

Avīze

Piebaldzēniem

1 (178) 2013. gada janvāris

Jaunpiebalgas novada izdevums

Janvāris – sala mēnesis

17.01. – *Tēna diena jeb Cūku, Cūkaušu diena.*
Ziemas vidus. Senāk tā sievietēm bija kā svētdiena, kad ne-
vērpa un neauda.

20.01. – *1991.gada barikāžu aizstāvju atceres diena.*

26.01. – *Latvijas Republikas starptautiskās (de iure) atzīšanas
diena.*

Cik svarīgi ir iekļauties mēness ciklā

Mēness ikdienā rada fonu jēbkurai mūsu darbībai. Tas ietekmē zemapziņu, tādēļ pārvalda mūsu ieradumus un tūkamās nodarbes. Mēness atbild par mūsu labsajūtu un emocionālo stāvokli, sapņu pasauli, intuīciju un instinktiem, veselību. Mēness fāzēm ir sava vibrācija un enerģētika, ietekmējot mūsu dzīvi.

Janvāra enerģētika

11. janvārī plkst. 21:44 Jauns Mēness Mežāža zīmē, tā vienmēr sajūtama visa mēneša garumā.

+ Emocijas un rīcību pieskaņojam tālejošiem mērķiem. Darba vietas sakārtošana.

- Emocionalitāte atkāpjas otrajā plānā: nežēlojam ne sevi, ne citus. Pavājināti dzīvības spēki, bremzēts organisma atjaunošanās process. Derētu samazināt fizisko slodzi. Depresija.

27. janvārī plkst. 6:38 Pilnmēness Lauvas zīmē.

Enerģētikas pilnbrids. Cik harmoniski iekļāvies Mēness ciklā, tik labdabīgi pavadīsi šo laiku.

+ Mīlestība. Emociju sakārtošana. Komplimenti. Dāvanas. Elegance.

- Egocentrisms. Nemiers un spriedze. Situācijas dramatisēšana. Tukša laika nosīšana.

Februāris – sveču mēnesis

02.02. – *Sveču diena, arī Svecaine, Grabenīca, Ziemas Māra.*

Viens no obligāti veicamajiem darbiem šajā dienā bija sveču liešana, tad tās degs gaiši un spoži.

10.02. – *Pēc Austrumu kalendāra sākas Melnās ūdens čūskas gads.*

16.02. – *Lietuvas valsts atjaunošanas (1918) diena.*

20. janvāris – 1991. gada barikāžu aizstāvju atceres diena



1991. gada 13. janvārī, protestējot pret padomju karaspēka agresiju Viļņā, Rīgā Daugavmalā notika lielākā demonstrācija Latvijas vēsturē. Tajā piedalījās aptuveni 700 000 cilvēku, ikviens, kuram bija iespēja, steidzās uz Rīgu, lai protestētu pret draudošo Padomju Savienības agresiju Baltijā. Pēc manifestācijas daudzi cilvēki palika Rīgā – Vecrīgā ap parlamenta ēku, valdības namu, radio un televīzijas ēkām cēla barikādes. Pēc valdības aicinājuma zemnieki uz Rīgu devās ar smago lauksaimniecības tehniku. Latvijas Tautas fronte izveidoja aizsardzības štābu, daļa deputātu dienu un nakti uzturējās parlamenta ēkā, lai nepieļautu Augstākās Padomes darba pārtraukšanu.

20. janvārī padomju militārās specvienības ieņēma LR Iekšlietu ministriju, izraisot Rīgas centrā apšaudi, kurā gāja bojā vairāki cilvēki.

ŠAJĀ NUMURĀ:

- jaunākais novada domē
- novada deputātu pārdomas par paveikto
- Ziemassvētku eglīte pensionāriem
- lauku ziņas
- Ziemassvētku laiks skolā
- kultūras pasākumi
- jaunumi tautskolā
- dažādas ziņas



Patiesi raiba un notikumiem bagāta izvērtās aizejošā gada nogale. Tā arī nesagaidījuši (par laimi!) tik nopietni solīto pasaules galu, priecīgi jutāmiem Ziemassvētku laikā, tad neliela atelpa, un gadumija klāt. Bija pat sajaukušās dienas, likās, ka turpinās viena gara svētdiena!

Šajā laikā nevar iztikt arī bez ielūkošanās nākotnē, nu gribas taču izlasīt, ko, piemēram, astrologi sola gaidāmajam Melnās ūdens čūskas gadam. Tomēr nav jābaidās no netikamām prognozēm, jo zinām taču, ka tikai no katra paša atkarīgs tas, kas turpmāk mūs sagaida.

Kā ik gadu no draugiem un paziņām sabira daudzī jo daudzi mīļi apsveikumi un vēlējumi Jaunajā gadā. Visbiežāk – lai laimīgs šis gads. To, protams, mēs visi gribam – būt laimīgiem. Bet kas ir laime? Pastāv viedoklis, ka mēs paši pat reizēm īsti nezinām, kad esam laimīgi. Kad šāds brīdis pienāk, nereti saprotam, ka tas nav tas, ko gaidījām un gribējām. Vai laimi var sniegt dārga, ilgi kārota manta? Sākumā – noteikti! Bet ar laiku pie visa pierod un gribas atkal ko citu, vēl skaistāku un labāku. Un tā bez gala. Katram cilvēkam par to savs viedoklis un domas. Dažam laimes sajūtu rada garšīgs, izmeklēts ēdiens, citam – noteikta zīmola apģērbs, jaunākais mobilais telefons vai jauna mašīna...

Manuprāt, laimes sajūtu rada sīkie ikdienas mirkli, kad viss ir kārtībā ar mūsu mīļajiem, visi veseli, ir tīkams darbs, kad atrodam iespēju ikdienas steigā izbīvēt laiku, lai apciemotu vai parunātos ar sen nesatiktiem radniekiem vai draugiem, ja protam priecāties ne vien par saviem panākumiem, bet arī par otra cilvēka veiksmēm. Nav jau nemitīgi jātiecas pēc nesasniedzamā un tālā. To, kas mums patiešām vajadzīgs, augstākie spēki arī dos.

Jaunajā gadā ik dienu gribētos saņemt vairāk prieka, vairāk smaidīt, iemācīties dzīvot tā, lai straujais dzīves temps kļūtu kaut nedaudz lēnāks, tā izbaudot ik mirkli! Dzīvot šodien un tagad, dzīvot vieglāk, jo kā teicis kāds slavens dziedātājs – „dzīve paiet, kamēr jūs to plānojat”!

Lai izdodas!

Aija Ķīkere

2012. gada 27. novembra novada domes sēdē

Nolēma:

1. Apstiprināt grozījumus Nr. 10 2012. gada 13. februāra saistošajos noteikumos Nr. 2 „Par Jaunpiebalgas novada domes pamatbudžetu un speciālo budžetu 2012. gadam”.

2. Vērsties Cēsu rajona tiesas Zemesgrāmatu nodaļā ar prasības pieteikumu par nomas maksas parāda piedziņu no SIA I.T.C.S., nomas objekts „Pagasta nams” Abrupe, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads.

3. Izlikt J. P. no dzīvojamās platības Pagasta nams dz. 3, Abrupe, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads, bez citas dzīvesvietas ierādīšanas. Vērsties Cēsu rajona tiesas Zemesgrāmatu nodaļā ar prasības pieteikumu par komunālo maksājumu parāda piedziņu pret J. P., izīrētais dzīvokļa īpašums: Pagasta nams dz. 3, Abrupe, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads.

4. Apstiprina par novada domes Komunālās saimniecības, ceļu un labiekārtošanas komitejas sekretāri Gunu Leimani.

5. Apstiprināt „NOTEIKUMI audzēkņu uzņemšanai Jaunpiebalgas vidusskolas pirmsskolas grupiņā”.

6. Anulēt deklarēto dzīvesvietu S.S.

7. Anulēt deklarēto dzīvesvietu I.L.

8. Atļaut izstrādāt projekta dokumentāciju dzīvojamās mājas būvniecībai nekustamā īpašumā „Augšlazdas”, kadastra apzīmējumu 4256 006 0372, Jaunpiebalgas pagasts.

9. Atļaut izstrādāt projekta dokumentāciju dzīvojamās mājas būvniecībai nekustamā īpašumā „Lazdas”, kadastra apzīmējumu 4256 006 0319, Jaunpiebalgas pagasts.

10. Atļaut sadalīt nekustamo īpašumu „Kalna Ķīši”, kadastra apzīmējums 4298 003 0023, Zosēnu pagasts, atdalot atsevišķu zemes vienību ar kadastra apzīmējumu 4298 005 0092 – 6.7 ha platībā. Atdalītajai zemes vienībai ar kadastra apzīmējumu 4298 005 0092 – 6.7 ha platībā: piešķirt nosaukumu „Ceļa Ķīši”, Zosēnu pagasts, Jaunpiebalgas novads, LV-4133; noteikt zemes lietošanas mērķi – lauksaimniecība (šifrs 0101). Zemes vienībai ar kadastra apzīmējumu 4298 003 0023 – 30.0 ha platībā: saglabāt esošo adresi - nosaukumu „Kalna Ķīši”, Zosēnu pagasts, Jaunpiebalgas novads, LV-4133; noteikt zemes lietošanas mērķi – lauksaimniecība (šifrs 0101). Zemes vienībai ar kadastra apzīmējumu 4298 004 0002 – 16.5 ha platībā: saglabāt esošo adresi - nosaukumu „Kalna Ķīši”, Zosēnu pagasts, Jaunpiebalgas novads, LV-4133; noteikt zemes lietošanas mērķi – lauksaimniecība (šifrs 0101). Minētais lēmums nav pretrunā ar Jaunpiebalgas novada Zosēnu pagasta teritorijas plānojumu.

11. Atļaut izstrādāt zemes ierīcības projektu nekustamā īpašuma „Birzmalas”, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads sadalīšanai, saskaņā ar grafisko pielikumu.

12. Apstiprināt adresi – nosaukumu fermas ēkām un būvēm uz zemes vienības ar kadastra apzīmējumu 4256 009 0069, „Skubiņu ferma”, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads, LV-4125. Minētais lēmums nav pretrunā ar Jaunpiebalgas novada Jaunpiebalgas pagasta teritorijas plānojumu.

13. Izsniegt P. Z., „Bieži sastopamo derīgo izrakteņu ieguves atļauju Nr. 6”, saskaņā ar derīgo izrakteņu atradnes pasi un derīgo izrakteņu ieguves limitu smilts – grants atradnei „Viņķi” II laukums, Jaunpiebalgas pagasts, līdz 2022. gada 4. novembrim. Minētais lēmums nav pretrunā ar Jaunpiebalgas novada Jaunpiebalgas pagasta teritorijas plānojumu.

14. Nodot katlu māju Gaujas 29B, Jaunpiebalgas pagasts, Gaujas iela 29A, Jaunpiebalga mājas pilnvarotām personām.

15. Izslēgt no Jaunpiebalgas novada domes pamatlīdzekļu sastāva privatizētu dzīvokli Gaujas iela 52-5, Jaunpiebalga, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads.

2012. gada 17.decembra novada domes sēdē

Nolēma:

1. Atjaunot mandātu deputātei Girtai Upenai.
2. Apstiprināt iesniegtos Saistošos noteikumu Nr. 23 „Par grozījumiem Jaunpiebalgas novada domes 2009.gada 21.janvāra Saistošajos noteikumos Nr. 1 „Jaunpiebalgas novada domes nolikums”, kuros tika veikti šādi grozījumi: 1. Papildināt Saistošo noteikumu 2.2. punktu ar teikumu šādā redakcijā: „Priekšsēdētāja vietnieka amats nav algots.” 2. Svītrot Saistošo noteikumu 2.3. punkta apakšpunktus no 2.3.2. līdz 2.3.16.
3. Atcelt ar 2013.gada 27.janvāri Jaunpiebalgas novada domes 2009.gada 20.jūlija sēdes lēmumu Nr. 7 „Par Jaunpiebalgas novada domes priekšsēdētāja vietnieka (-ces) darba samaksu”, kurā tika nolemts „Jaunpiebalgas novada domes priekšsēdētāja vietnieka (-ces) atalgojumu ar 2009.gada 1.augustu apstiprināt LVL 595,00 (pieci simti deviņdesmit pieci lati, 00 santīmi) mēnesī”. Noteikt, ka Jaunpiebalgas novada domes priekšsēdētāja vietnieka darba samaksa no 2013.gada 27.janvāra izriet no nostrādāto stundu skaita mēnesī, stundas likme deputātu/ komiteju un komisiju locekļu LVL 3,384 (trīs lati, 384 santīmi), stundas likme komiteju un komisiju priekšsēdētājam LVL 4,23 (četri lati, 23 santīmi). Noteikt, ka darba attiecības ar Jaunpiebalgas novada domes priekšsēdētāja vietnieku kā algotu vietnieku var izbeigt ātrāk par 2013.gada 27.janvāri, abpusēji vienojoties.
4. Apstiprināja izmaiņas Jaunpiebalgas novada domes patstāvīgo komiteju un komisiju sastāvu ar 2012.gada 17.decembri – deputāte Girta Upena tika iekļauta kā locekle finanšu, attīstības komitejā, privatizācijas komisijā un pašvaldības mantas atsavināšanas un izsoles komisijā. Kā priekšsēdētāja tika apstiprināta komunālās saimniecības, ceļu un labiekārtošanas komitejā.
5. Apstiprināt grozījumus Nr. 11 2012. gada 13. februāra saistošajos noteikumos Nr. 2 „Par Jaunpiebalgas novada domes pamatbudžetu un speciālo budžetu 2012. gadam”.
6. Apstiprināja grozījumus Jaunpiebalgas novada domes darbinieku štatu sarakstā atbilstoši domes atlīdzības sistēmai.
7. Apstiprināja Jaunpiebalgas novada pašvaldības Jaunpiebalgas vidusskolas attīstība plānu 2013. – 2019.gadam.
8. Dibināt Lietišķās un tēlotājas mākslas studiju.
9. Apstiprināt Jaunpiebalgas novada attīstības programmas 2014. – 2020. gadam 1 redakcijā.
10. Apstiprināt zemes ierīcības projektu īpašumam „Gaujas Nēķeni”, kadastra Nr. 4298 003 0060: Projektētā zemes vienība Nr.1 – 2.0 ha platībā: Zemes vienības adrese - nosaukums „Ozolkalns”, Zosēnu pagasts, Jaunpiebalgas novads, LV-4133, zemes vienības lietošanas mērķis lauksaimniecība (šifrs 0101). Projektētā zemes vienība Nr.2 – 10.9 ha platībā: zemes vienības nosaukums „Gaujas Nēķeni”, Zosēnu pagasts, Jaunpiebalgas novads, LV-4133, zemes vienības lietošanas mērķis mežsaimniecība (šifrs 0201). Mainīt adresi – nosaukumu ēkām un būvēm, kas atrodas uz projektētās zemes vienības Nr. 1 – 2.0 ha platībā, no „Gaujas Nēķeni” uz „Ozolkalns”, Zosēnu pagasts, Jaunpiebalgas novads, LV-4133. Minētais lēmums nav pretrunā ar Jaunpiebalgas novada Zosēnu pagasta teritorijas plānojumu.
11. Apstiprināt rekultivācijas metu smilts – grants un smilts atradnei „Austriņi”, Jaunpiebalgas pagasts, 1.5 ha platībā, no-

mainot plānoto rekultivāciju ierīkot ūdenskrātuvi uz rekultivācijas veidu - teritorijas apmežošana. Minētais lēmums nav pretrunā ar Jaunpiebalgas novada Jaunpiebalgas pagasta teritorijas plānojumu.

12. Apstiprināt adresi – nosaukumu „Jaunklunci”, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads, LV-4125, jaunbūvei, kas atrodas uz zemes vienības ar kadastra apzīmējumu 4256 012 0051. Minētais lēmums nav pretrunā ar Jaunpiebalgas novada Jaunpiebalgas pagasta teritorijas plānojumu.

13. Nostiprināt Cēsu zemesgrāmatu nodaļas Jaunpiebalgas pagasta zemesgrāmatas nodalījumā Nr. 413 nekustamo īpašumu – dzīvokļa īpašums Nr. 15 Dārza iela 2, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads ar kadastra apzīmējumu 4256 900 0071, kas sastāv no dzīvokļa īpašuma Nr. 15 un dzīvokļa īpašumam piederošām 708/12215 kopīpašuma domājamām daļām no daudzdzīvokļu mājas – uz Jaunpiebalgas novada domes, reģistrācijas Nr. 9000031033, vārda, dzēšot visas ar šo īpašumu ierakstītās parādu saistības. Iekļaut dzīvokļa īpašumu Dārza iela 2-15 pašvaldības pamatlīdzekļu sastāvā.

14. Apstiprināt nekustā īpašumā „Dzirnavas” zemes vienībai ar kadastra apzīmējumu 4256 006 0369 – nomas vajadzībām noteikto zemes vienības daļu ar kadastra apzīmējumu 4256 006 0369 8001 – 1.1398 ha platībā, uz kuras atrodas ēkas ar adresi Rūpniecības iela 6, Jaunpiebalga, zemes lietošanas mērķi: dabas pamatne, zaļā zona (šifrs 0501) - 0.5908 ha platībā; fizisko un juridisko personu udeņu teritorija (šifrs 0302) - 0.4295 ha platībā; daudzdzīvokļu ēku apbūve (šifrs 0701) - 0.1195 ha platībā. Apstiprināt zemes lietošanas mērķi zemes vienībai ar kadastra apzīmējumu 4256 006 0369 – 6.8402 ha platībā: lauksaimniecība (šifrs 0101) - 3.9202 ha platībā; ārstniecība (šifrs 0902) - 0.2000 ha platībā; rūpniecība (šifrs 1001) - 2.5800 ha platībā; elektrība (šifrs 1200) - 0.0200 ha platībā; daudzdzīvokļu dzīvojamā apbūve (šifrs 0701) - 0.1200 ha platībā. Apstiprināt zemes vienībai ar kadastra apzīmējumu 4256 006 0366 zemes lietošanas mērķi lauksaimniecība (šifrs 0101) - 1.73 ha platībā. Apstiprināt zemes vienībai ar kadastra apzīmējumu 4256 006 0370 zemes lietošanas mērķi lauksaimniecība (šifrs 0101) - 2.39 ha platībā. Apstiprināt zemes vienībai ar kadastra apzīmējumu 4256 006 0160 zemes lietošanas mērķi: lauksaimniecība (šifrs 0101) - 0.9300 ha platībā; sabiedrisko nozaru apbūve (šifrs 0908) - 0.2800 ha platībā; valsts aizsardzības ugunsdz. (šifrs 0906) 0.2000 ha platībā; daudzdzīvokļu dzīvojamā apbūve (šifrs 0701) - 1.6200 ha platībā; elektrolīnija (šifrs 1201) - 0.0200 ha platībā. Minētais lēmums nav pretrunā ar Jaunpiebalgas novada Jaunpiebalgas pagasta teritorijas plānojumu.

15. Atļaut slēgt servitūta ceļu nekustamā īpašumā Raiņa iela 2, kadastra apzīmējums 4256 006 0214, Jaunpiebalga, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads. Lūgt Cēsu zemesgrāmatu nodaļu izslēgt aprūtinājumu – servitūta ceļš, nekustamā īpašumā Raiņa iela 2, kadastra apzīmējums 4256 006 0214, Jaunpiebalga, Jaunpiebalgas pagasts, Jaunpiebalgas novads.

16. Norakstīt parādu par komunālajiem pakalpojumiem Ls 21.96 (divdesmit viens lats, 96 santīmi) apmērā fiziskai personai P. Z., sakarā ar to, ka parādnieks ir miris.

Sagatavoja **Dace Bišere – Valdemiere.**

Būt godprātīgiem un apzināties savu misiju

2013.gada 1.jūnijā Latvijā notiks kārtējās pašvaldību vēlēšanas. Tās tiks sarīkotas 119 vēlēšanu apgabalos, kuru robežas atbilst deviņu republikas pilsētu un 110 novadu robežām.

Tāad apmēram pusgads atlicis, līdz tiks ievēlēti jauni deputāti arī mūsu novadā. Kā klājies, ko izdevies panākt četros gados, kā dzīvi Jaunpiebalgas novadā vērtē pašreizējie deputāti? Lai to uzzinātu, katram no viņiem uzdevu jautājumus. Lūk, viņu domas, vērtējumi!

Jaunpiebalgas vidusskolas direktore Ulla Logina.

- Jaunpiebalgas novada domē darbojas kopā astoņas komitejas un komisijas. Kādās no tām Jūs strādājat, kādi ir Jūsu pienākumi un atbildība?

- Darbojos divās komitejās: Finanšu un attīstības komitejā un Izglītības, kultūras un sporta komitejā. Koleģiāli pieņemam lēmumus.

- Ko Jums šajos gados izdevies panākt visu mūsu novada iedzīvotāju labā? Ar kādām grūtībām nācies sastapties? Cik liela atsaucība ir vērojama no iedzīvotāju puses?

- Pamatā panāktais saistās ar manu tiešo darbu vidusskolā. Ir pilnībā īstenota vidusskolas attīstības programma, sadarbojoties ar novada domi un VIAA. Ir iniciēts sākumskolas jumta un siltummezgla remonts, kā īstenošana beigsies 2013.gadā. Ir ierosinātas vairākas konkrētas un labas, agrāk neiespējamās lietas- brīvpusdienas visiem sākumskolas bērniem, kas mācās mūsu skolā un kam nav brīvpusdienu no valsts; dažādots pulciņu piedāvājums skolēniem- tūrisma pulciņš, vides radošā darbnīca, jaunsargi; ir pavadonis uz sporta zāli; ir slēpošanas inventārs 1.-5.klašu skolēniem sporta stundām.

Atbalstīju vecpiebaldzēnu ideju par K.Skalbem veltīto skrējieni 133 km garumā, nesot gaismu no Piebalgas līdz Brīvības piemineklim Rīgā, organizējot mūsu skolas komandu. Mobilizēju skolas skolotājus kļūt par gidiem Puķu draugu saietā. Darba grupas sastāvā organizēju 1.pasaules jaunpiebaldzēnu salidojumu kopā ar vidusskolas 65.jubileju. Tas viss prasa ne tikai idejas, bet arī finanses, tāpēc paldies visiem deputātiem par atbalstu. Arī es esmu atbalstījusi citu deputātu sakarīgas ierosmes, uzticoties speciālistu slēdzieniem.

- Kā vērtējat dzīvi mūsu novadā – dažādie pasākumi vasarā, kultūras dzīves norises, sporta pasākumi, jauniešu aktivitātes u.c. ?

- Dzīve mūsu novadā ir rosīga un interesanta, ja vien ir vēlēšanās tajā piedalīties, atbalstīt un saskatīt labo. Tāds izglītotu, radošu cilvēku koncentrāts, kāds ir Jaunpiebalgā, ir retums kādā citā Latvijas novadā. Tas pats sakāms par radošām idejām, pasākumu kvalitāti. Latīņa mums ir ļoti augstu uzlikta. Ikdienas pasākumos nepieciešams lielāks visu jaunpiebaldzēnu ieguldījums, ierosinājumi, organizēšanās un atbildība. Ir daudz aktīvu jauniešu, tikai vairāk jāuzdrīkstas uzņemties atbildību un darīt.

- Kādi ieteikumi, novēlējumi Jums būtu nākamajiem deputātiem, kuri tiks ievēlēti šovasar?

- Turpināt iesākto: noturēt sasniegto līmeni un attīstīt novadu tālāk!

Maija Kīkere, kopš 2000.gada strādāju novada domē, esmu novada lauksaimniecības darba organizatore.

Mans darbs galvenokārt saistīts ar informācijas sagatavošanu, dažādu informatīvu pasākumu organizēšanu un atbalstu lauksaimniekiem. Šobrīd pienākumu loks paplašināts ar uzņēmējdarbības organizēšanu. Protams, mana kompetence nav tik liela, lai es pārzinātu lielo uzņēmumu problēmas, bet priecājos, ja kādam esmu palīdzējusi ar noderīgu, interesantu un laikā nodotu informāciju.

Līdz šim darbojos divās komitejās – Finanšu un attīstības

komitejā un Sociālās aprūpes komitejā. Strādājot Finanšu un attīstības komitejā, jāsaka, neesmu erudīts skaitļu cilvēks, galvenokārt uzticos novada domes priekšsēdētāja un galvenās grāmatvedes, kura piedalās katrā sēdē un ir ļoti labs finanšu eksperts, ieteikumiem, taču, ja kaut ko neizprotu, droši jautāju un paužu savu nostāju. Vairāk iedziļinos novada attīstības jautājumos.

Sociālās aprūpes komitejā nākas darboties pie sociālās aprūpes nolikuma izstrādes, kā arī sekot līdzi tā izpildei. Kā pozitīvu piemēru varu minēt faktu, ka, neskatoties uz ekonomisko krīzi un Krājbankas bankrota radītajiem zaudējumiem, tomēr izdevās saglabāt iedzīvotājiem svarīgos dzimšanas un miršanas pabalstus.

Kopā ar kolēģiem izanalizējot un apstrādājot idejas, ir realizēti vairāki projekti, kas patiešām attiecas uz visiem novada iedzīvotājiem, tie ir - kultūras nama renovācija, labiekārtotā novada domes teritorija, iestrādes tirgus laukuma izveidē. Domāju, ka izstāde - gadatirgus „Izvēlies Piebalgu!” arī ir masu pasākums, kas uzrunā visus novada iedzīvotājus. Pārsvārā Jaunpiebalgas iedzīvotāji ir iniciatīvas bagāti, aktīvi un atsaucīgi, savu iespēju robežās piedalās un atbalsta dažādus pasākumus. Atbildot uz jautājumu par grūtībām, jāsaka, protams, tādas ir bijušas, bet ne nepārvaramas. Ir labs teiciens: „Viss, kas mūs nogalina – dara tikai stiprākus”.

Dažādu kultūras pasākumu piedāvājums un izvēle novadā ir pietiekami plaša, lai katrs iedzīvotājs varētu izvēlēties sev piemērotāko. Katra paša ziņā, cik no tā visa paņemam. Kā ļoti pozitīvu novērtēju Ineses Leites darbu ar jauniešiem. Inese prata uzrunāt tādus jauniešus, kurus nemaz tik viegli nevar pārliecināt un aizraut.

Jaunajiem deputātiem novēlu, lai nebūtu jāsaskaras ar valsts ekonomikas un banku krīzēm, to radītajām sekām. Lai izdodas veidot veiksmīgāku sadarbību ar uzņēmējiem, rast veidus, kā atbalstīt esošos uzņēmējus un veicināt jaunu uzņēmumu veidošanos, manuprāt, tas ir ļoti, ļoti svarīgi!

Zane Althabere, Jaunpiebalgas vidusskolas latviešu valodas un literatūras skolotāja, 10.klases audzinātāja, z/s „Lejas Skrāgi” saimniece.

Jaunpiebalgas novada domē strādāju Sociālās aprūpes komitejā; Izglītības, kultūras un sporta komitejā; Administratīvajā komisijā un Pašvaldības mantas atsavināšanas un izsoles komisijā.

Mūsu darbs novada domē iesākās valsts ekonomiskās krīzes laikā, kad sociālās problēmas aktualizējās kā vēl nekad, un, paši zināt, ka tās skar gandrīz katru iedzīvotāju grupu (bērnus, darbspējīgos, pensionārus). Jaunpiebalgas novads ir mazs, arī budžets salīdzinoši neliels, bet Sociālās aprūpes komitejai tomēr izdevās panākt, ka saglabājam bērna piedzimšanas pabalstu un apbedīšanas pabalstu, lai gan tolaik daudzas pašvaldības tos atcēla finanšu trūkuma dēļ sociālajai sfērai. Vēl komitejā tika izstrādāts un pēc tam domes sēdē pieņemts lēmums samazināt prasības „Noteikumos par ģimenes vai atsevišķas personas atzīšanu par trūcīgu vai maznodrošinātu” Jaunpiebalgas novadā.

Viens no pēdējiem izvirzītajiem un apstiprinātajiem lēmumiem ir par brīvpusdienu pabalstu piešķiršanu sākumskolas bērniem, kā arī, protams, sporta pakalpojumu pabalstiem skolēniem. Ja atceraties, Sociālās aprūpes komiteja iedibinājusi jau vismaz divas jaunas tradīcijas mūsu novadā, proti, pensionāru sveikšana Ziemassvētkos un labdarības pasākums „Labo siržu Vasarsvētki”. Jā, bija laiks, kad varējām no sociālajiem jautājumiem paredzētā budžeta izspiest pat saldumu paciņas vientuļajiem pensionāriem un bērniem invalīdiem Ziemassvētkos, bet nu jau otro gadu sveicam tikai ar bērnu zīmētām kartītēm, un

pašas (komitejas pārstāves) šos sveicienus arī esam centušās izvadīt un nogādāt. Man visus šos gadus ir bijuši vēl arī čakli rūķīšipastnieki – gan skolas bērni un kolēģi, gan vīrs un meita, un neviens nekad nav atteicies šajā darbiņā palīdzēt. Paldies viņiem par to!

Savukārt labdarības pasākuma idejas autore un galvenā iniciatore ir Valda Pumpure, kura brīnišķīgi pratusi mums sadalīt pienākumus, lai viss notiktu, kā domāts, un galvenais pasākuma mērķis – daudzbērnu ģimenēm, kurās aug trīs un vairāk skolas vecuma bērnu, saziņot naidiņu mācību līdzekļu iegādei – tīktu sasniegts. Priecājos, ka labdarība mūsu Jaunpiebalgā gūst atbalstu, ka pasākums jau noticis trīs gadus, un katru reizi to vadījušas manas bijušās skolnieces – Liene Bērziņa (Zostiņa), Karīna Rubene un Laine Lapiņa.

Sociālajā komitejā esam atbalstījušas arī mūsu sportistus un talantīgos skolēnus, kuriem bijusi iespēja rādīt savu māku ārpus mūsu valsts robežām. Noslēgts sadarbības līgums ar Jaunpiebalgas novada domi un biedrību „Attīstība JP”. Vēl esmu gandarīta, ka mums izdevies uzdāvināt bērniem jaukus vasaras picdzīvojumus LSK vasaras nometnēs „Tavs vasaras sapnis” un „Pie Sprīdīša”. Paldies par sadarbību kolēģiem Jaunpiebalgas vidusskolā un sākumskolā!

Kā Izglītības, kultūras un sporta komitejas pārstāve esmu darbojusies dažādās komandās, organizējot svētkus un pasākumus Jaunpiebalgā. Mani darbi galvenokārt ir bijuši saistīti ar tekstiem, bukletiem, prospektiem, ievadrakstiem, scenārijiem, informatīvajiem rakstiem un to rediģēšanu, preses relizēm un to izsū-

tīšanu dažādiem avotiem, kā arī atsevišķu pasākumu vadīšana. Allaž darba komandas izveidojušās ļoti radošas un profesionālas, kurās bija atbildīgi un, neteikšu, ka viegli, bet tomēr ļoti vērtīgi (man pašai) strādāt.

Administratīvajā komisijā strādāju salīdzinoši nesen, tāpat arī Pašvaldības mantas atsavināšanas un izsoles komisijā. Šajās komisijās funkcijas ir strikti noteiktas. Administratīvajā komisijā varam darboties tikai Administratīvo pārkāpumu kodeksa ietvaros. Savukārt Pašvaldības mantas atsavināšanas un izsoles komisijas darbs tiek veikts, ievērojot pašvaldības mantas atsavināšanas likumu un pašvaldības izstrādātos un pieņemtos izsoles noteikumus.

Domāju, ka katram jādara tas, kas viņam vislabāk sanāk – un visiem kopā jādoma par nākotni, ko gribam sasniegt ne tikai tuvākajos gados, bet arī ilgtermiņā, kādus sociālos un, protams, arī citus pakalpojumus vajadzētu nodrošināt katrai Jaunpiebalgas novada iedzīvotāju grupai, kā veiksmīgi attīstīt reģionālo kultūrpolitiku, infrastruktūru.

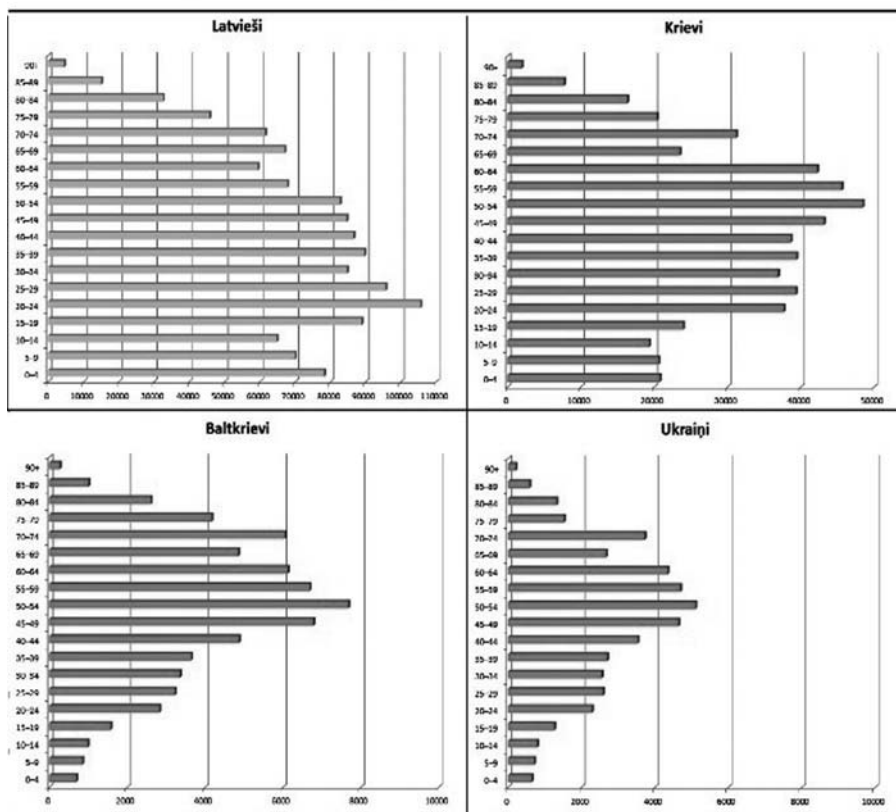
Nākamajiem deputātiem novēlu būt godprātīgiem un apzinātiem savu misiju, ja tāda ir, jo tas ir tāds kā dzinējspēks. Uzdevumu ir tik daudz, ka brīžiem šķietis tā, ka viens par otru ir svarīgāks. Tā grūti pateikt, manuprāt, visi uzdevumi ir svarīgi, atšķiras tikai apjoms, grūtības pakāpe un joma...

Paldies Ullai Loginai, Maijai Ķīķerei, Zanei Althaberei par atvēlēto laiku, atbildot uz jautājumiem! Pārējie deputāti savas domas atklās nākamajos avīzes numuros.

Iztaujāja **Aija Ķīķere**.

Latviešu skaits pieaugs!

LIELĀKO LATVIJAS TAUTĪBU VECUMA STRUKTŪRAS



Bieži vien, kad tiek rakstīts par negatīvo Latvijas demogrāfisko situāciju, tiek kļūdaini norādīts, ka latviešu skaits sarūk tik strauji, ka pavisam drīz latvieši kā tau-

ta izmirs. Aplūkojot tautas skaitīšanas datus, tie nemaz nav tik drūmi latviešu tautai. Latviešu tautai ir nākotne, ja vien rīkosimies atbildīgi pret to.

Salīdzinot 2000.gada Tautas skaitīšanas datus ar 2011.gada datiem, nākas secināt, ka šo gadu laikā latviešu skaits ir samazinājies par 85 567, savukārt cittautiešu skaits ir samazinājies par 221 445. Šo tendenci Saicimas demogrāfijas apakškomisijā apstiprināja arī LU profesors M. Hazans, kurš atzina, ka cittautiešu dzimstības rādītāji Latvijā ir krietni zemāki nekā latviešu un cittautieši biežāk nekā latvieši pārceļas uz dzīvi ārvalstīs. Tas ir skaidrojams galvenokārt ar cittautiešu nesabalansēto vecuma struktūru (skat. 1.attēlu). Savukārt cittautiešu augsto emigrāciju varētu skaidrot ar apstākli, ka viņi neizjūt tādu piederības sajūtu Latvijai, kā to izjūt latvieši. Latvieši, kuri dodas strādāt uz ārvalstīm, nereti pēc noteikta perioda atgriežas dzīvot un strādāt Latvijā. Ņemot vērā emigrāciju pēc pievienošanās Eiropas Savienībai, kopumā latviešu skaits šo gadu laikā ir sarucis vien par 6,24%.

Daudzi iebildīs, ka tā nevar būt patiesība, jo novērojumi liecina, ka reģionu pilsētās un laukos latviešu skaits un jo sevišķi jauniešu skaits ir ievērojami sarucis. Viņiem ir taisnība, bet šo reģionu pieredzi nevar attiecināt uz kopējo situāciju. Pie vainas šādai parādībai ir divas tendences. Pirmā ir tā, ka diemžēl iepriekšējos desmit gados ir notikusi monocentriska attīstība. Rīgā un Pierīgā atalgojuma līmenis ir augstāks un darba vietu skaits lielāks nekā vidēji valstī, tāpēc ļoti daudzi latvieši ir pārcēlušies tieši uz iepriekš minētajām

Izmaiņas 10 gadu laikā

Pilsēta	Lat. sk.	Cit. sk.	Rajons	Lat. sk.	Cit. sk.
Rīga	-2,63%	-21,61%	Jēkabpils raj.	-12,77%	-25,97%
Daugavpils	0,29%	-22,72%	Krāslavas raj.	-23,38%	-36,13%
Jelgava	7,27%	-20,82%	Kuldīgas raj.	-15,43%	-34,68%
Jūrmala	-1,01%	-16,23%	Liepājas raj.	-16,28%	-30,39%
Liepāja	-4,05%	-24,13%	Limbažu raj.	-19,94%	-35,59%
Rēzekne	-9,14%	-23,88%	Ludzas raj.	-19,25%	-29,88%
Ventspils	-2,71%	-21,46%	Madonas raj.	-17,11%	-38,90%
Rajons	Lat. sk.	Cit. sk.	Ogres raj.	2,57%	-20,93%
Aizkraukles raj.	-15,62%	-34,45%	Preiļu raj.	-15,59%	-18,96%
Alūksnes raj.	-17,67%	-33,15%	Rēzeknes raj.	-18,66%	-20,99%
Balvu raj.	-18,65%	-40,30%	Rīgas raj.	26,41%	8,40%
Bauskas raj.	-4,82%	-29,46%	Saldus raj.	-14,77%	-35,08%
Cēsu raj.	-14,22%	-35,75%	Talsu raj.	-16,12%	-34,17%
Daugavpils raj.	-17,39%	-25,90%	Tukuma raj.	-9,65%	-31,69%
Dobeles raj.	-13,00%	-29,24%	Valkas raj.	-20,19%	-37,83%
Gulbenes raj.	-15,89%	-36,81%	Valmieras raj.	-6,91%	-27,73%
Jelgavas raj.	0,63%	-23,57%	Ventspils raj.	-15,26%	-32,18%

vietām. Rīgas rajonā latviešu skaits 10 gadu laikā ir pieaudzis par ~24 000 (+26,41%). Savukārt tie darbaspējīgie iedzīvotāji no attālākajiem Latvijas reģioniem, kuri ir bez darba un nav pārcelušies uz Rīgu vai Pierīgu, ir izceļojuši uz ārvalstīm (skat. 2.attēlu). Otrā tendence ir tā, ka Latvijas reģionos un pilsētās īpaši strauji samazinājies cittaitešu skaits. Piemēram, bijušajā Balvu rajonā cittaitešu skaits desmit gadu laikā ir sarucis par vairāk nekā 40,3% (skat. 3.attēlu).

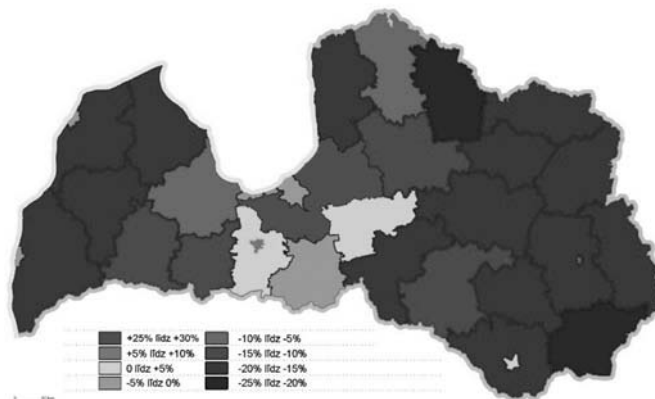
Spilgts piemērs šai parādībai ir Daugavpils. 2000.gadā Daugavpili dzīvoja 18'393 latvieši, bet 2011.gadā Daugavpili dzīvoja jau 18 447 (par 54 latviešiem vairāk). Savukārt 2000.gadā Daugavpili dzīvoja 96 872 cittaiteši, bet 2011.gadā vairs tikai 74 865 (par 22 007 cittaitešiem mazāk). Rezultātā atsevišķu reģionu iedzīvotāji novēro, ka, piemēram, Daugavpili vai bijušajā Valkas rajonā kopējais iedzīvotāju skaits ir acīmredzami sarucis.

Ja aplūkojam dzimušo un mirušo latviešu skaitu konkrētā gadā, tad pēdējos piecos gados latviešu skaits vidēji ir samazinājies par aptuveni 1200 latviešiem gadā, tai pat laikā cittaitešu skaits ir samazinājies vidēji par 7800 katru gadu. Tas ļauj secināt, ka pēdējos desmit gados latviešu skaits ir tikai nedaudz sarucis zemās dzimstības dēļ, bet galvenokārt samazinājums ir uz emigrācijas rēķina. No aptuveni 86 000 lielā latviešu sarukuma starp tautas skaitīšanām, tikai aptuveni 12 000 liels ir samazinājums nepietiekamās dzimstības dēļ, pārējie ir devušies emigrācijā. Svarīgi ir, ka valsts saglabā iespēju, ka kādu dienu šīs latviešu ģimenes atgriezīsies un, iespējams, kuplākā skaitā nekā aizbrauca.

Ņemot vērā, ka latviešiem ir sabalansēta dzimstības struktūra, tad valsts atbalsts demogrāfijas veicināšanai ir ļoti nepieciešams, lai latviešu tauta neturpinātu lēnām sarukt, bet pieaugt, jo izaicinājums nav tikai negatīvais dabiskais latviešu pieaugums, bet arī latviešu emigrācijas sekas un straujais cittaitešu samazinājums. Ja izdotos panākt pozitīvu latviešu dabisko pieaugumu un vismaz daļēju latviešu reemigrāciju atpakaļ uz Latviju, tad tuvākajos desmitos gados kopējais iedzīvotāju skaits var samazināties, bet latviešu skaits pieaugs.

Iepriekš aprakstīto demogrāfisko izmaiņu dēļ Latvijas pilsētas un novadi desmit gadu laikā ir kļuvuši latviskāki, latviešu īpatsvars ir palielinājies vidēji par 4,3% (skat. 4.attēlu). Piemēram, 2000.gadā Rīgā latvieši bija 41%, bet 2011.gadā jau 46,33% (+5,33% īpatsvara pieaugums), savukārt Jelgavā 2000.gadā latvieši bija 50,97%, bet 2011.gadā jau 58,47% (+7,5% īpatsvara pieaugums). Līdzīgas tendences ir novērojamas arī citās pilsētās. Ja pirms desmit gadiem tikai divās no septiņām lielajām pilsētām latvieši bija vairāk par 50% (Jelgavā – 50,97% un Ventspilī – 51,58%), tad šobrīd četrās no septiņām lielajām pilsētām latviešu skaits pārsniedz 50% no iedzīvotāju skaita (Jel-

LATVIEŠU SKAITA IZMAIŅAS NO 2000.GADA LĪDZ 2011.GADA



Tautību īpatsvara izmaiņas

Pilsēta	Lat. %	Cit. %	Rajons	Lat. %	Cit. %
Rīga	5,33%	-5,33%	Jēkabpils raj.	3,51%	-3,51%
Daugavpils	3,81%	-3,81%	Krāslavas raj.	4,55%	-4,55%
Jelgava	7,51%	-7,51%	Kuldīgas raj.	1,86%	-1,86%
Jūrmala	4,17%	-4,17%	Liepājas raj.	1,92%	-1,92%
Liepāja	5,85%	-5,85%	Limbažu raj.	2,07%	-2,07%
Rēzekne	4,37%	-4,37%	Ludzas raj.	3,44%	-3,44%
Ventspils	5,31%	-5,31%	Madonas raj.	3,05%	-3,05%
Rajons	Lat. %	Cit. %	Ogres raj. <td>4,43%</td> <td>-4,43%</td>	4,43%	-4,43%
Aizkraukles raj.	4,34%	-4,34%	Preiļu raj.	0,89%	-0,89%
Alūksnes raj.	2,89%	-2,89%	Rēzeknes raj.	0,71%	-0,71%
Balvu raj.	5,09%	-5,09%	Rīgas raj.	3,47%	-3,47%
Bauskas raj.	5,47%	-5,47%	Saldus raj.	3,48%	-3,48%
Cēsu raj.	3,30%	-3,30%	Talsu raj.	1,63%	-1,63%
Daugavpils raj.	2,62%	-2,62%	Tukuma raj.	3,39%	-3,39%
Dobeles raj.	3,88%	-3,88%	Valkas raj.	3,63%	-3,63%
Gulbenes raj.	3,41%	-3,41%	Valmieras raj.	3,34%	-3,34%
Jelgavas raj.	5,97%	-5,97%	Ventspils raj.	1,85%	-1,85%

gava – 58,47%; Jūrmala – 53,28%; Liepāja – 55,21%; Ventspils – 56,89%). Ir sagaidāms, ka, ja nenotiks būtiskas izmaiņas, tad līdz 2020.gadam latviešu skaits 50% robežu pārsniegs vēl divās pilsētās – Rīgā un Rēzeknē. Ap 2020.gadu starp lielajām pilsētām latvieši kā minoritāte būs vien Daugavpilī.

Secinājumi:

* Ja valsts turpinās īstenot un stiprinās ģimeņu atbalsta pasākumus, tad var prognozēt, ka nākamajos gados latviešu skaits pieaugs.

* Cittaitešu skaits (t.sk. PSRS okupācijas gados ieceļojušie) turpmākajos gados turpinās samazināties zemās dzimstības un augstās emigrācijas dēļ.

* Kopējais iedzīvotāju skaits visdrīzāk turpinās samazināties, līdz latviešu dzimstības rādītāji spēs kompensēt straujo cittaitešu skaita samazinājumu Latvijā.

* Valstij būtu nepieciešams no monocentriskas attīstības pāriet uz policentrisku attīstību, lai izlīdzinātu sociālo plaisu starp Rīgas apkārtni un pārējo Latviju. Ja vidējais atalgojums visos valsts reģionos būtu līdzīgs, tad var prognozēt krietni lēnākus emigrācijas tempus nākamajos gados.

* Lai samazinātu kopējo iedzīvotāju skaita sarukumu un veicinātu latviešu skaita pieaugumu, valdībai būtu jāsteno pasākumi latviešu reemigrācijas veicināšanai.

* Ja nenotiks negatīvas izmaiņas valsts attīstībā, tad var prognozēt, ka tuvākajos desmit gados latviešu īpatsvars novados un pilsētās turpinās pieaugt. Līdz 2020.gadam latviešu īpatsvars 50% robežu pārsniegs Rīgā un Rēzeknē.

Jānis Dombrova,
NA valdes loceklis, Sacimas deputāts

Lai nezūd kopā būšanas prieks!



Mūsu pensionārus iepriecināja, viņu ikdienu dažādoja novada domes sociālā dienesta un kultūras nama sarūpētā Ziemassvētku eglītes pēcpusdiena, kura notika trešajā Ziemassvētku dienā.

Darīts bija viss, lai cilvēki varētu ierasties. Bija ielūgumi, daži gan tos saņēma ar novēlošanos, dažs vispār nesaņēma, jo tie netika sūtīti ar pasta starpniecību, bet gan izpalīdzot laipniem cilvēkiem, tādēļ radās pārpratumi. Tika noorganizēts transports. Atlika vien saposties un ierasties, līdzī nēmot labu garastāvokli un vēlmi pabūt kopā.

Pasākuma izveidē iesaistījās kultūras nama darbinieces Lāsma un Ilze, sociālā darbiniece Līga un tautskolas vadītāja Valentīna ar saviem domubiedriem Egitu, Veltu un Jāni. Paldies viņiem par lielisko pasākumu!

Bija patīkami, rūpes atstājot mājās, ienākt siltā, mājīgi izgaismotā telpā, kurā mirdzēja krāšņa eglīte un gaidīja klāti galdi. Jau ar pirmo soli katrs sajūtās miļi gaidīts. Pretī smaidīja gan retāk, gan biežāk satiktie paziņas.

Salīdzinot ar iepriekšējiem gadiem, apmeklētāju bija vairāk, bet varēja būt vēl kuplākā skaitā. Spriediet paši, ja no nepilniem sešpīnti pensionāriem piedalījās ap piecdesmit, tad – tas ir daudz vai maz?

Šogad novada dome bija īpaši padomājusi par trīsdesmit diviem vītuļajiem pensionāriem, dāvinot viņiem saldumu paciņas.

Ziemassvētku sarīkojumu ar sirsnīgu, izjustu runu atklāja Valentīna Dolmane, tad sveicienus un visa laba vēlējumus izteica domes priekšsēdētājs Laimis Šavējs. Ar saturīgu runu uzstājās Piebalgas Latviešu biedrības priekšsēdētājs Jānis Mājenieks. Viņš ar saviem aktīvistiem sveica vakara organizētājus un arī pensionāru klubu „Harmonija” vadītāju Regīnu Dombrovsku. J.Mājenieks atzīmēja gan biedrības, gan pensionāru klubu paveikto un aicināja arī turpmāk būt aktīviem un atsaučīgiem.

Koncerta daļā dejas mijās ar muzikālo sniegumu.



Visiem bija liels prieks par Staiceles vecmāmiņām. Viņas ieinteresēja skatītājus ar lielisku deju izpildījumu un skaistiem tērpiem. Katrai dejai bija cits tērps, tos darinājušas pašas par saviem līdzekļiem. Par šo lielisko tikšanos jāpateicas Lāsmam. Kamēr kundzes pārģērbās jaunai dejai, tikmēr mū-

ziķi mūs iepriecināja ar savu sniegumu. Viņi dziedāja un spēlēja populāras un pazīstamas dziesmas, pie kam tas tika darīts pieņemamā skaļumā, jo grūti izturēt cītārt pieredzēto apdullinošo skaļumu. Mūzikas ansamblis no Barkavas mūs priecēja gan koncerta daļā, gan arī vēlāk dejās un rotaļās, kā arī kopīgajā padziedāšanā.

Kā jau eglītes pasākumos ierasts, ieradās arī Ziemassvētku vecītis. Šoreiz viņš Sniegbaltīti un rūķītus bija atstājis mājās, bet līdzī paņēmis meža zaķītus. Tie ar savām draiskulībām radīja zālē īstu jautrību. Vēlāk zaķīši katru no zālē esošajiem izdancināja.

Ziemassvētku vecītis klātesošos apsveica svētkos, tad vādības grožus pārņēma zaķīši, bet pats rūpīgi sekoja viņu izdarībām. Kaut gan vecītis bija visai nopietns, tomēr atļāvās arī izlocīt kājas dejā. Vecīša grozā bija āboli, piparkūkas un dažādas medaļas. Vēl bija trīs saraksti, katrs metra garumā, kuros sarakstītas dažādas nominācijas. Kādas tik tās nebija! Gan par vese-



līgu dzīvesveidu, gan par skaistāko puķu dārzu, gan sakopto sētu, gan gudrāko prātu, gan čaklāko grāmatu lasītāju u.c. Visas nemaz nevar šeit uzskaitīt, jo tad jau avīzē tas aizņemtu lielu vietu. Nominācijas tika piešķirtas gandrīz vai katram klātesošajam un klāt neesošajam. Katram izsauktajam zaķīši iedeva pa ābolam vai piparkūkai vai uzkāra kaklā kādu medaļu.

Zaķīši sauc vienu – tā nav, sauc otru – nav, sauc trešo – nav, sauc ceturto, piekto, tagad ir. Tikai viena bēda – izsauktie sēž savos krēslos, neceļas augšā, un tad nu zaķīšiem viņi jāmeklē pa visu zāli. Bet atrada gan! Tā turpinājās, līdz visas nominācijas bija izsauktas. Tie, kuri nebija atnākuši, palika neziņā, par ko vispār tika godināti.

Katrs cilvēks taču ir kaut ko nozīmīgu paveicis ja ne sabiedrības labā, tad savas ģimenes, savas mājas labā noteikti. Protams, dažkārt apkārtējie daudz ko nemaz nepamana. Tādēļ arī nomināciju bija tik daudz.

Neiztrūkstoša bija arī loterija. Lielākais laimests bija vienas dienas ekskursija kopā ar Raunas tūrisma biroju, vēl arī vairākas biļetes divām personām uz mūsu amatierteātra „Triksteri” jauno izrādi „Ļaunais gars”, kas notiks 31.martā.

Balle turpinājās, muzikanti spēlēja līdz pēdējam apmeklētājam. Arī domes priekšsēdētājs bija kopā ar mums līdz pat pasākuma beigām. Kopā ar Staiceles vecmāmiņām dejojām, gājām rotaļās un dziedājām. Šķiroties Barkavas muzikanti vēl mūs pavadīja ar skaisto dziesmu „Vecpiebalgas ūdensrozes”.

Paldies visiem organizatoriem, izpildītājiem un visiem apmeklētājiem par jauko, sirsnīgo kopīgi pavadīto vakaru!

Jaunajā 2013.gadā novēlu visiem prieku, laimi, labu veselību, lai nezūd kopā būšanas prieks arī turpmāk!

Ida Bērziņa

Noplēšot pēdējo decembra kalendāra lapu, ar salūtu un šampanieti aizvadījām 2012.gadu, un neizmirsīsim, ka tas bija Eiropas gads aktīvai novecošanai un paaudžu solidaritātei. Par uzdevumiem, kuri bija jāveic šai sakarā, labklājības ministre Ilze Viņķele izteicās: „Aktīvās novecošanās gadā jāpārvar stereotipi un jāsaprot, ka dzīve vispirms ir mūsu pašu atbildība”.

Domājot par paaudžu solidaritāti, varētu piebilst, ka tā ir mūsu atbildība nākamo paaudžu priekšā. Atbildība par to, kādu mēs atstāsim Latviju saviem bērniem un mazbērniem. Vai tur būs kādi simts lielsaimnieki, bet pārējie sauksies kalpi un algādži? Vai labākās zemes mūsu valstī piederēs dāņiem, vāciešiem, kanādiešiem un citiem ārzemniekiem? Vai savu nacionālo bagātību – mežus - būsīm izpārdevuši zviedru pensionāriem, un vienīgais, kas atgādinaš par to, ka kādreiz šeit dzīvoja un strādāja čakla tauta, būs šīs teritorijas nosaukums - Latvija un Ulmaņlaiku sudraba pieclatnieka monēta privātās kolekcijās.

Vai patiešām mēs to pieļausim? Esam jau daudz gan pārdevuši, gan atdevuši. Vesels mūsu senču zemes novads, Abrene, par pliku velti tika atdots Krievijai. Tagad var-

Viņi ir mūsu vidū

būt gaidīsim, lai ārzemnieki izpērk visu Latvijas zemi, un tad gan viņi saņems Eiropas līmeņa tiešmaksājumus, jo pret saviem pilsoņiem Eiropas lielvalstis būs dāsnākas.

Varu apgalvot, ka nevienam Latvijas patriots to nevēlas un tādu šodien ir pietiekami daudz. Nākotnē, cerams, tādu būs vēl vairāk. Viņi dzīvo arī mūsu vidū, Jaunpiebalgā, un jāsaka, ka tie ir latviešu tautas kļūsie varoņi. Tie ir neatlaidīgie zemnieki Viņķos, Skubiņos, Zosenā, Lielmežā un citur, kuri ar grūtībām savēl savu saimniecību budžetu, paši praktiski paliekot bez peļņas. Tie ir astoņdesmitgadīgi tantuki un onkuļi, kuri nepamet savas mājas un nepārdod savu zemi, bet dzīvo ar cerību, ka viņu maz-

bērni atjēgsies un nāks kādreiz saimniekot savu dzimtu sētās. Tie ir dāsni un pašreizēdīgi cilvēki, kuri dalās savā ražā ar līdzciltvēkiem un nešauboties dodas palīgā nelaimē nonākušajiem. Tie ir kristieši, kuri ziedo savai draudzei un nevēlas, lai viņu vārdi tiktu publikoti. Tie ir saimnieki, kuri rūpējas ne tikai par savu sētu, bet paraugās, vai kūp arī kaimiņu mājas skurstenis un sniegā var samaniēt viņu pēdas. Kamēr būs šādi cilvēki, būs arī latviska Latvija, un mums nevajadzēs kautrēties vēstures un nākamo paaudžu priekšā. Katram latvietim ir jābūt savai mājai un savai zemei, tad nevienam nevajadzēs mētāties pa pasauli un liet sviedrus svešos laukos, ceļot citu valstu ekonomiku.

Latvietim ir jābūt SAIMNIEKAM savā dzimtenē. Ja mēs to vēlamies, tad šogad un nākamgad ir iespējams gan pašvaldībās, gan Saeimā ievēlēt tādus priekšstāvjus, kuri arī to vēlas. Tas jau būs pagrieziena punkts no ticības tikai naudai un varai uz tautas garīgo, praktisko un nacionālo spēku uzplaukumu, Latvijas drošu nākotni.

J. Mājenieks,
PLB priekšsēdētājs

Lauku ziņas

Labās ziņas par aizvadīto 2012.gadu

* No 12.jūlija LPKS „Piebalga” piedāvā veterinārārsta pakalpojumus. Darbu uzsākusi **Liene Intenberga**. Liene 2012.gadā absolvējusi Latvijas Lauksaimniecības universitātes Veterinārmedicīnas fakultāti un atgriezies darbā Jaunpiebalgā.

* No 12.jūlija Jaunpiebalgā (Gaujas ielā 27a-8) darbu uzsākusi LPKS „Piebalga” veterinārā aptieka.

* Konkursā „Sējējs 2012” nominācijā „Ģimene lauku sētā” par laureātiem atzīti **Velta un Jānis Ciekuržņi**, z/s „Jaunķūģi”.

* 28., 29.augustā notika ekskursija- pieņemšanas brauciens uz Ventspili, Ventspils un Rojas novadu. Bija jauki, un šogad brauksim citur.

* Konkursā „Skaistākās lauku saimniecības” piedalījās un veiksmīgi startēja **Ilze un Ēriks Blūmi**, z/s „Uzvaraskalns”. Konkursā piedalījās vairāk nekā 20 lauku saimniecības, no kurām septiņas tika atzītas par izciliekiem paraugiem (t.sk. z/s „Uzvaraskalns”) un 31.oktobrī Melngalvju namā tika sveiktas ar vērtīgām veicināšanas balvām.

* 25.10.2012. Zosēnu pagasta kultūras namā notika nu jau tradicionālā „Kartupeļu diena”, kad savu veikumu veiksmīgi prezentēja Jaunpiebalgas vidusskolas

mazpulcēni. Ļoti interesantu informāciju dzirdējam no Priekuļu laukaugu selekcijas institūta speciālistēm **Ilzes Skrabules un Lāsmas Jefimovas**. Patika gan pieaugušajiem, gan bērniem.

* 11.12.2012. Jaunpiebalgā tautskolas klasītē notika Meža konsultāciju pakalpojuma centra rīkots interesants un jauks seminārs, kurā no **Zeltītes Kavieres**, plaši pazīstamas ārstniecības augu vācējas un tēju gatavotājas, semināra dalībnieki uzzināja par ārstniecības augu atpazīšanu, vākšanu, to izmantošanu tējās un drogu uzlējumos.

* Z/S „Lejas Pūķi” īpašniece **Genovaitē Daukste** neatlaidīgi un veiksmīgi izveidojusi audēju kopu. Aušanu pozitīvi novērtējušas dažādu profesiju un vecuma sievietes.

* Zemnieku saimniecības „Mazrempi” īpašniece **Jolanta Briede** nominēta kā „Gada cilvēks 2012” lauksaimniecībā. Piebaldzēni Jolantu šai nominācijai pieteica gan atsaucības un izpalīdzības, gan arī mērķtiecības un uzņēmības dēļ. Jolantai ir stipra, strādīga un draudzīga ģimene, varbūt tas ir priekšnoteikums, ka z/s „Mazrempi” uzdrīkstas realizēt vērienīgus projektus.

* Zemnieku saimniecība „Lejas Strupiņi” 2012.gadā par sasniegtajiem augst-

ajiem izslaukumiem ierindojusies 14.vietā Latvijā. **Rasma un Dzintra Bērziņas** pratušas vidēji no govīs iegūt 10512 kg piena un uzskata, ka tas viņu saimniecībā nav vēl galīgais rādītājs.

* Konkursam „Atdzimt no pelniem” 2012.gadā tika pieteikta Zosēnu pagasta „Lejas Augstāri” saimniece **Sarmīte Brūvere**. Sarmīte iekļuva to veiksminieču skaitā, kuras pēc Eiropas Parlamenta deputātes Sandras Kalnietes ielūguma 2013.gada sākumā apmeklēs Eiropas Parlamentu Briselē. Par konkursa uzvarētāju kļuva mums jau pazīstamā Biruta Mežale, kura saņēma galveno balvu.

* Decembra sākumā „Lielnaukšēnos”, **Rītmās un Viļa Iršu** saimniecībā, gotiņai Balgai atskrēja trīs teliņi. Visi trīs ņipri un neganti, un, kā jau mazi bērni, šad tad sagādā patīkamas raizes (saimnieki apgalvo, ka tās biežāk gadoties azaida laikā).

Aizvadītais gads bijis bagāts ar labiem notikumiem, gana darbīgs un veiksmīgs, vēlu visiem Jaunajā gadā veselību, stingru ticību savu mērķu sasniegšanā, līdzās labus un atsaucīgus cilvēkus!

Plānotajās aktivitātēs objektīvu iemeslu dēļ var rasties nelielas izmaiņas gan laika grafikā, gan programmas saturā. Kļūstot skaidrākam valsts un ES atbalstam dažādu semināru un mācību organizēšanā, sarakstā minēto aktivitāšu skaits varētu papildināties.

Mēnesis	Pasākums
Janvāris	<ul style="list-style-type: none"> Seminārs biškopjiem
Februāris	<ul style="list-style-type: none"> Jauniešu forums Aktualitātes meža apsaimniekošanā (likumdošana, atbalsta iespējas, nosacījumi)
Marts	<ul style="list-style-type: none"> Seminārs bioloģiskajiem lauksaimniekiem
Aprīlis	<ul style="list-style-type: none"> LLKC informatīvs seminārs par aktualitātēm 2013.gadā, par novada aktualitātēm Izglītojošs seminārs meža īpašniekiem par jaunaudžu kopšanu.
Maijs	<ul style="list-style-type: none"> LLKC un Lauku attīstības un uzņēmējdarbības speciālistu tikšanās ar skolu jauniešiem
Jūnijs	<ul style="list-style-type: none"> Pieredzes brauciens – ekskursija (Mores kauju muzeja, strausu audzētavas un BL saimniecības „Indrāni” apmeklējums. Braucienā aicināti pieteikties mazpulcēni, BL zemnieki, zemnieki u.c. interesenti)
Augusts	<ul style="list-style-type: none"> Izstāde – gadatirgus „Izvēlies Piebalgu” (mīļi lūgti gatavoties mājražotāji, amatnieki un citi gribētāji) Ekskursija - pieredzes brauciens. Šogad divu dienu brauciens pa Latgali. Uzticamie līdzbraucēji un citi interesenti, lūdz, gatavojieties un piesakieties ekskursijai, ja ir īpašas vēlmes, nāciet ar priekšlikumiem!
Oktobris	<ul style="list-style-type: none"> Kartupeļu dienas Zosēnos (kartupeļu šķirņu degustācija, dārzeņu izstāde, konkurss u.c. aktivitātes)
Novembris	<ul style="list-style-type: none"> Mācības zemkopībā (tie bioloģiskie lauksaimnieki, kas 23.novembrī apmeklēja semināru Nītaurē, saprata, ka daudz ko no zemkopības pamatlikumiem esam aizmirsuši, neievērojam vai arī nezinām, tāpēc radās priekšlikums par šādu mācību nepieciešamību novadā)

28.01.2013. sākas projektu iesniegumu pieņemšana pasākumā „**Tūrisma aktivitāšu veicināšana**”

28.01.2013. sākas pieteikšanās uz Kredītu fonda aizdevumu pasākuma „**Tūrisma aktivitāšu veicināšana**” ietvaros

Turpinās projektu iesniegumu pieņemšana pasākumos:

„**Meža ekonomiskās vērtības uzlabošana**”

„**Mežsaimniecības ražošanas potenciāla atjaunošana ugunsgrēku un dabas katastrofu radīto postījumu vietās**”

Atceries!!! Pārskats par stāvokli ganāmpulka novietnē ar datiem uz 01.01.2013. ir jāiesniedz LDC laikā no 01.01.2013. līdz **01.02.2013.** Veidlapa nav jāaizpilda par individuāli apzīmējamiem dzīvniekiem (aitām, kazām, zirgiem, liellopiem un cūkām).

23.janvārī plkst. 13.00 Jaunpiebalgas novada zālē (Gaujas ielā 4) notiks **seminārs biškopjiem**. Lektors Guntars Melnis (biškopības speciālists – eksperts) stāstīs par šīs sezonas aktualitātēm bišu ziemšanā, par atbalstu biškopībā un atbalsta saņemšanas nosacījumiem, pārstrādes iekārtām, sadarbības iespējām un citām lietām.

Informāciju sagatavoja lauku attīstības konsultante **Maija Kikere**.
Mob. 29131170

Apbalvotie skolēni Jaunpiebalgas vidusskolā 2012. gada 18. novembrī

1.a klase

Veronika Monika Stūriška, Tīna Rukmane – *par sistemātisku, rūpīgu, apzinīgu mācību darbu*

Zanda Loginova - *par ļoti glītiem, rūpīgiem rakstu darbiem, par čaklumu ikdienā*

Gerda Johansone – *par erudīciju dažādās jomās*

Reinis Dravants – *par teicamu skolēna pienākumu veikšanu, pieklājību*

1. a klase – *par prasmi vienoties, sadarboties un izdarīt*

1. b klase

Kate Marta Viksna, Ance Liliāna Lazdiņa, Alise Anete



Apsīte – *par sistemātisku, rūpīgu, apzinīgu mācību darbu*

Karolīna Pogule – *par atbalstu un izpalīdzību klases dzīvē*

Sintija Spilva – *par jauku sadarbošanos skolas un savas ģimenes ikdienā*

Vendija Traupele – *par veiksmīgu mācību darbu un sporta apvienošanu ikdienā*

1.b klase – *par atbalstu kopīgās norunās*

2. klase

Karolina Lazda, Elīna Zariņa, Rēzija Blūma, Daniela Macola, Renārs Vietnieks – *par sistemātisku, rūpīgu, apzinīgu mācību darbu*





Rubenis, Aelita Traupele – *par sistemātisku, rūpīgu, apzinīgu mācību darbu*

Samanta Seržāne – *par apzinīgu klases dežuranta pienākumu izpildi, kārtības uzturēšanu klases telpās*

Liliāna Kondrahova – *par centību, vēlmi klausīties un paveikt*

Ronalds Bērziņš – *par vēlēšanos strādāt, izpildīt norunas, pieklājīgi uzvesties*

Diāna Ozoliņa – *par cītīgu darbu stundās, glītu rokrakstu, pieklājību*

3. klase – *par vēlmi mācīties būt iecietīgākiem vienam pret otru, prast draudzēties*

4. klase

Aleksandrs Grigorjevs, Samanta Terēze Spirģe, Krista Marta Kundrate, Elina Elva Priše, Adrians Viķelis, Anna Marija Kārklīņa – *par sistemātisku, rūpīgu, apzinīgu mācību darbu*

Lotārs Jānis Dzenža – *par nopietnu un atbildīgu attieksmi pret jebkuru veicamo darbu*

Zane Kostjukova – *par pozitīvismu un dzīvesprieku*

Aleksis Loginovs – *par ieinteresētību kvalitatīvu mājas darbu izpildē*

4. klase – *par prasmi savstarpēji saprasties*

Kate Smilga – *par rūpīgu, glītu un pareizi veidotu rokrakstu*
Annija Bedeice - *par rūpīgu, glītu un pareizi veidotu rokrakstu*

Dārta Berķe – *par radošu un pārdomātu katra darba izpildi*
Kate Katerīna Ruņģe - *par radošu un pārdomātu katra darba izpildi*

2.klase – *par prasmi klausīties, sadzirdēt un darboties radoši*

3.klase

Ance Urbāne, Elizabete Zariņa, Luīze Anna Šmoteka, Ralfs

Skolēni ar labām un teicamām sekmēm 2012./2013. mācību gada 1. semestrī



5. klasē:

Karina Azace, Linda Bundziniece, Gunda Glāzere, Ivars Keišs, Tina Beāte Kurzemiece, Nora Marija Mišina, Māris Narvils, Kristaps Ozols, Elza Skutāne, Liene Zaķe.

6. klasē:

Agija Ābelniece, Kristīne Baltkaula, Marta Demija Brence, Samanta Eihentāle, Dagnija Goldberga, Monta Santa Graudiņa, Izabella Kvecko, Klinta Ostrovska, Kaspars Žēpers, Arnolds Āpsītis, Viktorija Brikmane, Marta Marika Irša, Elina Millere, Artis Peilāns, Haralds Šrēders.

7. klasē:

Sabīne Ābelniece, Elvis Dapševičs, Anna Marija Gajevika, Ance Krūmiņa, Jūlija Postolati, Roberts Ruško, Kristiāna Annija Spirģe.

8. a klasē:

Armanda Azace, Amanda Zariņa, Agnese Brence, Roberts Brikmanis.

8. b klasē:

Vita Skosa, Alise Lazdiņa.

9. klasē:

Edgars Dapševičs, Santa Hofmane, Sigita Kļava, Agate Rēdmane.

10. klasē:

Elvita Potapova, Brenda Beķere, Alise Smilga, Guna Sūcīte, Andris Podiņš.

11. klasē:

Ilze Lapiņa, Kristīne Seržāne, Ēriks Jerumāns.

12. klasē:

Lauma Makare, Namejs Pauga, Dace Vējiņa, Jurgis Spalviņš, Kintija Kundrate, Jānis Podiņš, Agnese Smilga.

Sagatavoja Arnis Ratiņš.

Foto: Skolēni pēc saņemtajiem apbalvojumiem par labām un teicamām sekmēm

Daži foto mirkļi no Jaunpiebalgas vidusskolas Ziemassvētku pasākumiem



Raitis Ābelnieks un fotografēšana

- Tu, Raiti, fotografē savu dzimto Jaunpiebalgu. Esi redzēts gan agri no rīta, vēl miglīnā... ar fotoaparātu rokās, gan pasākumos. Kas Tevi velk laukā no mājas? Tev bija arī izstāde Jaunpiebalgā, bet pašlaik Tavi darbi skatāmi Jaunpiebalgas vidusskolā. Kā mainījās fotografēšana, mainoties fototehnikai? Pirmsākumi. Kādi tie bija? Kāda tagad atšķirība? Tavās bildēs vairāk redzama daba, mazāk cilvēki. Vai tas ir apzināti? Vai iemaņas apguvi pašmācības ceļā? Vai esi vēl draugos ar melnbalto foto?



-Patīk iemūžināt to, kas pašam šķiet skaists. Jaunpiebalga ir skaista visos gadalaikos. Skaistu momentu var noķert gan naktī, salā un sniegā, gan mirkstot lietū, protams, tādos brīžos visvairāk jādomā par kameras labsajūtu. Par agrājiem rītiem runājot, man patīk vērot, kā mostas daba, un ap vasaras saulgriežiem tā rīta burvība viskrāšņākā. Es teikšu, ka vasaras saullēkts ar rīta miglīņu visdaiļākais ir tieši Piebalgas pusē.

Ja tā padomā, tad visvairāk manas bildes ir tapušas Bauskā un Jaunpiebalgā. Bauskā – tur es dzīvoju un strādāju, Jaunpiebalgā es atbraucu apciemot tuviniekus un dzimtās vietas, te es saņemu pozitīvu enerģiju.

Jā, tiešām- es vairāk bildēju dabu, nevis cilvēkus. Tas laikam ir tamdēļ, ka mana ikdiena ir saistīta ar cilvēkiem. Pietrūkst dabas. Uz tā rēķina es te cenšos relaksēties un pēc iespējas vairāk laika pavadu dabā gan sēņojot, gan makšķerējot, gan vienkārši pastaigājoties pa Piebalgas pakalniem, pļavām un mežiem. Fotoaparāts man vienmēr ir līdzī. Iespējams, ka es nodaru pāri saviem tuviniekiem, kad esmu atbraucis



ciemos, bet lielāko daļu laika pavadu vienatnē prom no mājām.

Par izstādēm runājot, to man ir bijis gana daudz, visvairāk jau Bauskā. Ir bijušas arī citur Latvijā, arī dažās Lietuvas pilsētās. Aktīvi darbojos Tautas fotostudijā Bauskā, tāpēc bieži vien pa kādai manai bildei ir arī plašākās kolektīvās izstādēs. Kam jau patīk mans skatījums caur objektīvu un kas apgrozās draugu elektroniskajā vidē, tie manas bildes aplūko un novērtē tur. Lai gan tajās galerijās biežāk ir reportāžas veida vēstījumi.

Esmu sācis ar melnbalto fotogrāfiju tepat, mācoties Jaunpiebalgas vidusskolas 5. vai 6. klasē. Pamatiemaņas man iemācīja tēvs, jo viņam bija vienkāršs padom-

ju laika fotoaparāts „CMEHA”. Tolaik gan viņš pats vairs nebildēja, taču padomu neliedza. Tad jau pašam nācās jaukt ķīmiju un sarkanajā gaismā vērot, kā uz baltas papīra lapas pamazām parādās attēls. Talāk fotografēšanu lielākoties apguvu pašmācības ceļā.

Vēlāk, studiju laikā, pārgāju uz krāsainām diapozitīvu filmiņām, bet joprojām lietoju arī veco „CMEHA” aparātu. Tas jau tolaik bija domāts tikai iesācējiem, pie smalkākas fototehnikas es PSRS laikos netiku. 1990. gadā Vācijā nopirku paprastu ziepju trauku, bet tas jau mums toreiz šķita varenī glauns aparāts, šaipus Berlīnes mūra tādi nebija pieejami. Pirmo kārtīgo „Canon” fotokameru nopirku 1995. gadā, arī Vācijā. Kopš tā laika esmu kanonists. Pirmie divi bija filmiņu „Canon” aparāti, tagad jau otrs digitālais. Vispār jau es ilgi un ietiepiģi pieturējos pie filmiņu aparāta, tā pa īstam uz digitālo fotogrāfiju pārgāju tikai pirms gadiem trim. Jā- pagājušajā vasarā ziedu svētkos Jaunpiebalgā tomēr bildēju uz filmiņām, jo īsu brīdi pirms tam kanonu biju noslīcinājis Mēmelē. Arā no upes gan izvilku, taču elektronika jau bija nomirusi vardarbīgā nāvē. Tā nu nācās iegādāties jaunu digitālo kameru, jo šādu lietīņu remontiem ir neadekvāti augstas cenas. Filmīņu aparāts ir darba kārtībā, un vajadzības gadījumā izmantošu arī to, lai gan tas ir dārgāks prieks.

Ar melnbalto fotogrāfiju neesmu nodarbojies jau sen, taču es neizslēdzu varbūtību, ka pie tās varētu kādreiz atgriezties.

Raitim Ābelniekam jautājumus
uzdeva

V. Johansone.



Visa jaunā sākums, piesaistot sev veiksmi

Ir iesācies jauns gads. Tuvojoties gadu mijai, mēs viens otram sūtījām vēlījumus, novēlot veiksmi, laimi, veselību. Tas patiešām ir skaisti! Būtu jau labi, ja visa gada garumā mūsu sirdīs saglabātos šī vēlme otram vēlēt labu, piedot, saprast, nožēlot. Diemžēl ikdienā ne vienmēr tas izdodas. Saņemdamas vēlējumu, cilvēks saņem arī optimisma devu tālākajam dzīves posmam. Jā, tieši optimisms un ticība labajam palīdz cilvēkam gūt panākumus, palīdz atveseļoties, tikt pāri dažādām dzīves likstām, kā arī mainīties raksturā.

Mūsu rokās Dievs ielicis brīnišķo spēju būt optimistiem un dāvēt to apkārtējiem. Kopumā to varētu nosaukt par pozitīvo domāšanas spēku. Beigsim reiz sevi mocīt ar pagātnes neveiksmēm, norādīdami un meklējami atbildes, kā būtu bijis pareizāk. Tas mūsu dzīvē tikai rada nesaskaņas, nedodot iespēju mainīties un ticēt labajam. Kāda gan vajadzība visu mūžu vilkt līdzī dzīves neveiksmes? Arī Bībele māca, ka grēkam nav vietas mūsu dzīvē, bet vērtība ir pašā cilvēkā, kura sirdi iespējams mainīt. Jēzus nāca pie grēciniekiem ne jau tādēļ, lai pārņemtu un norādītu uz viņu kļūdām dzīvē, bet lai cilvēks saprastu, ka iespējams mainīties. „*Jo Dievs savu Dēlu nav sūtījis pasaulē, lai Tas pasauli tiesātu, bet lai pasaule caur Viņu tiktu glābta*” /Jān.3:17/ No mums tiek prasīts tik maz, vienkārši apzināties, kāda ir mana sirds. Varbūt es varu kaut ko mainīt savā raksturā, uzskatos un rīcībā? Jēzus gaida ikvienu un pieņem mūsu vēlēšanos mainīties. Atmetīsim savus sliktos ieradumus, negatīvos uzskatus par cilvēkiem un domāsim, kā vēlēt labu otram un saņemt to pašiem savā dzīvē.

Cik patiesi Dievs uz mums runā savā apsolījumā, kas mudina mūs mainīt savu „iekšējo cilvēku”: „*Grēka alga ir nāve, bet Dieva balva ir mūžīgā dzīvība Kristū Jēzū, Mūsu Kungā.*” /Rom.6:23/ Vai tiešām neizvēlēsimies mainīties, vai tiešām šis nav brīnišķīgs apsolījums? Viss sākas ar pozitīvām domām par cilvēkiem sev apkārt un pozitīvu skatu nākotnē. Bet, lai cilvēkam patiesi izdotos savu pozitīvo domāšanu saglabāt ilgstoši un realizēt to savā dzīvē, nepieciešams ticēt tam, ko patiesi vēlies vai novēli otram cilvēkam. Ticēt, tas ir saprast, ka iecerētā vēlme piepildīsies. Mēs dzīvojam Dieva radītā pasaulē, un visa vara un spēks ir pie Viņa - debess un zemes radītāja. Un šeit arī ir patiesā atbilde ticības nozīmei: „*Cilvēka sirds izdomā sev ceļu, bet vienīgi Tas Kungs piešķir viņa gājumu.*” /Sāl.pam.16:9/

Nonākam pie secinājuma, ka pozitīva domāšana ir ciešā saistībā ar ticību Dieva spēkam, jo Dievam nekas nav neiespē-

jams. Pievērsīsim uzmanību tam, kā savu pozitīvo domāšanu realizēt praktiski - savā dzīvē, balstoties uz Dieva apsolījumiem Bībelē. Dievs spēs mums palīdzēt, ja lūgsim Viņu. Liela nozīme ir tam, kā to darām. Izsakot kādu vēlmi, mums noteikti jānotic, ka Dievs patiešām eksistē un uzklausā lūgšanu. Kad lūdzam, tad noteikti jāuzticas Dieva apsolījumam, ka Viņš palīdzēs. Lūk, viens no Dieva apsolījumiem: „*Visu, ko jūs lūgdami lūgsiet, ticiet, ka jūs dabūsi, tad tas jums notiks.*” /Marka11:24/, „*Lūdziet, tad jums taps dots.*” /Mat.7:7/

Dievs patiešām tur solījumus. Neatkarīgi no konfesijas mums Dieva vārds jāuzņem kā vistīrākā patiesība. Atcerēsimies, ka Dieva vārds nekad nevar mainīties, ko Dievs reiz ir apsolījis, tas arī notiek nemainīgi, kam neticēt būtu muļķīgi. Ļoti svarīgi ir darīt zināmu Debesu Tēvam, ka mēs paļaujamies uz Viņa palīdzību un reizē arī esam pateicīgi, ka mums ir dota iespēja saņemt konkrētās lūgšanas atbildi. Atbilde varētu būt šāda: „Tu esi apsolījis, ka viss, par ko es lūgšu, taps piepildīts, paldies Tev Dievs.” Var gadīties, ka atbildes vietā uz savām lūgšanām varam iegūt vilšanos un domāt, ka Dievs mūs neuzklausā. Tas parasti notiek tad, ja nedabūjam to, ko esam vēlējušies savā lūgšanā. Ir jāatceras, ka Dievs atbild vienmēr, bet atbildes var būt dažādas. Ja Dievs saka „jā”, tad esam priecīgi, ka viss notiek, kā vēlamies. Bet ir arī gadījumi, kad Dievs noraida mūsu izvēli, jo Viņš patiesi zina, ko mums vajag. Dievs nepieņems, ja vēlēsimies būt lepni un savtīgi. Dažkārt Dievs saprot, ka ir jānogaida, vai arī piedāvā situācijas, caur kurām realizēsies mūsu lūgums. Var gadīties, ka jāpiedzīvo ciešanas vai bēdas, jo tieši tā Dievs ir spējīgs realizēt tavu lūgumu. Atcerēsimies, ka Dievs nekad nevēlas nevienu sarūgtināt, Viņš nekad nevienu neatraida, Viņš ir taisnīgs un gudrs savos spriedumos un atbild uz visām mūsu lūgšanām, ja vien ticam Viņam. Dievs mīl mūs, tādēļ kā gādīgs Tēvs reizēm pamāca vai pārmāca, lai mēs gala rezultātā mainītu savu domāšanu un rīcību. Dieva plānā vienmēr būs padarīt mūs labākus, lai mēs savā dzīvē īstenotu Jēzus raksturu, kas ir veiksmes atslēga pozitīvās domāšanas realizēšanai mūsu dzīvēs. „*Bet gara auglis ir mīlestība, prieks, miers, pacietība, laipnība, labprātība, uzticība, lēnprātība, atturība.*” /Gal.5:22/ Dievs vienmēr centīsies izskaust no mūsu dzīves miesas darbus: „*Tie ir netiklība, nešķīstība, izklaidība, elku kalpība, buršana, ienaidis, strīdi, nenovīdība, dusmas, ķildas, šķelšanās, ķecerība, skaudība, dzeršana, dzīrošana un tamlīdzīgas lietas(...).*” /Gal.5:21/

Protams, cilvēks var apgalvot, ka arī bez Dieva klātbūtnes var būt veiksminieks, domāt pozitīvi un nodrošināt pilnvērtīgu savas dzīves eksistenci. Tas, protams, ir iespējams, tomēr bez Dieva klātbūtnes mēs kļūstam garā nabagi, agri vai vēlū šī pozitīvā dzīve un panākumi sāk pārveidot mūsu iekšējo cilvēku. Cilvēkā sāk parādīties tādas rakstura īpašības kā lepnums, augstprātība, egoisms, ticība vienīgi savai gudrībai un spēkam. Vienā vārdā to varētu nosaukt par pozitīvo bezdievību.

Uz zemes notiek cīņa starp Dievu un velnu. Atcerēsimies, ka arī velnam ir vara mūs nodrošināt ar panākumiem dzīvē, diemžēl bez garīgām vērtībām. Šādā labklājībā cilvēks „pa tukšo” nodzīvo dzīvi, viņam gan izdodas nodrošināt materiālo labklājību savā dzīvē, bet par to, kas notiks ar viņu pēc nāves, domāts netiek. Neatkarīgi no tā, vai izvēlamies pozitīvi domāt, ticot Dievam vai neticot Viņam, mums visiem reiz nāksies stāties mūsu Kunga Jēzus priekšā. Mēs atbildēsim par savu dzīvi, kāpēc dzīvojām tieši tā un ne citādi, cik daudz savā dzīvē paļāvāmies uz Dieva spēku, cik lielā mērā pieņēmām Kristus upuri, lai mainītu savu dzīves veidu un raksturu. Jāņa Atklāsmes grāmatā stāv rakstīts: „*Es redzēju mirušos, lielos un mazos, stāvam goda krēsla priekšā: un grāmatas tika atvērtas. Tika atvērta vēl cita grāmata, tā ir dzīvības grāmata. Mirušie tika tiesāti pēc tā, kas rakstīts grāmatās, pēc viņu darbiem.*” /Jān.atkl.20:12/

Nav šaubu, ka cilvēka mūžs neizbeidzas līdz ar nāvi. Tādēļ ir ļoti svarīgi apzināties, ka sava pozitīvā domāšana dzīves laikā ir jābalsta uz paļāvību un ticību Dieva spēkam, kas darīs mūs bagātus gan garā, gan miesā. „*Pavēli Tam Kungam savu ceļu un ceri uz Viņu, gan jau Viņš tad darīs,*” /Ps.37:5/ Kā var pavēlēt Kungam ceļu? Tas ir pavisam vienkārši, mums ir jālūdz Dieva palīdzība un jāieliek sava vēlme Dieva rokās, jo Viņš par mums zina visu, visu, ko mums vajag. Atļauj Dievam vadīt tavu prātu, un Viņš piedāvās to vislabāko tev. Ja savā dzīvē jūties apmulsis un nesaproti, kā rīkoties, lūdz Dievu pēc gudrības, liec savu problēmu Dieva rokā, tad arī notikumi virzīsies pēc Viņa prāta. Viņš gādās par tev nepieciešamo uz šīs zemes un piepildīs tavu sirdi ar vēlēšanos dzīvot mūžīgi. Dieva plānā ietilpst izglābt mūsu dvēseles no pazušanas, tomēr daudzi cilvēki šo patiesību nevēlas pieņemt.

Tad non raudzīsim, kādām sirdīm dzīvojam... *Ticet, „Mans Dievs apmierinās katru jūsu vajadzību pēc savas godības pilnās bagātības Kristū Jēzū.*” /Fil.4:19/

Bībeles stundas dalībnieki Zosēnos

Ūdens. Tā dziednieciskās īpašības

Saruna ar zinātnieku Jāni Pauliņu

Par ūdeni ir uzrakstīta ļoti laba grāmata - Viktors Kazmins „Ārstēšana ar dzīvo un nedzīvo ūdeni, ūdeņraža pārskābi un skābekli”. Savukārt lietuvieši arī ir uzrakstījuši grāmatu, tā tad būtu lasāma papildus šai.

Kad un ko lietot? Kad sārmainu, kad un kā nepārdozēt? Cik ilgi var turēt uzlādēto ūdeni? Tas jāizstudē. Tad var interesēties tālāk. Dabā ūdens visu laiku mainās. Kad ir dzīvais ūdens? Lūk, laiki, kad tas ir ziemā un vasarā.

Ziemas laiks: no pulksten 3.00 līdz 5.00, no 7.15 līdz 8.00, no 11.līdz 12.40, no 15.00 līdz 16.40, no 20.20 līdz 21.00, no 23.00 līdz 00.00

Vasaras laikā - par vienu stundu uz priekšu, tātad no 4.00 līdz 6.00 utt.

Jāatceras, ka īstais laiks un pulksteņa laiks Jaunpiebalgā nesakrīt, starpība par 20 līdz 30 minūtēm. Pulkstenis divi Jaunpiebalgā ir - 2 un 20 minūtes dienā - pareizais laiks. Tā ir laika josla pēc meridiāna.



Vai dzert ūdeni no krāna? Jā, ieteiciniet ūdeni pareizajā laikā, kā jau teicu, un to var dzert jebkurā laikā. Pārējais mainās līdzī dabai. Vajag pamēģināt! Paņemiet ūdeni no akas, bet ideāli būtu no avotiņa, ielejiet norādītajā laikā 3 litru burkā. Tas tad arī būs dzīvais ūdens. Vai ieliets burkā tas nemainīsies? Noturēju 10 gadus, un nebija nekādu izmaiņu. Protams, ka to nedzēru, jo tik ilgā laikā ūdens no ārpusē varbūt piesaistīja kādus svešus elementus. Var paņemt šo ūdeni un vēl noskaitīt vārdus, kas baznīcā atrodas virs altāra: „Gods Dievam Augstībā virs zemes un cilvēkiem labs prāts.”

Vēl bez ūdens man te ir **slavas raksts zaļajai tējai**. Pieliek ingveru, šāda tēja ir veselīga un labāka par kafiju. Klāt vēl medus, kas nostāvējis apmēram gadu. To vajag izmēģināt. Laika gaitā notiek fermentācijas procesi, kas nāk par labu veselībai. Parasti bites negrib, ka citi ēd medu un sākumā pieliek kaut ko klāt. Tās vielas kai-



tē veselībai. Arī ābols aizsargājas, tāpēc labāk to ēst nomizotu. Tā daba sevi sargā. Ābols sevi sargā, lai to neapēstu. Tā grāmatās rakstīts.

Ūdens taisīšanas ierīce

Parastā elektriskā strāva jāpārvērš līdzstrāvā ar taisngriezi. Un pie vienas + un - pie katras spailītes. Burkas jāsavieno ar mitru papīru. Nekādā gadījumā ne ar vadiņiem!!! (*Rāda, kā jārikojas*) Vienā burkā veidojas dzīvais ūdens, otrā- nedzīvais. Dzīvais ūdens draudzīgs ar alkoholiskajiem dzērieniem. Nedzīvais ūdens - nē. Viens ir sārmainais, otrs - skābais. Ir daži cilvēki, kas atzinīgi vērtējuši ūdeni, kuru esmu gatavojis. Pietiek ar 5 minūtēm, lai to uzlādētu. Apmēram 5 metru rādiusā ir biolauki. Tā ir ūdens iedarbības josla. Guļamistabā tādu ūdeni labāk neturēt, jo tas var cilvēka sajūtām nepatikt.

Par sudraba ūdeni, bordo šķīdumu...

Nedzīvais ūdens. Kam tas pretojas? Tas ir zelts, platīns, ogle. Pārējos tas vairāk vai

mazāk izšķīdina. Ja kāds domā, ka der Latvijas pieclatnieks - nē, tajā ir piemaisījumi. Esmu nodarbojies ar fotografēšanu, un tā esmu ticis pie tīrāka sudraba.

Esmu dažiem iedevis pozitīvo ūdeni, cilvēki atzinuši, ka palīdzējis. Tātad tas ir iedarbīgs.

75% sudraba ir Latvijas laika pieclatniekā. Pārējais ir citu metālu piejaukums. Tīram sudrabam piemīt visādi niķi. Mājas apstākļos sudrabu var izkausēt ar divu lodlampu karstumu. Sudrabs atdziesot piesaista gaisu. Jāpieliek varš, bet, kā jau zinām, ka tad tas paliek melns. Tīrs sudrabs, ugunī karsējot, paliek *smukāks*, spožāks. Arī varš nelielos daudzumos ir labs, bet tas ir supernegaršīgs. Re, te man ir vara sulfāts, ja pagaršotu - negaršīgs. Bordo šķīdumā (ar ko apsmidzina kaitēkļus) viena sastāvdaļa, kas iesaiņota maisiņā zilā krāsā, ir vara sulfāts. Der kāju dezinficēšanai. Nav tādu mikrobu, kas tādām šķīdumam var pretoties.

Interese par šiem ūdeņiem man radās, tiklīdz sāka par to runāt, man nav grūti kā ķīmiķim arī to saprast. Elektrolizēja ūdeni, sāka tajā mazgāties... gadus 16 vai pat 20 atpakaļ. Par to rakstīja un raksta tagad. Katrs to visu var uzzināt no grāmatām, ja tikai ir interese, kas ar ūdeni notiek.

Jāņa Pauliņa stāstā ieklausījās
Vēsma Johansone.

Pievienoju Rīgas panorāmas skatu, kuru Jānis Pauliņš fotografējis. Piecas no fotogrāfijām izvēlējās francūži. Jānis saka: „... piestrādāju bilžu attīstīšanas laikā. Jūs taču zināt, ka parasti, nofotografējot Vanšu tiltu, margas būs melnas utt. Es, attīstot bildes, *paveidoju* vantis baltas...” Bet par fotografēšanu - tas jau ir cits stāsts.

V.J.



Jaunumi tautskolā

16.01.13. plkst. 17. 00 Seminārs, vada *Inta Blūma (Vīto-la)*, psiholoģe - krāsu terapeite, Reiki meistare

Lielākajai daļai no jums ir zināms, ka ar gaismu un krāsu var ārstēt, arī ar skaņu. Gaismā, krāsā un skaņā ietekmē cilvēka smalkos ķermeņus, harmonizē tos. Ja jūs zinātu, ka mainās jūsu aura, atskanot harmoniskai mūzikai, jūs daudz rūpīgāk izvēlētos mūziku, ko klausāties. Daudzi pasaules dziednieki jau ir sapratuši, ka visefektīvāk var uzlabot savu pašsajūtu un veselību, izmantojot kopā visus vibrāciju dziedniecības veidus: gaismu, krāsu, skaņu, aromātus, arī kristālus.

Seminārā uzzināsiet:

- * Kas ir vibrāciju princips un vibrāciju dziedniecība
- * Kas ir cilvēka enerģētiskie centri (čakras)
- * Kā "strādā" krāsa, skaņa (mūzika), aromāti
- * Kā darbojas kristāli (minerāli)

Seminārā iemācīsieties:

* Kā izvēlēties kristālus, kā tos attīrīt un energoinformatīvi uzlādēt

* Kā palīdzēt sev un tuviniekiem ar dažādām kristālterapijas metodēm

* Kā rotas no skaista aksesuāra padarīt par savu amuletu vai talismanu, draugu un palīgu

Tāpat jums būs iespēja ne tikai uzzināt daudz praktiskas un interesantas informācijas, bet arī pavadīt vakaru kopā ar līdzīgi domājošiem, radošiem un pozitīviem cilvēkiem!

Viss, kas jums ir vajadzīgs, ir jau jums iedots. Tas atrodas vai nu dabā, vai mūsos pašos. Vajag tikai paskatīties ar redzošām acīm... Un tad brīnumi sāks notikt! Un brīnumradis var būt jebkurš no jums!

Dalības maksa vienai personai Ls 5, ja atnāksiet divatā - Ls 6, ja atnāksiet trijātā, tad trešais par brīvu... Aicināsim draugus un paziņas! Jo vairāk atnāksim, jo lētāk maksāsim!

22.01.13. plkst. 16.00 *Mārtiņš Geida*

Tēma „Zelta vidusceļš - pašaglabāšanās un pašrealizācija”

Zelta vidusceļā nav pārmērību un cilvēks ir laimīgs un apmierināts sevī, jo pasaule nav viņam ienaidniece, bet draugs, padomdevējs, skolotājs. Lai uzkāptu un turētos uz šī ceļa, ir jāizsaka vēlme un jāspēr pirmais solis.

Pirmais solis ir savas vietas apzināšanās 5 vajadzību piramidā - 5 apziņas līmeņos...

23.01.13. plkst. 17. 00

Tikai uzticīgais sev var būt uzticīgs kādam!

No kā veidojas Liktenis jeb partnerattiecību būtiskā loma

Ieraudzīt sevi skaistāku par likstām, redzēt attiecības dziļāk par vēlmi iegūt! Apskatīt dzimtu kā bagātību, bet neveiksmes - kā palīdzību nākamajām paaudzēm. Par visu, kas veido mūsu likteni un attiecības starp tuvajiem cilvēkiem!

Seminārā:

- * cilvēka un ģimenes enerģētiskā uzbūve;
- * grupas, partneru bioenerģētiskās izmaiņas, izveidojoties jaunai savienībai;
- * visu dzīves sfēru vienotības koncepcija;
- * dzimtas ieliktais programma, to ietekme uz veselību;
- * sānsoli sevis līdzsvarošanai jeb eksternālā pašglābšanās;
- * vīrieša un sievietes atšķirīgā enerģētika un pasaules uztveres atšķirības;
- * kādēļ vienas attiecības uzpilda, bet citas iztukšo;
- * praktiski vingrinājumi un meditācijas.

Vadītājs: konsultāciju uzņēmuma „Garšīgas dzīves studija” pasniedzējs un grāmatas „Īstā bagātība” autors **Andžejš Reiters**.

Dalības maksa Ls 6,-

Papildinformācija www.andzejsreiters.com

30.01.13. plkst. 17.00 Tikšanās ar astroloģi *Vegu Spalviņu* Sarunas tēma „Kāds būsi, 2013. gads?”

*

06.02.13. plkst. 16.00 ciemos pie jaunpiebaldzēniem ģimenes psihoterapeite *Aina Poiša*

Cik labi ir stāvēt savas dzīves upes vidū!

Ir visa pasaule vien skatuve,

Un visi cilvēki vien spēlētāji tajā,

Tiem savi uzņēmieni ir un noiešana,

Un viens var pagūt daudz lomas spēlēt.

/Šekspīrs/

Savā profesionālajā dzīvē es meklēju dažādas pieejas, kas labāk varētu derēt cilvēkiem, ar kuriem satiekos, kas MEKLĒ:

personiskās identitātes sajūtu, izpratni par patiesām, cilvēciskām attiecībām, drosmi attīstīt sevī spēju brīvi izvēlēties un riskēt, iespējas, kā uzlabot savu garīgi – emocionālo pašsajūtu.

Garīgā pieredze vispirms ir mīlestības īstenošanas pieredze, un to ir vērts apgūt. Ikvienam.

Dalības maksa Ls 4,-

*

07.02.13. no plkst. 11.00 Jaunpiebalgas reģionālās tautskolas telpās sāks pieņemt fizioterapeite *Kristīne Čačka*.

Pieteikties mob. 28351449 (klāt pievienot aprakstu pielikumā)

*

Cikliskās nodarbības var apskatīt ikmēneša grafikā.

*

Pirmdienās plkst. 16.00 darbojas **Uztura grupa *Beātes Cir-cenes*** vadībā.

Arvien gaidīti pievienoties jauni dalībnieki!

*

Stila kurss vēl pulcēs interesentus uz 3 nodarbībām. Tuvākās - 14., 21. janvārī

plkst.16. 00 (*Ineta Zariņa*, Cēsis)

*

Nākamā nodarbība **ajurvēdā** 28.janvārī plkst.17. 00 (*M. Pirktiņš*)

*

Katru pirmdien un ceturtdien plkst.19. 00 **jogas** nodarbības.

*

Otrdienās pie *Agritas Gailītes* „Kārķupos” (Rankā) notiek individuālie atveseļojošās pirts rituāli. Dalībnieki bauda tēju uzlējumus, četrrocīgo pērienu, saņem informāciju problēmu risināšanai.

*

Otrdienas ir **Dzīvesziņas dienas**, 1x mēnesī Jaunpiebalgā ir **Mārtiņš Geida**.

*

Trešdienās plkst. 16. 00 darbu atsākusi **gleznošanas studija *Inas Treiliņas*** vadībā. Gaidīti jauni dalībnieki. Prieks un sveiciens jaunatnākušajiem!

*

21.martā tautskolā **Māmiņu kluba** lektore **Diāna Zande** ar savu lekciju piedāvājumu jaunajām māmiņām, tētiem, vecvecākiem, skolotājiem, pirmsskolas iestāžu darbiniekiem (piedāvājums februāra avīzītē).

*

2., 3. martā **ainavu arhitekta *Gundega Lināre*** par daiļdarzu kopšanu, padomi kapu kopējiem.

Lai spēks, vēlme un izturība!

Valentīna Dolmane

Mob. 29146397

Iepazīsimies – fizioterapeits!

**Ieklausīties un sadzirdēt savu ķermeni,
kustēties brīvi un pozitīvi,
piepildīt ikdienu ar dzīvot prieku!**

Tas ir iespējams ikvienā vecumā - arī tad, ja ir piezagusies kāda slimība vai trauma. Fizioterapeits ir tas speciālists, kas jums palīdzēs gan ar savām profesionālajām zināšanām un pieredzi, gan ar individuālu un atbalstošu pieeju.

Fizioterapeits ir ārstniecības persona – funkcionālais speciālists -, kurš izvērtē cilvēka fizisko funkcionālo stāvokli, analizē tā ietekmi uz cilvēka ikdienas aktivitātēm un saistību ar pašsajūtu.

Fizioterapijas process vienmēr sākas ar rūpīgu un vispusīgu izmeklēšanu, kas ļauj noskaidrot fiziskos funkcionālos traucējumus un to iespējamos cēloņus. Ņemot vērā katra klienta sūdzības un izmeklēšanas rezultātus, kopīgi ar pacientu (vajadzības gadījumā arī iesaistot pacienta tuviniekus) tiek izvirzīti terapijas mērķi, kuru sasniegšanai tiek piemēlētas konkrētajai situācijai efektīvākās fizioterapijas metodes.

Fizioterapeita darbības lauks ir plašs. Fizioterapijas metodes var veiksmīgi izmantot **dažādu saslimšanu un traumu ārstēšanas un rehabilitācijas procesā**. Fizioterapeits var palīdzēt:

- pie dažādām kaulu, locītavu un muskuļu saslimšanām un traumām;
- nervu sistēmas saslimšanām un traumām (t.sk. galvas un muguras smadzeņu bojājuma sekas);
- sirds un asinsvadu sistēmas saslimšanām;
- elpošanas sistēmas saslimšanām un daudzos citos gadījumos.

Fizioterapijas metodes efektīvi spēj novērst vai mazināt tādas problēmas kā:

- dažādas izcelsmes kustību traucējumus,
- sāpes,
- tūsku un audu saspringumu,
- samazinātu slodzes izturību,

- fizisko aktivitāšu (piem., piecelšanās, iešana, kāpšana) ierobežojumus un citas.

Fizioterapeits sniedz informāciju un izskaidro dažādu kustību traucējumu, muskuļu darbības traucējumu, sāpju un citu sūdzību izcelsmi un to mazināšanas iespējas. Fizioterapeits apmāca pacientu veikt ikdienas aktivitātes tā, lai tās veicinātu veselību, kā arī apmāca veikt vingrojumus, lai sekmētu un uzturētu kustību brīvību un mazinātu sūdzības.

Fizioterapeita darbības lauks skar arī **vispārējās veselības veicināšanu, nostiprināšanu un saslimšanu profilaksi**:

- Pareizi piemēlētas un dozētas fiziskās aktivitātes ir būtiskas fizioterapijas metodes gan sirds un asinsvadu saslimšanu, gan cukura diabēta, gan aptaukošanās riska mazināšanā.
- Pareizi veikti aktīvi vingrojumi spēj mazināt ikdienas steigā radušos muskuļu un saišu saspringumu un uzturēt pietiekamu muskuļu spēku un garumu, kas vēlāk ļaus izvairīties no diskomforta, sāpēm un locītavu problēmām.

- Savlaicīgi skolas vecuma bērnam konstatēti stājas traucējumi ļaus izvairīties no nopietnu problēmu attīstības vēlākā vecumā.

- Fizioterapeiti efektīvi darbojas grūtnieču un jauno māmiņu veselības veicināšanā, kā arī veicina harmonisku mazuļu attīstību.

Fizioterapijas pakalpojumu klāsts ir dažāds – gan dažādas aktīvas metodes (specifiski vingrinājumi: aktīvi, pasīvi, ar rīkiem utt.), gan pasīvas metodes (mīksto audu tehnikas, aukstuma terapija, elektroterapija, teipošana u.c.), gan dažādas specifiskas terapijas metodes (PNF, Bobata terapija u.c.).

2013.gada 7.februārī no pulksten 11.00 fizioterapeita pieņemšana Jaunpiebalgas reģionālās tautskolas telpās.

Fizioterapeite **Kristīne Čačka**
Mob. 28351449

Raksti un zīmes no pūra lādēm

Sestdien (12.janvārī) Jaunpiebalgas kultūras nama lielajā zālē dzīva rosība. Raksti, zīmes uz traukiem, audumiem, segām, blūzēm, priekšautiem... Milzīga klēts ar lielu pūra lādi, kas piepildīta vairāku paudžu garumā. Tā īsi varētu raksturot kopskatu. Tautiskie brunči, vēdināties izkārtas segas, cimdi un lakati, zeķes un baltie darbi, saktas, dažādas kārbīņas, zirglietas, vadmala, pinumi... Ka tikai kādu veidu nepiemirstu! Jā, bija krēsls ar amatnieka vārdu otrā pusē. Pagaidām gan nesalasīti!

Dacei Liģerei saglabāts ziļu jostas gabaliņš. Ar tādu vīrieši sajoza pagarus svārkus jostas vietā. Tas bija vairāk raksturīgs zemgaliču tautas tērps, bet, izrādās, ka ziļu jostas nēsāja arī jaunpiebaldzēni.

Kad pienāca divpadsmit un izstāde bija izkārtota, pasākuma galvenā organizatore Sandra Strēle uzrunāja dalībniekus: „Šis ir laiks, kad mēs ne tikai pieminam un godinām savus mīļos iepriekšējās pa-



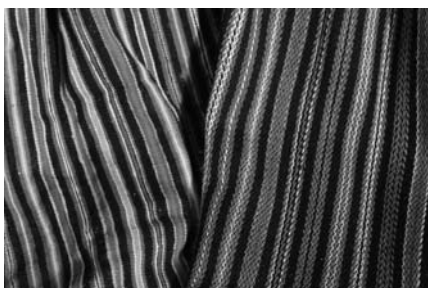
audzēs, bet ielūkojamies arī viņu atstātajā gudrajā un daiļajā mantojumā. Lai šodiena ir kaut kā jauna sākums! Sanesdami kopā šo milzīgo vērtību, lai apzināties, ka mēs varam būt turpinātāji. Gars ir dzīvs, un mums jārada no jauna. Paldies senčiem! Viņi, veidodami šos skaistos darbus, bija savās domās. Domās par sevi, par savu laimīgo dzīvi, lai bērni būtu veseli... Viņiem bija laiks par to domāt. Un mums atstātas liecības gan dokumentos, gan audumos.





Paldies pašvaldībai, ka tās paspārnē var rīkot mākslas izstādes, ka var darboties radošās studijas. Cītur tādas likvidējas. Šajā ziņā valstī ir bīstama situācija.

Esmu pateicīga Astrīdai Knākei, kura savā dzīves laikā prata piesaistīt cilvēkus, jo muzejā ir sanesti un saglabāti daudzi priekšmeti. Esam pateicīgi Alisei Robežniecei, ka viņa mums tāda bija. Slavens cilvēks ar pētījumu etnogrāfijā, pati laba audēja. Paldies visiem, kuri šodien atnesa darbus, paldies tiem, kas tos palīdz iemūži-



nāt - Jānis ar filmēšanu, Raitis, Līna un Egils ar fotografēšanu. Tā būs informatīva pamatbāze. Sākums, lai radītu jaunus darbus. Raitis pauda vairākiem darbiem vēsturisko skatījumu, kas ir ļoti svarīgi. Viņa vecmāmiņas Elizabetes Ābelniece darbs ar melnām špicēm. Pēc Raita domām – tā ir hernhūtiešu ietekme. (Jā, paverot Liesmas Liģeres atnesto albumu, Raitis konstatē, ka 1920. gadā Herca Franka tēvs iemūžinājis karavīru grupu.- V.J.).



Lai mūsos rodas jauns spēks, kā apvienoties un iet tālāk!”

Novada domes priekšsēdētājs Laimis Šāvējs apsveica aktīvās mākslas skolas skolotājas ar radošo izdomu un uzsāktu darbību. Viņš uzsvēra, ka vērtība rodas no mazumiņa. „Tā pamazām viss realizējas, neskatoties uz to, ka naudas maz. Nākamā gada budžetā iekļauta ambulances mājas jumta pārbūves projekta izstrāde. Tā varēs kļūt par ēku, kurā darboties jaundibinātās studijas darbnīcām kopā ar mākslas skolu.

Novēlu, lai Piebaldgā atrastie raksti dzīvo jaunā vērtībā! Lai ar darbu nāk jauna kvalitāte,” tā L. Šāvējs.

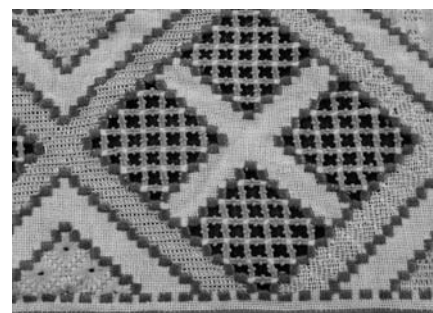
Ļoti daudz bija tieši balto darbu, tādēļ ieskatījos pūra darināšanas vēsturē. Uzzināju, cik nopietni kādreiz meitenes

gatavojās ģimenes dzīvei, jau no 12 gadu vecuma sākot darināt pūru, iesaistot šajā nodarbē arī māmiņas un vecmāmiņas, tā dažai labai līgavai tapa visai iespaidīgs pūrs.

A.Jansone piemin ekspedīcijās savāktos materiālus par līgavu pūra saturu 19. gadsimta beigās un 20. gadsimta sākumā. Kādai līgavai, kura precējās 1918. gadā, pūrā bija 36 palagi, 10 galdsegas, 10 pāri

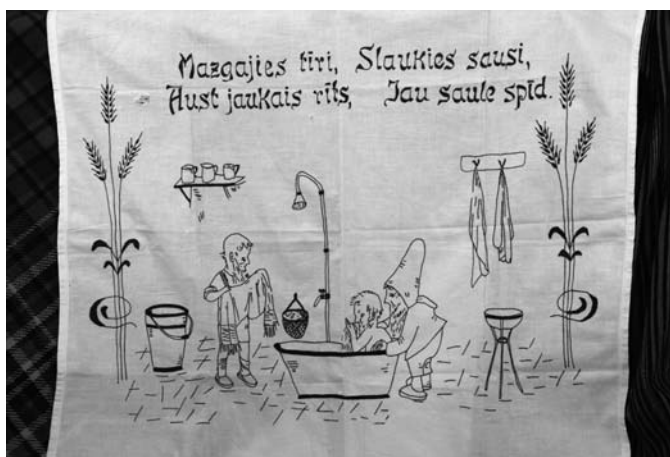


cimdu, 10 pāri zeķu, 12 vīriešu krekli, 12 sieviešu krekli, vairāki rituļi nesašūtu audeklu, kā arī divi pilni skapji ar dvieļiem. Kad ekspedīcijas dalībnieki apciemojuši kādreizējo līgavu 1963. gadā (45



gadus pēc kāzām!), daļa dvieļu vēl bija nelietota...

Ieaudzīnāt čaklumu un tradīcijas tik lielā mērā mēs nespēsim, jo tā toreiz bija dzi-



ves nepieciešamība. Jāsaimnieko jaunā ģimenē pie vīra. Nebija uztraukuma, kur ņemt cimdus, zeķes un palagus. Daļu pūra arī izdalīja kāzu viesiem kā piemiņu no līgavas. Pūra lādē visām lietām bija jābūt glīti salocītām, no tā arī cēlies jēdziens pūra locīšana.

Paldies Liesmai Liģerei - Uķei, Dacci Liģerei, Lāsmai Skutānei, Aivaram Damrozem, Mārītei Rubenei, Maijai Šavējai, Sarmai Petrovskaī, Valdai Žukovskai, Vendijai un Talitai Rozenblatēm, Valdai Denei, Inetai Elksnei, Inesei Dzencei, Aldim Duļbinskim, Zigmundam Kaspržakam, Maijai Apsītei, Marikai Šubei, Dairai Alksnītei, Edgaram Žiguram, Jānim un Oskaram Rozenblatiem, Mārītei Duļbinskai, Jānim Šūtelim, Dzintrai Vilks, Jolantai Briedei, Ievai Majorei, Astridai Mājeniecei, Dzintrai Zariņai. Daira Alksnīte saglabājusi skolotāja Otto Vāliņa sievas Alīnas tautas tērpu. Paldies jums visiem gan par jūsu darinātajiem darbiem, gan par to, ka atradāt laiku iz-

skatīt vecmāmiņu, vecvecmāmiņu vai citu radnieku darinājumus! Paldies Eduardam Viķelim par piemērotu dzejoli! Paldies jaunajām audējām, kuras uzsākušas aušanu un atnesa savus darbus! Tās bija - Valda Dene, Ieva Damroze, Marika Šube, Daila Strujēviča.

Paldies kultūras nama saimniecēm Lāsmai un Ilzei par kārtotšanu un līdzī jušanu it visā!

Esmu pārliecināta, ka daudziem mājās vēl palika neatnests lietas-špices, segas, saktas un citi sadzīves priekšmeti ar ornamentiem. Ar mākslas skolas skolotāju Sandru Strēli vienojāties, ka jūs varētu piezvanīt (mob. 29466717), lai norunātu tikšanās laiku. Ir saprotams, ka laiks bija par īsu, lai pārcilātu senās lietas, kuras noliktas dziļāk.

Izstādei ar interesi līdzī sekoja un veiksmīgu sadarbības turpinājumu novēl - **Vēsma Johansone.**

Foto: Raitis un Egils

**PALDIES VISIEM JAUNPIEBALDZĒNIEM, KURI ATSAUCĀS UN AR SAVU PIENESUMU
NODROŠINĀJA IZSTĀDES
„JAUNPIEBALGAS RAKSTI UN ZĪMES” EKSPOZĪCIJAS IZVEIDI.
PALDIES TIEM, KURI PALĪDZĒJA IZSTĀDI IEKĀRTOT, UN TIEM, KURI AR SAVU KLĀTBŪTNI
UN IEINTERESĒTĪBU ŠO DIENU PADARĪJA PAR SVĒTKIEM!
SANDRA STRĒLE**

Kultūras pasākumi 2013.gada janvārī un februārī Jaunpiebalgas novadā

Jaunpiebalgā

19.01. Ceļā uz Dziesmu svētkiem. Deju kolektīvu koncerts.

25.01. Lekciju cikls „Gaismas stāsti”.

26.01. Ceļā uz Dziesmu svētkiem. Koru sadziedāšanās svētki.

30.01. Plkst.19.00 Teātra TT komēdija „Daudz laimes ikdienā!”

Populārā igauņu dramaturga Jāna Tattes luga. Režisors *Juris Strenga*, laulātā pāra *lomās* – **Anna Putniņa un Krišjānis Salmiņš**, negaidītais mīļākais – **Esgars Līpors**, bet kaimiņienes Anniņas lomā **Terēze Lasmane**.

Biļetes **iepriekšpārdošanā** Ls 3.-, 4.-.

16.02. Brāļu Auzānu un slavenā Jersikas orķestra koncerts.

22.02. Otto Vāliņa atceres koncerts.

23.02. Par vīriešiem! Balle.

Lūdzu, esiet vērīgi un sekojiet līdzī reklāmai

Jaunpiebalgas novada

mājas lapā www.jaunpiebalga.lv

Interesēties pa tālruni: 26176257, 64162182 , 26114226

Biļetes Ls 2.00. **Iepriekšpārdošana.**

Koncerta dienā- Ls 2.50

Galdiņu un biļešu rezervēšana (mob. 26538154)

01.02. Atpūtas vakars. Spēlē grupa „Galaktika”.

12.02. Kino seanss.

23.02. Ziemas prieki Melnbāržos pie ūdenstorna. Vēl ir gana laika, lai varētu sagatavoties un ļauties ziemas priekiem. Esiet atsaucīgi, un visi mīļi gaidīti!



Esmu priecīga par iespēju Jaunpiebalgas kultūras namā skatīt dažādu teātru iestudējumus un baudīt cita veida pasākumus. Ja jums, zosenieši, ir vēlšanās kādu no tiem apmeklēt, bet nav transporta, tad dariet to savlaicīgi zināmu man (Dzidrai). Kopā mēs šo jautājumu noteikti atrisināsim!

Mūsu pagasta kultūras nams ir atvērts visiem, lai baudītu pasākumus, kā arī tiem, kam ir vēlšanās piedalīties pašdarbības kolektīvos:

Amatierteātra mēģinājumi notiek - pirmdienās un piektdienās

Sieviešu ansamblis - pirmdienās un piektdienās

Mazo bērnu un jauniešu deju kolektīvs - sestdienās

Dāmu deju grupa - trešdienās un piektdienās

Gribu pateikt paldies Jaunpiebalgas amatierteātrim „Trikeri” par brīnišķīgo pasaku Ziemassvētkos mazajiem zoseniešiem. **PALDIES!**

Mūsu sirdis otrajos Ziemassvētkos *atkausēja* Dzērbenes - Taurenas kora „Pie Gaujas” izcilais skanējums ar dziesmām un bērnu sacerētajiem dzejoļiem. Mirdzums bija redzams egļites zaros un cilvēku acīs.

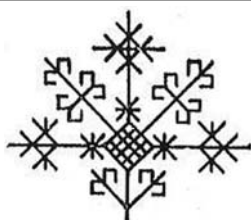
Lai Jaunajā Čuskas gadā vairāk drosmes, izaicinājumu, prieka sev un visiem mūsu mīļajiem! Lai pietiek gribasspēka un veselības sadarboties un apmeklēt pasākumus!

Dzidra Prūse



2013.gada 23.februārī plkst.11.00
Jaunpiebalgas kultūras namā
JAUNIEŠU FORUMS

Tev ir viedoklis, kā Jaunpiebalgas novadu padarīt draudzīgāku
un atvērtāku uzņēmējdarbības attīstībai?
Tev ir radoša un īstenojama ideja, kuru pašu spēkiem nevari īstenot,
bet labprāt to darītu?
Tu vēlies būt neatkarīgs un pats plānot savu laiku?
Lai smeltos idejas uzņēmējdarbības uzsākšanai un gūtu ieskatu esošo
uzņēmumu darbībā un attīstībā, būsī gaidīts piedalīties
Jauniešu forumā! Uz tikšanos!



Jaunpiebalgā ir nodibināta
**LIETIŠKĀS UN TĒLOTĀJAS
MĀKSLAS STUDIJA**

KERAMIKAS DARBNĪCA *Talita Rozenblate*
mob. 26238898

TEKSTILA DARBNĪCA *aušana Genovaite Daukste* mob. 26647851
rokdarbi *Maija Apsīte* mob. 26511961
GLEZNIECĪBAS UN GRAFIKAS DARBNĪCA
Zanda Liedskalniņa mob. 29471325

VIDES RADOŠĀ DARBNĪCA *Inese Leite* mob. 26498881

**METĀLA DARBNĪCA, KOKA DARBNĪCA,
FOTO DARBNĪCA** *Sandra Strēle* mob. 29466717

Interesentus lūgums pieteikties, aizpildot pieteikuma anketu
pie attiecīgās darbnīcas vadītāja!

**Jaunpiebalgas Lietišķās
un tēlotājas mākslas studija**
Darbības mērķis

- ✓ Veicināt mākslas jaunrades procesa attīstību.
- ✓ Veicināt amatniecības tradīciju atjaunošanu Jaunpiebalgā.
- ✓ Nodrošināt kultūrvēsturisko vērtību apzināšanu un saglabāšanu.
- ✓ Sekmēt jaunradīto kultūras vērtību pieejamību Jaunpiebalgas un valsts mērogā.

Lietišķās un tēlotājas mākslas studijas darbības uzsākšana ir iespējama, pateicoties radošajam procesam, kas norisinājies izglītības iestādēs, individuālajās amatniecības darbnīcās, profesionālo mākslinieku darbnīcās. Kā darba rezultāts – ikgadējā darbu skate izstāžu zālē „Velvet”.

Studijā pēc brīvas gribas iestājas cilvēki, kuri vēlas kopīgi apzināt, saglabāt un radīt kultūras vērtības.

Studijas darbība

Studija savā darbībā apvieno visas Jaunpiebalgas novadā strādājošās radošās personības, kuras vēlas ar saviem darbiem ap-

licināt un piepildīt izvirzītos uzdevumus.
Studijas struktūra

Studijas struktūru veido nozaru darbnīcas, kurās apvienojas cilvēki, kas strādā kā individuāli amatnieki vai profesionāli mākslinieki attiecīgajā nozarē. Darbnīcas, kuras veidojas kā darbs grupā, var vadīt cilvēks ar profesionālu izglītību. Šobrīd tāda ir Keramikas darbnīca. Tekstildarbnīcai nepieciešams pieaicināts speciālists apmācībai. Pārējo darbnīcu procesu koordinē un vada studijas vadītājs.

Studijas darbības attīstības gaitā var veidot izmaiņas, vadoties pēc situācijas atbilstības tam, lai pēc iespējas labāk varētu īstenot izvirzītos mērķus.

Šobrīd atbalsts nepieciešams tām darbnīcām, kuras ir pamatnozāres un ar ievirzi uz ilglaicīgu un videi atbilstošu attīstību. Tās ir Keramikas un Tekstilapstrādes darbnīcas.

Studijas vadītājs

Studiju var vadīt cilvēks ar profesionālu mākslas izglītību. Ar sapratni un spēju realizēt studijas izvirzītos mērķus un uzdevumus.

Viņa pienākums ir vadīt studiju atbil-

Laika rats

*Ir laika ritus nežēlīgs un straujš,
Tas gadus neskaita, vien mūsu mūžu
grauž.*

*Un katram atvēlēts ir laika sprīdis
No pirmā elpas vilciena līdz pēdējam
- īss brīdis.*

*Vēl vakar, sapņos, saule spoži mirdz,
Un bērnu rotaļās sit strauji katra sirds.
Bet šodien auksti vēji, liekas, nenorimst,
Pēc aizgājušās jaunības sirds skumjās
grimst.*

*Šis laika rats nav apturams, tas skrien,
Uz priekšu tik, bez apstājas arvien.
Tas līdzī rauj, vai esi jauns vai vecs,
Vai esi viens, vai līdzās drauga plecs.*

*Bet tāpēc nav, ko skumju brīdī krist,
Jo katra skaista roze kādreiz vīst.
Pat akmens cietai klintij mūžs ir īss,
To kādā brīdī vēji sagrauzīs.*

*Un kamēr vien vēl acis gaismu jūt,
Ir jāprot dzīvē katru baudu gūt.
Ikkatrā mirklī skaisto saskaņot,
Jo nezinām, kas sagaida mūs rīt.*

Slēgu Jānis

stoši izstrādātajam nolikumam, atbilstoši nemateriālā kultūras mantojuma valsts aģentūras veidotajai politikai un stratēģijai Latvijas tautas mākslas un nemateriālās kultūras mantojuma jomā.

Studijas vadītājs atbild par dalību novada kultūras dzīvē un valsts mēroga pasākumos. Iespēju robežās ņem dalību nemateriālā kultūras mantojuma valsts aģentūras rīkotajās izstādēs, semināros, apmācības programmās.

Studijas vadītāju ievēl: 1. Jaunpiebalgas novada dome

2. Studijas dalībnieku kopsapulces laikā.
Sadarbība ar ārzemēs dzīvojošajiem un strādājošajiem jaunpiebaldzēniem

Kā svarīgs aspekts studijas darbībā ir to radošo cilvēku iesaistīšana šajā projektā, kas šobrīd dzīvo un strādā ārzemēs. Tie ir Jaunpiebalgas mākslas skolas beidzēji, kas ieguvuši labu profesionālo izglītību un ir piederīgi mūsu kultūras laukumam.

Sadarbība ar izglītības iestādēm

Atbalstāma studijas sadarbība ar izglītības iestādēm, lai garantētu latviešu tautas dzīvesziņas, amatniecības prasmju pārmantojamību.

Trešdien, **23. janvārī plkst. 13.00**

Jaunpiebalgas vidusskolā

Andžejs Reiters
ar lekciju

Veiksme sākas, kad pieņemu savu īpatnību kā Talantu!

Ja esi veikls- tas labi,
Ja esi apveltīts ar prasmi organizēt- priecājies,
Ja esi ļoti kautrīgs - priecājies,
Ja Tev nepadodas kāds mācību priekšmets,
tad priecājies- arī tas ir TAVS talants!

**DARI NEPAREIZI,
LAI SASNIEGTU PAREIZUS REZULTĀTUS**

Lekcija par radošumu, par bagātību un talantu, kas katrā no mums.
Ikviens cilvēks ir īpašs un katra cilvēka īpašības ir unikālas, neatkārtojamās!

Lekcijā vajadzēs ne tikai klausīties, bet arī kustēties. Labi, samārģos: vispār nevajadzēs klausīties, to vajadzēs veidot! - tā Andžejs Reiters.

Ragaciema Agnese Jaunpiebalgā

Ar Agnesi var iepazīties žurnāla "Ieva" 2012.gada 28.novembra numurā



Sestdien, 02.02. 2013. plkst. 12.00

Jaunpiebalgas k/n Agnese Bērziņa.

Sarunas tēma būs atbilstoša Jūsu iepriekš iesūtītajiem jautājumiem.

Lūdzam tos iesūtīt līdz 27. janvārim.

nice.vide@gmail.com, maris.pirkpins@gmail.com vai zvaniem: 26498881; 22013645

lekcija ilgst 6 stundas, dalības maksa 15 Ls. Lūdzam dalību pieteikt iepriekš.

Dārzeni veselīgai ēdienkartei

Ziema nu ir īstais laiks, kad sevi palutināt ar iepriekšējā gadā izaudzēto un vēl saglabāto pagrabos. Populārākie dārzeni noteikti ir **ĶIRBJI, BURKĀNI, BIETES, KĀLI, RUTKI, SĪPOLI UN ĶIPLOKI.**



ĶIRBIS ir ļoti diētisks un īpaši veselīgs produkts. To uzturā var lietot gan svaigu, gan dažādi termiski apstrādātu, piemēram, vārītu, tvaicētu vai marinētu. Organisms viegli pārstrādā ķirbi, tā lietošana uzturā veicina gremošanu un pa-

līdz no organisma izvadīt kaitīgās vielas.

Uzturā izmantojamas visas ķirbja sastāvdaļas, un katra no tām sniedz labumu organismam. Piemēram, ķirbju sula nodrēš kā līdzeklis pret sliktu dūšu, tāpēc to iesaka lietot grūtniecēm un cilvēkiem, kam ir jūras slimība. Ķirbju sula tiek ieteikta arī kā temperatūru pazeminošs līdzeklis, un tai piemīt arī urīndzenoša un žultszenoša iedarbība, kā arī viegla caurējas un pretiekaisuma darbība.

Ķirbju sēklās atrodas reti sastopama aminoskābe – kukurbitīns. Savukārt sēklās esoši fitosteroli palīdz samazināt holesterīna līmeni, tāpat tās var palīdzēt kā pretiekaisuma līdzeklis pie artrīta. Ķirbju sēklas būs garšīgas un veselīgas piedevas dažādiem salātiem vai maizītēm.

Ķirbju lietošanai uzturā nav kontraindikāciju, tos droši var lietot grūtnieces, nieru slimnieki un bērni. Ķirbis, turēts sausā un vēsā vietā, saglabājams līdz pat nākamajai vasarai.



BURKĀNI gan nebūs vairs tik saldi kā vasarā, tomēr vēl joprojām tie bagātīgi satur veselībai nepieciešamās uzturvielas.

Burkāni ir ar A vitamīna, beta - karotīna bagātākais dārzenis, kas ir ļoti labs antioksidants, kas pasargā organismu no brīvo radikāļu kaitīgās ietekmes, tādā veidā palīdzot samazināt ļaundabīgo audzēju, sirds un asinsvadu slimību risku. A vitamīns var palīdzēt uzlabot redzi. Pētījumi

liecina, ka ar beta-karotīnu bagāts uzturs spēj samazināt sirds slimību risku pat līdz 60%, par 20% samazina risku saslimt ar krūts vēzi, par 50% saslimšanu ar citu iekšējo orgānu ļaundabīgiem audzējiem. Īpaši burkānus lietot uzturā iesaka cilvēkiem, kas smēķē vai ir pakļauti cigarešu dūmiem. Pētījumi rāda, ka, apēdot vienu burkānu dienā, risks saslimt ar plaušu vēzi samazinās par 50%. Regulāri lietojot burkānus uzturā, stabilizējas cukura līmenis asinīs

BIETES tautas medicīnā tiek uzskatītas par lielisku organisma attīrītāju. Tām ir vesela virkne labo īpašību, kas pa-

sargā organismu no dažādām saslimšanām – uzlabo vēdera izēju, samazina holesterīna līmeni par 30-40%, samazina sirds un asinsvadu slimību risku. Bietēs esošās balastvielas mazina toksisko vielu iedarbību. Bietes ir arī lielisks dzelzs, magnija un fosfora avots. Tās īpaši ieteicamas grūtniecēm un vecākiem cilvēkiem. Bietes satur daudz folkābes, kas nodrošina normālu šūnu augšanu, tā īpaši nepieciešama grūtniecības laikā.

Kā zināms, bietes ir lieliska sastāvdaļa salātiem, tās ieteicams vārīt veselas ar mizu. Salātos tās lieliski gatavot kopā ar rīvītiem burkāniem un āboliem. Svaigi spiesta biešu sula pasargā organismu no nitrātu kaitīgās iedarbības, ko uzņemam ar pārtiku. Tomēr jāatceras, ka biešu sulu nav ieteicams dzert vairāk par 100 ml dienā, pirms lietošanas to ieteicams nostādīnāt, nevis dzert uzreiz. Vislabāk dzert atšķaidītu, arī kopā ar kādu citu sulu, piemēram, burkānu, ābolu vai vienkārši ar ūdeni.

KĀĻU lietošanai uzturā arī ir pozitīva nozīme. Kālis ir lielisks C vitamīna avots. Šo dārzeni iesaka lietot cilvēkiem, kas slimo ar astmu un cieš no citiem elpošanas traucējumiem. Kālis satur šķiedrvielas, kas pasargā no sirds un asinsvadu saslimšanām, veicina zarnu darbību. Kāļos esošais K vitamīns samazina ļaundabīgo audzēju risku. Šis dārzenis ir arī labs flavanoīdu avots, kas palīdz stiprināt asinsvadus.

RUTKI ir ļoti veselīgi zobiem, smaganām, matiem un nagiem. Tie satur daudz C vitamīna un palīdz mazināt nogurumu, cīnīties ar stresu un stiprina organisma aizsargspējas. Rutkus ieteicams lietot arī cilvēkiem, kas cieš no plaušu slimībām. Šis dārzenis veicina vēdera izēju, uzlabo gremošanu, zarnu trakta darbību, palīdz samazināt lieko svaru, atbrīvoties no žultsakmeņiem, kā arī samazināt tūsku un atbrīvoties no liekā šķidruma. Rutks ir labs palīgs cīņā pret iesnām.

SĪPOLUS Pasaules Veselības organizācija iesaka lietot profilaktiski pret aterosklerozi, tie veicina apetīti. Sīpolu ekstraktus izmanto klepus, saaukstēšanās, astmas un bronhītu ārstēšanai. Pētījumos tika pierādīts, ka sīpoli īpaši labvēlīgi ietekmē alergijas izraisītas bronhiālās astmas lēkmes un samazina to biežumu. Sīpoli palīdz arī samazināt asinsspiedienu, pasargā no aterosklerozes veidošanās un samazina sirds asinsvadu slimību un audzēju risku. Sīpoli satur daudz C vitamīna. Tos lietot uzturā iesaka diabēta slimniekiem. Pierādīts, ka regulāra svaigu sīpolu lietošana palīdz samazināt un nostabilizēt cukura līmeni asinīs, ko nodrošina sīpolos esošie flavanoīdi.

ĶIPLOKU lietošana uzturā palīdz cīnīties ne tikai pret saslimšanu ar gripu. Pētījumos pierādīts, ka cilvēki, kas regulāri uzturā lieto ķiplokus, retāk slimo ar prostatas, kuņģa un resnās zarnas vēzi. Ķiploki darbojas arī kā antikoagulantī, kas šķīdina asinis, tādējādi samazinot trombožu risku. Lai arī cīk izslavēti ir dažādi uztura bagātinātāji ar ķiploku ekstraktu, to iedarbība nekad nebūs tik spēcīga, kā svaiga ķiploka lietošana uzturā.

Sagatavoja A.Ķīkere.



Viss dabā vēstīja, ka Ziemassvētku laiks būs jauks – sniega pārpilns, varbūt ne pārāk auksts, tāds, kāds būtu patīkams gan pieaugušajiem, gan bērniem. Bija gaidāmas garas brīvdienas, kurās varētu slēpot, slidot, nobraukt no kalna ar ragavām...

Diemžēl uznāca atkusnis – sniegs kusa, ceļi apledoja, bija sajūta, ka pavasaris tuvojas. Taču tas nekas, bija sagaidāmas cita veida aktivitātes – izmantojot slapjo sniegu, varēja uz nebēdu būvēt cietokšņus un sniegavīrus. Arī labi! Un nedomājiet, ka tas patīk vien maziem bērniem! Arī jau lielie bērni to ar prieku un azartu dara. Ļauj tik vaļū!

A.Ķ.

Foto: Evitas un Pētera pamatīgi būvētais sniegavīrs



*Tālu gāju garu mūžu,
Daudz darbiņu padarīju;
Nu apsīka mani soļi
Baltā smilšu kalniņā.*

Aizsaules ceļu gājušas:

*Velta Kaņepe 78 gadu vecumā,
Aina Ducena 88 gadu vecumā.*

*Jaunpiebalgas novada dome
izsaka līdzjūtību tuviniekiem!*

JAUNPIEBALGAS MĀKSLAS SKOLAS AICINĀJUMS VECĀKIEM



Vizuālās mākslas sagatavošanas grupa
aicina pieteikties bērnus (5 - 8 gadi)
zīmēšanas, gleznošanas un kompozīcijas nodarbībām.

Jūsu bērnam būs iespēja:

- radoši pilnveidoties;
- gūt stabilus pamatus tālākai mākslas izglītībai;
- gūt pieredzi dažādu vizuālās mākslas materiālu un tehniku izmantošanā;
- attīstīt patstāvību un sociālās prasmes

Nodarbības notiek katru sestdienu no plkst. 10.00 līdz 12.00 Jaunpiebalgas mākslas skolas telpās.

Sīkāka informācija: mob.tel. 28704707 [Evita]
29235475 [Rasa]



Miļš paldies visiem, kas mani atbalstīja un juta līdzīgi uguns nelaimē!

Īpaši gribu pateikties **Nando Valdemieram - Bišērim**, kurš pirmais pamanīja nelaيمي. Tikai Nando izveicības, drosmes un ugunsdzēsēju vienību operatīvās rīcības rezultātā izdevās izglābt māju un mašīnu.

Ir neaptverama sajūta redzēt, ka uguns aizsevis atstāj tikai krāsmatas un pelnus, un cilvēks ir bezspēcīgs cīņā ar to...

Ausma Bruževica



Palūdz pavasari,
 Lai tas spēku aizdod.
 Palūdz puteņiem,
 Lai gadiem pēdas jauc.
 Palūdz pašai sirdij- tā vislabāk zinās,
 Kādus gadus atpakaļ lai sauc.
 Gadu straumē nestas aiziet dienas,
 Dzīves jūrā saplūst vienuviet.
 Lai vēl ilgi mirdz Tev ceļa zvaigzne, darbi veicas, gaišas dienas rit.
 Lai gadi rit, tā tam ir jābūt
 Un lai par tiem nekad nav žēl.
 Tik jautru prātu, sauli sirdi
 Un daudzus skaistus gadus vēl.



Februāra jubilāri

60	Jānis Ozols	09.02.1953.	Abrupe-4
65	Dzintra Kārklīņa	26.02.1948.	„Purva Lāci”
	Jānis Šostaks	16.02.1948.	„Oškalns”
	Jānis Upens	27.02.1948.	„Kalna Līcenes”
70	Jānis Meženiks	15.02.1943.	Melnbārži, Zosēnu pagasts
75	Inta Skaidrīte	13.02.1938.	Gaujas iela 21-4
	Ezergaile		
	Velta Kurga	20.02.1938.	„Jaunkalns”
	Arvids Ķepals	20.02.1938.	Rūpniecības iela 6-2
80	Aina Līvija Stādiņa	27.02.1933.	„Kalna Lāčplēši”
85	Vera Rubene	16.02.1928.	„Kalniņi”
90	Ilgvars Leimanis	05.02.1923.	Dārza iela 4-13

Apsveicam februāra jubilārus!

Jaunpiebalgas novada dome



Izsakām lielu pateicību
 12. klases skolniekam
 Kristapam Bedeicim
 par labdarības koncertu un
 dāvaniņām bērniem
 ar īpašām vajadzībām,
 kas notika 2012.gada
 decembrī!

Elīnas vecāki

Zosēnu kooperatīvā krājaizdevu sabiedrība

Jaunpiebalgas un Ratmas novada iedzīvotājiem sniedz finanšu pakalpojumus:

- ✓ pieņem noguldījumus (garantētus saskaņā ar "Noguldījumu garantiju likumu")
- ✓ izsniedz aizdevumus uz samērīgiem procentiem
- ✓ veic maksājumus biedru uzdevumā

Informācija pa tālruniem:
 28379447 (Alda),
 29376776 (Girta)



LŪGUMS PALĪDZĒT!

19. DECEMBRĪ AP PUSDIENLAIKU
 JAUNPIEBALGĀ
 (NO CENTRA, PIE KULTŪRAS NAMA)
 PAZUDIS MELNS, LIELA AUGUMA
 LABRADORS VĀRDĀ ZORRO.
 LŪGUMS SNIEGT JEBKĀDU
 INFORMĀCIJU PAR VIŅA ATRAŠANĀS
 VIETU KOPŠ PAZUŠĀNAS LAIKA
 LĪDZ ŠIM BRĪDIM,
 ZVANOT UZ TELEFONIEM
 28 300 177 (LĪGA)

VAI 25 995 664 (ANETE).
 SIRSNĪGS PALDIES!

P.S. SUNS IR PILNĪGI MELNS, NAV KAKLA SIKSNAS.



Vetārste
ANNA MACKEVIČA
 Jaunpiebalgā jūs gaidīs
 19.,20.janvārī,
 9.,10. un 23.,24.februārī.
 Tālrunis 29409709

Jaunpiebalgas novada domes izdevums

Redakcija: Aija Ķīkere tālr. 64162437 (darbā), 26409543 (mob.), e-pasts: piebaldzeniem@jaunpiebalga.lv;
 aija.kikere@gmail.com; Zinaida Šoldre tālr. 64129837 (darbā), 22409419 (mob.)

Mājas lapas adrese <http://www.jaunpiebalga.lv>

Par skaitļņu un faktu pareizību, kā arī par sludinājumu tekstu atbild autors. Publicētie materiāli ne vienmēr atspoguļo redakcijas viedokli. Pārpublicēšanas vai citēšanas gadījumā atsauce obligāta. Iespiests SIA „Latgales druka”.