu atmiņu grāmatu, dzejoļu krājumu,
romānu? Laipni lūgti mūsu apgādā!

Redakcijā strādā profesionāli redaktori un mākslinieki, sadarboma-
mies ar tulkotājiem un Latvijas labākajām spiestuvēm.

Nodrošināsim arī Jūsu grāmatas tirdzniecību un reklāmu, ja to
vēlēsieties. Draudzīgas cenas par augstu kvalitāti.

Apgāds ir saņēmis sešas "Zelta ābeles" balvas

par Latvijas gada skaistāko grāmatu.

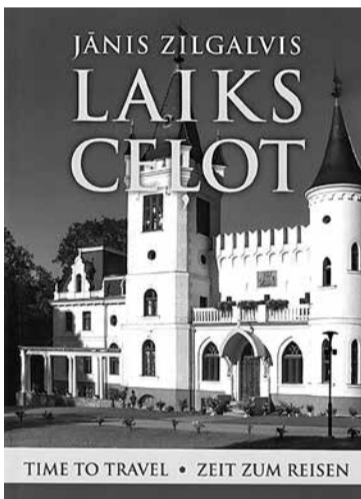
Īstenosim Jūsu radošās ieceres kopā!

Šobrīd "redakcijas portfeli" klajā laišanai tiek gatavoti šādi darbi:

- Rūta Rudzīte. "Burtu meistars" – krāsaina, ilustrēta grāmata bērniem latviešu un angļu valodā. Nāks klajā šovasar.
- Ojārs Celle. *Atklātas vēstules* – Māras Celles sakopotās Ojāra vēstules no Rīgas. Nāks klajā šovasar.
- Lāsma Gaitniece. "Kāda laimīga sagādīšanās" – grāmata par izcilo latviešu kontrtenoru Sergeju Jēgeru. Nāks klajā septembrī – oktobrī.
- Jānis Zālītis. "Pasaule uz spārna jeb grāmatu draugs Helmars Rudzītis". Nāks klajā 2024. gada sākumā.
- Top arī **Laika Mākslas kalendārs 2024.** Šoreiz, protams, par lielajiem Dziesmu svētkiem.

Jaunums!

J. Zilgalvis. Laiks ceļot



Šis izdevums ir domāts plašam lasītāju lokam, tiem, kuriem ir īpašs prieks baudīt skaistu un sakoptu vidi Latvijas muižās, pastorātos un parkos un kuņģus iepriecina seni viduslaiku ciotokšņi, krāšņās baroka un klasicisma rezidences, kā arī jaunāku laiku būvmākslas liecības.

USD 45,-

"Laika grāmatas" izdevumus

Amerikā varat iegādāties,

sūtot čeku Inesei Zaķis, adrese:

6051 A SUN BLVD #604, ST. PETERSBURG,
FLORIDA 33715, USA.

Visvairāk pirtās grāmatas šomēnes

Zenta Liepa. "Dainu Latvija zied" USD 45,-

Helmars Rudzītis. "The Adventures of my Life" USD 35,-

Jānis Zilgalvis. "Laiks ceļot" 4. daļa USD 50,-

Baiba Bičole. "Balts ūdensputns/ White Waterbird" USD 40,-

Ģirts Salmgriezis. "Briseles pastkartes" USD 45,-

Ierobežotā skaitā vēl pieejamas

Gundega Zikmane. "Glezošana brīvā dabā" USD 35,-

Alberts Legzdīņš. "Čikāgas pieciņu brīnišķīgie piedzīvojumi" USD 25,-

Priecīgu lasīšanu!

SARĪKOJUMI

SARĪKOJUMI

Redakcija lūdz lasītājus sazināties ar sarīkojumu un dievkalpojumu rīkotājiem, precizējot, vai paredzētie sarīkojumi notiks vai arī tie ir atcelti!

MANCHESTER

19. augustā Kapu svētki plkst. 10:00 Mančesteras East Cemetery, prāv. Igors Safins. Lietus gadījumā dievkalpojums notiks baznīcā.

SIETLA (WA)

Sietlas latviešu sabiedriskais centrs (11710 3rd Ave. N. E. Seattle, WA98125). Mājas lapa: www.seattlelatviancenter.com.

15. jūlijs – 5. augusts Vasaras vidusskola "Kursa" Rietumkrasta Latviešu izglītības centrā Šeltonā. 6. augusts – 12. augusts Bērnu vasaras nometne "Mežotne" Rietumkrasta Lat-

viešu izglītības centrā Šeltonā. SAGĪNAVA TĒRVETE

2023. gada Tērvetes sarīkojumu kalendārs, atrodams www.tervete.org.

ZIEMEĻKALIFORNIJA

(425 Hoffman Ave, San Francisco), Info: www.zklb.wordpress.com, ZKLB sekr. un informāc. daļas vadītāja Una Veilande tālr.: 408-813-5104, e-pasts: una.veilande@gmail.com.

DIEVKALPOJUMI

Bostonas latv. ev. lut. Trimdas dr.: (58 Irving st, Brookline MA 02445). Info: 617-232-5994, e-pasts: bostonastrimdasdraudze@gmail.com, tālr.: 617-232-5994 Māc. Igors Safins. Tālr.: 617-935-4917. E-pasts: igorssafins@gmail.com.

Čikāgas latv. ev. lut. Ciānas dr.: (6551 W Montrose Ave, Chicago IL 60634), tālr.: 773-725-3820; e-pasts: cianasdraudze@gmail.com; www.facebook.com/ Čikāgas-Ciānas draudze 2550-4389-7965-234. Dievk.

notiek svētdienās 10:00. Pēc dievk. kafijas galds. Māc. Gundega Puidza, tālr. birojā: 773-736-1295; mājās: 708-453-0534, e-pasts: puidza@yahoo.com.

Čikāgas latv. ev. lut. Sv. Pēteru dr.: (450 Forest Preserve Dr, Wood Dale IL 60191). Tālr.: 630-595-0143. Māc. Ojārs Freimanis. 1-773-818 6965 St.Peters.latvian.church@gmail.com, inese42@outlook.com Inese Stokes priekšniece. Dievk. notiek svētdienās 10:00. Pēc dievk. kafijas galds.

Čikāgas latv. baptistu dr.: (820 Ontario St, Oak Park, IL 60302). Māc. Oļģerts Cakars. Tālr.: 708-383-5285.

Denveras latv. ev. lut. dr.: (10705 West Virginia Ave, Lakewood, CO 80226). Birojs atvērts ceturtdienās no 10:00 līdz 14:00. E-pasts: reglite@aol.com Dievk. notiek svētdienās 9:30. Pēc dievk. sadraudzība.

Detroitas Sv. Paula latv. ev. lut. dr.: (30623 W. Twelve Mile Road, Farmington Hills, MI 48334). Dievk. notiek svētdienās 10:00. Seko sadraudzības stunda.

Dienviņfloridas latv. ev. lut. dr.: Shepherd of the Coast Luth. Church (1901 E Commercial Blvd, Ft. Lauderdale FL 33308). Info: Ilze Folkmane Gibbs, e-pasts: folkmane@hotmail.com Info:

Andrejs Jugs, tālr.: 561-447-9050. Dievk. notiek 14:00. Pēc dievk. visi lūgti pie kafijas galda!

Dienviņkalifornijas latv. ev. lut. dr.: baznīca (1927 Riverside Dr., Los Angeles CA90039).

20. augustā plkst. 11:00 Dievkalpojums ar dievgaldu un kalpos māc. Mārtiņš Rubenis un diak. Guna Reina.

Džamaikpleinas Trīsvienības latv. ev. lut. dr.: Unitarian Congregational Parish of Norton (2 W Main St, Norton, MA 02766). MA 02766). Dievkalpojumi ar dievgaldu divreiz mēnesī 2:30 pēcpusdienā ar viesu mācītāju Igors Safins.

Lūdzu, zvaniem draudzes sekretārei Zigrīdai Kručkovai par datumiem, tālr.: 617-323-0615.

(Turpinājums 19. lpp.)

DIEVKALPOJUMI

(Turpināts no 18. lpp.)

Filadelfijas latv. ev. lut. Sv. Jāņa dr.: (301 N Newtown Street Road, Newtown Square, PA 19073), tālr.: 610-353-2227. Māc. Gija Galiņa.

Grandrapidu latv. ev. lut. dr.: Faith Lutheran Church. (2740 Fuller Ave NE, Grand Rapids MI 49505.) Tālr.: 616-361-6003.) Māc. Aija Graham. Dr. pr. Ivars Petrovskis, tālr.: 616-975-2705. **Dievk. notiek divreiz mēnesī 2:00** pēcpusdienā. Par datumiem, lūdzu, sazināties ar dr. pr. Ivaru. Pēc dievk. kafijas galds.

Grandrapidu latv. katoļu dr.: Our Lady of Anglona (504 Grand Ave NE Grand Rapids MI 49503) Grand Rapids Association Nama – Māc. Mark Mitchell Priekšnieks Bronislavs Viscockis – tālr.: 616-540-1322. **Dievk. notiek katru svētdienu 10:00** – seko kafijas galds.

Kalamazū latv. ev. lut. apv. dr.: (122 Cherry Hill St, Kalamazoo MI 49006). Māc. Aija Graham. Latviešu ev. lut. apvienotā draudze notur klātienē dievkalpojumu **katru svētdienu plkst. 10:00**. Pieejami arī sprediķu ieraksti draudzes YouTube kanālā (meklēšanas atslēgas vārds "Latviešu apvienotā draudze Kalamazū").

Klīvlāndes apvienotā latv. ev. lut. dr.: (1385 Andrews Ave, Lakewood, OH 44107) Draudzes **dievk. notiek svētdienās 11:00**. Bībeles stundas notiek 10:00 katra mēneša otrajā un ceturtajā trešdienā. Baptistu dr.: Bethel Baptist Church (2706 Noble Rd, Cleveland 44121) Dievk. notiek svētdienās 14:30.

Linkolnas apv. latv. ev. lut. dr.: (3300 C St, Lincoln NE 68510). Dievkalpojumi ar viesu mācītājiem latviešu un angļu valodā plkst. 10:00. Par datumiem sazināties ar draudzes pr. Kārlī Indriksonu, tālr.: 402-730-3427, e-pasts: kindriks@aol.com. Pensionāru saiets katru mēneša otrajā ceturtdienā plkst. 11:00 sabiedriskajās telpās. **Latvian Hall** (Latviešu ev. lut. sabiedriskās telpās, 33rd & Mohawk iela, Baznīca, 33rd & C iela, Linkolnā. kunora@windstream.net.

Mančesteras latv. ev. lut. dr. (dievk. Notiek Holy Transfiguration Romanian Orth. Church, 2 Winter St., Manchester, CT 06040). Dr. pr. Astra Vilinskis, tālr. 413-568-9062.

Kapu svētki **19. augustā** plkst. 10:00 Mančesteras East Cemetary, prāv. Igors Safins. Lietus gadījumā dievkalpojums notiks baznīcā.

Milvoku latv. ev. lut. Sv. Trīsvienības dr.: (1853 N 75th Str, Wauwatosa WI 53213), tālr.: 414-258-8070. Māc. Jānis Ginters tālr.: 260-797-5695 Draudzes priekšnieks: Andrejs Junge tālr.: 414-416-6157 Dievk. notiek svētdienās 10:00.

Minneapolis – St. Paulas latv. ev. lut. dr.: (3152 17th Ave S, Minneapolis MN 55407). Minneapolis St. Paulas latviešu evaņģēliski luteriskās draudzes video dievkalpojumi notiek

katru nedēļu, tos var skatīties mndraudze.org

Montrealas latv. Trīsvienības ev. lut. dr.: Trinity Latvian Church (P.O. Box 39, Station NDG, Montreal QC H4A 3P7), tālr.: 514-992-9700. www.draudze.org pr. Jānis Mateus tālr.: 514-481-2530, e-pasts: prez@draudze.org.

Ņūbransvikas un Leikvudas latv. ev. lut. dr.: (Latvian Lutheran Church, P.O. Box. 1008, Maplewood, NJ 07040). Dievkalpojumi notiek NJ Latviešu biedrības namā Priedaine, (1017 State Route 33, Freehold, NJ 07728), māc. Ieva Pušmucāne-Kineyko, e-pasts: latvianlutheranchurch@gmail.com. Ņūbransvikas – Leikvudas latviešu ev. lut.

Dievkalpojumi notiek kapelā, NJ Latviešu biedrības namā "Priedaine", (1017 State Route 33, Freehold, NJ 07728).

Ņujorkas latv. ev. lut. draudzes 2023. g. augusta dievkalpojumu un notikumu kalendārs: Jonkeru baznīca, 254 Valentine Ln, Yonkers NY; Salas baznīca, 4 Riga Ln, Melville NY; Katskilu nometne, 231 Green Hill Road, Elka Park, NY 12427.

Svētdien, 6. augustā, Katskilu nometnē, 11:00, Iesvētības ar Svēto vakarēdienu, māc. Saliņš. **Svētdien, 6. augustā, Katskilu nometnē, 19:00**, Sveiciņu dievkalpojums Senču nometnē, māc. Saliņš. **Svētdien, 20. augustā**, Jonkeru baznīcā 10:30, māc. Saivars, Salas baznīcā 10:30, māc. Saliņš. **Sestdien, 26. augustā, Katskilu nometnē, Melnais lācis**, labdarības pasākums.

Ročesteras ev. lut. Krusta dr.: Atonement Lutheran Church (1900 Westfall Rd, Rochester NY 14618).

Saginavas latv. ev. lut. dr.: (128 N Elm Str, Saginava, MI 48602). Mācītāja Bīruta Puiķe-Wilson, mob. (269) 2675-330. Kontaktpersona Mary Beth Dzirnis, mob. (989)781-1163. E-pasts: dzirnis@chartermi.net. **Dievkalpojumi vienreiz mēnesī, 1:00 pēcpusdienā**, seko kafijas galds ar groziņiem.

Sandiego latv. ev. lut. dr.: Ascension Lutheran Church (5106 Zion Ave, San Diego, CA 92120), Dr. pr. Jānis Legzdīņš, tālr.: 1-619-630-8143, e-pasts: janislegzdins@hotmail.com.: Dievkalpojumi notiks iekšienē un jānēsā sejas maskas.

Sentluisas latv. ev. lut. dr.: Christ Lutheran bazn (#1 Selma Ave, Webster Groves, MO 63119). Dievk. vadīs Māc. Dace Skudīņa. Dr. pr. I. Kalniņa, tālr.: 314-457-1830, kalninsirene@gmail.com.

Sietlas. lut. dr.: (11710 3rd Ave. N.E. Seattle, WA 98125). Dievkalpojumi notiek plkst. 10:30. Draudzes priekšnieks Jānis Šulcs, tālr.: 206-406-5226, e-pasts: prieksnieks@seattlelatvianchurch.org. Baznīcas mājas lapa: www.seattlelatvianchurch.org. Dievkalpojumi notiek plkst. 10:30. Draudzes priekšnieks Jānis Šulcs, tālr.: 206-406-5226,

6. augustā Dievkalpojums ar dievgaldu, vadīs māc. Mārtiņš

Rubenis. **19. augustā** Kapu svētki Takomā plkst. 2:00 pēcpusdienā, New Tacoma kapsētā. Vadīs prāv. Daira Cilne. **20. augustā** Kapu svētki Sietlā plkst. 10:30 Evergreen Washelli kapsētā. Vadīs Dr. Jānis Sīpols. Pēc svētbriža kapsētā Draudzes dāmu komiteja aicina uz pusdienā Sietlas latviešu centrā.

Skenektedijas latv. ev. lut. dr.: Trinity Lutheran Church (35 Furman St, Schenectady NY 12308). Diakone Linda Sniedze-Taggart).

St. Pētersburgas latv. ev. lut. dr.: Draudzes mācītājs Aivars Pelds, T: 515-991-4640, epasts: aivars@pelds.com. Visi dievkalpojumi notiek Faith Lutheran baznīcā (2601 49th Street North,

St. Petersburg, FL 33710).

Toronto – Sv. Jāņa ev. lut. latv. dr.: (200 Balmoral Ave, Toronto, ON M4V 1J6), tālr.: 416-921-3327, E-pasts: baznica@bellnet.ca. E-pasts: grietins@gmail.com. Priekšnieks: Kārlis Vasarājs, pr. vietn. Sibilla Korule. Dāmu kom. pr. Maija Sukse, tālr.: 416-221-4309.

Vašingtonas (DC) latv. ev. lut. dr.: (400 Hurley Avenue, Rockville, MD 20850 – 3121). Tālrunis: 301-251-4151, epasts: dcdraudze@gmail.com, ww.dcdraudze.org. Prāveste Anita Vārsberga Pāža (tālr.: 301-302-3270). Draudzes priekšiece Dace Zalmane.

Katru svētdienu 11:00 dievkalpojums – klātienē & tieš-

saistē (ZOOM). Katru trešdienu 10:00 Rita svētbrīdis (ZOOM). ZOOM pieslēgšanās norādes ir atrodamas draudzes mājas lapā www.dcdraudze.org.

Lūgums turpmāk SARĪKOJUMU un DIEVKALPOJUMU ziņas sūtīt Inesei Zaķis uz e-pastu rigaven@aol.com līdz piektdienai vai tieši uz redakciju Rīgā, uz e-pastu: redakcija@laiks.us ne vēlāk kā PIRMDIENĀS

Pēc cīņas ar melanomas vēzi mūžībā aizgājusi aktīva sabiedriskā darbiniece

ILZE DREIFELDS

Dzimusi 1943. gada 30. martā Rīgā, Latvijā, mirusi 2023. gada 22. jūlijā St. Catharines, Ontario, Kanadā



Dziļās sērās skumst vīrs Juris un dēls Ēriks ar ģimeni

Viņu debesīs sagaidīs mazmeitiņa Emilija (2003-2005), tēvs Dr. Alfrēds Miltiņš, patēvs Dr. Pēteris Bārdiņš, māte Ērika Bārdiņš (dzim. Dreiberģs)



Dieva mierā devies miļš draugs, vīrs, tēvs, vectēvs

RICHARD H. NETZ

Dzimis 1939. gada 9. decembrī Mineapolē, Minesotā, ASV, miris 2023. gada 6. aprīlī Blaine, Minesotā, ASV

Nāves nav Ir iziešana no miglas lielajā gaismā /Pauline Zālāne/

Mīlestībā un pieminā paturēs SIEVA MARIJA SKUTĀNE NETZ MEITA DIANNA MARIJA PETERSON, VĪRS MARK PETERSON MAZBĒRNI MATTHEW, KATELYN, SAMANTHA JĀNIS UN BOŽENA DIMANTS ST. PAULAS LATVIEŠU KATOĻU DRAUDZE



Dieva mierā devies patriots, kristietis

KAZIMIRS KURSĪTIS

Dzimis 1931. gada 2. februārī Vārkavas pagastā, Usačku sādžā, Latvijā, miris 2023. gada 19. jūlijā Des Moines, Aijovā, ASV

Sirds klusu noslēpumu jauž: tik tuvu mūžību; un zelta pavadienus auž – ar tevi saskarties. (Leons Zālāns)

Mīlestībā viņu atcerēsies un pieminēs PĒTERIS (DZINTRA) – BRĀLIS, JĀNIS (SHERENA) – BRĀLIS VITĀLIS (BETIJA) – BRĀLIS, ANTONIJA KURSĪTIS – MĀSA JĀNIS UN BOŽENA DIMANTS – AIJOVAS LATVIEŠU BIEDRĪBA AMERIKAS LATVIEŠU KATOĻU APVIENĪBA (ALKA) DES MOINES LATVIEŠU KATOĻU DRAUDZE

SPORTS

(Turpināts no 17. lpp.)

Baltijas čempionātā pludmales volejbolā

Latvijas pludmales volejbola duets Mārtiņš Pļaviņš un Edgars Točs svētdien Liepājā uzvarēja Baltijas čempionāta trešajā posmā un ieņēma arī pirmo vietu kopvērtējumā, kamēr sievietes konkurencē pie zelta tika igauņietes Helēne Hollasa un Lisa Rimmelga. Vīriešu turnīrā Pļaviņš/Točs, kuri bija izsēti ar otro numuru, uzvarēja abās apakšgrupās spēlēs un uzreiz sasniedza ceturtdaļfinālu, kurā uzreiz iekļuva arī Mihails Samoilovs/Aleksandrs Samoilovs (1.), Ardis Daniels Bedrītis/Artūrs Rinkevičs (3.) un igauņi Dmitrijs Korotkovs/Urmas Pīks (4.), visiem četriem duetiem pēc tam iekļūstot arī pusfinālā. Samoilovi pusfinālā piekāpās igauņiem ar 0-2 (19:21, 16:21), bet otrā pusfinālā Pļaviņš/Točs ar 2-0 (21:19, 21:17) pārspēja Bedrīti un Rinkeviču. Finālā Latvijas duets ar 2-0 (22:20, 21:19) uzvarēja igauņus, bet cīņā par bronzas godalgām brāļi Samoilovi guva panākumu ar 2-0 (21:17, 21:15). Sieviešu turnīra finālā igauņietes ar 2-0 (21:14, 21:16) pārspēja māsas Gerdu un Rugili Rudzinskaites (2.) no Lietuvas. Baltijas čempionāta kopvērtējumā vīriešu konkurencē pirmo vietu ar 220 punktiem ieņēma Pļaviņš un Točs, otrie ar tikpat punktiem bija Korotkovs/Pīks, bet trešajā pozīcijā ar 160 punktiem ierindojās Bedrītis/Rinkevičs. Sieviešu konkurencē ar 200 punktiem par uzvarētājiem kļuva Hollasa/Rimmelga, otro vietu ar 180 punktiem izcīnīja māsas Grudzinskaites, bet labāko trijnieku ar 130 punktiem noslēdza Vasiļauskaite/Kovaļska.

Skujiņš izcīnā sesto vietu Sansevastjanas klasikā



// FOTO: Lidl trek

Latvijas ritenbraucējs Toms Skujiņš sestdien izcīnīja augsto sesto vietu UCI Pasaules tūrē iekļautajā Sansevastjanas klasikā. Šajās sacensībās ritenbraucēji veica 230,3 kilometrus, pārvarot septiņus kāpumus. Otro gadu pēc kārtas un trešo reizi vēsturē šajās sacensībās uzvarēja beļģis Remko Evenepūls ("Soudal – Quick Step"), kurš noslēgumā bija ātrāks par spāni Peljo Bilbao ("Bahrain – Victorious"), abiem finišējot piecās stundās 30 minūtēs un 59 sekundēs. Skujiņš

bija pirmais 14 ritenbraucēju grupā, kas uzvarētājiem zaudēja trīs minūtes un divas sekundes. Izcīnīta sestā vieta Skujiņam deva 140 UCI punktus, kas viņam ir augstvērtīgākais rezultāts sezonā. Tāpat latvietis izcīnīja augstāko vietu no "Lidl – Trek" komandas ritenbraucējiem.

Smailotājas Čamane/Bērziņa izcīnā sudrabu Eiropas junioru čempionātā



// FOTO: LETA

Latvijas smailotāju divnieks Melānija Čamane/Krista Bērziņa svētdien Portugālē Eiropas junioru čempionātā tika pie sudraba medaļām 500 metru distancē, bet pēc tam dienas turpinājumā Bērziņa tika vēl pie sudraba 200 metru distancē. Pirmo vietu ieņēma Ungārijas airētājas Aliza Gombāša/Hanna Peto, kurām Čamane/Bērziņa zaudēja 9,34 sekundes, bet trešās vietas ieguvēja itālietes Sāra del Grata/Džulija Bentivoljo piekāpās uzvarētājam vairāk kā trīs sekundes. Bērziņa startēja pēc tam arī A finālā 200 metru distancē un, finišējot 43,039 sekundēs, ieņēma otro vietu. Viņa atpalika no uzvarētājas Floras Tolgiesi no Ungārijas 0,047 sekundes.

Latvijas čempionātā futbolā



// FOTO: Edijs Pālēns/LETA

"Rīga" Latvijas futbola virslīgas 24. kārtas spēlē izcīnīja pārliecinošu uzvaru, ar 3:0 uzvarot Daugavpili, un atkal izvirzījās vadībā turnīra tabulā. RFS sestdien mājās ar 7:0 sagrāva "Tukums 2000"/"Telms" komandu, bet "Liepājas" un "Audas" mačs noslēdzās ar 1:1. Turnīra tabulas lidere ar 61 punktu 24 spēles ir "Rīga", kurai seko RFS ar 58 punktiem. 34 punktus guvusi "Valmiera", 33 punktus sakrājusi un "Liepāja", 33 punkti ir "Audai", "Metta" sakrājusi 28 punktus, "Daugavpili" ir 25 punkti, "Tukums 2000"/"Telms" un "Jelgava" izcīnījušas pa 23 punktiem, bet "Super Nova" komanda – astoņus punktus.

Jānis Reišulis uzvar EMX125 klases posmā



Latvijas motokrosa braucējs Jānis Mārtiņš Reišulis // FOTO: KTM Motofavorīts MX Team

Latvijas motosportists Jānis Mārtiņš Reišulis svētdien Beļģijā izcīnīja uzvaru Eiropas motokrosa čempionāta 125 kubikcentimetru klases (EMX125) sezonas septītajā posmā. Latvietis vadības grožus neatdeva un finišēja pirmais, bet svētdien otrajā braucienā no sestās pozīcijas pirmajā aplī izdevās aizcīnīties līdz otrajai pozīcijai, piekāpjoties vien somam Kasimiram Hindersonam. Posmā Reišulis uzvarēja ar 47 punktiem, Hindersons ar 41 punktu bija otrais, bet latvieša sīvākais konkurents francūzis Matiss Valēns šoreiz bija trešais ar 37 punktiem. Pirms sezonas pēdējiem diviem posmiem Reišulis ar 313 punktiem ir drošā līderpozīcijā, bet otrais ar 282 punktiem ir Valēns.

Latvijas sportistiem godalgas starptautiskajās sacensībās iejādē



// FOTO: Dace Teibe

Sporta centrā "Kleisti" pirmo reizi Latvijas jāšanas sporta vēsturē tika rīkotas augsta līmeņa starptautiskās CDI sacensības iejādes disciplīnā, kuras tiesāja visaugstākās kvalifikācijas ārvalstu tiesneši. Latvijas sportistiem gan neizdevās uzvarēt nevienā shēmā, taču viņi izcīnīja vairākas godalgas, vēsta Latvijas Jātņnieku federācija. Sacensībās piedalījās jātnieki no Latvijas, Lietuvas, Igaunijas, Zviedrijas un Somijas. Divās shēmās uzvarēja lietuviete Justīna Vanagaite ar Beļģijas siltasiņu šķirnes zirgu Nabab. Ceturtajā un piektajā pozīcijā šeit mūsu sportiste Airisa Penele ar Hanoveras šķirnes zirgu Quince. Brīvās izvēles programmā divas otrās vietas izcīnīja lietuviete Olga Šakurova ar zirgu Falestra. Abās shēmās uzvarēja Lietuvas sportiste Sandra Sisojeva ar zirgu Found Boy.

Trīs tiesneši no Latvijas Pasaules kausa izcīnā basketbolā



// FOTO: Latvijas Basketbola savienība

Andris Aunkrogers, Mārtiņš Kozlovskis un Gatis Saliņš augusta izskaņā un septembra sākumā apkalpos FIBA Pasaules kausa izcīņas finālturnīra spēles. Andris Aunkrogers jau 2019. gadā tiesājis Pasaules kausa izcīnā un 2022. gada Eiropas čempionātā. Kozlovskis savā karjerā apkalpojies trīs Eiropas vīriešu čempionāta finālturnīrus (2017., 2019., 2022.), kā arī strādājis Pasaules kausa izcīnā un Tokijas olimpiskajās spēlēs, bet Saliņš Eiropas sievietes čempionātā un 2022. Eiropas vīriešu čempionātā. Pasaules kausa izcīņas finālturnīrs no 25. augusta līdz 10. septembrim norisināsies Filipīnās, Indonēzijā un Japānā.

Mežinskis izcīnā sudraba godalgu Eiropas U-23 čempionātā svarcelšanā



// FOTO: Latvijas Svarcelšanas Federācija

Latvijas svarcēlājs Armands Mežinskis pirmsdien izcīnīja sudraba godalgu Eiropas Eiropas U-23 čempionātā svarcelšanā svara kategorijā līdz 89 kilogramiem. Mežinskis startēja A grupā un raušanā tika galā ar 150, 157 un 161 kilogramus smagiem stieniem, bet grūšanā ar 190 un 198 kilogramiem, pēdējā piegājienā nespējot pacelt 203 kilogramus. Abos vingrinājumos labākais bija moldāvis Marins Robu, kurš summā pacēla 373 (170+203) kilogramus. Mežinskis ar 359 (161+198) izcīnīja sudraba medaļu, bet pie bronzas godalgas ar 344 (154+190) tika ukraiņis Maksims Dombrovskis.

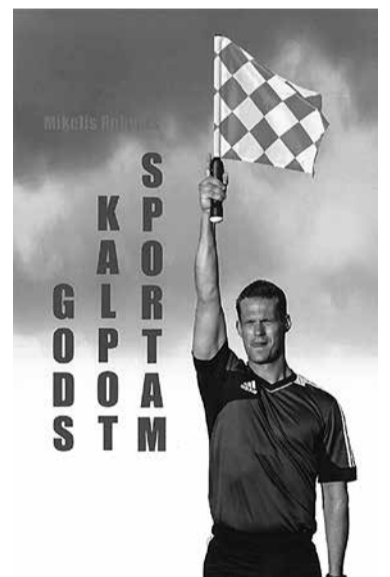
Latvijas Sporta muzejā glabājas Leonīda Vedēja krūšutēls

Latvijas Sporta muzejā glabājas Latvijas Republikas izcilākā ledus hokejista Leonīda



Vedēja (1908-1995) marmorā veidotais krūšutēls, ko gandrīz 70 gadus atpakaļ veidojis pazīstamais tēlnieks Miķelis Geistauts. Tā ir Leonīda Vedēja meitas Janas Āboliņas dāvana Sporta muzejam un Latvijas sporta sabiedrībai. 2019. gada 25. jūnijā dāvana ieguva jaunu mājvietu – mūsu muzeju. Sporta karjeras laikā L. Vedējs pārstāvēja biedrības „Universitātes Sports” un „Dinamo”. Valsts vienības sastāvā piedalījās četros Pasaules čempionātos (1933, 1935, 1938, 1939) un 1936. gada Ziemas Olimpiskajās spēlēs Garmiša-Partenkirhenē, būdams arī Latvijas karognesējs atklāšanas parādē, kā arī aizvadīja 34 spēles valsts vienības tērpā.

MIĶELIS RUBENIS GODS KALPOT SPORTAM



Leģendārā latviešu futbola tiesneša Miķeļa Rubēna grāmata par tiem, kas kalpojuši futbolam.

Cena 25,- USD

Grāmatas Jums piesūtīs pa pastu (t.sk. pasta izdevumi).
Rakstiet Inesei Zaķis
6051A Sun Blvd #604,
St. Petersburg,
Florida 33715