



Uzmanību – konkurss!

Šī laikraksta numura lappusēs gan slēptā, gan atklātā veidā vairākkārt publicēts Jelgavas pilsētas logo.

Saskaitiet, cik pilsētas logo publicēti laikrakstā, un atbildi paziņojiet 26. oktobrī laikā no pulksten 8 līdz 12, zvanot pa tālruni 63005556 vai 63005574. Katrs desmitais pareizās atbildes autors saņems balvu no Jelgavas pilsētas pašvaldības – lietussargu, krekliņu, vējjaku ar pilsētas simboliku vai «Ielūgumu uz Jelgavu».



Brīvais elektrības tirgus pašvaldībai ļauj ietaupīt

■ *Ilze Knusle-Jankevica*

Jelgavas pilsētas pašvaldība izmanto brīvā elektroenerģijas tirgus priekšrocības, lai iegādātos elektrību par zemāko cenu. «Brīvais tirgus jau vienmēr rada konkurenci starp uzņēmumiem, līdz ar to pastāv iespēja izvēlēties zemāko cenu,» norāda Jelgavas domes priekšsēdētāja vietnieks Vilis Ļevčenko.

Ļevčenko skaidro, ka daudzas pašvaldības līgumu par elektroenerģijas piegādi slēdz uz trīs un vairāk gadiem, bet Jelgavas pašvaldība izvēlējās citu ceļu. «Lai ieinteresētu elektrības piegādātājus, rīkojam kopīgu iepirkumu visām pašvaldības iestādēm un uzņēmumiem, tostarp izglītības iestādēm, kultūras namiem, bibliotēkām, sporta centriem. Rīkojot konkursu, noslēdzām vispārēju vienošanos ar diviem uzņēmumiem – «Latvenergo» un igauņu «Enefit». Starp šīm

divām kompānijām tad nu veicam cenu aptauju par elektrības piegādi uz trīs mēnešiem,» tā Ļevčenko. Īsāks termiņš pašvaldībai dod iespēju sekot līdzi elektrības cenu svārstībām un veikt cenu aptauju tad, kad cena tirgū ir viszemākā.

Izvēlēta taktika nogaidīt jau attaisnojušies – nākamā gada pirmajā ceturksnī pašvaldība uz elektrību ietaupīs 5000 latu. «Pirmo reizi uzņēmumiem piedāvājumus nākamā gada pirmajam ceturksnim prasījām septembrī, bet neviens no priekšlikumiem mums nebija pieņemams. Šomēnes kompānijas to pašu jau piedāvāja par pieciem tūkstošiem lētāk,» norāda domes priekšsēdētāja vietnieks, uzsverot, ka iespēja neslēgt līgumu uzreiz, bet nogaidīt cenu kritumu ir ļoti liels ieguvums. Līdz gada beigām pašvaldībai elektrību piegādās «Latvenergo», bet 2013. gada pirmajā ceturksnī piegādātājs būs «Enefit», savukārt otrajā ceturksnī – atkal «Latvenergo».

Jāpiebilst, ka pašvaldība, ieskaitot visas iestādes un uzņēmumus, par elektroenerģiju gadā tērē vairāk nekā miljonu latu.

«... sadedz, savu balsi meklējot...»



Skvērā aiz Jelgavas kultūras nama atklāta Norai Bumbierei veltītā piemiņas zīme «... sadedz, savu balsi meklējot... Veltījums Norai Bumbierei», ko veidojis tēlnieks Kārlis Īle. Piemiņas zīme ir 6,20 metrus augsta, veidota no nerūsējoša tērauda, bet kļavu lapas – no bronzas. Mākslinieks skulptūrā apvienojis divas N.Bumbieres dziesmas – «Dziesma par pēdējo lapu» un «Mēmā dziesma». Piemiņas skulptūras pamatnē, atsaucoties uz dziesmas vārdiem «... sadedz, savu balsi meklējot», ir stilizēts ugunskurs, no kura paceļas ligans virpulis. Tas sev līdzi aizrāvis dažas kļavas lapas, un uz lielākās no tām ir plūstošs N.Bumbieres portrets un iegravēts uzraksts «... sadedz, savu balsi meklējot... Veltījums Norai Bumbierei». Naktī skulptūra tiek izgaismota – tās pamatnē iedegas sarkana gaisma, radot asociācijas par kvēlojošām oglēm.

Foto: Ivars Veiliņš

«Brakšķu» atkritumu šķirošanas stacijā gadā sašķiros 30 000 tonnu

■ *Sintija Čepanone*

Apmēram puse no sadzīves atkritumiem, kas nonāk poligonā «Brakšķi», ir tādi, kurus būtu iespējams pārstrādāt un izmantot otrreiz. Pašlaik tie visi tiek apglabāti, taču līdz ar šķirošanas stacijas izbūvi jau drīzumā situācija mainīsies – otrreiz izmantotajiem atkritumiem tiks atdalīti arī «Brakšķos», līdz ar to poligonā nonāks tikai apglabāšanai sagatavoti atkritumi.

Šķirošanas stacijas izbūve notiek 1,4 hektārus plašā teritorijā līdzās poligonam. Atbilstoša infrastruktūras izveidei nepieciešamie sagatavošanas darbi sākti jau augustā, un vēl šogad tur būs uzbūvēts angārs tehnoloģisko iekārtu izvietošanai, nojumes atkritumu pieņemšanai un ga-

tavās produkcijas uzglabāšanai, bioloģiski noārdāmo atkritumu kompostēšanas laukums, lietus un kanalizācijas ūdens savākšanas un attīrīšanas iekārtas, kā arī pārējais nepieciešamais aprīkojums. To paredz ar ES Kohēzijas fonda atbalstu īstenotais SIA «Jelgavas komunālie pakalpojumi» (JKP) projekts «Nešķirotu sadzīves atkritumu šķirošanas stacijas izveide Jelgavas novadā».

JKP valdes loceklis Alvis Grīnfelds skaidro, ka atkritumu šķirošanas stacijas izveide pie «Brakšķiem» ir viens no veidiem, kā īstenot Latvijas Republikas normatīvajos aktos, kas reglamentē atkritumu apsaimniekošanu, noteiktās prasības, tostarp poligonā apglabājamo atkritumu daudzuma samazināšanu. Proti, stacijā no pārējiem atkritumiem mehāniski tiks atdalīti reģenerējamie jeb otrreiz izmantotajiem un kompostējamie atkritumi. «Vispirms no šķirošanas stacijā ievestajiem nešķirotajiem sadzīves atkritu-

miem tiks atdalīti lieltārtības un būvniecības atkritumi, bet atlikušie atkritumi tehnoloģiskajās iekārtās mehāniski tiks sadalīti četrās plūsmās: bioloģiski noārdāmie, ko izmantos komposta gatavošanai; vieglie degošie, ko pārstrādās kurināmajā materiālā cementa ražošanai; melnie un krāsainie metāli, ko nodos pārstrādei, kā arī apglabājamie, ko nogādās apglabāšanai poligonā «Brakšķi». Tādējādi apglabājamo atkritumu apjoms saruks vismaz uz pusi, un mēs praksē būsīm īstenojuši normatīvajos aktos iekļauto prasību 2013. gadā par 50 procentiem samazināt poligonos apglabājamo bioloģiski noārdāmo atkritumu apjomu,» skaidro A.Grīnfelds.

Viņš norāda, ka jaunā stacija gadā šķirošanai spēs uzņemt ap 30 000 tonnu atkritumu jeb nedaudz mazāk par 100 tonnām dienā. «Plānotā jauda ir pietiekama, lai spētu sašķirot šodien radītos sadzīves atkritumus, kas nonāk «Brakšķos»,

turklāt vēl ar zināmu rezervi,» tā A.Grīnfelds.

Jāpiebilst, ka projekta kopējās izmaksas pārsniedz miljonu latu, no kurām 50 procentus sedz Kohēzijas fonds. Saskaņā ar izsludinātajiem iepirkumiem atkritumu šķirošanas stacijas laukuma un inženierkomunikāciju būvniecību veic SIA «Ceļu

būvniecības sabiedrība «Igate», atkritumu šķirošanas stacijas angāra piegāde un būvniecība uzticēta SIA «Steel Constructor», savukārt tehnoloģisko iekārtu piegāde, uzstādīšana un apkalpošana garantijas laikā – uzņēmumam «Technobalt Eesti OÜ».

Nešķirotu sadzīves atkritumu

šķirošanas stacijas izbūve notiek Jelgavas novada Līvberzes pagastā uz Zemkopības ministrijas meža zemes «Līvberzes smērduklis» blakus esošajam sadzīves atkritumu poligonam «Brakšķi».

Saskaņā ar projektu darbiem jābūt pabeigtiem līdz 30. novembrim.

Līdzās «Brakšķu» sadzīves atkritumu poligonam tiek izbūvēta atbilstoša infrastruktūra un top šķirošanas stacija, kas nodrošinās sadzīves atkritumu pirmapstrādi jeb otrreiz pārstrādājamo atkritumu atdalīšanu. Tādējādi apglabāt vajadzēs uz pusi mazāku apjomu.

Foto: Ivars Veiliņš



«Atceros visus savus pirmos pacientus – no viņiem neviens vairs nav dzīvs...»

■ **Kristīne Langenfelde**

«Varbūt skan traki, bet tā ir patiesība: lielākajai daļai pacientu, kuriem sniedzam neatliekamu palīdzību, mēs, attīrot viņu organismu, vienkārši atgriežam iespēju turpināt dzert vai lietot narkotikas... Atkarīgie un arī viņu ģimenes locekļi visbiežāk nesaprot atšķirību starp neatliekamu palīdzību jeb tā saukto *atkačāšanu*, kas ilgst 8 – 10 dienas, un reālu plānveida atkarības ārstēšanu,» uzskata slimnīcas «Gintermuiža» Neatliekamās un plānveida narkoloģiskās palīdzības nodaļas vadītājs Genadijs Vihņēvičs.

G. Vihņēvičs šo nodaļu «Gintermuiža» vada kopš 1986. gada, kad te izveidoja Latvijā pirmo specializēto nodaļu atkarīgiem cilvēkiem. Šobrīd no visiem pacientiem, kas ārstējas nodaļā, vecākajam alkoholiķim ir 63 gadi, bet vecākajam narkomānam – 33. «Godīgi sakot, savā garajā praksē neesmu redzējis narkomānu, kurš būtu krietni vecāks par 40 gadiem. Rūgtā patiesība ir tāda, ka, piemēram, opiātkarīgajiem vidējais mūža ilgums ir pieci gadi no brīža, kad viņi sāk lietot. Kas notiek šodien? Lietot atkarības vielas cilvēki sāk agrāk, tāpat – ātrāk pienāk arī beigās...» realitāti atklāj narkologs.

Jūs atceraties savus pirmos pacientus?

To, manuprāt, atceras jebkurš speciālists – arī es, turklāt ļoti spilgti. Pat šodien varu izstaigāt nodaļu kā tajā 1986. gadā un pateikt, kurā palātā un kurā gultā kurš gulēja... Tikai skarbā realitāte ir tāda, ka šodien no visiem šiem cilvēkiem neviens nav starp dzīvajiem. Bet mūsu nodaļā uzņem pacientus vecumā no 12 gadiem – tad nu padomājiet paši...

Bet tā skaudri sanāk – ārsti parasti ir tas, kurš atgriež cilvēku dzīvē, izārstē, bet jums jāreķinās ar to, ka pacients nekad netiks izārstēts.

Bet kā ir tiem, kuri ārstē diabētslimniekus vai kardioloģijā hroniskus sirds slimniekus? Arī tad ārsts zina, ka nekad savu pacientu neizārstēs! Mūsu mērķis jau nav izārstēt atkarīgo, jo narkomānu vai alkoholiķi izārstēt nevar – tā ir hroniska slimība –, var tikai uzlabot viņa dzīves kvalitāti. Panākt remisiju – nelietošanas periodu, lai gan diemžēl nekad nav zināms, cik ilgs tas būs. Man ir tāds tālains piemērs: ir svaigs gurķis un ir sāļš gurķis – no svaiga gurķa sāļlito vienmēr var pagatavot, bet vai no sāļta var dabūt svaigu? Nē! Un tāpat ar atkarīgo – izārstēt pilnībā nav iespējams nekad.

Šogad jūsu nodaļā uzņemti jau 637 cilvēki – kā atkarīgais šeit visbiežāk nonāk?

Ir trīs kategorijas. Alkoholiķi bieži vien ierodas paši ar nelietu draugu, ģimenes locekļu vai kolēģu piespiešanu, bet rezultātā viņi ierodas brīvprātīgi, paši apzinoties lēmumu. Narkomāni visi kā viens ierodas piespiedu kārtā, un piespēz nevis sabiedrība vai slimība,

bet paša bezizejas stāvoklis. Un, protams, ir arī nepilngadīgie, kuri pie mums nonāk tikai ar piespiedu mehānismu – skola, vecāki, bāriņtiesa, sociālie darbinieki.

Jūs atzīstat, ka atkarības vielas šodien pamēģina arvien agrākā vecumā un tā ir šā brīža lielākā problēma. Kāds ir šis «agrais vecums»?

Visbiežāk tas ir vecumā no septiņiem līdz deviņiem gadiem, bet, protams, ir arī jaunāki pacienti. Kā tas sākas? Parasti ar to, ka bērns pamēģina alu, bet vecāki tajā neko sliktu nesaskata, jo «kas tad ir alus? Tā taču tikai tāda sulīša! Tas taču nav alkohols...». Tā domā lielākā daļa mūsu jauno pacientu vecāku. Daudzi no šiem bērniem tā arī pasaka – tētis man pats tādā un tādā vecumā ielēja alīnu... Mūsu jaunie pacienti par alkoholu uzskata tikai *šnabi* – viss, kas vieglāks, viņiem nav alkohols. Šodien pat izrakstījām 14 gadus vecu zēnu, kurš bija pamatīgi saindējies ar alkoholu – viņš gan to lietojis tikai otro reizi savā mūžā, bet – vai pēdējo?! Taču ir virkne jauniešu, kas šādā vecumā ir nevis lietotāji, bet jau atkarīgie «ar stāžu». Tikko vēl pie mums ārstējās meitene polinarkomāne, kura no 13 gadu vecuma lietoja visu pēc kārtas – dažādas narkotikas, alkoholu... Tagad viņa turpina rehabilitāciju un jau pati ir noskaņota atgriezties normālā dzīvē.

Tikmēr sabiedrībā diskutē par alkohola tirdzniecību no 21 gada vecuma...

Naivi. Kur tad šobrīd alkoholu ņem tie, kuriem vēl nav 18? Ar aizliegumu atkarības mazināšanai nevar panākt neko. Paskatieties uz tām pašām alkohola reklamām! Ko mēs reklamējam – alu, vodku? Nē taču! Sabiedrībai tiek reklamēts idillisks dzīvesveids. Ko mēs redzam šajās reklamās? Jautras kompānijas, foršu laika pavadīšanu sporta spēlēs, kārdinošus skatus. Un mēs «potējam» sabiedrībai, ka kaut ko tik foršu var panākt tikai ar alkohola palīdzību. Bet kurš reklamē realitāti pēc lietošanas? Neviens.

Atkarīgais 1986. gadā un šodien atšķiras?

Narkomāns noteikti. Tolaik viņš bija pavisam cits narkomāns. Nebija sintētisko narkotiku, lietoja opiātus. Savā ziņā narkomāns bija profesionālis, kurš zināja konkrētās narkotikas formulu, iedarbību. Tagad bieži vien, it sevišķi jaunieši, lieto kaut ko, paši neapzinoties ko – viņi nezina ne to, kas tā par vielu, ne to, kādas sekas tā izraisa organismā. Šodienas narkomāns ir galīgi tukšs – ar viņu pat nav par ko runāt.

Bet tad loģiski rodas jautājums – kas šodien ir narkotikas? To vielu ir tik daudz, ka jūlija vien valdība vairāk nekā 30 jaunas vielas apstiprināja

«Citam pat pietiek ar šim 10 dienām organisma atindēšanas mūsu nodaļā, lai saprastu, ka viņš te neatgriezīsies. Ticiet man, tas psiholoģiski ir ļoti grūti – it sevišķi, pirmo reizi nonākot pie mums, redzēt citu smagāku pacientu psihozes. «Tas varu būt es, kurš tur guļ un, piesiets pie gultas, murgo.» Reti, bet ir gadījumi, kad tas psiholoģiski nostrādā,» atzīst slimnīcas «Gintermuiža» Neatliekamās un plānveida narkoloģiskās palīdzības nodaļas vadītājs Genadijs Vihņēvičs.

Foto: Ivars Veilins

par aizliedzamām. Taču uz lietošanu tendētiem izdoma ir pietiekami bagāta, lai atrastu jaunas vielas, ko lietot.

Droši vien mēs varētu ieiet jebkurā visparastākajā lielveikalā un nopirkt tur kaut ko, ar ko apreibināties. Tieši tāpēc atkarību izraisīto vielu saraksts nemitīgi tiek papildināts – tas ir garš un ilgstošs process, jo jāpierāda, ka konkrētā viela atbilst definīcijai. Juridiski un medicīniski jāpierāda, ka tā ir viela, kas izraisa reibumu un pēc lietošanas rada fizisku un psihisku atkarību.

Tas jaunietis, kurš *tusiņā* pamēģina kaut ko, pats nezino, ko, nesaprot, ar ko tas var beigties. Viņš alkst pēc jaunām emocijām, bet šīs halucinācijas var būt ne tikai patīkamas, bet arī briesmīgas. Viņš nekad nevar zināt, vai tas nebeigsies mūsu nodaļā ar panisku vājprātu, absolūti reāli izjūtot, kā zem viņa ādas lien milzīgi tārpi, kas rada neciešamas sāpes, vai viņu gabalos nesaņēmis zvērs, nokļūstot pa vienai vien ķermeņa daļai, liekot tik īsti izjust katru zobu cirtieni savā miesā, ka kliegšana ir mazākais, uz ko tad ir spējīgs cilvēks.

Vecumposmā no 15 līdz 18 gadiem

- Alkoholu nelietotāju – 9%
- Reizi gadā – 11%
- Reizi mēnesī – 35%
- Reizi nedēļā – 26%
- Vairākas reizes nedēļā – 26%
- Gandrīz katru dienu vai vairākas reizes dienā – 1%

* Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcijas šoruden veiktā aptauja par atkarībām portālā «Draugiem.lv»

Vai varbūt viņam uzbruks un dzīvu sagriezīs gabalos. Tās ir briesmīgas halucinācijas, un kaut kas tāds var izraisīt nervu sabrukumu. Un lielākais atkarīgo bēd – *lomkas*: tev ir tik neciešamas sāpes, ka sāp pat mati, tev ir paniskas bailes no visa, pat no gaismas un skaņas. Tas ir pats briesmīgākais, ko izjūt atkarīgais.

Vēl jāsaprot, ka narkomāna garīgā attīstība apstājas tieši tajā brīdī, kad viņš sāk lietot. Tātad, ja šodien tas ir 9, 13 vai 14 gadu vecumā, tad jāsaprot, ka tajā brīdī cilvēks savu attīstību ir beidzis.

Es savā praksē esmu simtkārt pārliecinājies, ka pie atkarībām jaunietis noved tikai viens – problēmas ģimenē. Tur, kur ir stipra un normāli funkcionējoša ģimene, kurā bērnam uzmanības netrūkst, šādas problēmas neveidojas. Iedo-

mājieties, mums ir gadījumi, kad vecāki savu atkarīgo bērnu atved pie mums, atstāj pie uzņemšanas durvīm un vienkārši aizbrauc. Mēs ieraugām bērnu, kuram jau nav ģimenes, vecākiem vienkārši ir kauns vai arī nav vēlēšanās risināt problēmu. Bet kā mēs varam palīdzēt, ja nezinām cēloņus? Mēs runājam par sabiedrības informēšanu, profilaktiskiem pasākumiem skolās, bērnu izglītošanu, bet es esmu pārliecināts, ka jāsaprot ar vecākiem. Taču tas ir grūti – kā tad tu sapulcināsi tos vecākus un ko darīsi – lekciju lasīsi? Kurš tad klausīsies? Tas būtu uzdevums, pie kura valstij nopietni jāstrādā. Audzināšana nesākas skolā – tā sākas ģimenē, un tieši trīs četru gadu vecumā bērns vislabāk uztver mācību. Bērns nezina, kas ir durvis un kas ir logs, bet mēs viņam iemācām, ka izešanai vai ieiešanai telpā mēs izmantojam durvis, nevis logu, un bērns šo mācību izmanto visu atlikušo mūžu. Viņš to neapšauba – viņš šajā vecumā iemācās, kas ir labi, kas – slikti.

Bet tikmēr jūs cīnāties ar sekām un, kā pats skaudri sakāt, lielākajai daļai savu pacientu atgriežat iespēju dzert...

Tā diemžēl ir – 80 procenti no visiem mūsu pacientiem, kas nonāk tā sauktajā *atkačāšanā*, atgūstas, iziet no slimnīcas, lai pēc tam turpinātu dzert. Viņi nav motivēti ārstēties, jo *atkačāšana* nav ārstēšana – ārstēšana var sākties tikai pēc tam, kad organisms šīs 8 vai 10 dienas neatliekamās palīdzības palātā ir atindēts. Bet diemžēl mums neizdodas pārliecināt lielāko daļu pacientu un viņu ģimenes locekļu, ka ir jāuzsāk plānveida ārstēšana – šāds lēmums jāpieņem pašam un apzināti.

Bet tad jau sanāk, ka valsts šādā veidā dotē atkarīgo iespēju atkal lietot?

Es gan tik skaļi negribētu teikt. Ir jau šie 20 procenti, kas tomēr izšķiras par ārstēšanos, un tas nav maz. Lai gan – kas ir procenti? Ja mēs palīdzam kaut vienu, tad tas jau ir cilvēks – ar savu likteni un citu likteņiem, ko viņš iespaido. Citam pat pietiek ar šim 10 dienām organisma atindēšanas mūsu nodaļā, lai saprastu, ka viņš te neatgriezīsies. Ticiet man, tas psiholoģiski ir ļoti grūti – it sevišķi, pirmo reizi nonākot pie mums, redzēt citu smagāku pacientu psihozes. «Tas varu būt es, kurš

tur guļ un, piesiets pie gultas, murgo.» Reti, bet ir gadījumi, kad tas psiholoģiski nostrādā.

Kā ir mainījušās ārstniecības metodes, un vai šodien uz mūžu slimam atkarīgajam var palīdzēt vairāk?

Sāksim ar to, ka agrāk nebija ierobežots ārstēšanas ilgums – cilvēku varēja mēnešiem turēt sazaļotā slimnīcā. Un, kā jūs domājat, ko viņš darīja, izejot ārā? Viņš bija tāda kā šoka stāvoklī, un vienīgā vēlme bija ātri dabūt kaut ko iedzert. Tagad ārstēšana notiek ilgaicīgi, bet neatraujot cilvēku no sabiedrības. Psiholoģiskā palīdzība ir daudz stiprāka, sociālie dienesti strādā pamatīgāk, arī medikamenti parādījušies jauni. Mums ir Minesotas programma, un, lai gan Latvijā tai nav veikta statistika, ASV dati liecina, ka pēc šīs programmas izešanas 60 procenti cilvēku atmet savu atkarību. Tāpat ir dažādas profesionālas rehabilitācijas programmas. Iemācīties kontrolēt savu atkarību ir iespējams.

Valsts šobrīd ir gatava par saviem līdzekļiem ārstēt arī atkarīgos bezdarbniekus – programma paredzēta 40 cilvēkiem.

Jā, tiek plānots, ka viņi ārstēsies mūsu slimnīcā Minesotas programmā. Doma, protams, nav sliktā, bet tas, kādi būs rezultāti, atkarīgs no šo bezdarbnieku motivācijas un programmas ilglaicīguma.

30 gadi darbā ar atkarīgajiem, kuri tā arī nekad nebūs īsti veseli – vai brīžiem nav par daudz?

Dažreiz jau *grauž*, bet ne mani pacienti, ne pats darbs, bet medicīnas sistēma valstī, kur ir tik daudz nesakārtotu lietu. Pacienti, tieši otrādi, dod tās patīkamās emocijas. Jo, lai cik smagā kondīcijā cilvēks pie mums nonāktu, izejot viņš noteikti ir labākā stāvoklī, un arī tā ir palīdzība. Nemaz nerunājot par tiem, kas ir gatavi ne tikai atindēt organismu, bet arī ārstēties. Kā var nebūt pozitīvas emocijas, ja tu saņem pacientu, kuram esi palīdzējis tik ilgi noturēties skaidrā, apsvērtā stāvoklī. Piemēram, nu jau gadus 20 uz katriem svētkiem saņem apsvērtuma kartīti no kādas meitenes, kas tagad dzīvo Vācijā, – 90. gadu sākumā viņa pie mums ārstējās no narkomānijas un kopš tā laika vairs nelieto...

Pilsētnieks vērtē

Kas jūs pamudinātu šķirot atkritumus?

Nadežda, pensionāre:

– Mani jau pamudinājuši stāsti par to, cik daudz jauna tiek nodarīts dabai, ja mēs nešķirot atkritumus. Tāpēc šķirotam plastmasu, kartonu, stikla izstrādājumus. Domāju, ka Latvijā vēl vairāk jārunā par to, ko iegūstam no atkritumu šķirošanas, ko zaudējam, ja to nedarām, jāreda konkrēti piemēri. Tiesa, mēs šķirotam, bet «bomži» nereti visu «pāršķiro», tādējādi mūsu šķirošanai vairs īsti nav jēgas.

Velga, strādā laboratorijā:

– Esmu dzirdējusi, ka cilvēki gribētu, lai par šķirotajiem atkritumiem viņiem maksātu. Vai tiešām visu var izmērīt naudā? Ir jāveicina izpratne par to, ka tas tiešām ir labi, un jāsaprot, ka audzināšanu bērnu dārzos un skolās. Kamēr nemiņš domāšana, cilvēks nebūs motivēts to darīt. Mēs mājās atkritumus šķirotam. Jā, tās ir zināmas neērtības, vairāki atkritumu maisi, taču es tos turu uz balkona.

Mihails, jelgavnieks:

– Dzīvoju Viestura un Ausekļa ielas rajonā, bet atkritumu šķirošanas laukums ir Ganību ielā. Tālu. Turklāt nav transporta, ar ko visu aizvest. Varbūt es šķirotu, ja tāpat kā ārzemēs par atkritumu izvešanu man nebūtu jāmaksā un tos no manas mājas savāktu speciāls transports.

Andis, students:

– Kurš grib tādās neērtībās ar vairākiem konteineriem virtuvē? Doma, ka es atkritumus šķirotu tikai tad, ja tā būtu noteikta kā obligāta norma, kas cilvēkiem jāievēro, pretējā gadījumā – sods. Skolā mācīja, cik labi ir šķirot, bet mani tas neinteresē.

Anita, atvaļinājuma:

– Cilvēki ir pārāk neuzņēmīgi. Atkritumus vajag tikai sākt šķirot, un tad pie šī procesa pierod – es jau esmu pieradusi! Sabiedrība ir vairāk jāizglīto par to, cik tas tomēr ir labi, un jārosina pamēģināt šķirot, tad arī viņu domas mainīsies. Tikai ir jārosina problēma ar tiem «revidētājiem», kas, vandoties pa atkritumu konteineriem, bieži vien šo cēlo darbu izjauca.

«Jelgavas Vestnesis»
Metiens – 28000 eks.
Iznāk ceturtdienās
Reģistrācijas apliecības
nr. 000703171

Izdevējs: JPA «Zemgales INFO»
Adrese: Pasta iela 47 – 214,
Jelgava, LV – 3001
Galvenā redaktore:
Kristīne Langenfelde
Redakcija: tālr. 63048801,
e-pasts: redakcija@info.jelgava.lv
www.jelgavasvestnesis.lv
«Zemgales INFO» birojs
tālr./fakss: 63048800,
e-pasts: birojs@info.jelgava.lv
Iespiests: SIA «Renepriņt»

© Pārpublicēšanas gadījumā atsauc uz «Jelgavas Vestnesis» obligāta. Par sludinājumu un paziņojumu saturu atbild to iesniedzējs.

Pilsētā lielo egli šogad nebūvēs no mazām eglītēm

■ **Sintija Čepanone**

Pēc septiņu gadu pārtraukuma Hercoga Jēkaba laukumā Ziemassvētku noskaņu radīs nevis vairāki desmiti mazu eglīšu, kas, iestiprinātas īpašā metāla konstrukcijā, iegūst vienas lielas egles apveidu, bet gan viena egle, kas mežā izaugusi nepilnus divdesmit metrus gara. Pašvaldības aģentūra «Pilsēt-saimniecība» sākusi apzināt iespējas tieši šādu koku sarūpēt svētkiem.

Lielās ielas rekonstrukcija ieviesusi zināmas korekcijas arī tradicionālo pasākumu organizēšanā, tieši tādēļ pašvaldībai nākas pārskatīt iespējas, kā, neraugoties uz būvdarbiem, jelgavniekiem radīt valsts un gada nogales svētku noskaņu un nodrošināt tik ierastās svētku aktivitātes. Viena no tām – lielās pilsētas egles ideģšana, kas notiks 6. decembrī Hercoga Jēkaba laukumā.

«Hercoga Jēkaba laukuma daļā, kur parasti tiek uzlieta svētku egle, Lielās ielas rekonstrukcijas laikā izveidota būvnieku bāze un tuvumā turpināsies rakšanas darbi, tādēļ atšķirībā no citiem gadiem šajā reizē svētku egle atradīsies otrā laukuma malā – tuvāk Pasta ielai. Šī vietas izvēle arī ļaus nodrošināt ērtības pasākuma apmeklētājiem, jo Lielās ielas posmā gar laukumu jau būs ieklāta asfalta apakšārta, nepieciešamības gadījumā tur varēs apturēt satiksmi un teritorija būs norobežota,» stāsta

«Pilsēt-saimniecības» direktors Andrejs Baļčūns.

Tāpat, izvērtējot ierobežotās iespējas, šogad nolemts uzstādīt vienu lielu egli, nevis iepriekšējos gados izmantoto konstrukciju no vairāk nekā četrdesmit mazajām eglītēm. «Lielā pilsētas egle tiks izraudzīta valsts, nevis pašvaldības mežā, un pašlaik apzinām iespējas – visticamāk, egle būs līdz divdesmit metriem augsta,» tā A.Baļčūns, un «Pilsēt-saimniecības» mežzinis Pēteris Vēveris papildina, ka pašlaik jau apskatītas vairākas egles, vidēji 16 – 20 metrus augstas. «Galīgā izvēle jāizdara jau tuvāko pāris nedēļu laikā, jo būs nepieciešams organizēt tehniku gan egles nozāģēšanai, gan tās atvešanai uz pilsētu, gan uzstādīšanai,» tā mežzinis.

Taču jāuzsver, ka šāda egle pilsētā būs tikai šogad – izņēmuma kārtā Lielās ielas rekonstrukcijas dēļ. Jau nākamgad Hercoga Jēkaba laukumā atkal tiks montēta konstrukcija, kura pilsētas lielās egles izveidošanai izmantota kopš 2005. gada, kad ideja aizgūta no Jelgavas sadraudzības pilsētas Baltkrievijā Baranovičiem.

Jāpiebilst, ka ap 5. novembri sāksies pilsētas dekorēšana valsts svētkiem – Lāčplēša dienai un Latvijas Republikas proklamēšanas dienai, savukārt uzreiz pēc tam pilsētā pamazām ideģsies gada nogales svētku rotājumi. «Šajā gadā gan valsts svētkiem, gan Ziemassvētkiem vēl izmantosim tās dekorācijas, kas glabājas mūsu noliktavā, taču, noslēdzoties Lielās ielas rekonstrukcijai, visticamāk, lemsim par jaunu rotājumu, kas vairāk iederēsies jaunajā pilsētvīdē, iegādi,» tā A.Baļčūns.

Rekonstruēs vienu no valsts vecākajām apakšstacijām



Viskaļu apakšstacija, kas nodrošina elektrības piegādi lielākajā daļā Jelgavas un tās apkārtnē, ir viena no vecākajām Latvijas apakšstacijām – tā ir celta 1939. gadā. Lai uzlabotu tās darbu, «Latvenergo» pēc pāris gadiem plāno sākt apakšstacijas rekonstrukciju. Foto: Ivars Veilīņš

■ **Ilze Knusle-Jankevica**

Akciju sabiedrība «Sadales tīkls» elektroenerģijas piegādes drošības uzlabošanai Jelgavā šogad investējusi 1,2 miljonus latu. Jau tagad iesākti Viskaļu apakšstacijas remontdarbi, bet nākotnē plānots rekonstruēt pilnībā.

«Latvenergo» preses sekretāre Ivita Bidere skaidro, ka apakšstacija «Viskaļi» ir viena no vecākajām Latvijā – tās izbūve ir uzsākta 1939. gadā – un arī viena no lielākajām no nozīmīgākajām: no šīs apakšstacijas elektroapgāde tiek nodrošināta lielākajai daļai Jelgavas pilsētas klientu, kā arī

Jelgavas novadā (Svētē, Zaļeniekos, Platonē, Pēterlaukos, Vircaivā, Mežciemā, Blukās, Vecsvirlaukā, Dzirnīkos, Staļģenē), turklāt tā ir mezgla apakšstacija, no kuras tiek nodrošinātas arī starpvalstu saites ar Lietuvu.

No 2014. līdz 2018. gadam ir paredzēta tās rekonstrukcija, ko veiks akciju sabiedrība «Latvijas elektriskais tīkls», nomainot teju visas līdzšinējās iekārtas pret modernām un drošām un tādējādi uzlabojot elektroenerģijas apgādi lietotājiem. Darbi noritēs divos posmos, kuru laikā no 2014. līdz 2016. gadam paredzēts rekonstruēt 330 kV (kilovoltu) daļu, savukārt no 2017. līdz 2018. gadam plānots rekonstruēt 110 kV daļu. «Viens no galvenajiem Viskaļu apakšstacijas rekonstrukcijas valsts mēroga ieguvumiem būs droša elektroenerģijas pārvade caur Latviju no Igaunijas uz Lietuvu, samazinot zudumus,» uzsver uzņēmuma pārstāve. Veicot apakšstacijas rekonstrukcijas darbus, elektroapgāde klientiem netiks traucēta. «Latvenergo» preses sekretāre piebilst, ka rekonstrukcijas iemesls nav apakšstacijas bojājumi, jo tādi, kas ietekmētu elektroapgādi klientiem, tajā nav konstatēti kopš 2009. gada.

Jāpiebilst, ka šogad veikta arī savu laiku nokalpojušo gaisvadu elektrolīniju modernizācija, nomainot balstus un vadus, kā arī ieguldot kabeļus. I.Bidere norāda, ka veiktie darbi nodrošinās nepārtrauktu, drošu un kvalitatīvu elektroenerģijas piegādi lielai daļai Jelgavas pilsētas, kā arī Jelgavas novada iedzīvotāju.

Meklē darba aizsardzības speciālistus, bet dabūt var palīgstrādniekus

■ **Ilze Knusle-Jankevica**

Jelgavā reģistrēti 4805 bezdarbnieki. Gandrīz desmitā daļa no viņiem norādījuši, ka vēlētos strādāt par palīgstrādnieku, un tikai nedaudz mazāk ir to, kas meklē pārdevēja darbu. Tikmēr darba devēji izmisīgi meklē darba aizsardzības speciālistus, noliktavas darbiniekus, autovadītājus un metinātājus, bet šīs vakances paliek tukšas.

Nodarbinātības valsts aģentūras (NVA) Jelgavas filiāles speciālisti ir izveidojuši to profesiju topu, kas pievilcīgš šķiet bezdarbniekiem. Augšgalā līdzās palīgstrādnieka un

pārdevēja profesijai ir arī apkopēja, automobiļa vadītāja, administrātora un sekretāra, pavāra un pavāra palīga, apdares darbu strādnieka, sētnieka, aukles un atslēdznieka darbs. Viens no iespējamajiem iemesliem ir tas, ka bezdarbnieki kā vēlamu darbu norāda profesiju, kas bija viņu pēdējā nodarbošanās. Tāpat – jo ilgāk cilvēks ir bez darba, jo zemāks ir viņa prasības un vienkāršāks darbs tiek meklēts.

Kā skaidro NVA Jelgavas filiāles vadītāja Andra Dietlava, bezdarbnieku vēlnes lielā mērā ietekmē viņu personība un ir skaidrojamas gan ar izglītības līmeni, gan ar darba pieredzi, gan vecumu. Šobrīd puse reģistrēto bezdarbnieku ir ar pamata vai vidējo izglītību, bet A.Dietlava uzsver – ja izglītība iegūta pirms daudziem gadiem, šobrīd darba tirgū nav atšķirības

starp pamata un vidējo izglītību. Tāpat ir arī ar profesionālo izglītību – ja tā iegūta sen un prasmes nav atjauninātas, šādi cilvēki darba tirgū nav pārāk pieprasīti. «Un tieši ilgstošie bezdarbnieki ir lielākā Jelgavas problēma,» piebilst A.Dietlava.

Diemžēl tikai nedaudzdos punktotos sakrīt bezdarbnieku vēlnes ar Jelgavas darba devēju pieprasījumu, jo darba devējiem visvairāk vajadzīgi ir darba aizsardzības speciālisti, noliktavas pārziņi un darbinieki, autovadītāji, metinātāji. «Liela daļa piedāvāto vakancu ir tādas, kuras nevar aizpildīt ar gataviem kandidātiem, un tālāk jau darba devējam pašam jāizšķiras, kā rīkoties – iztikt, kā ir, apmācīt darbiniekus pašam vai ievest speciālistus no ārvalstīm,» situāciju ieskicē NVA filiāles vadītāja.

Veco sēklu fabriku būtu nojaukuši jau pagājušajā gadā, bet banka neļāva

■ **Ilze Knusle-Jankevica**

«Mēs jau gribējām šo objektu – bijušo sēklu fabriku – nojaukt pērn un būvgružus vest uz bīstamo izgāztuvi «Kosmos», bet, tā kā īpašums ir ieķīlāts, banka nedeva piekrišanu,» norāda vecās sēklu fabrikas īpašnieka SIA «Stoneks Invest» pārstāvis Raimonds Lazdiņš.

Šogad vienošanās par bīstamā objekta nojaukšanu ar hipotekāro kreditoru akciju sabiedrību

«UniCredit Bank» tomēr panākta, un, kā «Jelgavas Vēstnesis» jau rakstīja, no septembra teritorijā Lietuvas šosejā 70 rosās tehnika. «Mums ir vienošanās ar kompāniju, ka tā līdz novembrim nojauks visas teritorijā esošās ēkas un gada laikā izvedīs no teritorijas būvgružus,» stāsta R.Lazdiņš. Viņš norāda, ka lēmums nojaukt ēkas pieņemts tieši to radītās bīstamības dēļ, jo tajās nereti uzturējušies bezpajumtnieki.

Īpašnieka versija lika vēlreiz vērsties pie «UniCredit Bank», lai noskaidrotu, kāpēc bankas pārstāvji pārdomājuši un kāpēc pirms gada ēkas nojaukt nevarēja, bet tagad var. Uz dotajiem

jautājumiem bankas atbilde gan bija visai formāla, tā arī nepaskaidrojot, kāpēc pirms gada nav doti piekrišana bīstamās ēkas nojaukt.

Runājot par īpašuma tālāko attīstību pēc ēku nojaukšanas, R.Lazdiņš atzīst, ka pagaidām attīstības vizijas nav, bet jebkurš lēmums būs jāsaparok ar kreditoru.

Laikraksts «Jelgavas Vēstnesis» jau rakstīja, ka «Stoneks Invest» ēkas un zemi 2,65 hektāru platībā iegādājās 2007. gadā un jau vairākus gadus pašvaldība cīnījās ar īpašnieku par to, lai bīstamās ēkas tiktu pienācīgi norobežotas vai nojauktas.

Isi

■ 28. oktobrī Latvijā un daudzviet citur pasaulē notiks pāreja no vasaras laika, kad pulksteņa rādītāji jāpagriež vienu stundu atpakaļ. Latvijā pāreja atpakaļ no vasaras laika notiks 28. oktobrī pulksten 4 (naktī no sestdienas uz svētdienu), pulksteņa rādītājus pagriežot vienu stundu atpakaļ.

■ 6. decembrī Jelgavā jau tradicionāli notiks «Jauniešu forums 2012». Taču līdz tam organizatori rosina jauniešus uzdot jautājumus un izteikt ierosinājumus Jelgavas pilsētas vadībai par dažādām tēmām, kas aktuālas jauniešiem. Jautājumu lūgums iesūtīt līdz 15. novembrim. «Aicinu jauniešus palūkoties apkārt, padomāt un sagatavot savus jautājumus, ieteikumus Jelgavas pilsētas vadībai par dažādām tēmām un sūtīt tos līdz 15. novembrim uz e-pastu: jelena.grisle@dome.jelgava.lv,» tā Jelgavas Sabiedrības integrācijas pārvaldes jaunatnes lietu speciāliste Jelena Grisle.

■ Līdz 1. novembrim tiek gaidīti pieteikumi no jelgavnieku ģimenēm, kas apvienojušās komandās no piecām līdz 12 māsaiņniecībām, vēlas iesaistīties enerģijas taupīšanā, sacenstosies par lielāko enerģijas patēriņa samazinājumu četru mēnešu laikā. Reģistrēties «Energokomandu» sacensībām var līdz 1. novembrim – noteikumi un plašāka informācija par plānotajām aktivitātēm pieejama mājas lapā www.energokomanda.lv. Mazākas izmaksas par enerģiju, mainot savus ikdienas paradumus; izdevība iegūt dažādas veicināšanas balvas (ēkai bezmaksas energoaudits vai termogrāfija, energoefektīvs apgaismojums u.c.), kas palīdzēs arī turpmāk taupīt enerģiju mājoklī; iespēja iegūt kādu no naudas prēmijām 600, 400 vai 200 latu apmērā; iespēja doties atmaksātā braucienā uz sacensību noslēguma pasākumu Briselē – tie ir tikai dažādi ģimeņu ieguvumi, kurus min sacensību organizatori. Sacensības ilgs no 1. decembra līdz 31. martam. Pagājušajās sacensībās no Jelgavas piedalījās piecas komandas. «Energokomandu» sacensības organizē SIA «Ekodoma», bet atbalsta – Jelgavas pilsētas dome.

■ Jelgavas baltkrievu biedrība «Ļanok» uzņēmējiem un citiem interesentiem, kuri vēlas attīstīt pārrobežu sadarbību ar Baltkrieviju, piedāvā apskatīt katalogus «Baltkrievijas Republikas eksporta potenciāls». Tajos aplūkoti dažādu nozaru baltkrievu uzņēmumi, kuri ir ieinteresēti eksportēt savas saražotās preces uz Latviju. Kopumā Sabiedrības integrācijas pārvaldē (Sarmas ielā 4) tās darba laikā pieejami katalogi par deviņām uzņēmējdarbības nozarēm.

■ 29. oktobrī Rīgas Brāļu kapos svinīgi atklās 29 restaurētos Zemgales–Kurzemes pilsētu ģerboņus, tajā skaitā arī restaurēto Jelgavas pilsētas ģerboni. Jelgavas pilsētas pašvaldība bija viena no pirmajām Latvijas pašvaldībām, kas ģerboņa restaurācijai piešķīra 1000 latu lielu finansējumu, atsaucoties Rīgas Brāļu kapu komitejas aicinājumam. Pilsētas ģerboņa bāreljefs atrodas Rīgas Brāļu kapu noslēdzošajā sienā kopā ar citiem Latvijas apriņķu un pilsētu vēsturiskajiem ģerboņiem.

■ Atrasta un iedziedāta LLU himna «Mēs mīlam tevi, zeme dārgā, svētā», ko izglītības iestādei 1940. gadā, īsi pirms padomju okupācijas, veltījis komponists un diriģents Jēkabs Mediņš, ziņo universitātes pārstāvis Aigars Leviņš. LLU himnu pēc vairāk nekā trīs gadu meklējumiem atradis universitātes vīru kora «Ozols» ilggadējais tenors Modris Ziemeļs. Himnu LLU kora izpildījumos var noklausīties internetā: http://soundcloud.com/llu_lv/sets/llu-himna/.

Ritma Gaidamoviča



JELGAVAS PILSĒTAS DOME

Apstiprināti ar Jelgavas pilsētas domes 27.09.2012. lēmumu Nr.12/5

JELGAVAS PILSĒTAS PAŠVALDĪBAS
2012. GADA 27. SEPTEMBRA SAISTOŠIE NOTEIKUMI Nr.12-22

«NODOKĻA ATBALSTA PASĀKUMA PIEMĒROŠANA NEKUSTAMĀ ĪPAŠUMA NODOKLIM»

Izdoti saskaņā ar Nodokļu atbalsta pasākuma likuma 4. panta otro daļu

1. Saistošie noteikumi nosaka nodokļa atbalsta pasākuma piemērošanu nekustamā īpašuma nodoklim un ar to saistītajiem maksājumiem par Jelgavas pilsētas administratīvajā teritorijā esošajiem nekustamajiem īpašumiem.
2. Saistošo noteikumu mērķis ir atvieglot nekustamā īpašuma nodokļa maksātājiem (turpmāk – nodokļa maksātājs) ekonomiskās krīzes rezultātā radušos nekustamā īpašuma nodokļa parāda slogu.
3. Nekustamā īpašuma nodokļa atbalsta pasākums ir vienu reizi veicams pasākums nokāvējuma naudas un 90 procentu soda naudas dzēšanai tiem nodokļa maksātājiem, kuri līdz noteiktam datumam samaksā nekustamā īpašuma nodokļa pamatparādu un ar to saistīto soda naudu 10 procentu apmērā.
4. Nodokļa atbalsta pasākums ir attiecināms uz tiem nodokļa maksātājiem, kuriem uz 2012. gada 1. oktobra, pēc stāvokļa uz 2011. gada 1. septembri, nav samaksāts nekustamā īpašuma nodokļa pamatparāds par Jelgavas pilsētas administratīvajā teritorijā esošajiem nekustamajiem īpašumiem.
5. Nekustamā īpašuma nodokļa atbalsta pasākuma ietvaros noteiktais nekustamā īpašuma nodokļa pamatparāda samaksas termiņš var tikt pagarināts līdz 60 mēnešiem, tas sadalāms vienādās daļās ar ikrēmēša maksājumu vismaz Ls 50 (piecdesmit lat).
6. Nodokļa maksātājs iesniedz informācijas pieprasījumu pašvaldībā par nekustamā īpašuma nodokļa atbalsta pasākuma maksājumu nekustamā īpašuma nodoklim pēc stāvokļa uz 2012. gada 1. oktobra (1. pielikums).
7. Jelgavas pilsētas domes administrācija Finanšu nodaļa (turpmāk – nodokļa administrācija) 10 darba dienu laikā pēc noteikumu 6. punktā minētā pieprasījuma saņemšanas nosūta veidlapu ar informāciju par piedalīšanos nekustamā īpašuma nodokļa atbalsta pasākumā (2. pielikums).
8. Nodokļa maksātājam ne vēlāk kā līdz 2012. gada 31. decembrim ir tiesības iesniegt aizpildītu iesnieguma veidlapu (2. pielikums) par piedalīšanos nekustamā īpašuma nodokļa atbalsta pasākumā.
9. Lēmumu par nodokļa atbalsta pasākuma piemērošanu Nodokļu atbalsta pasākuma likumā un Ministru kabineta 2012. gada 28. augusta noteikumos Nr.600 «Nodokļu atbalsta pasākuma īstenošanas kārtība» noteiktajā kārtībā pieņem Jelgavas pilsētas domes administrācijas Finanšu nodaļa, kura, pamatojoties uz Jelgavas pilsētas domes 2011. gada 28. aprīļa lēmumu Nr.5/5 «Par nekustamā īpašuma nodokļa administrēšanu», atbilstoši likumam «Par nodokļiem un nodevām» noteiktajā kārtībā pilda nodokļa administrēšanas funkcijas.
10. Nekustamā īpašuma nodokļa maksātājs nodokļa administrācijas lēmumu var apstrīdēt Jelgavas pilsētas domē.

«Cukurfabrikā» tiekas jelgavnieki no 2,5 līdz pat 83 gadiem

■ Ritma Gaidamoviča

Pagājuši gandrīz divi mēneši, kopš Pārlielupē – bijušajā «Jelgavas cukurfabrikas» ēdnīcā Cukura ielā 22 – darbu sācis Jelgavas pašvaldības aģentūras «Kultūra» deju centrs «Cukurfabrika». Tas šobrīd pulcē ap 500 bērnu, jauniešu un pieaugušo, kuri deju mūsdienīgu un tautiskās dejas, apmeklē jogas, pilates, baleta nodarbības, deju aerobiku, apgūst salsu un pašsardzību. Te tiekas jelgavnieki vecumā no diviem ar pusi līdz pat 83 gadiem. Centra koordinatore Annika Andersone atzīst: «Palēnām iekustinām mājās sēdētājus, un tas ir apsvēcami!»

«Cukurfabrika» ir galvenā mājvieta deju studijai «Benefice», kas apvieno ap 300 deju centrus, taču līdz ar centra izveidi tajā mājvieta radušies arī aģentūras «Kultūra» tautas deju kolektīvi «Rota», «Laipa», klūdziņu pinēju pulciņš «Dekors», kā arī tiek piedāvātas nodarbības, no kurām vairākas līdz šim Jelgavā nebija. Aģentūras «Kultūra» direktors Mintauts Buškevičs, kura vadītās iestādes paspārnē atrodas deju centrs, atzīst: «Mērķis ir attaisnoties. Jau sen izjutām telpu trūkumu kolektīviem, un nu līdz ar deju centra izveidi esam nedaudz atslēgušies kultūras namu «Rota», jo kolektīvi «Laipa» un «Rota» pārcēlušies uz deju centru, plašākas telpas ieguvusi arī «Dekors». Jelgavai pienācis klāt vēl viens tautas deju kolektīvs – «Zemgaļi» no Ozolnīkiem. Bet pats galvenais ir tas, ka šīs telpas pilnībā piemērotas deju centram, kas paver daudz plašākas iespējas pilnveidot prasmes, turklāt paplašinājies piedāvājums brīvā laika pavadīšanai.»

Klāt nākušas jaunas nodarbības ikvienai gaumei un vecumam. Deju centrs piedāvā jogas, TRX treniņus, kapoeiru (brazīļu cīņas māksla ar dejas elementiem), baleta nodarbības pieaugušajiem, bačatas, sambas, rumbas, pilates, elpošanas treniņus, pašsardzību.

Priecājas par jaunajām telpām

Par deju centru sajūsmā ir gan nodarbinātāji, gan viņu vecāki. Telpas esot tik mājīgas, ka bērni uz nodarbībām ierodas pat krietni agrāk. Daži te pilda mājas darbus, daļa ietur maltīti, citi šo izvēlējušies kā labu satikšanās vietu ar kolektīva draugiem. Lielākā rosība šeit valda no pulksten 14.30 līdz 22 vakarā. «Plaši, skaisti un mājīgi. Meitai ļoti šeit patīk, tāpēc uz nodarbību raujas krietni pirms mēģinājuma. Ļoti atzinīgi novērtēju to, ka šeit par saprātīgu cenu – 1,10 latiem – bērns var arī veselīgi paēst. Jā, mazliet grūtības sagādā izbraukšana no pilsētas centra uz šejieni, taču tie plusi, ko iegūst mans bērns, to atsvēr», saka mamma Ingrida Vēlme. Līdzīgās domās ir arī Dace Grāmatiņa-Peļša, kura pirmdienās, kamēr meita ir nodarbībās, arī pati labprāt izmanto iespēju padejot. «Ļoti pozitīvi novērtēju to, ka tagad arī man ir iespēja padarboties, kamēr bērns ir nodarbībā. Tā teikt – lietderīgi izmantots laiks. Līdz šim salsu nebiju dejojusi, taču tas ir ļoti interesanti,» tā D. Grāmatiņa-Peļša. «Te ir forši, silti un plaši. Mums ir daudz vairāk zaļu, paplašinājies mūsu nodarbinātība, tagad līdztekus dejojšanai varam apmeklēt arī baletu, jogu, cīņas treniņus, brīvajā laikā varam šūpoties šūpuļtīklos, paēst. Mums te patīk,» atzīst deju centra Kristiāna Bensone un Diāna Žilinska.

«Cukurfabrikā» gaidīti arī pieaugušie

Centra koordinatore A. Andersone atzīst, ka šobrīd vēl ir ieskrējiena periods un jālauz stereotips, ka te «dzīvo» tikai «Benefice». «Deju centrā «Cukur-

fabrika» tiek gaidīti bērni, jaunieši, pieaugušie un arī pensionāri, kuri vēlas kustēties, uzlabot savu veselību, sevi pilnveidot dažādās nodarbībās,» tā A. Andersone, piebilstot, ka pirmie jauno nodarbinātāji ir «Benefices» deju centrs un viņu vecāki, kas pieaicinājuši arī draugus, un pamazām informācija izplatās. Koordinatore uzsver, ka vecumam neesot nozīmes un nodarbības deju mājā nav domātas tikai bērniem, jauniešiem. «Galvenais ir vēlme kustēties – šeit gaidīts ir ikviens,» tā viņa, piebilstot, ka, piemēram, baleta nodarbības šobrīd apmeklē 50 gadus veca kundze, bet balss treniņu – vecmāmiņa, kurai jau ir 83 gadi.

Koordinatore stāsta, ka no piedāvātā klāsta šobrīd pieprasītākās ir jogas, baleta un pilates nodarbības, bet vēl īsti «iedzi-vojusies» nav cīņas māksla.

Nodarbības iesaistījušies Pārlielupes bērni

A. Andersone norāda, ka līdz ar deju centra «Cukurfabrika» izveidi iezīmējies kāda pozitīva tendence. Proti, aktivitātēs vairāk iesaistījušies Pārlielupē dzīvojošie bērni. «Līdz šim ne tikai mēs, bet arī citi kolektīvi pilsētā izjuta, ka ārpusstundu aktivitātēs iesaistās salīdzinoši maz bērnu no Pārlielupes. Mēs sistēmā ievadām datus par katru dalībnieku, un, izvērtējot tos pēc dzīvesvietas, sanāk, ka izteikti vairāk šogad mums ir deju centrs, kas dzīvo Loka maģistrālē vai blakus ielās. Nekad tā nav bijis, un par to man ir liels prieks. Tas pierāda, ka esam viņus izvilinājuši no mājās. Jāteic, ka pirms centra izveides viens no mērķiem arī bija vairāk aktivitātēs iesaistīt bērnus, kas dzīvo Lielupes labajā pusē,» tā A. Andersone, nenoliedzot, ka līdz ar pārcelšanos ir arī zaudējumi. Jau pirms centra izveides izvērtās diskusijas par nokļūšanu «Cukurfabrikā», jo tas ir ārpus pilsētas centra. Viņa atzīst, ka ir deju centrs, kuri šī iemesla dēļ diemžēl kolektīvu pametuši, jo nevar atrisināt nokļūšanas jautājumu, tāpēc viņi devuši priekšroku ārpusstundu nodarbībām, kas notiek centrā. Taču tādu nav daudz, un šobrīd joprojām tiek risināts jautājums par autobusa maršrutu, kas izbrauks pa skolām un atvedīs bērnus tieši līdz deju centram, bet vakarā – atpakaļ uz pilsētu.

Balss treniņus vada «Triānas parka» soliste

Runājot par pedagogu komandu, A. Andersone stāsta, ka te sapulcējušies gan vietējie, gan pasniedzēji no galvaspilsētas, kuri ir savas jomas speciālisti. Tā hormonu jogu šeit pasniedz Karīna Kliesta, kura vienīgā Latvijā to praktizē, karstās dejas – salsu, rumbu, ča-ča-ča, bačatu – Ivans Salazars no Kubas, kurš šobrīd dzīvo Latvijā un pasniedz nodarbības arī Rīgā, *street dance* – dziedošā policista Nikolaja Puzikova brālis Oļegs – horeogrāfs, kurš ar deju aizrāvis jau desmit gadus. Viņš strādājis kopā ar Lauri Reiniku un Riču ģimeni. Elpošanas un balss treniņus «Cukurfabrikā» pasniedz grupas «Triānas parks» soliste Agnese Rakovska un dziedātāja Baiba Vanaga, kura daudziem zināma no koncertprogrammas bērniem «Brīnumskapis».

M. Buškevičs atzīst – lai gan deju centrs pavēris daudz plašākas iespējas, tas tāpat kā Rīga nekad nebūšot gatavs un vienmēr attīstīsies. Šobrīd jau zināmi plāni un vajadzības nākotnē. Piemēram, nākamā gada budžeta tāmē ielānāts iegādāties skatītāju krēslus, lai lielajā zālē varētu notikt koncerti, un arī apgaismojumu. Tāpat nepieciešams inventārs – akrobātikas paklāji, zviedru siena, stepa soliņi. Jāpiebilst, ka centrs ir gatavs uz klausīt arī iedzīvotāju vēlmēm par to, ko viņi vēl gribētu šeit apgūt. Plašāk ar deju centra piedāvājumu un nodarbinātību laikiem var iepazīties mājas lapā: www.cukurfabrika.lv.



12 cilvēki, no kuriem jaunākajam ir pieci gadi, šobrīd «Cukurfabrikā» apgūst brazīliešu cīņas mākslu ar dejas elementiem jeb kapoeiru, kuru vēl var mācīties tikai Rīgā. Tas ir sporta veids, kurā dalībnieki nevis cīnās, bet gan, cīņas elementus savienojot ar deju, veido priekšnesumus. Šajos treniņos māca ne tikai cīņas elementus, bet arī spēlēt instrumentus – bungas, tamburīnu, birimbau – un dziedāt portugāļu dziesmas, ko izmanto priekšnesumos. «Tā ir laba iespēja sevi fiziski uzņemt, kļūt lokanākam un reizē to savienot ar mākslu,» tā treneris Kristaps Šeļegovskis. Foto: Ivars Veiliņš



Līdz šim dzirdēts, ka kolektīvi laiku pa laikam pieaicina baleta skolotāju uz dažām nodarbībām, taču tagad Jelgavā ir iespēja apmeklēt baleta nodarbības. Šobrīd baletā trenējas gan «Benefices» deju centrs, gan desmit pieaugušie, kuri vēlas uzlabot savu stāju, ķermeņa formu, gaitu, vispārējo muskuļu tonusu. Jāpiebilst, ka «Benefice» kopā ar skolotāju Initu Upmali pagājušās nedēļas nogalē pirmo reizi Liepājā piedalījās baleta konkursā, kur stājās pretī pat Latvijas Nacionālās operas deju trupām.

Jelgava ir otrā vieta Latvijā, kur iekārtota īpaša zāle TRX nodarbībām – tā ir piekures treniņu sistēma: cilvēks tiek iekārtāts siksnās un trenējas, izmantojot savu svaru. Šī treniņu sistēma attīsta lokanību, spēku, izturību, stabilitāti, un šādi tiek nodarbināti dziļie muskuļi. «Aizraujoša nodarbība, kas dod muskuļu tonusu, attīsta koordināciju un kalpo kā efektīvs svara samazināšanas veids. Ļoti populārs šis sporta veids ir ASV,» piebilst Annika Andersone.



Pagājušajā nedēļā «Cukurfabrikā» tapusi arī īpaša izstāde. Tajā izvietoti šīs mājas galveno iemītnieku – deju studijas «Benefice» – tērpi un rekvizīti, kas izmantoti dejās. Izstādes iekārtotāja modes māksliniece Daiga Latkovska piebilst, ka ar laiku pievienosies arī dažādas lietas no kolektīva braucieniem, piemēram, no Meksikas atvestā interesantā vāze.



Lielākā rosība deju centrā ir darbadienās no pulksten 14.30 līdz 22. Kamēr vieni vingro vai deju, citi gaidot savu kārtu, atpūšas šūpuļtīklos. «Ļūtamies kā mājās – sava virtuve, šūpuļtīkli, pufi, kur atpūties. Citi te pilda mājasdarbus. Līdz šim tikai filmās ir redzētas šādas deju kolāžas – kurš varēja iedomāties, ka filma pārvērtīsies par īstenību?!» priecājas Linda Daubure un Eliza Petrova, atzinīgi novērtējot to, ka beidzot var arī ikdienā redzēt, cik patiesībā deju centrs ir daudz. «Līdz šim tikai Pilsētas svētku gājienā un koncertos redzējām, cik daudz esam, bet tagad vairākām grupām treniņi ir vienlaicīgi, tāpēc vairāk izjūtam, ka esam kā liela ģimene,» tā Eliza.



Deju centrā apmeklētājiem ir arī sava atpūtas telpa, kurā par 1,10 latiem var iegādāties siltu launagu, par 20 santīmiem – kādu bulciņu vai padzert tēju no savas krūzītes. Jā, katram «Benefices» deju centram, jo viņi šeit uzturas visilgāk, centrā ir sava krūzīte ar bildi. «Te ir superīgi! Kādreiz pēc skolas gāju mājās, kaut ko apēdu un tad skrēju uz mēģinājumu. Tagad uzreiz pēc skolas nāku uz šejieni, jo te ir patīkami. Te var paēst, atpūsties,» tā Krista Vītola un Marta Švāne, novērtējot arī plašās zāles.



Kristiāna un Diāna priecājas par plašajām garderobēm – tagad katram ir sava skapītis ar atslēdziņu, kur var ievietot personīgās mantas. «Vairs neesam tik saspiesti. Vēl tikai atpūtas divāniņu un televizoru šeit vajadzētu, tad būtu pavisam kosmāli,» spriež meitenes.

ZOC – aerobika

Profesionālas treneres Irinas Novikovas vadībā ZOC notiek aerobikas nodarbības. Programmā vairāk ietverti ārstnieciskās fizikultūras vingrinājumi un aizmirsts par straujiem lēcieniem un kustībām, ļaujot ar šo sporta veidu nodarboties dažāda vecuma un fiziskās sagatavotības pārstāvjiem. Aerobikas nodarbību galvenie ieguvumi ir veselība un laba pašsajūta, īpaši tā ieteicama personām, kam ir mazkustīgs dzīvesveids, sēdošs darbs, nav laika ik dienu doties garās pastaigās, vai kā citādi uzturēt savu ķermeni teicamā formā. Nodarbības notiks ZOC otrā stāva foajē otrdienās un piektdienās pulksten 18.30 (ilgums – stunda). Maksa par aerobikas nodarbībām mēnesi ir 15 latī. Iepriekšēja pieteikšanās nav nepieciešama.

Trīs pasaules čempioni

Jelgavas kluba «Shinri» komanda 20 SKDUN pasaulē čempionātā shotokan karatē izcīnījusi trīs zelta, vienu sudraba un četras bronzas medaļas. Zelta medaļu mājās pārveda Kims Petrovs, Viktorija Lavžele (attēlā) un Daniela Skuja. Sudraba godalga Ritai Ezerei, bet bronzas – Dmitrijam Varlamovam, Marekam Stepiņam, Kimam Petrovam un V.Lavželei. Čempionātā piedalījās 1400 sportisti no 42 valstīm. Latviju pārstāvēja 33 sportisti no sešiem klubiem, tostarp desmit jelgavnieki. Latvijas izlasei kopumā 13 medaļas – četras zelta, divas sudraba un septiņas bronzas –, no kurām astoņas ir jelgavnieku guvums.



Treneri streiko

Pirmdien pie Saeimas pret nesamērīgi mazo finansējumu jaunatnes sporta treneriem protestēja Latvijas sporta skolu vadītāji un treneri. Jelgavu pārstāvēja Ledus sporta skolas (JLSS) treneri. «Neadēvēti zemas atalgojums nemotivē jaunus speciālistus strādāt sporta skolās, un no tā cieš arī jauno sportistu sagatavošanas kvalitāte», uzsvēra JLSS direktors Andris Lukss. Saskaņā ar Izglītības un zinātnes ministrijai 2013. gadā treneru darba samaksa nepieciešamais finansējums ir 5,8 miljoni latu, bet piešķirt ministrija plāno 3,5 miljonus. Starpību iespēju robežās sedz pašvaldības. Jāpiebilst, ka 2012. gadā Latvijā sporta iestādēs trenējās 28 000 audzēkņu un strādā 1107 treneri. JLSS šajā mācību gadā būs desmit treneri un ap 300 audzēkņus.

Sākas ratinbasketbola čempionāts

Šo sestdien, 27. oktobrī, sāksies Latvijas 10. ratinbasketbola čempionāts. Komandas pirmā sabraukuma spēles aizvadīs Zemgales Olimpiskajā centrā. Šosezon čempionātā piedalās trīs komandas – «Rīga», «Zemgale» un «SIVA» (Sociālās integrācijas valsts aģentūra). Spēles sāksies pulksten 10, kad tiksies «Zemgale» un «SIVA»; pulksten 11.30 spēlēs «Rīga» un «SIVA»; pulksten 13 – «Zemgale» un «Rīga». Jāpiebilst, ka pērn «Zemgale» kļuva par čempionāta uzvarētājiem.



Meklē darbu

Sieviete (57) meklē slimnieku kopējas darbu vai vecu cilvēku aprūpē. Ir medicīniskā izglītība. Tālrunis 28466282.
Virietis meklē darbu. Var apkopt vecu cilvēku. Ir pieredze. Var dzīvot uz vietas. Tālrunis 20339412.
Celtnieks. Mūrēju kamīnus, krāsnis, plīti, siltumtūrus, pirts krāsnis, skursteņus. Varu veikt remontdarbus. Tālrunis 28893830.
Meklēju jebkādu darbu. Izskatīšu jebkuru piedāvājumu. Tālrunis 20328190.
Grāmatvede. Tālrunis 29360505.
Piedāvā darbu
SIA «Raivo un partneri», kas darbojas jau kopš 1999. gada, piedāvā darbu lentzāģu operatoram(-ei), gatera strādniekiem(-cēm) un darba vadītājam(-ai). Atrodamiem Valgundes pagastā. Tālrunis 26488881.
SIA «Oswee» piedāvā iegūt papildu ienākumus. Korespondences un reklāmas materiālu piegāde pa pastkastītēm. Brīvs darba laiks. E-pasts: hr@oswee.com.

Veca, slimā cilvēka aprūpētājam(-am). Tālrunis 26711286; 28882532.

Pārdod

1istabas dzīvokli Meiju c., laba satiksme, Ls 5000. T.29875035
Kūdras un kokskaidu briķetes no Igaunijas. Piegāde. T.28828288
Jauktu malku 17 Ls/sterā, briķetes, šāļu malku. T.26488881
Kantainās ozola skaidu briķetes. Cena ar piegādi Ls 110. T.29907466
Apkures briķetes, 0,95 Ls/iep. vai 95 Ls/tonna. Malka, 1 Ls/ 40 l maiss. Var piegādāt. Tāl.25448677.
Ābolus. T.29183128
Pasterizētu ābolu sulu 3 l burkā. T.26556746.
Pērk
Sudraba un zelta monētas, dažādus ordeņus, apbalvojumus un medaļas. T.28850080
Metāllūžņus. Sver, griež, maksā uz vietas. Zvaniet – atbrauksim! T.25454592
Metāllūžņus, visu veidu. T.26984528.

Vēlas irēt

1istabas dzīvokli. T.20338612

Dažādi

Garšas ceļojums restorānā «Madara». Lielā iela 22. Būsiet laipni gaidīti uz ēdienu un vīna degustāciju. 16. novembrī plkst.19. Lūgums pieteikties iepriekš pa tālruni 27555440; 63027012.
Grāmatvedības pakalpojumi. Konsultējam finanšu, nodokļu u.c. jautājumos, projektu pieteikumu sagatavošana. T.20091975.
Mobilais gateris. T.26547957
Kravu pārvadājumi, auto evakuācija. T.25904905.
Transporta pakalpojumi: buss (18 m³, 1 tonna); kravas furgons (40 m³, 3 tonnas). Tāl.25448677
Licencēta firma uzstāda un nomaina ūdens skaitītājus par Ls 10 gabalā. T.29758491
SIA «Velis – A» – apbedīšanas pakalpojumi, piederumi un konsultācijas, netaisni nogādāšana morgā. Dienakts tālruni: 63020151 un 28651582 vai ierodoties personīgi SIA «Velis – A» jaunajās biroja telpās Sakņudārza ielā 5a, Jelgavā.

Aizsaulē aizgājuši

SVETLANA GAVRILOVA (dz. 1943. g.)
FRICIS CEPLIS (dz. 1929. g.)
EDGARS KRIVJONOKS (dz. 1952. g.)
STANISLAVS KRASOVSKIS (dz. 1929. g.)
LUDIS KARLOVS (dz. 1933. g.)
AIVARS ŠABLEVSKIS (dz. 1966. g.)
ELFA ELIZABETE ALEKSANDRA GRINŠPONE (dz. 1934. g.)
ARTURS ŠADROVS (dz. 1935. g.)
FJODORS PASEČNIKS (dz. 1936. g.)
ZINA MELITA ANDERSONE (dz. 1939. g.).
Izvadīšana 26.10. plkst.14 no Baložu kapsētas Sēru nama.
ALEKSANDRA USOVA (dz. 1931. g.).
Izvadīšana 23.10. plkst.14 Bērzu kapsētā.
VALERIJA KALPOVIČA (dz. 1920. g.).
Izvadīšana 24.10. plkst.13 no Meža kapsētas Sēru nama.
RITA ŽILE (dz. 1944. g.). Izvadīšana 24.10. plkst.11 no Meža kapsētas Sēru nama.
VASILIJS JEGOROVS (dz. 1947. g.). Izvadīšana 24.10. plkst.15 no Meža kapsētas Sēru nama.
ZINAIDA VLASENKO (dz. 1926. g.). Izvadīšana 24.10. plkst.11 Zanderu kapsētā.
HEDEVIGA FELDMANE (dz. 1925. g.). Izvadīšana 26.10. plkst.15 Meža kapsētā.

Galvenās problēmas – stāja, zobi un aptaukošanās

Ilze Knusle-Jankevica

Nepilnu astoņu mēnešu laikā Sporta medicīnas kabinetā Zemgales Olimpiskajā centrā veselība pārbaudīta teju 900 Jelgavas sportistiem – sākot no piecgadniekiem un beidzot ar veterāniem. Kabineta speciālisti atzīst, ka lielākās problēmas ir ar stāju, zobiem, aptaukošanos un tikai pa retam nākas rekomendēt samazināt sportisko slodzi.

Kabinētā strādā divi speciālisti, un viņu redzeslokā ir visu pilsētas sporta skolu klubu audzēkņi un pārstāvji – kopumā ap 2500. Lai gan rūpīgāk tiek sekots sportistiem līdz 18 gadu vecumam, kabinetu apmeklē arī pa kādam veterānam. «Kabinetu mēnesi apmeklē divi trīs veterāni, tāpēc spriest par šo vecuma sportistu kopējo veselības stāvokli ir grūti, bet pēc tā, ko esam redzējuši, varu teikt, ka viņi ir praktiski veseli un pie mums nāk tikai savam mieram,» tā kabineta galvenais ārsts Aleksandrs Matjuņins

Problēmas tādas pašas kā valstī kopumā

«Viena no lielākajām problēmām Jelgavā ir jaunās paaudzes stāja – stājas problēmas ir trešdaļai bērnu vecumā no pieciem līdz desmit gadiem,» secina ārsts. Viņš piebilst, ka vecākajās grupās situācija ir labāka, jo sporta nodarbības stāja tomēr nedaudz tiek koriģēta. «Agrāk skolās ļoti pie tā piedomāja – bija pat slīpi soli, kuros nemaz nevarēja citādāk nosēdēt kā tikai ar taisnu muguru,» tā A.Matjuņins, norādot, ka stājas problēma ir aktuāla visā Latvijā.

Otra problēma, ko medīki definējuši, ir zobi un nepareizs sakodiens. Viņuprāt, tas ir tāpēc, ka vecāki tam nepievērš pietiekamu uzmanību un, kad aug zobi, tie netiek formēti un koriģēti. Tiesa, lai nodarbotos ar sportu, tas, kāds ir sakodiens, nav būtiski, bet ārsts spriež – ja ir izbīdīts kāds no žokļiem, tas varētu apgrūtināt elpošanu.

Trešā lielākā problēma ir aptaukošanās, kas novērota kā zēniem, tā meitenēm. Arī par to runā visas valsts kontekstā, tomēr kā biežākais iemesls tiek minēts mazkustīgums. Šoreiz gan tā nevar teikt, jo medicīnas kabinetā tiek pārbaudīti cilvēki, kuri nodarbojas ar kādu sporta veidu. «Domāju, ka pie vainas ir nepareizs uzturs un galvenokārt jau visi saldī dzērieni – kola, spraits. Ir jāmieš, kuri atzīst, ka katru dienu izdzer pa

pudelei saldo dzērienu,» tā A.Matjuņins. Uz to, ka tad jau arī saldumus un bulciņas ēst nevar, ārsts norāda, ka viena bulciņa jau nu netraucēs, ja vien uzturs ir sabalansēts.

Pārbauda, vai motors vesels

Medicīnas kabineta pamatuzdevums tomēr ir veikt regulārās sportistu pārbaudes, laikus konstatējot, ja kādam veselības stāvoklis nav atbilstošs, lai nodarbotos ar sportu. Sportistiem tiek veikts veloergonometriskais tests, lai saprastu, ko katrs var izturēt, un pārbaudīta kardiogramma. «Būtībā tas arī ir pats galvenais, jo sirds ir motors – ja tas *nevelk*, tad jābūt uzmanīgam ar fizisko slodzi,» stāsta kabineta otra ārste Anda Zvīgule. «Patiesībā jau mēs ar treneriem esam viena komanda, jo, ja atklājas kādas pataloģijas, tad mēs treneriem sakām – tas audzēkņis var neizturēt,» tā A.Zvīgule, piebilstot, ka kabineta medīki var tikai sportistus nosūtīt uz tālākiem izmeklējumiem un sniegt rekomendācijas, bet ne aizliegt nodarboties ar sportu. Ārste atzīst, ka te lielu lomu spēlē arī vecāki, jo nereti caur bērniem realizē paši savus nepildītos sapņus, nepadomājot, vai bērns to spēj un grib.

Tas, ka sportisti neslimo, ir mīts

Uz jautājumu, vai sportisti retāk slimo ar tādām slimībām kā, piemēram, gripa un saaukstēšanās, A.Matjuņins norāda, ka tas ir stereotips. «Patiesībā apmēram pusotru stundu pēc treniņa vai sacensībām sportistiem ir imūndeficīta logs, kad viņi ir daudz uzņēmīgāki pret dažādām slimībām. Ja viņi šajā periodā nav rūpīgi, pēc dušas neapģērbjas atbilstošās un pietiekami siltās drēbēs, viegli var saaukstēties,» tā speciālists, piebilstot, ka ne velti populārs ir teiciens, ka nav sliktu laikapstākļu, bet ir sliktas apģērbis. Pēc šī loga gan imunitāte pieaug un ir krietni virs vidusmēra cilvēka imunitātes.

Galveno atlasī veic sports pats

Sporta medicīnas kabinets darbojas kopš marta – tā ir Sporta servisa centra iniciatīva, un kabinetu finansē pašvaldība. Tagad Jelgavā veselības pārbaudes bez maksas var saņemt visi sportisti no ikviena pilsētas sporta kluba. «Šo pārbaudu būtība ir pēc iespējas agrāk pamanīt pataloģiju un sniegt rekomendācijas, lai sportisti nesabojātu savu veselību, jeb, moderni sakot, skrīnings. Bet tas jau ir tikai pirmais posms, jo uzskatu, ka galveno atlasī veic pats sports – ikviens jau pats jūt, kad



Ikviens sportists, kas pārstāv kādu Jelgavas sporta skolu vai klubu, bez maksas var veikt medicīniskās pārbaudes Sporta medicīnas kabinetā Zemgales Olimpiskajā centrā. Sazināties ar kabineta speciālistiem var pa tālruni 27050751.

Viens no aspektiem, ko izvērtē Sporta medicīnas kabineta medīki, ir tas, cik ātri organisms atjaunojas pēc fiziskas slodzes. Boksa kluba «Madara» bokserim Raitim Sinkevičam tas ir ļoti svarīgi, jo pārtraukumi starp raundiem ir ļoti īsi. Pēc pārbaudēm kabineta speciālisti atzīst, ka viņš ir lieliskā formā un organisms atjaunojas ļoti ātri. «Decembra sākumā būs sacensības «Rīga Open», kurām gatavojos, un trenējos sešas reizes nedēļā. Turklāt plānoju pāriet no pussmagā uz smago svara kategoriju, un arī tā ir papildu slodze,» atzīst sportists.

Foto: Ivars Veiliņš

vairs nespēj,» tā A.Zvīgule, piebilstot, ka organisms pielāgojas un nereti problemātiskie bērni, ievērojot pareizu režīmu, vēl ilgi nodarbojas ar sportu. «Arī tiņu gados parādās dažādi *brīnumi*, jo sirdsdarbību ietekmē ne tikai hormonālās izmaiņas, bet arī ārējie faktori, piemēram, cigaretes, alkohols, tomēr tas ir pārejoši,» tā ārste, piebilstot, ka sportisti nobriest ātrāk, salīdzinot ar saviem vienaudžiem.

Domes kausā iesildās Baltijas līgai



Foto: Ivars Veiliņš

Notikusi jau tradicionālā cīņa par Jelgavas domes kausu volejbolā sievietēm. Piecu komandu konkurencē uzvaru izcīnīja volejbola klubs «Jelgava/LU», izšķirošajā spēlē ar 3:1 pieveicot SK «Babīte» komandu. Šogad turnīrā piedalījās piecas komandas – četras no Latvijas un viena no Lietuvas. Jāpiebilst, ka četras no komandām – «Jelgava/LU», SK «Babīte», «Latvijas junioru izlase» un Lietuvas «Achema» – šosezon vēl tiksies vairākkārt, jo kopā startē Baltijas līgā. Mūsu volejbolistēm regulārais čempionāts sāksies 16. novembrī, kad būs jātiekas ar Igaunijas komandām.

Sporta pasākumi

25. oktobrī pulksten 18 – Jaunās sieviešu basketbola līgas spēle (Sporta hallē).
27. oktobrī pulksten 15 – vīrsliģa čempionāts futbolā: FK «Jelgava» – «Ventspils» (ZOC).
27. oktobrī pulksten 17 – «Schenker» volejbola līgas spēle: VK «Biolars/Jelgava» – «Voru» VK (ZOC).
28. oktobrī pulksten 14 – 1. līgas čempionāts futbolā: FK «Jelgava 2» – FK «Auda» (ZOC).

28. oktobrī pulksten 16 – «Schenker» volejbola līgas spēle: VK «Biolars/Jelgava» – «Rakvere» (ZOC).
30. oktobrī pulksten 19 – Latvijas Basketbola līgas spēle: BK «Jelgava» – BK «Liepājas lauvu» (ZOC).
1. novembrī pulksten 19 – «Schenker» volejbola līgas spēle: VK «Biolars/Jelgava» – «TTU» (ZOC).

Sporta pasākumi – portāla www.jelgavasvestnesis.lv sadaļā «Pasākumi»

P/ie «Jelgavas Sociālo lietu pārvalde» Bērnu un ģimenes atbalsta centrs Zirgu ielā 47A no 02.01.2012. līdz 30.12.2013. īsteno projektu «Sociālās rehabilitācijas un motivācijas programma sociālās atstumtības riskam pakļautajiem bērniem un jauniešiem Jelgavas pilsētā» (projekta Nr.1DP/1.4.1.2.4/11/APIA/NVA/064).
Projekta mērķis: izstrādāt un ieviest sociālās rehabilitācijas un motivācijas programmu bērniem un jauniešiem no sociāli riska, maznodrošinātām un trūcīgām ģimenēm.
Projekta aktivitātēs piedalās: sociālo darbinieku un skolu sociālo pedagogu uzraudzībā nonākušie trūcīgi un maznodrošināto ģimeņu bērni un jaunieši vecumā no 10 līdz 16 gadiem. Bērni un jaunieši dalību projekta aktivitātēs uzsāka aprīlī un arī skolēnu brīvlaikos turpina iesaistīties saskarsmes nodarbībās, dzīves mācības, piedalās un interešu nodarbībās, sporta, kultūras un citās brīvā laika aktivitātēs. Gan vecākiem, gan jauniešiem ir piedāvātas speciālistu lekcijas un konsultācijas.
Līdz 2013. gada decembrim projekta aktivitātēs plānots iesaistīt un sociālo pakalpojumu sniegt 50 personām.
Projekta budžets: LVL 87 848,12 (ESF 100% finansējums).
Kontaktinformācija: Agita Vimba, tālrunis 63048908.

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



■ (melsn kvadrātīnī) – raidījumiem «Lattelekom» klientiem iespējama valodas izvēle.

29. oktobris, pirmdiena

LTV1

- 6.40 ■ «Muks». Anim. ser. 33.sērija.
- 6.51 «Labrīt, Latvijai!»
- 8.30 ■ «Mīlas viesulis 7». 1506.sērija.
- 9.25 «Sievu uz pilnu slodzi». 8.sērija.
- 10.00 «Tīģeru komanda – 1000 piķu kalns». Ģim. f. 2010.g.
- 11.35 «Dzīvīte». «Televeikala skatlogs».*
- 11.55 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 12.10 ■ «Sappu viesnīca: Seišelu salas» (ar subtit.). Daudzsēr. melodrāma.
- 13.55 «Papīrfabrikas stāsti. Līgatne». Dok. f.
- 14.00 «Eurobusiņš».*
- 14.30 «Kontinentu ceļojums». Dok. daudzsēr. f. 3.sērija.
- 15.30 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 15.45 «Dabas grāmata».*
- 16.15 «Dzūngļu grāmata». Anim. ser. 1. un 2.sērija.
- 16.45 «Dzīvīte». «Televeikala skatlogs».
- 17.05 ■ «Mīlas viesulis 7». Vācijas seriāls. 1506.sērija.
- 18.00 «Šodien Latvijā un pasaulē» (ar surdotoļkojumu).
- 18.30 ■ «Tieši sirdī». Vācijas seriāls. 32.sērija.
- 19.20 «Runā tieši!»
- 19.30 «100 g kultūras».
- 20.00 «Ceļš uz ziemeļiem. Norvēģijas variants».*
- 20.30 «Panorāma».
- 21.15 «V.I.P. – Veiksme. Intuīcija. Prāts». TV spēle.
- 22.00 «Viss notiek».
- 22.30 «Latvija var!»
- 23.00 Nakts ziņas.
- 23.15 «Runā tieši!».*
- 23.25 «De facto».*
- 0.05 «Laika dimensija».*
- 0.35 «100 g kultūras».*

LTV7

- 7.35 «Rīts ar Natāliju Ābolu». «Televeikala skatlogs» (ar subtit.).
- 8.15 «Praktiski padomi». «Televeikala skatlogs».*
- 8.35 «Komerdarbība šodien». «Televeikala skatlogs».*
- 8.55 «Automoto raidījums nr.2». «Televeikala skatlogs».*
- 9.15 «Vienmēr formā!» Deutsche Welle žurnāls (angļu val., ar subtit. latviešu val.).
- 9.45 «Muhtars atgriežas 2» (ar subtit.). Seriāls. 429.sērija.
- 10.40 «Pokers ar Piķa dāmu». Seriāls. 4.sērija.
- 11.35 «Trakais slēptās kameras šovs».
- 12.30 «Latvijas stāsti». Piedāvā Kurzemes TV*.
- 13.15 «Labākais no Euromaxx». Deutsche Welle žurnāls (angļu val., ar subtit. latviešu val.).
- 13.45 VTB Vienotās līgas spēle. Jēņisej – VEF Rīga.*
- 15.45 «Pokers ar Piķa dāmu». Seriāls. 4.sērija.
- 16.40 «Trakais slēptās kameras šovs».
- 17.35 «Zveja» (ar subtit.).*
- 18.05 «Muhtars atgriežas 2» (ar subtit.). Seriāls. 429.sērija.
- 19.00 «Šodien». Ziņas (krievu val.).
- 19.30 «1000 jūdzes Gruzijā». 3.sērija.*
- 20.00 «Pasaulē bīstamākie ceļi». Dok. f. 5.(noslēguma) sērija.
- 20.55 «Lidojuma plāns».
- 21.25 «No 57. paralēles!» 5.sērija.
- 21.55 «Šodien». Ziņas isumā (krievu val.).
- 22.10 «Latvijas stāsti». Piedāvā Talsu TV.
- 22.55 «Krējums... saldais».*
- 23.25 «Žilī de Mopēna». Vēsturiska drāma. 1.sērija.

LNT

- 5.05 «Trauma». 9.sērija.
- 5.50 «Tīcīgo uzvaras balss».
- 6.30 «Nedēļa novados. Kopsavilkums».*
- 7.00 «900 sekundes». Rīta ziņu raidījums.
- 9.00 «Basketbols TV».*
- 9.05 «Degpunktā».
- 9.35 «Galileo». 20.raidījums.*
- 10.05 «Brauciens pretī laimei. Arizona». Melodrama. 2008.g.
- 12.00 «Komisārs Reksis 12». Seriāls. 9.sērija.
- 13.00 «Mans mīlais draugs 3».
- 13.30 «Sirmā ēdienkartē».
- 14.00 LNT dienas ziņas.
- 14.30 «Betmens». Animācijas seriāls. 24.sērija.
- 14.50 «Mātes mīlestības spēks». Seriāls. 163.sērija.
- 15.50 «Bīstamais engēlis». Seriāls. 43. un 44.sērija.
- 17.55 «Ziņas sešos».
- 18.05 «Labvakar, Latvijai!» Informatīvi izklaidējošs raidījums.
- 18.30 «Galileo». Populārzinātnisks šovs. 21.raidījums.
- 19.00 «Precamies?!» Sarunu šovs par attiecībām. 17.sērija.
- 20.00 LNT ziņas.
- 20.30 Sporta un laika ziņas.
- 20.40 «Degpunktā».
- 21.10 «Māju sajūta». Mājokļu pārvērtību raidījums. 5.sērija.
- 22.10 «Istvika». ASV seriāls. 5.sērija.
- 23.10 «Imitators». ASV trilleris. 1995.g.
- 1.30 «Starpnieks 2». ASV seriāls. 17.sērija.
- 2.20 LNT ziņu Top 10.
- 3.25 «Bīstamais engēlis». Seriāls. 43. un 44.sērija.
- 5.00 «Mātes mīlestības spēks». Seriāls. 163.sērija.

TV3

- 5.00 «Krēms» (ar subtit.). 6.sērija.
- 5.50 «Alises sirdsbalss». 200.sērija.
- 6.35 «Smurfi». Anim. ser. 19.sērija.
- 7.10 «Beibleidi 2». Anim. ser. 14.sērija.
- 7.40 «Transformeri: tālākā cīņa». Anim. ser. 15.sērija.
- 8.00 «Visi mīl Reimundu 2». 23. un 24.sērija.
- 9.00 «Lesija». Piedzīv. f. 1994.g.
- 10.00 «Televeikala skatlogs».
- 11.15 «Smieklīgākie videokuriozi 21».
- 11.50 «Māmiņu klubs».*
- 12.25 «Televeikala skatlogs».
- 12.40 «Visi mīl Reimundu 2». Seriāls. 25. un 26.sērija.
- 13.40 «Beibleidi 2». Animācijas seriāls. 15.sērija.
- 14.10 «Smurfi». Animācijas seriāls. 20.sērija.
- 14.35 «Mīlestības sirdspuksti». Vācijas seriāls. 11.sērija.
- 15.30 «UgunsGrēks 8». Seriāls. 557. un 558.sērija.
- 16.50 «Slēgtā skola 3» (ar subtit.). Seriāls. 115.sērija.
- 18.00 «Gandrīz ideālas vakariņas 4». 31.sērija.
- 19.00 TV3 ziņas.
- 19.40 «Bez tabu».
- 20.20 «UgunsGrēks 8». Latvijas seriāls. 558.sērija.

- 21.00 «Ipašo uzdevumu vienība Hawaii 5-0-2». Seriāls. 2.sērija.
- 22.00 «C.S.I. Nujorka 8». Seriāls. 174.sērija.
- 23.00 «Radīti skatuvei 3». ASV seriāls. 3.sērija.
- 24.00 «Nekā personīga».
- 1.00 «C.S.I. Lasvegasa 11». Seriāls. 248.sērija.
- 2.00 «Detektīvs Spensers 4». Seriāls. 5.sērija.
- 2.50 «Alises sirdsbalss». Seriāls. 200.sērija.
- 3.30 «Mīlestības sirdspuksti». Seriāls. 11.sērija.
- 4.15 «Nakts joki».

30. oktobris, otrdiena

LTV1

- 6.40 ■ «Muks». Anim. ser. 34.sērija.
- 6.51 «Labrīt, Latvijai!»
- 8.30 ■ «Mīlas viesulis 7». 1507.sērija.
- 9.25 «Sievu uz pilnu slodzi». Situāciju komēdija. 9.sērija.
- 10.00 «Lesija». Piedzīv. komēdija bērniem.
- 11.45 «Dzīvīte». «Televeikala skatlogs».*
- 12.05 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 12.20 ■ «Tieši sirdī». Vācijas seriāls. 32.sērija.
- 13.15 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 13.30 ■ «Neatklātā Āfrika» (ar subtit.). Dok. daudzsēr. f. 4.sērija.
- 14.30 «Viss notiek».*
- 15.00 «Es un skola».*
- 15.30 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 15.50 «Mārvijis Hemmers. Nacionālās ģeogrāfijas pasaule». Populārzin. ser. 92.sērija.
- 16.15 «Dzūngļu grāmata». Anim. ser. 3. un 4.sērija.
- 16.45 «Dzīvīte». «Televeikala skatlogs».
- 17.05 ■ «Mīlas viesulis 7». Vācijas seriāls. 1507.sērija.
- 18.00 «Šodien Latvijā un pasaulē» (ar surdotoļkojumu).
- 18.30 ■ «Tieši sirdī». Vācijas seriāls. 33.sērija.
- 19.20 «Runā tieši!»
- 19.30 «100 g kultūras».
- 20.00 «Engēļu māja». LTV seriāls. 63.sērija.
- 20.30 «Panorāma».
- 21.15 «Jauna nedēļa».
- 22.05 «Sekotāji». TV spēle.
- 23.05 Nakts ziņas.
- 23.20 «Runā tieši!»*
- 23.30 «Šeit un tagad». Tiešraide.
- 0.10 «Kopā» (ar subtit.).*
- 0.25 «100 g kultūras».*

LTV7

- 7.35 «Reģionālā attīstība Latvijā. Agro 2012». «Televeikala skatlogs».*
- 7.55 «Nedēļas apskats». «Televeikala skatlogs».*
- 8.15 «Rīts ar Natāliju Ābolu». «Televeikala skatlogs» (ar subtit.).*
- 8.55 «Iespējas un risinājumi». «Televeikala skatlogs».*
- 9.15 «Globalizācija 3000». Deutsche Welle žurnāls (angļu val., ar subtit. latviešu val.).
- 9.45 «Muhtars atgriežas 2» (ar subtit.). Seriāls. 430.sērija.
- 10.40 «Pokers ar Piķa dāmu». Seriāls. 5.sērija.
- 11.35 «Trakais slēptās kameras šovs».
- 12.30 «Latvijas stāsti». Piedāvā Talsu TV*.
- 13.15 «Vienmēr formā!» Deutsche Welle žurnāls (angļu val., ar subtit. latviešu val.).
- 13.45 Pasaulē kausa izcīņa bobslejā un skeletonā. 1.posma apskats. 2011.gada 3. un 4.decembris.*
- 15.45 «Pokers ar Piķa dāmu». Seriāls. 5.sērija.
- 16.40 «Trakais slēptās kameras šovs».
- 17.35 «Makšķerēšanas noslēpumi».*
- 18.05 «Muhtars atgriežas 2» (ar subtit.). Seriāls. 430.sērija.
- 19.00 «Šodien». Ziņas (krievu val.).
- 19.30 «Aktuālais jautājums» (krievu val.).
- 20.00 «Tavs auto».
- 20.30 «Autosporta programma nr.1».
- 21.00 ■ «Pēdējās laču teritorijas». Daudzsēr. dok. f. 3.sērija.
- 21.55 «Šodien». Ziņas isumā (krievu val.).
- 22.10 «Latvijas stāsti». «Post scriptum».
- 22.55 «Ar mugursomām pa Latīņameriku». Dok. f. 4.sērija.
- 23.25 «SeMS. Laboratorija».*
- 23.55 ■ «Noziegums». Daudzsērīgu krimināldrāma. 7.sērija.

LNT

- 5.50 «Tīcīgo uzvaras balss».
- 6.25 «Nāvīte un Ļaunums». Anim. ser. 8.sērija.
- 6.45 «Šodien novados».
- 7.00 «900 sekundes».
- 9.00 «Degpunktā».
- 9.30 «Galileo». 21.raidījums.*
- 10.05 «Brauciens pretī laimei. Čīle». Melodrama. 2008.g.
- 12.00 «Istvika». Seriāls. 5.sērija.
- 13.00 «Sinatra». ASV seriāls. 2.sērija.
- 14.00 LNT dienas ziņas.
- 14.30 «Betmens». Animācijas seriāls. 25.sērija.
- 14.50 «Mātes mīlestības spēks». Seriāls. 164.sērija.
- 15.50 «Bīstamais engēlis». Seriāls. 45. un 46.sērija.
- 17.55 «Ziņas sešos».
- 18.05 «Labvakar, Latvijai!» Informatīvi izklaidējošs raidījums.
- 18.30 «Galileo». Populārzinātnisks šovs. 22.raidījums.
- 19.00 «Precamies?!» Sarunu šovs par attiecībām. 18.sērija.
- 20.00 LNT ziņas.
- 20.30 Sporta un laika ziņas.
- 20.40 «Degpunktā».
- 21.10 «Baltās dūjas noslēpums». Melodrama. 2011.g.
- 23.10 «Intrigante 4». ASV seriāls. 10.sērija.
- 0.10 «Starpnieks 2». ASV seriāls. 18.sērija.
- 1.05 «Imitators». ASV trilleris. 1995.g.
- 3.25 «Bīstamais engēlis». Seriāls. 45. un 46.sērija.
- 5.00 «Mātes mīlestības spēks». Seriāls. 164.sērija.

TV3

- 5.00 «Krēms» (ar subtit.). 7.sērija.
- 5.50 «Alises sirdsbalss». 201.sērija.
- 6.35 «Smurfi». Anim. ser. 20.sērija.
- 7.10 «Beibleidi 2». Anim. ser. 15.sērija.
- 7.40 «Transformeri: tālākā cīņa». Anim. ser. 16.sērija.
- 8.00 «Visi mīl Reimundu 2». 25. un 26.sērija.
- 9.00 «Dziedošie lači». Ģim. f.
- 11.05 «Televeikala skatlogs».
- 11.20 «Kāsla metode 2». 27.sērija.
- 12.20 «Televeikala skatlogs».
- 12.35 «Visi mīl Reimundu 2». Seriāls. 27. un 28.sērija.
- 13.40 «Beibleidi 2». Animācijas seriāls. 16.sērija.
- 14.10 «Smurfi». Animācijas seriāls. 21.sērija.
- 14.35 «Mīlestības sirdspuksti». Vācijas seriāls. 12.sērija.

- 15.30 «UgunsGrēks 8». Seriāls. 558. un 559.sērija.
- 16.50 «Slēgtā skola 3» (ar subtit.). Seriāls. 116.sērija.
- 18.00 «Gandrīz ideālas vakariņas 4». 32.sērija.
- 19.00 TV3 ziņas.
- 19.40 «Bez tabu».
- 20.20 «UgunsGrēks 8». Latvijas seriāls. 559.sērija.
- 21.00 «Papem 100 000... ja vari». Latvijas spēļu šovs.
- 22.00 «Saikne». ASV seriāls. 8.sērija.
- 23.05 «Mandžūru kandidāts». ASV trilleris. 2004.g.
- 1.40 «C.S.I. Lasvegasa 11». Seriāls. 249.sērija.
- 2.35 «Detektīvs Spensers 4». Seriāls. 6.sērija.
- 3.15 «Alises sirdsbalss». Seriāls. 201.sērija.
- 4.00 «Mīlestības sirdspuksti». Seriāls. 12.sērija.
- 4.45 «Nakts joki».

31. oktobris, trešdiena

LTV1

- 6.40 ■ «Muks». Anim. ser. 35.sērija.
- 6.51 «Labrīt, Latvijai!»
- 8.30 ■ «Mīlas viesulis 7». Seriāls. 1508.sērija.
- 9.25 «Engēļu māja». LTV seriāls. 63.sērija.
- 10.00 «Pieci bērni un kaut kas». Piedzīv. f. bērniem.
- 11.35 «Dzīvīte». «Televeikala skatlogs».*
- 11.55 ■ «Tieši sirdī». 33.sērija.
- 12.45 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 13.00 «Finanšu tango». TV spēle.*
- 14.00 «Latvij, brauciet jūrīnā!»*
- 14.30 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 14.45 «Latvija var!»*
- 15.15 «Spilgtie ekrāni». Dokumentāla filma.
- 15.25 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 15.45 «Kas te? Es te!»*
- 16.15 ■ «Mēnesslācis 2». Anim. ser. 17. un 18.sērija.
- 16.45 «Dzīvīte». «Televeikala skatlogs».
- 17.05 ■ «Mīlas viesulis 7». Vācijas seriāls. 1508.sērija.
- 18.00 «Šodien Latvijā un pasaulē» (ar surdotoļkojumu).
- 18.30 ■ «Tieši sirdī». Vācijas seriāls. 34.sērija.
- 19.20 «Runā tieši!»
- 19.30 «100 g kultūras».
- 20.00 «Engēļu māja». LTV seriāls. 64.sērija.
- 20.30 «Panorāma».
- 21.12 «Latloto. Viking Lotto».
- 21.20 «Sastrēģumstunda». Diskusiju tiešraidē vada G.Rēders.
- 22.30 «Nākotnes parks».
- 22.45 «Zebra».
- 23.00 Nakts ziņas.
- 23.15 «Runā tieši!»*
- 23.25 «Vides fakti» (ar subtit.).*
- 23.55 «100 g kultūras».*
- 0.25 «Vertikāle».*

LTV7

- 7.35 «Rīts ar Natāliju Ābolu». «Televeikala skatlogs».
- 8.15 «Veiksmīgas idejas». «Televeikala skatlogs».*
- 8.35 «Pie rīta kafijas». «Televeikala skatlogs».*
- 8.55 «Brīvdienu celvedis». «Televeikala skatlogs».*
- 9.15 «Projekts Nākotne». Deutsche Welle žurnāls (angļu val., ar subtit. latviešu val.).
- 9.45 «Muhtars atgriežas 2» (ar subtit.). Seriāls. 431.sērija.
- 10.40 «Pokers ar Piķa dāmu». Seriāls. 6.sērija.
- 11.35 «Trakais slēptās kameras šovs».
- 12.30 «Latvijas stāsti». «Post scriptum».*
- 13.15 «Globalizācija 3000». Deutsche Welle žurnāls (angļu val., ar subtit. latviešu val.).
- 13.45 Pasaulē kausa izcīņa bobslejā un skeletonā. 2.posms. 2011.gada 9. – 11.decembris.*
- 15.45 «Pokers ar Piķa dāmu». Seriāls. 6.sērija.
- 16.40 «Trakais slēptās kameras šovs».
- 17.35 «Autosporta programma nr.1».*
- 18.05 «Muhtars atgriežas 2» (ar subtit.). Seriāls. 431.sērija.
- 19.00 «Šodien». Ziņas (krievu val.).
- 19.30 «Ar mugursomām pa Latīņameriku». Dok. f. 5.sērija.
- 20.00 «Makšķerēšanas noslēpumi».
- 20.30 «Ātruma cilts».
- 21.00 ■ «Liels, lielāks, lielākais 2». Dok. daudzsēr. f. 5.sērija.
- 21.55 «Šodien». Ziņas isumā (krievu val.).
- 22.10 «Radošā darbnīca Stremse». Dok. f. 5.sērija.
- 22.55 «SOKO Vismāra». Seriāls. 52.sērija.
- 23.45 ■ «Pēdējās laču teritorijas». Daudzsēr. dok. f. 3.sērija.
- 0.45 «Ar mugursomām pa Latīņameriku». Dok. f. 5.sērija.
- 1.15 «SeMS».*

LNT

- 5.50 «Tīcīgo uzvaras balss».
- 6.25 «Nāvīte un Ļaunums». Anim. ser. 9.sērija.
- 6.45 «Šodien novados».
- 7.00 «900 sekundes».
- 9.00 «Degpunktā».
- 9.30 «Galileo». 22.raidījums.*
- 10.05 «Baltās dūjas noslēpums». Melodrama. 2011.g.
- 12.00 «Intrigante 4». 10.sērija.
- 13.00 «Sinatra». ASV seriāls. 3.sērija.
- 14.00 LNT dienas ziņas.
- 14.30 «Betmens». Animācijas seriāls. 26.sērija.
- 14.50 «Mātes mīlestības spēks». Seriāls. 165.sērija.
- 15.50 «Bīstamais engēlis». Seriāls. 47. un 48.sērija.
- 17.55 «Ziņas sešos».
- 18.05 «Labvakar, Latvijai!» Informatīvi izklaidējošs raidījums.
- 18.30 «Galileo». Populārzinātnisks šovs. 23.raidījums.
- 19.00 «Precamies?!» Sarunu šovs par attiecībām. 19.sērija.
- 20.00 LNT ziņas.
- 20.30 Sporta un laika ziņas.
- 20.40 «Degpunktā».
- 21.10 «Pasaulē neparastākās būtnes 2». Dok. ser. 1.sērija.
- 22.10 «Vaska figūru muzejs». Šausmu filma. 2005.g.
- 0.25 «Starpnieks 2». ASV seriāls. 19.sērija.
- 1.20 Latvijas kriminālronika Atklātās lietas. 9.sērija.
- 1.40 «Degpunktā. Slepēnas lietas».
- 2.50 «Mentālists». Seriāls. 15.sērija.
- 3.25 «Bīstamais engēlis». Seriāls. 47. un 48.sērija.
- 5.00 «Mātes mīlestības spēks». Seriāls. 165.sērija.

TV3

- 5.00 «Krēms» (ar subtit.). 8.sērija.
- 5.50 «Alises sirdsbalss». 202.sērija.
- 6.35 «Smurfi». Anim. ser. 21.sērija.
- 7.10 «Beibleidi 2». Anim. ser. 16.sērija.
- 7.40 «Transformeri: tālākā cīņa». Anim. ser. 17.sērija.

- 8.00 «Visi mīl Reimundu 2». 27. un 28.sērija.
- 9.00 «Roka nometne». Muzik. komēd.
- 11.05 «Televeikala skatlogs».
- 11.20 «Kāsla metode 2». 28.sērija.
- 12.20 «Televeikala skatlogs».
- 12.35 «Visi mīl Reimundu 2». Seriāls. 29. un 30.sērija.
- 13.40 «Beibleidi 2». Animācijas seriāls. 17.sērija.
- 14.10 «Smurfi». Animācijas seriāls. 22.sērija.
- 14.35 «Mīlestības sirdspuksti». Vācijas seriāls. 13.sērija.
- 15.30 «UgunsGrēks 8». Seriāls. 559. un 560.sērija.
- 16.50 «Slēgtā skola 3» (ar subtit.). Seriāls. 117.sērija.
- 18.00 «Gandrīz ideālas vakariņas 4». 33.sērija.
- 19.00 TV3 ziņas.
- 19.40 «Bez tabu».
- 20.20 «UgunsGrēks 8». Latvijas seriāls. 560.sērija.
- 21.00 «Ekstrasensu cīņas 12». Realitātes šovs. 5.sērija.
- 22.10 «Ēnu spēles». Latvijas detektīvseriāls. 5.sērija.
- 23.10 «Kinomānija».
- 23.50 «Purvāji». ASV seriāls. 9.sērija.
- 0.45 «Likum un kārtība 4» (ar subtit.). Seriāls. 11. un 12.sērija.
- 2.40 «Alises sirdsbalss». Seriāls. 202.sērija.
- 3.25 «Mīlestības sirdspuksti». Seriāls. 13.sērija.
- 4.10 «Krēms» (ar subtit.). Seriāls. 8.sērija.

1. novembris, ceturtdiena

LTV1

- 6.40 ■ «Muks». Anim. ser. 36.sērija.
- 6.51 «Labrīt, Latvijai!»
- 8.30 ■ «Mīlas viesulis 7». 1509.sērija.
- 9.25 «Engēļu māja». LTV seriāls. 64.sērija.
- 10.00 «Olsena bandas bērni». Ģim. komēdija.
- 11.40 «Dzīvīte». «Televeikala skatlogs».*
- 12.00 ■ «Tieši sirdī». 34.sērija.
- 12.55 «Kas var būt labāks par šo?» (ar subtit.).*
- 13.25 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 13.40 «De facto» (ar subtit.).*
- 14.20 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 14.35 «Laiks vīriem!»*
- 15.05 «Zebra».*
- 15.20 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 15.40 «Kas te? Es te!»*
- 16.10 ■ «Luijs». Animācijas seriāls. 17.sērija.
- 16.17 ■ «Muks». Animācijas seriāls. 33. un 34.sērija.
- 16.45 «Dzīvīte». «Televeikala skatlogs».
- Aleksandram Čakam – maģiskie 111!
- 17.05 ■ «Mīlas viesulis 7». Vācijas seriāls. 1509.sērija.
- 15.55 «Top-Shop piedāvā...» «Televeikala skatlogs».
- 18.30 ■ «Tieši sirdī». Vācijas seriāls. 35.sērija.
- 19.20 «Runā tieši!»
- 19.30 «100 g kultūras piedāvā... Kinotēka».
- 20.00 «Engēļu māja». LTV seriāls. 65.sērija.
- 20.30 «Panorāma».
- 21.15 «Lauku sēta 2».
- 22.15 «Finanšu tango». TV spēle.
- 23.15 Nakts ziņas.
- 23.30 «Runā tieši!»*
- 23.40 «Šeit un tagad». Tiešraide.
- 0.20 «100 g kultūras piedāvā... Kinotēka».

LTV7

- 7.35 «Rīts ar Natāliju Ābolu». «Televeikala skatlogs».*
- 8.15 «TV mozaika». «Televeikala skatlogs».*
- 8.35 «Darbs. Izglītība. Karjera». «Televeikala skatlogs».*
- 8.55 «Vārds uzņēmējiem». «Televeikala skatlogs».*
- 9.15 «Pie stūres». Deutsche Welle žurnāls (angļu val., ar subtit. latviešu val.).
- 9.45 «Muhtars atgriežas 2» (ar subtit.). Seriāls. 432.sērija.
- 10.40 «Pokers ar Piķa dāmu». Seriāls. 7.sērija.
- 11

TV3

- 5.00 «Krēms» (ar subtit.). 10.sērija.
- 5.50 «Alises sirdsbalss». 204.sērija.
- 6.35 «Smurfi». Anim. ser. 23.sērija.
- 7.10 «Beibleidi 2». Anim. ser. 18.sērija.
- 7.40 «Transformeri: tālākā ciņa». Anim. ser. 19.sērija.
- 8.00 «Visi mīl Reimundu 2». 31. un 32.sērija.
- 9.00 «Modeles uzvedība». Komēdija.
- 11.05 «Televeikala skatlogs».
- 11.20 «Kāsla metode 2». 30.sērija.
- 12.20 «Televeikala skatlogs».
- 12.35 «Visi mīl Reimundu 2». Seriāls. 33. un 34.sērija.
- 13.40 «Beibleidi 2». Animācijas seriāls. 19.sērija.
- 14.10 «Smurfi». Animācijas seriāls. 24.sērija.
- 14.45 «Mīlestības sirdspuksti». Vācijas seriāls. 15.sērija.
- 15.45 «Saimnieks meklē sievu». Realitātes šovs. 7.sērija.*
- 16.50 «Slēgtā skola 3» (ar subtit.). Seriāls. 119.sērija.
- 18.00 «Gandrīz ideālas vakariņas 4». 35.sērija.
- 19.00 TV3 ziņas.
- 19.40 «Bez tabu».
- 20.20 «Saimnieks meklē sievu». Realitātes šovs. 8.sērija.
- 21.30 «Karstā čiks». ASV komēdija. 2002.g.
- 23.35 «Bez samanas». ASV romantiska komēdija. 1998.g.
- 1.25 «Ekstrēmās pārvērtības 3». 53. un 54.sērija.
- 3.00 «Kāsla metode 2». Seriāls. 30.sērija.
- 3.45 «Alises sirdsbalss». Seriāls. 204.sērija.
- 4.30 «Nakts joki».

3. novembris, sestdiena

LTV1

- 8.00 «Latvij, brauciet jūrā!»
- 8.30 «Luijs». Anim. ser. 19.sērija.
- 8.37 «Muks». Anim. ser. 37. un 38.sērija.
- 9.05 «Kas te? Es te!»
- 9.35 «Džungļu grāmata». Anim. ser. 5. un 6.sērija.
- 10.00 «Ķepa uz sirds».
- 10.30 «Kas var būt labāks par šo?»
- 11.00 «Lauku sēta 2».*
- 12.00 «Lai dzīvo bērni!»
- 13.00 «Gudrā meita». Vācijas pasaku filma. 2009.g.
- 14.10 «Raimonds Pauls. Ilgais ceļš televīzijā». 1.daļa.*
- 15.50 «Kur vēsture sastopas ar mākslu. Čēsis». Dok. f.
- 16.00 «Nākotnes parks».*
- 16.15 «Laiks vīriem?»
- 16.45 «Cilvēku planēta» (ar subtit.). BBC dok. f. 8.sērija.
- 17.45 «Trīs ceturtdaļas» (ar subtit.).
- 18.00 «Šodien Latvijā un pasaulē» (ar sudrultulkojumu).
- 18.30 «Teritorija 20+».
- 19.00 «Vides fakti».
- 19.30 «Latvijas šlagera pūķis 2012».
- 20.30 «Panorāma».
- 21.12 «Latoto».
- 21.20 «Teātris.zip».
- 21.30 Rainis. «Jāzeps un viņa brāļi». Dailis teātra izrāde (plkst. 22.50 – «Teātris.zip»).
- 0.50 Nakts ziņas.

LTV7

- 7.50 «Komerddarbība šodien». «Televeikala skatlogs».
- 8.10 «Rīta intervija». «Televeikala skatlogs».
- 8.30 «Skatpunktā». «Televeikala skatlogs».
- 8.50 «Automoto raidījums nr.2». «Televeikala skatlogs».
- 9.10 «TV mozaika». «Televeikala skatlogs».
- 9.30 «Brīvdienu celvedis». «Televeikala skatlogs».
- 9.50 «Tādas lietas». «Televeikala skatlogs».
- 10.10 «Attīstības kods». «Televeikala skatlogs».
- 10.30 «Ātruma cilts».*
- 11.00 «Zveja» (ar subtit.).*
- 11.30 «Krējums... saldais».*
- 12.00 «Makšķerēšanas noslēpumi».*
- 12.30 «1000 jūdzes Gruzijā». 3.sērija.
- 13.00 Pasaules kausa izcīņa bobslejā un skeletonā. 6.posma apskats. 2012.gada 21. un 22.janvāris.*
- 14.55 «Lanzēvna burvju triki 3». 6.sērija.
- 15.20 «SeMS».*
- 15.50 «Grafiti. Ciņa par izteiksmes brīvību». Dok. f.
- 16.50 «Mana vecākā māsa» (ar subtit.). Melodrama. 2008.g.
- 18.30 «No 57. paralēles!» 5.sērija.*
- 19.00 TIESĪRAIDE! Eiropas meistaršacīkšu atlases spēle rokasbumbā. Latvija – Horvātijā.
- 20.45 «Abonents pašreiz nav sasniedzams». Melodr. 2008.g. 4.sēr.
- 21.45 «1000 jūdzes Gruzijā». 4.sērija.
- 22.15 «Zem Āfrikas melnās saules». Drāma. 2005.g. 2.sērija.
- 23.55 «Lidojuma plāns».*
- 0.25 «Izdzīvotāji 5». Dok. daudzser. f. 3.sērija.

LNT

- 5.50 «Starptautiskās ekstrasesnu ciņas». 7.sērija.
- 6.45 «Degpunktā».
- 7.15 Animācijas filmu rīts.
- 9.30 «Rīta mikslis».
- 10.00 «Laimīgs un vesels».
- 10.30 «Precamies?!»*
- 12.30 «Dzīves krustceļš». Dok. raidījums. 1.sērija.*
- 13.30 «Smolva. Legenda par Supermenu 2». Seriāls. 39.sērija.
- 14.30 «Latvijas ģimeņu dziedāšanas svētki 4».*
- 17.30 «Trīs māsas». ASV seriāls. 8.sērija.
- 17.55 «Ziņas sešos».
- 18.05 «Trīs māsas». ASV seriāls. 8.sērijas turpinājums.
- 18.35 «Fišeres kundzes izmeklēšanas». Seriāls. 5.sērija.
- 20.00 LNT ziņas.
- 20.30 Sporta un laika ziņas.
- 20.35 «Degpunktā».
- 21.00 «Pagājuši nakts». ASV romantiska drāma. 2010.g.
- 23.00 «Dārgie tautieši». Piedzīvojumu komēdija. 1996.g.
- 1.00 «Lampīni: Izlaiduma klases ceļojums». Kom. 1995.g.
- 2.35 «Ekstrēms tuvlānā».
- 3.15 «Tango un Kešs». ASV spraiga sižeta filma. 1989.g.
- 5.00 «Detektīve Veronika Marsa 2». Seriāls. 20.sērija.

TV3

- 5.00 «Krēms» (ar subtit.). 11.sērija.
- 5.50 «Alises sirdsbalss». 205.sērija.
- 6.35 «Amerikāņu ģimenīte». 3. un 4.sērija.
- 7.40 «Gormiti 2». Anim. ser. 16.sērija.
- 8.10 «Mans mazais ponis: draudzība ir brīnums». Anim. ser. 9.sērija.

- 8.30 «Simpsoni 19». Anim. ser. 4.sērija.
- 9.00 «Panem 100 000... ja vari».*
- 10.00 «Autoziņas».
- 10.35 «Gandrīz ideālas vakariņas 4». 31. – 33.sērija.*
- 13.50 «Kinomānija».
- 14.20 «Televeikala skatlogs».
- 14.35 «Karstā čiks». ASV komēdija. 2002.g.
- 16.45 «Lieliskā kompānija». ASV traģikomēdija. 2004.g.
- 19.00 TV3 ziņas.
- 19.30 «Gūfija brīvdienas». ASV animācijas filma. 1995.g.
- 21.05 «Pamestais». ASV piedzīvojumu drāma. 2001.g.
- 23.55 «Kaukāza gūsteknis». Kara drāma. 1996.g.
- 1.55 «Amerikāņu ģimenīte». Seriāls. 3. un 4.sērija.
- 2.45 «Alises sirdsbalss». Seriāls. 205.sērija.
- 3.30 «Krēms» (ar subtit.). Seriāls. 11.sērija.
- 4.20 «Nakts joki».

4. novembris, svētdiena

LTV1

- 8.00 «Laika dimensija».*
- 8.30 «Luijs». Anim. ser. 20.sērija.
- 8.37 «Muks». Anim. ser. 39. un 40.sērija.
- 9.05 «Kas te? Es te!»
- 9.35 «Džungļu grāmata». Anim. ser. 7. un 8.sērija.
- 10.05 «Mārvijs Hemmers. Nacionālās ģeogrāfijas pasaule». Populārin. ser. 93.sērija.
- 10.30 «Dabas grāmata».
- 11.00 «Neatklātā Āfrika» (ar subtit.). Dok. f. 5.sērija.
- 12.00 Dievkalpojums.
- 13.00 «Vertikāle».
- 13.30 «Daudz laimes!»
- 14.25 «Latvijas šlagera pūķis 2012».*
- 15.25 «Ķepa uz sirds».*
- 16.00 «Kas var būt labāks par šo?»*
- 16.30 «Eirobusiņš».
- 17.00 «Kontinentu ceļojums». Dok. daudzser. f. 4.sērija.
- 18.00 «Šodien Latvijā un pasaulē» (ar sudrultulkojumu).
- 18.17 Laika ziņas.
- 18.20 «Province». «Sapnis par skolotāju».
- 18.50 «Sapņu viesnīca: Indija». Daudzser. melodr.
- 20.30 «Panorāma».
- 21.40 «Baraks Obama. Lielās cerības». Dok. f. 1. un 2.sēr.
- 23.35 Nakts ziņas.
- 23.45 «Midsomeras slepkavības 9». Detektīvs. 1.sērija.

LTV7

- 7.50 «Veiksmīgas idejas». «Televeikala skatlogs».
- 8.10 «Pie rīta kafijas». «Televeikala skatlogs».
- 8.30 «Vīde, veselība un mēs». «Televeikala skatlogs».
- 8.50 «Iespējas un risinājumi». «Televeikala skatlogs».
- 9.10 «Nedēļas apskats». «Televeikala skatlogs».
- 9.30 «Laiks uzņēmējiem». «Televeikala skatlogs».
- 9.50 «Aktualitātes». «Televeikala skatlogs».
- 10.10 «Vārds uzņēmējiem». «Televeikala skatlogs».
- 10.30 «Tavs auto».*
- 11.00 «Makšķerē kopā ar Olti!»*
- 11.30 «Autosporta programma nr.1».*
- 12.00 «Zebra» (ar subtit.).*
- 12.15 «Abonents pašreiz nav sasniedzams». Melodr. 4.sēr.
- 13.15 Pasaules kausa izcīņa bobslejā un skeletonā. 8.posma apskats. 2012.gada 10. – 12.februāris.*
- 15.15 «Mana vecākā māsa» (ar subtit.). Melodrama. 2008.g.
- 17.00 «SeMS. Laboratorija».
- 17.30 «Meln. Sarkans. Zelts. Četri vīri Ugandā». 5.sērija.
- 18.00 «Vienatnē ar Baikālu». Dok. f.
- 19.00 «Krējums... saldais».
- 19.30 «Žili de Mopēna». Vēsturiska drāma. 2.sērija.
- 21.15 «Bistamā robeža 2». Spraiga sižeta seriāls. 6.sērija.
- 22.00 «Noziedzums». Daudzseriju krimināldrāma. 8.sērija.
- 23.05 «Zem Āfrikas melnās saules». Drāma. 2005.g. 2.sērija.

LNT

- 6.00 «Dzīvnieku instinkti».
- 6.55 «Nedēļa novados. Kopsavilkums».
- 7.20 Animācijas filmu rīts.
- 9.30 «Mans mīļais draugs 3».
- 10.00 «Precamies?!»*
- 12.00 «Aģents Čaks 3». Seriāls. 16.sērija.
- 12.55 «Fišeres kundzes izmeklēšanas». Seriāls. 5.sērija.
- 14.05 «Trīs māsas». ASV seriāls. 8.sērija.
- 15.00 «Pagājuši nakts». ASV romantiska drāma. 2010.g.
- 16.55 «Pasaules neparastākās būtnes 2». Dok. ser. 1.sērija.
- 17.55 «Ziņas sešos».
- 18.05 «Trauma». ASV seriāls. 10.sērija.
- 19.00 «Komisārs Reksis 12». Seriāls. 10.sērija.
- 20.00 LNT ziņas.
- 20.10 LNT ziņu Top 10.
- 21.00 «Basketbols TV».
- 21.05 «Latvijas ģimeņu dziedāšanas svētki 4».
- 24.00 «Pārdzīvot spēli». Piedzīvojumu filma. 1994.g.
- 1.50 «Aģents Čaks 3». Seriāls. 16.sērija.
- 2.40 «Ekstrēms tuvlānā».
- 3.20 «Dārgie tautieši». Piedzīvojumu komēdija. 1996.g.

TV3

- 5.00 «Krēms» (ar subtit.). 12.sērija.
- 5.50 «Alises sirdsbalss». 206.sērija.
- 6.35 «Amerikāņu ģimenīte». 5. un 6.sērija.
- 7.30 «Gormiti 2». Anim. ser. 17.sērija.
- 7.55 «Mans mazais ponis: draudzība ir brīnums». 10.sērija.
- 8.15 «Kinomānija».
- 8.50 «Māmiņu klubs».
- 9.25 «Ar gardu muti 2».
- 10.00 «Superbingo». TV spēle.
- 11.00 «Gandrīz ideālas vakariņas 4». 34. un 35.sērija.*
- 13.10 «Televeikala skatlogs».
- 13.25 «Smieklīgākie videokuriozi 21».
- 14.00 «Gūfija brīvdienas». ASV animācijas filma. 1995.g.
- 15.30 «Eda realitātes šovs». ASV komēdija. 1999.g.
- 18.00 «Neiespējamā misija». Kanādas šovs. 4.sērija.
- 19.00 «Nekā personīga».
- 20.00 «Ēnu spēles». Latvijas detektīvsēriāls. 6.sērija.
- 21.00 «Surogāti». Piedz. fantastikas trilleris. 2009.g.
- 22.45 «Sliktā kompānija». ASV trilleris. 2002.g.
- 0.55 «Apokalipses džentlmeņu līga». Šausmu komēdija. 2005.g.
- 2.35 «Amerikāņu ģimenīte». Seriāls. 5. un 6.sērija.
- 3.20 «Alises sirdsbalss». Seriāls. 206.sērija.
- 4.05 «Krēms» (ar subtit.). Seriāls. 12.sērija.

Uzzini vairāk un piesakies
63005445
www.visit.jelgava.lv

25.oktobrī
plkst. 18:00
Jelgavas Sv. Trīsvienības baznīcas tornī

**Tematisks tūrisma vakars
JELGAVA KINOKADROS**

Vakara gaitā:
Ieva Romanova - par kino un filmu tapšanu
Ieskats filmās, kas uzņemtas Jelgavā
Diskusijas, pieredze, atmiņas

Dalības maksa:
2,00 Ls pieaugušajiem, 1,50 skolēniem.
Ieejas maksa iekļauta arī Jelgavas Sv. Trīsvienības baznīcas tornī skatu laukuma apmeklējums.

ĪERĒNU UN JAUNĒŠU CENTRS
JUNDA

Angļu valodas sarunu vakari

Otrdienās un ceturtdienās
No plkst. 17³⁰ līdz 18³⁰

Jelgavas BJC "Junda" - Skolas iela 2

Nāc un...

...uzlabo angļu sarunvalodas līmeni
...iepazīsti Gruzijas kultūru
...vērtīgi pavadi brīvo laiku
...iegūsti jaunus draugus

Sarunu vakarus vada
Ana no Gruzijas

Valodāpziņās! No mūsdienīgajiem
Vairotprasības! No mūsdienīgajiem

Dalība sarunu vakaros **BEZMAKSA**
Projekts norisinās ar programmas "Jaunatne darbībā" atbalstu

Programma Jaunatne darbībā

**ZEMGALES REĢIONA
KOMPETENČU ATTĪSTĪBAS CENTRS**

PIEDĀVĀ KURSUS OKTOBRĪ UN NOVEMBRĪ

Mācību sākums	Kursi	Māc. st. skaits
VALODU KOMPETENCE		
22.10.	Valsts valoda - augstākais līmenis	120 h
22.10.	Lietuviešu sarunvaloda - pamata līmenis	60 h
25.10.	Vācu valoda - pamata līmenis, A2	100 h
29.10.	Krievu valoda - pamata līmenis, A1	100 h
30.10.	Angļu valoda - pamata līmenis, A2	100 h
05.11.	Angļu valoda - vidējais līmenis, B1	100 h
07.11.	Angļu valoda - vidējais līmenis, B1+	100 h
12.11.	Angļu valoda - vidējais līmenis, B2	100 h
12.11.	Angļu valoda - vidējais līmenis, C1	100 h
15.11.	Angļu valodas gramatika vidusskolēniem - vidējais līmenis	60 h
15.11.	Angļu valodas gramatika vidusskolēniem - augstākais līmenis	60 h
20.11.	Vācu valoda - pamata līmenis, A2	100 h
21.11.	Angļu valoda - pamata līmenis, A1	100 h
26.11.	Angļu valoda apkalpojošās nozares darbiniekiem - pamata līmenis	160 h
INFORMĀCIJAS UN KOMUNIKĀCIJAS TEHNOLOĢIJU KOMPETENCE		
05.11.	Datorzinības (bez priekšzināšanām)	120 h
13.11.	Mājas lapas izveide tiešsaistē	12 h
27.11.	3D vizualizācija un animācija (Brīvpieejas programmas Google Sketchup un Blender)	48 h
27.11.	Datorzinības (ar priekšzināšanām)	120 h
UZŅĒMĒJDARBĪBAS KOMPETENCE		
06.11.	Lietišķā etiķete un protokols	24 h
14.11.	Publiskās runas pamati	6 h
14.11.	Publiskās runas praktiskums	4h
15.11.	Darba aizsardzība un drošība	160 h
22.11.	Aktualitātes uzņēmumiem autotransporta izmantošanā un grāmatvedības uzskaitē	6 h
CITAS KOMPETENCES		
15.10.	Florista darba pamati	160 h
24.10.	Šuj un modelē pati	60 h
25.10.	Montessori pedagogijas elementi bērna attīstībai	40 h
30.10.	Radošā darbnīca "Konfekšu pušķu veidošana"	9 h
14.11.	Zīda apgleznošana	40 h
26.11.	Minimālās higiēnas prasības pārtikas uzņēmumā	5h

Pieteikumi un informācija: Svētes iela 33, Jelgava, LV-3001
Tālrunis: 63082101; fakss: 63007033
E-pasts: birojs@zrkac.jelgava.lv; www.zrkac.lv

«Vārds uzņēmējiem»

Sestdien pie t/c «Valdeka» – lauku labumu, amatnieku un mājražotāju Brāļu tirgus

Jelgavā 27. oktobrī pie t/c «Valdeka» notiks lauku labumu, amatnieku un mājražotāju Brāļu tirgus. Informācija pa tālruni 29392345 (LMT) (Ilze); e-pasts: ilze.maurina@apollo.lv.

Bezmaksas konsultācijas cilvēkiem ar psoriāzi

Dermatologa Dr.Paula Ozoliņa bezmaksas konsultācijas cilvēkiem ar psoriāzi Stankus doktorātā Dambja ielā 10 – 29. oktobrī no plkst.10 līdz 14 un 30. oktobrī no plkst.15 līdz 18. Iepriekšēja reģistrēšanās pa tālruni 29217661.

Sporta servisa centrs skolēnu brīvlaikā piedāvā spēlēt galda tenisu Jelgavas Sporta hallē (Mātera ielā 44a).

Viena tenisa galda izmantošanas maksa – 2,40 Ls/h (bez PVN).

Pakalpojums pieejams no 29. oktobra līdz 2. novembrim no plkst.8 līdz plkst.15.

Dialogs AB
Mācību centrs

«Dialogs AB» Mācību centra kursi ar NVA kuponu* Jelgavā

Angļu valoda, vācu valoda, franču valoda, zviedru valoda, datorkursi u.c.

Bezdarbniekiem – bez maksas ar Ls 70 stipendiju mēnesī.

Piedāvājam pārbaudītu kvalitāti, piedzēģināt pasniegtus, atbilstošus mācību materiālus (grāmatas un darba burtnīcas), ērtas apmācību vietas, profesionālu šādu kursu organizēšanas pieredzi un labas atsauksmes.

Kuponus aizpildām: Skolotāju ielā 5, Jelgavā.

Apmācības: Meiju ceļā 9, Jelgavā, un/vai Meža prospektā 5, Elejā.

Kontaktinformācija: www.dialogs-ab.lv; tālrunis 27766277, 67432343.

* Konkrēta informācija par Nodarbinātības valsts aģentūras (NVA) kupona saņemšanas nosacījumiem un kārtību pieejama NVA mājas lapā.

JUNDA

svētki nav aiz kalniem
RŪKU CIEMS

Vai vēlies ziemassvētku piedzīvojumu aktīvi "Rūku ciemā" lediņos?

Tad no 13. - 21. decembrim
Brauc pie mums!!!

Vareši jautri un atraktīvi pavadīt laiku darbojoties Salapapuka un rūku zemē, protams, neizpaliks īpaša dāvana un pārsteigumi.

Dalības maksa 6 LVI no bērna. Mērķauditorija 5-10 gadl. Pakalpojums pieejams grupām.

Norises vieta - Jelgava, Ledīņu ceļš-1

Vairāk informācijas:
www.junda.lv / junda@junda.lv / 63023539 / 6302298

Kultūras pasākumi

- 25. oktobrī pulksten 18 – tūrisma vakars «Jelgava kinokadros» (Sv.Trīsvienības baznīcas tornī).
- 26. oktobrī pulksten 19 – Tērvetes kultūras nama amatiereteātra «Trīne» Guntas Micānes dziesmu izrāde «Neizdomātās mīlestības liecinieces». Tikšanās ar G.Micāni. Biļešu cena – Ls 1; pensionāriem – Ls 0,50 (Ģederta Eliasa Jelgavas Vēstures un mākslas muzejā).
- 26. oktobrī pulksten 19 – deju grupas «Dzirnas» koncertprogramma «O' Fortuna». Mūzika – Karls Orfs «Carmina Burana». Horeogrāfi A.Daņilevičs un M.Zmolnigs, režisors U.Brikmanis. Biļešu cena – 6; 5; 4; 3 (kultūras namā).
- 27. oktobrī pulksten 15 – korim «Mītava» – 25. Koncerta viesi – N.Matvejevs, I.Cinkuss, I.Egle, J.Vizbulis. Koncerta mākslinieciskā vadītāja A.Pizika. Ieeja – bez maksas (Jelgavas Valsts ģimnāzijā).
- 27. oktobrī pulksten 18 – Olga Rajacka & grupa – jubilejas koncerts «Svētku diena». Starp koncerta viesiem gaidāmi U.Roze, V.Vētra, A.Grāvers, kā arī grupa «Turaidas roze» un «Eolika». Biļešu cena – Ls 8; 7; 6; 5 (kultūras namā).
- 28. oktobrī pulksten 18 – kluba «Pīlādītis» sarīkojums (kultūras namā).
- 31. oktobrī pulksten 19 – M.Čehova Rīgas Krievu teātra viesizrāde Ļ.Ukrainka «Meža dziesma». Brīnumpasaka par mīlestību divos cēlienos. Biļešu cena – Ls 6; 5; 4 (kultūras namā).
- 31. oktobrī pulksten 18 – Reformācijas dienas koncerts Zemgales Ērģeļu dievnamā. Muzicē Alvis Cedriņš (baritons), vokālā grupa «Kamenes», Gundega Dūda (ērģeles). Ieeja – par ziedojumiem (Jelgavas Svētā Jāņa baznīcā).
- 2. novembrī pulksten 17 – Leļļu teātra studijas pirmizrāde «Zaķītis dziedātājs – dejotājs» latviešu valodā. Gaidīti bērni vecumā no diviem līdz pieciem gadiem. Biļešu cena – Ls 2 bērniem; Ls 1 vecākiem. Pieteikties pa tālruni 26875065 (Leļļu teātra studijā Svētās ielā 21b).
- 2. novembrī pulksten 18 – Ā.Alunāna Jelgavas teātra muzikālā izrāde D.Vesermans «Dons Kihots. Cilvēks no Lamanšas». Režisors A.Matsons, asistents A.Bolmanis. Ar šo izrādi režisors atzīmē 99. (66.) jubileju. Biļešu cena – Ls 3; 2,50; 2 (kultūras namā).

Pirms valsts svētkiem aicina kopā dziedāt brīvās Latvijas dziesmas**Ritma Gaidamoviča**

Jau par tradīciju kļuvis ik gadu Jelgavā valsts svētku priekšvakarā vienkopos pulcēties populāriem mūzikā, lai ar cieņas apliecinājumu savai zemei dziedot priecētu klausītājus. Šogad 15. un 16. novembrī pulksten 19 koncertā «Brīvās Latvijas dziesmas» atcerēties aicina pirmās Latvijas brīvvalsts laika dziesmas, kuras kopā dziedāt var ikviens.

Iepriekšējos gados jaunās skaņas tika apkopotas pērles no latviešu kino zelta fonda un teātra izrāžu pūra, bet šogad godā tiks celtas pirmās Latvijas brīvvalsts laika dziesmas no Alfrēda Vintera, brāļu Laivinieku, Ilmāra Dzeņa, Eduarda Rozenštrauha, Larisas Mondrusas, «Čikāgas pieciņu» repertuāra, informē «Izklaides producentu grupas 7» pārstāve Aija Skoromko. «Ir svarīgi, ka dziesmas, ko kādreiz dziedāja mūsu vecāki un tēvi, tagad iepazīst un iemil arī jaunā paaudze. Tās ir kā brīnišķīga saite, kas vijas cauri laikiem, stiprina garu, dvēseli un vieno paaudzes mīlestībā uz mūsu zemi un Latvijas valsti», atzīst koncertprogrammas producentis Aigars Dinsbergs.

30 visiem labi zināmās dziesmas kopā ar instrumentālo grupu Ivāra Makstnieka vadībā izdziedās Ingus Pētersons, Liene Šomase, Andris Ērģlis, Aija Andrejeva, Ivo Fomins, Dainis Skutelis, Ieva Sutugova, Atis Auzāns, Antra Stafecka, Marts Kristians Kalniņš.

Iespēja kopā veidot Studentu dienām veltītu izstādi**Ritma Gaidamoviča**

LLU Studentu pašpārvalde lūdz atsaukties ikvienu, kam ir materiāli par Latvijas studentu dienām – vēsturi, piemēram, biļetes, plakāti, fotogrāfijas. Apkopotie materiāli tiks izmantoti festivāla 20. jubilejai veltītajā izstādē, ko atklās novembra sākumā, informē LLU pārstāve Ilvija Gaidukoviča.

Pašpārvaldes kultūras virziena aktiviste Laima Romberga aicina Studentu dienu apmeklētājus un kādreizējos organizatorus pārlūkot savus personīgos arhīvus un dalīties ar jebkādiem materiāliem, kas saglabājušies par šo svētku norisi 20 gadu garumā.

«Izstādē vēlamies apkopt fotogrāfijas,

Jāpiebilst, ka īpaša loma koncertā uzticēta Jelgavas muzikālajai apvienībai «Tirkizband», kas kā fona vokālisti piedalīsies gandrīz visās dziesmās, deju studijas «Benefice» vadītājas Annikas Andersones vadībā radot gan jaunu, gan nopietnu atmosfēru, uzmundrinot skatītājus un klausītājus dziedāt līdz.

Dziedātājs D.Skutelis atzīst, ka, dziedot šīs dziesmas, ir ļoti laba sajūta. «Ar tām esmu izaudzis. Mans tēvs bija muzikants, un šīs dziesmas bijušas pieprasītas visos laikos, arī mājās viesības nebija iedomājamas bez dziedāšanas. Protams, nodziedāt šīs dziesmas tieši tā, kā dziedāja mūsu senči, nav iespējams, jo gan laiki mainījušies, gan paši esam kļuvuši citādāki un arī dziedam mazliet citādāk. Bet domāju, ka dziesmas «Mirdzot šķēpiem», «Es dziedāšu par tevi, tēvu zeme», «Zilais lakatiņš», «Sen tas bij», ko koncertā izpildīšu es, vienmēr būs aktuālas. Katra šī dziesma ir ar savu stāstu, vēsturi un romantiku. Kamēr pastāvēsim par sevi un savu zemi, kamēr dziedāsim latviešu valodā, tikmēr Latvija noteikti būs», tā D.Skutelis.

Koncertos skanēs tādas dziesmas kā «Krizantēmas», «Atmiņas», «Divas sirdis», «Liepas satumst», «Vecpiebalgas tūdensrozes», «Nezied, bērāis kumeliņ», «Uz kalna stāv vientulis ozols», «Vijolnieks», «Šalc zaļais mežs», «Skaista ir jaunība», «Dzīvīte, dzīvīte», «Kad klētiņā dusēsi tu», «Seit ir Latvija» un daudzas citas.

Biļetes uz koncertiem nopērkamas «Biļešu paradīzes» un Jelgavas kultūras nama kasē, kā arī www.bilesuparadise.lv. Biļešu cena – no 6 līdz 10 latiem.

afišas, logo, ieejas biļetes un ielūgumus uz festivāla pasākumiem, informāciju par organizatoru komandām, preses relīzes, kā arī videomateriālus, tādā veidā atspoguļot, kā festivāls mainījies un attīstījies šo gadu laikā. Gribam parādīt arī to prieku un pozitīvās emocijas, ko šie svētki ir atstājuši studentu atmiņās. Domāju, ka jelgavnieki ar savām liecībām varēs palīdzēt šīs īpašās izstādes veidošanā», tā L.Romberga.

Pašpārvaldes aktiviste arī aicina pievienoties darba grupai LLU studentus un Jelgavas jauniešus, kas vēlas iesaistīties izstādes organizēšanā – palīdzēt atmiņu stāstu apkopošanā, materiālu ieskenēšanā, stendu noformēšanā, fotogrāfiju prezentāciju veidošanā, videomateriālu samontēšanā, kā arī citos darbos.

Ar Laimu par materiālu nodošanu un iesaistīšanos izstādes organizēšanā var sazināties pa e-pastu: laima.romberga@gmail.com vai tālruni 29360487.

Saldumus, vai izjokosim?!**Ritma Gaidamoviča**

Ja pie jūsu namdurvīm 31. oktobrī klauvē bērni, rāda trikus un dzied, nebrīnieties – tas ir Visu svēto dienas priekšvakars jeb Helovīns, kas, lai gan nav latviešu tradīcija, pie mums mēģina iespraucēties. Par to, kā šie svētki tuvojas, jau liecina noformējums veikalos, kafējnicās, kur dominē oranžā un melnā krāsa, ķirbji un briesmoņu maskas. Bet rīt, 26. oktobrī, pilsētā notiks baismīgākā orientēšanās «Nobisties Jelgavā!».

Helovīna svinības lielākajai daļai asociējas ar bērnu tērpsanos maskās un kostīmos, lai dotos pie kaimiņiem dīdelēt saldumus. Uzvaras gājienu Helovīns piedzīvo ASV, un par to vislielākais prieks ir tirgotājiem – šie svētki esot otri ienesīgākie aiz Ziemassvētkiem, kad milzīgā daudzumā tiek pārdoti dažādi svētku simboli, maskas un, protams, saldumi.

Skatoties apkārt, tik tiešām šķiet, ka Latvijā šos svētkus svinēt rosina veikali. Jau vairākas nedēļas pirms mistiskās nakts veikalos izvietoti stendi ar ķirbjiem, maskām. Varētu pat domāt, ka tieši tirgotāji ir tie, kuri kultivē šo svētku ienākšanu Latvijā. Paši uzņēmēji gan to noliedz. Viņi uzver, ka seko līdzī modei – jauniešiem tas patīk, jo tā notiek ārzemēs, rāda filmās, tad nu arī veikalos kaut kā var piesaistīt viņu uzmanību. Uzņēmēji norāda, ka šie svētki Latvijā netiek svinēti tik plaši kā Valentīna diena, kas iemantojusi daudz lielāku popularitāti, tāpēc arī viņi ar sortimentu vai dekorējumiem pārāk neaizraujas. Brīžiem šķiet, ka jauniešu vēlme ielēkt amerikāņu filmās par Visu svēto nakti cik ātri sākas, tikpat ātri beidzas – tādas īstas izpratnes par šo svētku būtību daudziem nemaz nav.

«Vecākā paaudze rausta plecus un brīnās»

«Kanclers» atbilstoši vizuālo noformējumu iegūst uz visiem svētkiem. Tāpat kā uz Ziemassvētkiem, Līgo, arī uz Helovīnu iekārtojam stendu ar šiem svētkiem raksturīgām precēm. «Kantē» parasti skatlogā tiek izlikti ķirbji, kuros deg svečītes, taču tas arī viss», atzīst SIA «Kanclers» īpašnieks Edmunds Barkāns. Viņš stāsta, ka pircēji, tuvojoties svētkiem, prasa maskas bērniem, lai tie pārgērbtos un ietu kaimiņiem prasīt saldumus, jo viņiem šie svētki šķiet jau tri. Draugu kompānijas reizēm rīko tematiskās ballītes, un arī tad tiek meklētas maskas. Taču tas nenotiek masveidā, jo par Helovīnu īpaši nerunā ne bērnu dārzos, ne skolās. Tur vairāk tiek stāstīts par Mārtiņdienas tradīcijām un ķekatās iešanu, kas ir visai līdzīgi.

Bistro «Silva» vadītāja Sandra Blūmane stāsta, ka pirms gadiem esot īpaši piedomājuši, kā uz šiem svētkiem izdekorēt telpas, taču atskārtuši: jaunajai paaudzei tas patīk, jaunie to saprot, bet vecākā paaudze rausta plecus un brīnās. «Pie mums ik dienu nāk abas auditorijas – cenšamies patikt abām, tāpēc mazliet jau pieskaramies Helovīnam, piemēram, piedāvājot kūciņas ar ķirbi», stāsta S.Blūmane.

Viņa arī piebilst, ka uz šo laiku dažkārt saņem pasūtījumus sagatavot briesmoņu uzkodas bērnu ballītēm mājās. «Piemēram, mocarella siera šausmu sejiņas, cisiņu briesmoņus, no burkāniem grebtas raganas. Mums jau patīk šie neoriginālie pasūtījumi, kas ļauj pavāram strādāt radoši», tā S.Blūmane.

Saldumu prasītājus nosūdz policijai

Kā jau par katru aizgūtu lietu, arī par šo svētku svinēšanu Latvijā cilvēkiem domas atšķiras, un Helovīnam adresētu kritiku nākas dzirdēt visai bieži: kāpēc Latvijā jāievieza kārtejie svešzemju svētki,



Foto: Ivars Veilins

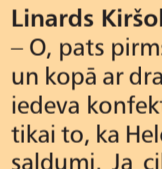
Helovīns

1. novembris kristietības vidē ir Visu svēto diena, bet 31. oktobris – Visu svēto dienas priekšvakars, kas tiek dēvēts arī par Helovīnu – palikšanu nomodā pirms šīs dienas svinībām un sagatavošanās svētkiem ar lūgšanu, tādā veidā pieminot visus svētos un mocekļus. Šos svētkus tradicionāli svin Romas katoļu un anglikāņu baznīcās, un tos iedibināja jau 834. gadā. Mūsdienās šajā vakarā cilvēki pārgērbjas par spokiem, raganām un citiem mošķiem un staigā pa mājām, prasot saldumus; ja tos nedod, saimnieki tiek izjokoti. Tā ir ASV tradīcija, taču kaut ko līdzīgu šiem svētkiem tradīciju veidā piekopuši senie ķelti un balti vēl pirms mūsu ēras. Tiek uzskatīts, ka šajā laikā – reizi gadā – atveras vārti uz viņsauli un dzīvos apciemot nāk mirušie. Taču līdz ar tuvinieku gariem pie cilvēkiem no elles iznākot arī dažādi mošķi, īpaši aktivizējoties raganas. Tādēļ senie priesteri ģērbusies biedējošā apģērbā, zverādās, maskās, lai ļaunos spēkus atbaidītu. Helovīna simbols ir izgrebts ķirbis, kurā tiek ievietota svečīte, lai aizbiedētu ļaunos garus. Globalizācijas rezultātā Helovīna tradīcija pārnesta uz citām valstīm, arī Latvijā. Šeit tai nav sava vēsturiska un nacionāla pamatojuma – principā tā balstās uz bērnu vēlmi iegūt saldumus. Reizē tā veicina vandalisma pieaugumu, jo izjokošana bieži pārvēršas par vienkāršu demološanu, tostarp, piemēram, jēlu olu svaigšanu.

Vai jūs zināt, kas ir Helovīns?

Vita Samiņa, Amatu vidusskolas audzēkne:

– Diena, kad bērni pārgērbjas par dažādiem mošķiem, staigā pa kaimiņu mājām un dīdelē saldumus. Man ne īpaši tas patīk, tāpat arī šie svētki man šķiet pilnīgi lieki Latvijā. Mārtiņos, kas ir latviešu svētki, arī var pārgērbties maskās un iet ķekatās, nodziedāt kaut ko un saņemt saldumus.



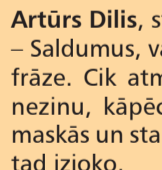
Linards Kiršolts, 7. klases skolnieks:

– O, pats pirms kādiem diviem gadiem pārgērbos par mironi un kopā ar draugiem gāju prasīt kaimiņiem saldumus. Mums iedeva konfektes, ābolus. Kāpēc tā dara? Es īsti nezinu. Zinu tikai to, ka Helovīnā jāpārgērbjas par briesmoņiem un jāprasa saldumi. Ja cilvēki neiedod, tad viņiem izdara kaut ko par sodu. Taču īstenībā tas nemaz nav interesanti.



Mārcis, apsargs, tētis:

– Helovīns, manuprāt, kaut kādā mērā ir saistīts ar veļu laiku. Pie cilvēkiem ierodas nelabie un sāk spokoties. Katrā gadījumā šie nav latviešu svētki un vairāk redzēti amerikāņu filmās, kur mazie bērni staigā pa kaimiņu mājām, prasot saldumus, logos tiek salikti izgrebti ķirbji, kuros ievietotas svečītes. Ja pie mūsu durvīm kāds klauvē, neveram vaļā, jo bērni baidās.



Artūrs Dilis, students:

– Saldumus, vai izjokošu – zinu, ka Helovīnā šī ir populārākā frāze. Cik atminos, šī ir diena, kad piemin mirušos. Taču nezinu, kāpēc cilvēki saģērbjas briesmoņu, filmu varoņu maskās un staigā pa dzīvokļiem, prasot saldumus. Ja nedod, tad izjoko.



Elīza Vilaua, 6. klases skolniece:

– Helovīns pie mums Latvijā nav tik izplatīts, bet Anglijā – ļoti. Man mamma stāstījusi, ka šajos svētkos tiek pieminēti mirušie. Tā kā mamma šos svētkus neatbalsta, tad mūsu ģimenē nekādu aktivitāšu nav. Ja nu vienīgi abi ar brāli ķirbi izgrebjam, kas ir šo svētku simbols. Ja pie mums atnāk bērni, kuri saģērbusies maskās un prasa saldumus, iedodam, bet, ja nav masku, mamma triec prom.

ki, kas mums īsti neko nenozīmē?!

Jelgavas Pašvaldības policija informē, ka gandrīz katru gadu šajā naktī tiek saņemti trīs četri izsaukumi no gados vecākiem cilvēkiem par to, ka pie durvīm daudzās bērni maskās un traucē mieru. Taču ne visas šādas situācijas beidzas miermīlīgi – piemēram, naktī no svētdienas uz pirmdienu pie veikala «Elvi» Rūpniecības ielā 1962. gadā dzimušam vīrietim pagaidām nenoskaidrotas pierietas Helovīna maskās nodarīja miesas bojājumus un nolaupīja 150 latus.

«Nobisties Jelgavā»

Taču skaidrs ir tas: ja ir pieprasījums, ir arī piedāvājums! Jelgavā Helovīna

noskaņās rīt, 26. oktobrī, jau tradicionāli notiks orientēšanās pasākums «Nobisties Jelgavā!», kurā aicinātas piedalīties komandas – kājāmgājēji vai velosipēdisti – piecu cilvēku sastāvā, sākot no 16 gadiem. «Jundas» direktores vietniece Zane Leikuma stāsta, ka sacensību sākums plānots pulksten 18.30, taču pie «Jundas» Pasta ielā 32 jāierodas līdz pulksten 17.30. Dalībniekiem divarpus stundu laikā būs jāapmeklē 15 – 20 kontrolpunkti, kuros jāveic dažādi bailīgi, atjautīgi, asprātīgi uzdevumi. Sīkāka informācija – mājas lapā www.junda.lv.

Rītvaru par godu šiem svētkiem gaidāma Helovīna ballīte klubā «Tonuss».