



# GARKALNES NOVADA VĒSTIS

AMATNIEKI • BALTEZERS • BERĢI • BUKULTI • GARKALNE • LANGSTIŅI • MAKSTENIEKI  
PRIEDKALNE • PRIEŽLEJAS • SKUĶIŠI • SUNIŠI • SUŽI • UPESCIEMS • ZIEMEĻNIEKI

Nr. 180 • AUGUSTS 2017 • WWW.GARKALNE.LV

GARKALNES NOVADA DOMES INFORMATĪVAIS IZDEVUMS

## BERĢU SKOLAS CELTNIECĪBAS DOKUMENTI PARAKSTĪTI



21. jūlijā tika parakstīts līgums par Berģu Mūzikas un mākslas pamatskolas Upesciemā, Garkalnes novadā, piebūves būvdarbiem. Projekta laikā būvuzņēmums "Ostas celtnieks" īstenos Mūzikas un mākslas pamatskolas piebūvi, pie esošās skolas ēkas ar savienojošu pāreju pievienojot jaunbūvi, tādējādi paplašinot skolas telpas un uzlabojot mācību procesa norisi. Projektu plānots realizēt pusotra gada laikā, palielinot skolas kopējo telpu platību no nepilniem 2000 m<sup>2</sup> līdz vairāk nekā 7000 m<sup>2</sup>. Būvniecības līgumsumma pārsniedz 7,5 milj. eiro bez pievienotās vērtības nodokļa.

Projekta laikā paredzēts uzbūvēt 5 līdz 6 gadu vecuma bērnu grupiņu telpas, sākumskolas klašu telpas, daļu no skolas administratīvajām telpām, sporta zāli, kā arī skolas ēdnīcu. Esošā skolas ēka būvniecības laikā tiks skarta tikai tādā apmērā, lai realizētu savienojošo pāreju ar jaunbūvi. Paplašinot kopējo telpu platību līdz vairāk nekā 7000 m<sup>2</sup>, Mūzikas un mākslas pamatskolā izglītību varēs iegūt līdz pat 500 audzēkņiem.

Papildu iekštelpu būvniecības darbiem tiks īstenota arī skolas pagalma labiekārtošanas darbi – tiks izveidots repre-

zentācijas laukums, kurā izvietoti karogu masti, soliņi, velosipēdu novietnes, labiekārtota un rekonstruēta esošās skolas priekšējā zona, izveidotas 48 automašīnu stāvvietas un piebraucamie ceļi, uzbūvēti ar žogu norobežoti bērnu spēļu laukumi pirmsskolas vecuma bērniem, kā arī nojume un citi bērnu rotaļam paredzēti labiekārtojuma elementi. Tāpat skolas teritorijā pie dīķa plānots izveidot arī divas terases atpūtai un brīvā laika pavadīšanai.

"Mana vecmāmiņa reiz teica, ka, ja noutiek kaut kas neticams, tas ir jāieskrāpē sienā. Šodien pilnīgi noteikti būtu iemesls

to darīt. Esmu patiesi priecīga, ka esam parakstījuši līgumu un pavisam drīz tiks uzsākti skolas piebūves darbi," puda Berģu Mūzikas un mākslas pamatskolas direktore Ilze Briņķe.

"Priecājos, ka varam būt daļa no šī Garkalnes novada iedzīvotājiem tik ļoti nozīmīgā projekta, uzlabojot viņu atvašu ikdienas mācību procesa norisi," atklāja "Ostas celtnieks" valdes priekšsēdētājs Konstantīns Bursakovskis.

Agate Tautiete



## "PA SAULEI" KORU KONKURSĀ ŠPITĀLĀ, AUSTRIJĀ

Diriģents Jānis Ozols kopā ar Garkalnes novada jaukto kori "Pa Saulei" atgriezies no 54. starptautiskā kora konkursa Špitālā, Austrijā, ar izcīnītu 5.vietu un jaunu nenovērtējamu pieredzi.

Mazā Alpu pilsētiņā, Špitālā, Austrijas vidienē katru gadu norisinās viens no elitārākajiem kora konkursiem pasaulē, uz kuru tiek aicināti tikai labākie no labākajiem. Konkursa organizatori, Špitālas pilsētas kultūras departaments, katru gadu saņem pieteikumus no desmitiem kora, bet tikai desmit ir iespēja tajā piedalīties. Izvēlētajiem kolektīviem tiek segtas visas dzīvošanas un ēdināšanas izmaksas.

Pirms konkursa ikviens Garkalnes novada iedzīvotājs varēja apmeklēt koncertu "Vasaras skaņas", lai baudītu to pašu emociju gammu, kuru koris gatavojās parādīt Austrijā.

Konkursā visiem korim bija jāizpilda dziesmas trīs programmās – tautiskajā, kurā varēja izmantot instrumentus, obligajā un izvēles, kurās kori izpildīja tikai acappella kompozīcijas. Konkursa organizatori atzina, ka šogad konkurence ir bijusi īpaši sāva un pēdējo 10 gadu laikā šis ir pirmais konkurss, kurā visi kori saņem novērtējumu ar vairāk kā 70 punktiem.

Žūrija lēma un visaugstāko novērtējumu ieguva Bob Cole mūzikas konservatorijas kamerkoris no ASV. Tikmēr koris "Pa Saulei" vēl nebijušā konkurencē ieguva 5.vietu un ir lepni par sasniegto, jo aiz muguras palika izcili kori no Dienvidāfrikas un Honkongas, bet nedaudz

labāki par Garkalnes novada kori bija no Indonēzijas, Slovēnijas un Baltkrievijas. Tikai pāris punkti šķīra no trešās un arī no septiņas vietas, kas liecina par visu dalībnieku īpaši augstu profesionālo līmeni un "smagu" darbu žūrijai.

Garkalnes novada koris "Pa Saulei" īpaši lielas ovācijas saņēma pēc izvēles programmas, kur izpildīja Džeimsa Makmilana un Jura Karlsona kompozīcijas, kā arī ikvienam latvietim labi zināmo tautas dziesmu "Seši mazi bundzinieki" Ērika Ešenvalda apdarē. Žūrija savos komentāros dalījās ar labiem vārdiem un īpaši izcēla gan neaizmirstamo un emocionālo kora soprānu solo, gan kopējo katra dziedātāja radīto dzirksti un tautisko lepnumu, kas bija jūtams kora priekšnesumā.

"Esam lepni par sasniegto, jo tik elitārā konkursā mēs piedalījāmies pirmo reizi. Īpaši emocionāli bija izpildīt dziesmas "Vindo" un "Seši mazi bundzinieki". Bija sajūta, ka visu Špitālas viduslaiku pili satricināja līdz pamatiem un pacels gaisā, jo ovācijas pēc mūsu uzstāšanās turpinājās vēl ilgi pēc nonākšanas no skatuves. Jāturpina strādāt un noteikti varam sasniegt vēl labākus rezultātus! Un mūsu mērķi nav mazi - šī gada pavasara kora skate pierādījām, ka esam viens no top10 jauktajiem korim Latvijā", atzīst kora diriģents Jānis Ozols.

Iepriekšējos gados šajā konkursā panākumus guvuši Latvijas kori – "Ave Sol", "Kamēr", "Cēsu pils koris" un "Emīla Dārziņa koris".  
Inese Sikсна

## 28. JŪNIJA PASĀKUMS GARKALNES NOVADA DAUDBĒRNU ĢIMENĒM „NAMDARUDARBNĪCĀ”



Garkalnes novada sociālo dienestu biedrības „Sajūtu Pasaule” vārdā uzrunāja valdes locekle Kadrija Beirote un piedāvāja novada daudzbērnu ģimenēm noorganizēt pasākumu „Namdaru darbnīcā”.

„Ir nepieciešami pasākumi nevis tikai bērniem, bet gan kopā visai ģimenei! Tādēļ mēs gribam uzdāvināt priecīgu dienu ģimenēm - lai ir iespēja būt kopā, atpūsties, izbaudīt kopabūšanu, kad nav ne par ko jāraizējas, jāuztraucas, kad var priecāties par dienu, un visiem ir vienas emocijas un līdz ar to - veidojas kopīga, spēcinoša atmiņa”, par ieceri stāstīja Kadrija Beirote.

Sociālais dienests apzināja un apzvanīja daudzbērnu ģimenes un piedāvāja apmeklēt šo pasākumu. Piedāvājums tika izteikts vairāk nekā 30 ģimenēm. Dažas ģimenes atteicās uzreiz, jo pasākums tika organizēts darbdienā, dažas ģimenes teicās padomāt. Rezultātā pasākumu apmeklēja 8 Garkalnes novada ģimenes.

„Namdaru darbnīcas” laipnie saimnieki pastāstīja viesiem par dažādu koku īpašībām, ģimenes varēja darboties ar dažādiem darbarīkiem darbam ar koku, paspēlēties ar seno laiku koku rotaļlietām un spēlēm, staigāt ar koka kājām un braukt pa trosi pāri dīķim un

baudīt brīnišķīgo, tradicionālo „Namdaru darbnīcas” tēju. Saulainā diena tam visam bija kā radīta!

Pēc aktivitātēm katrs varēja sev izvēlēties kādu grāmatu līdzī ņemšanai, un izsalkumu remdēt ar biedrības sarūpēto auksto zupu, desiņām, dārzenu platēm, limonādi, veģetārajiem iesmiņiem un našķēties ar „Laimas” zefīriem un šokolādes konfektēm. „Mārtiņa Bekereja” bija sarūpējusi dalībniekiem gardus kliņģerus! Īpašu prieku un aizrautību radīja arī SIA „Burbuļu birojs” dāvātais burbuļošanas prieks – darbojās gan lieli, gan mazi, un „Namdaru darbnīcas” plašais pagalmis pildījās ar dzīvespriecīgiem, krāsainiem lielākiem un mazākiem burbuļiem un smiekliem!

Ik pa brīdīm vecāki teica lielu paldies visiem, kuri noorganizēja šo pasākumu, jo apmierināti bija visi gan bērni, gan vecāki, kuri varēja visās aktivitātēs piedalīties kopā ar bērniem. Apmierināti bija arī pasākumu organizētāji, redzot prieku visu dalībnieku acīs un enerģiju ar kādu visi darbojās.

Savukārt sociālais dienests un ģimenes, kuras piedalījās pasākumā saka lielu paldies biedrībai „Sajūtu Pasaule” un personīgi Kadrijai Beirotei par sirsniģo un jauko pasākumu.

Sociālā darbiniece Baiba Daha

## KULTŪRAS FONDA NOMETNE „UPE”

No 10. līdz 16. jūlijam, pateicoties Garkalnes novada domes atbalstam, četri novada bērni ar īpašām vajadzībām uzturējās kultūras un izglītības fonda rīkotajā nometnē „Upe”. Šī nometne notiek jau septiņpadsmito gadu un ik gadu tā pulcē ap 60 bērnu, kuri satiek tur sev draugus.

Nometnes „UPE” darbinieki, darbnīcu vadītāji un grupu pafīgi ir brīvprātīgie, kuri darbojas šajā nometnē vairākus gadus un katru gadu sniedz šiem bērniem savu sirds siltumu un mīlestību. Tā ir nenovērtējama dāvana, ko dara šie cilvēki, lai katru gadu nometne bērniem kļūtu arvien interesantāka un viņi vēlētos šeit atgriezties.

Šogad nometnes tēma bija –ceļojums. Nometnes organizētāji vēlējās bērniem parādīt, ka ceļojums nav tikai fiziska došanās uz citu vietu, bet tas var būt ceļojums arī dažādās pasaulēs- profesiju pasaulē, sporta pasaulē, garīgajā pasaulē. Profesiju dienā, dažādu profesiju pārstāvji stāstīja par savu nodarbošanos. Bērniem notika dažādi ceļojumi nometnes vietā – pārgājiens uz jūru, nakts trasīte. Taču lielākais notikums bija ceļojums uz Palangu, uz delfināriju, lai vērotu delfīnu šovu.

Pēc atgriešanās no nometnes, aptaujājot bērnu vecākus, visi uzsvēra, ka bērniem nometnē esot ļoti patīcīgi. Arī vecākiem bija patīcīgs prieks, ka viņu bērni ir tik jauki pavadījuši laiku un visi priecīgi un apmierināti atgriezušies mājās.

Vecāki saka paldies Domei par sniegto atbalstu un sociālā dienesta darbiniekiem, kuri apzināja novadā dzīvojošo bērnu ar īpašām vajadzībām vecākus un informēja par iespēju viņu bērniem doties uz nometni.

Nometne ir vieta, kur bērni var piepildīt sevi, priecāties par dzīvi un justies pilnvērtīgi.

Sociālā darbiniece Baiba Daha

## ZELTA SIETIŅŠ LATVIEŠU DZIESMU UN DEJU SVĒTKOS BALTIMORĀ



No 1.-3. jūlijam Baltimorā, ASV norisinājās XIV Latvīešu Dziesmu un deju svētki, kas bija veltīti Latvijas simtgadei. Svētkus organizēja Rīcības komiteja, kur bija pulcējušies entuziasti no visas plašās ASV un vairāk kā gadu strādājā pie tā, lai svētki varētu notikt visaugstākajā līmenī un visiem laicīgi tiktu izsūtīti kora un deju repertuāri.

Es piedalījos Baltimoras dziesmu un deju svētkos TDA Zelta sietiņš sastāvā, mēs bijām 91 cilvēku delegācija, kur brauca 80 bērni vecumā no 12-18 gadiem (četrus grupas), bērnu pavadošie vecāki un pedagogi, arī TDA Zelta sietiņa dibinātāja un vadītāja Baiba Rasma Šteina. Mēs bijām iemācījušies 19 no 26 dejām, kuras izdejojām svētku lielkoncertā 1. jūlijā. Bijām viskuplāk pārstāvētais kolektīvs.

TDA Zelta sietiņš bija pagodināti uzstāties Latvijas Ārstu un Zobārstu Apvienības 70. gada dienas konferencē, kur dejojām divas koncerta programmas, klāt esot Latvijas vēstniekam ASV A. Teikmaņa kungam, kurš otrā daļā kopā ar citiem ārstiem iemēģināja kopīgu deju soli.

Vecākā – pirmā grupa uzstājās Jaunrades deju konkursā ar horeogrāfā J. Birbauma dejām un ieguva balvu par labāko puīšu deju. Svētku organizatori piešķīra atzinības rakstu TDA Zelta sietiņš par profesionāli sagatavotām dejām.

Dziesmu un deju svētku oficiālā mājvieta bija Baltimoras „Renesanses hotelis”, kur dejojām koncertu. Tur visu svētku garumā norisinājās svētku tirdziņš, dažādi koncerti, Nacionālā teātra uzvedumi, balles. Dziesmu

svētki un kora kopkoncerts bija svētku noslēguma dienā 3. jūlijā.

Laiks aizritēja ļoti ātri, kaut uz Baltimoru no Rīgas izlidojām uzreiz pēc Līgo svētkiem, atgriezāmies 10. jūlijā. Pabijām vairākas dienas Vašingtonā, Baltimorā Njujorkā, vecāki bija sagādājuši pārsteigumu – atrakciju parka „Six flags American” apmeklējumu, kur visu dienu neierobežoti varējām braukt amerikāņu kalniņos, griezties karuseļos un šļūkt pa dažādām ūdens trubām, neiztika arī bez „šoppinga”.

Man ļoti patika Njujorka, kur apmeklējām „Time square”, Gājām tur pa Centrālparka „Kevina vietām” (vietas, kur tika uzņemta filma „Home Alone 2”), 5th aveniju un Manhetenu. Izbraucām ar kuģīti pa naksniģo pilsētu, kas naktī ir tik pat gaiša kā dienā. Apskatījām izgaismotu Brīvības statuju, Bruklinas tiltu, apmeklējām Nacionālo Dabas muzeju, kur tika filmēta filma „Nakts muzejā”.

Ceļot kopā ar kolektīvu ir daudz interesantāk nekā ar ģimeni, jo laiku viesnīcā pavadījām baseinā, dažādās aktivitātēs, kopīgās vakariņās. Pēc diviem gadiem esam uzaiņināti uz Dziesmu un deju svētkiem Toronto Kanādā, nākamā gadā dejosim lielajos Dziesmu un deju Simtgades svētkos tepat Rīgā, jo esam ieguvuši, augstākās pakāpes novērtējumu deju skatēs, šā gada pavasarī.

Pašlaik gatavojamies Vispasaules Koru olimpiādes liekoncertam, kurš notiks arēnā Rīga. Tilītiem pāri kopā ar Aminatu un D. Kalniņu.

Laura Leinerte



**GARKALNES  
NOVADA  
VĒSTIS**



Izdēvējs: **Garkalnes novada Dome**, Brīvības gatve 455, Rīga LV-1024. Tālrunis 6780 0918; fakss 6799 4414, dome@garkalne.lv

Iznāk kopš 1995. gada decembra. Reģistrācijas Nr. 000701882. Tipogrāfija „Veiters”, tirāža 4000 eksemplāru. Iznāk reizi mēnesī. Izdevumu apmaksā Garkalnes novada Dome.

Materiālus publicēšanai sagatavojis Domes Sabiedrisko attiecību daļas vadītājs Mārcis Bauze-Krastiņš (2617 7087, e-pasts: gnv@garkalne.lv).

Informāciju, ieteikumus, interesantas materiālu tēmas lūdzam sūtīt uz e-pastu vai iesniegt Domē līdz mēneša 15. datumam.

**Laikrakstu „Garkalnes Novada Vēstis”  
Garkalnes novadā izplata kurjeri:**

Treinis (2934 0718): Amatnieki, Sunīši, Upesciems (Ziedu ielas, Dārziņciemas iela, Karpu iela, Smeņas rajons) Berģi, Bucīši, Bītes, Pleskavas šoseja ap Depo, Suži, Priedkalne, Bukulti, Alderi, Baltezers, Priežlejas.

Dagmāra (2957 8955): Langstiņi, Ziemeļnieki, Padebeši, Garā jūdze, Dumbrajī, Upesciems (līdz Ziedu 15), Makstenieki, Zakumuiža, Skukši, Garkalne, Rembergi, Stacija Krievupe, Rembergi, Cīruliši.

Izdēvējs neatbild par autordarbu saturu. Pāpublicēšanas gadījumā atsaucē obligāta.

# PASAULE PALIEK LIELĀKA, ARĪ GARKALNES NOVADS AUG

Raimonds Fūrmanis ir Garkalnes novada iedzīvotājs, kurš atstāj sabalansēta un nosvērta cilvēka iespaidu. Viņa dzīves gājums saistās ar sportu un tradicionālām vērtībām, kā arī ar ikdienas darbu un pienākumiem, kuri sagādā prieku.

*Mārcis: Bauze-Krastiņš: No kurienes tava dzimta ir nākusi?*

Raimonds Fūrmanis: Mans tēvs ir nācis no Veselavas, no "Bērzkroga". Esmu pētījis savu dzimtas koku un esmu to apzinājis līdz savam vecvecvectēvam. Viņš bija Veselavas zemnieks, vārdā Jānis.

*M: Kas tevi atvedis uz Garkalnes novadu?*

R: Uz Garkalnes novadu mani pirmkārt atveda apstākļi, ka man patīk šī vieta. Esmu dzimis rīdzinieks, bet bērnībā bieži braucu uz Carnikavu pie vectēva, kur bija līdzīgi meži. Jau bērnībā man likās, ka dzīvošu līdzīgā vietā kā vectēvs. Kad es aprecējos, manam sievas tēvam bija zemes gabals Garkalnē. Kad ieraudzīju šo vietu, sapratu, ka vēlos šeit būvēt savu ģimenes māju.

Pats interesantākais ir tas, ka es bērnībā daudz zīmēju un viens no motīviem, ko man patika zīmēt, bija māja ar divslīpo jumtu un tāds līkumains ceļš, kurš aizved līdz mājai. Kad vēlāk atradu šos zīmējumus, es vienkārši biju šokā, ka es esmu uzbūvējis tieši tādu māju, kā tajā bērnības zīmējumā. Skatoties pa mana dēla istabas logu, uz manām mājām iet līkloču ceļš pa kuru braucu ikdienā. Par cik tie līkumi ir lieli, tad ar mašīnu braucot, tos nejut, bet kad paskatās no augšas, tad ceļš aiziet līkločos.

*M: Kāda ir tava spilgtākā bērnības atmiņa?*

R: Man spilgtākās bērnības atmiņas noleikti saistās ar Jūrmalu. Manai vecmammai bija vasarnīca Jūrmalā. Bērnībā es daudz laika pavadīju kopā ar viņu. Spilgti atceros pastaigas gar jūru, braukšanu ar velosipēdu, Sauli, Mellužu tirgu ar zemenēm un zirņiem. Tas bija jauki pavadīts laiks.

*M: Kādi ir tavi hobiji?*

R: Šobrīd viens no maniem hobijiem ir basketbols, jo jaunībā basketbolu spēlēju profesionāli. Kad iestājos augstskolā, sapratu, ka būs grūti apvienot mācības ar treniņiem un basketbols palika otrajā plānā. Tie bija deviņdesmitie gadi un tajos laikos nebija tādas pielāgšanas sportistiem. Nebija izstrādāta atbilstoša programma. Taču joprojām sports ir neatņemama manas dzīves sastāvdaļa. Vispār viss, kas saistīts ar fiziskajām aktivitātēm, un starp citu, mēs Garkalnē esam izveidojuši aktīvistu/sportistu grupiņu, kuru vada puīši no KSMR fitness. Divreiz nedēļā notiek treniņi un mums ir diezgan maz džeku, kuri piedalās, bet es varu teikt - ir riktīgi grūti un noderīgi. Pēc divu mēnešu treniņiem es jutos tā, it kā četrdesmit gadu vietā man būtu divdesmit.

*M: Kāda rakstura grāmatas Tev patīk?*

R: Nevaru teikt, ka lasu daudz, bet es lasu grāmatas. Gaume man mainās, ik pa brīdim es izlasu kāda spraigāka sižeta grāmatu, piemēram, pēdējais, ko lasīju bija Dena Brauna "Inferna". Loti interesanta un aizraujoša grāmata ir "Šantarāms", kuras autors ir Gregorijs Deivids Roberts. Mani aizrauj grāmatas par ezotēriku, jogu. Pēdējā grāmata šajā jomā bija Deivida Frolija par apziņas attīstību. Ko es pilnīgi visiem ieteiktu izlasīt būtu Hologrāfiskais visums. Šo grāmatu lasot, izmainījās

mans redzējums uz Pasauli.

*M: Kāda mūzika Tev patīk?*

R: Man patīk klasika, "Bīti", Quen. Šad tad, ja ir kādi pasākumi, kas saistīti ar deju, tad var paklausīties kādu deviņdesmito gadu deju mūziku. Man patīk arī klasiskā mūzika, ko šad tad mašīnā klausos. Man patīk Vivaldi - Četri gadalaiki, kā arī Bēthovena mūzika. Jā, man patīk dažāda mūzika.

*M: Kādas filmas Tev patīk?*

R: Man patīk filmas, kur līdz galam nevar saprast, kā risināsies sižets. Piemēram, viena no tādām ir "The usual suspects" Kevinu Speisiju galvanajā lomā. Jāatzīst, ka pēdējā laikā Holīvudai ir maz filmas, kuras man patīktu. Ja es skatos, tad es skatos vairāk filmas, kuras uzņemtas ap deviņdesmito gadu vidū. Tas, ko skatos, varētu būt kāds trilleris vai ģimenes filma, tā var būt par sportu, kāds patīss dzīvesstāsts vai dokumentāla filma. Taču, jāatzīst, ka tās informācijas ir tik daudz, ka ir jāsaprot, ko skatīties.

*M: Kādā veidā jūs iegūstat sev interesējošo informāciju?*

R: Tas ir internets, mani draugi, ģimene un protams, saprotu, ka visu izziņāt nav iespējams, bet tie informācijas avoti, kuros es smeļos informāciju, tiek noteikti intuitīvi, kas ir mans, kas nav mans. Arī bieži atverot grāmatu, atliek izlasīt trīs rindkopas, lai saprastu, jā tā ir man. Vai arī atliek saprast, ka tas ir galīgs "bleķis".

*M: Kāds pēc tavām domām ir tavs dzīves lielākais sasniegums?*

R: Grūti pateikt... Tāds viens lielākais dzīves sasniegums ir visa dzīve kopumā, jo pirmkārt tā ir ģimene, bērni, mans darbs, panākumi, ko esmu sasniegjis sportā. Grūti to visu tā atdalīt, lielāks vai mazāks sasniegums. Bet sasniegums ir tas, kur es pašlaik esmu, ko es daru, tas viss ir viens liels sasniegums.

*M: Kādas skolas esi beidzis?*

R: Esmu beidzis Rīgas 3 vidusskolu, Latvijas universitāti, biznesa vadības bakalaura programmu. Darbs ir saistīts ar projektu vadību. Šogad esmu iestājies projektu vadības maģistrantūrā. Es studijas vēl plānoju turpināt.

*M: Kā Tu izvēlējies piedalīties pašvaldību vēlēšanās?*

R: Iepriekšējās pašvaldību vēlēšanās neuzvarēja neviens deputāts, kurš būtu no mūsu ciemata. Es dzīvoju Garkalnes novada ciematā Jāņi. Novada iedzīvotājiem ir daudz jautājumi, kurus tie vēlas risināt. Tāpēc, manuprāt, ir labi, ka katrs deputāts pārstāv savu ciemu. Es biju izdomājis, ka arī mūsu ciemam vajag kaut ko vairāk. Ja es pārstāvu sava ciema intereses, tad visdrīzāk, ka mani un manus kaimiņus labāk sadzirdēs. Tas ir iemesls, kāpēc es kļuvu par deputātu.

*M: Kādu īpašību kopumu Tu vissvairāk vērtē cilvēkos?*

R: Es novērtēju cilvēkus, kuri tur savu vārdu, labestību un godīgumu.

*M: Ko Tu vēlētos sasniegt savā dzīvē?*

R: Pirmkārt es vēlētos nodzīvot tik ilgi, lai redzētu, kā mani bērni pabeidz skolu un izveido savu dzīvi. Protams, es arī vēlos piedalīties savu mazbērnu audzināšanā. Varbūt, pat piedzīvot savus mazmazbēr-



nus, nodzīvot pilnvērtīgu dzīvi, palīdzot savai ģimenei un saviem līdzcilvēkiem.

*M: Vai Tev patīk ceļot, kur tev patīka vislabāk?*

R: Protams, ka patīk. Katrai vietai ir savs šarms, savi plusi un mīnusi. Esmu apceļojis lielāko daļu Eiropas, bijis Indijā, Āfrikā, Amerikā. Katra vieta man ir palikusi atmiņā ar kaut ko īpašu. Ar mani ir interesanti, es vēlētos atgriezties Indijā un Amerikā. Tās ir divas pilnīgi atšķirīgas valstis, bet abas man ļoti patīka.

*M: Ko Tu gribētu novēlēt Garkalnes novada iedzīvotājiem?*

R: Es novēlu Garkalnes iedzīvotājiem, lai mēs visi kļūtu iecietīgāki pret saviem līdzcilvēkiem, jo jāsaprot tas, ka pasaule paliek lielāka, arī Garkalnes novads aug. Piemēram, agrāk es dzīvoju Jāņos un man nebija neviena kaimiņa, tad tagad ir tā, ka ciematā ir vairāki desmiti mājas. Katram ir savas idejas un savas vēlmes. Mums visiem kopā jāsadzīvo arī turpmāk. Faktiski, tas novēlējums arī ir tāds: saprast vienam otru, ieklausīties un pieņemt to, ka cilvēki ir dažādi. Novēlu dzīvot satiecībā un baudīt dzīvi.

*M: Paldies.*

Mārcis Bauze-Krastiņš

## KORA "GARKALNE" DARBĪGĀ SEZONA



Pagājuši sezona jauktajam korim "Garkalne" bijusi raiba un notikumiem bagāta. Ir pabūts tuvākās un tālākās vietās, piedziedāti kultūras nami un estrādes, satikti interesanti cilvēki un izdziedāts krietns skaits dziesmu.

Līdzīgi kā skolēniem, arī mums sezona tika uzsākta 1. septembrī ar dziedāšanu Garkalnes skolā, un viss turpmākais gads bijis skaņīgs un spraigs – esam koncertējuši ar draugu koriem Ulbrokā un Ogrē. Oktobra beigās uzstājāmies Liepājā jaukto koru Dziesmu dienā "Visiem viena – katram sava – tautasdziesma". Šīs Dziesmu dienas mērķis bija popularizēt latviešu tautasdziesmas, un mūsu kora izpildījumā tās varēja dzirdēt visdažādākajās apdarēs un izpildījumos, sākot ar klasiskām a capella tautasdziesmām līdz pat sadziedāšanās dziesmām ar džeza starpspēlēm. Mūsu diriģenti – Evita un Jānis – patiesi spēj atrast daudzveidīgu repertuāru ikvienai uzstāšanās reizei, kas sagādā prieku mums, koristiem.

Tāpat prieku sagādā jau par tradīciju kļuvušais kora "Garkalne" rīkotais sadziedāšanās pasākums "Garkalne skan" martā Berģu k/c, uz kuru ierodas draugi no visas Latvijas.

Protams, par katra kora atskaites punktu ir uzskatāma kora skate. Arī šogad Siguldā uzstājāmies godam un ieguvām 1. pakāpes diplomu.

Koncerti un uzstāšanās nemazinājās visu sezonu: maijā Koknesē, Likteņdārzā piedalījāmies simpozijā "Mani sirdsvārdi Latvijai". Šis jaunatnes radošais vārda un koka mākslas simpozijš bija arī viena no Latvijas valsts simtgades svinību norisēm; sagaidot Jānu, skaņīgi līgojām kopā ar Garkalnes dāmu klubu "Pīlādītis" viņu 15 gadu jubilejas pasākumā; 1. jūlijā Dikļos kopā ar 75 Vidzemes korim izdziedājām nākamo Dziesmu svētku repertuāru.

Viens no gaidītākajiem notikumiem šajā sezonā noteikti bija kora brauciens uz Čehiju, kur piedalījāmies XXIII Starptautiskajā folkloras festivālā Prāgā. Sešu dienu laikā, no 5. līdz 10. jūlijam, paspējām ne tikai izbaudīt Čehijas burvīgo dabu un Prāgas piļu, ieliņu, baznīcu un tiltu valdzi-

nājumu, bet arī ieskandināt Latvijas 100 gadī, sniedzot koncertu Latvijas vēstniecībā Čehijā. Koncerta klausītāju vidū bija gan latviešu diasporas, gan čehu-latviešu kluba pārstāvji. Koncertā izpildījām tautasdziesmas, un vēstnieka A. Sarkanā sarūpētais alus un lauku siers tiešām radīja sajūtu, ka turpinām svinēt vasaras saulgriežus tepat, Latvijā. Vienīgais, kas atgādināja, ka tomēr esam aizbēguši prom no lietaiņas un vēsās Latvijas, bija karstais un saulainais laiks – ne velti mēs atklājām, ka latviešiem ir arī savs saunas veids – tautastērps. Latvijas vēstniecība Čehijā nu tiks ierakstīta kora hronikā arī kā vēsturiski svarīga vieta – šeit pirmo reizi tika pacelts kora "Garkalne" karogs.

Festivāla noslēgumā uzstājāmies koncertā, kura garums sacentās ar Vispārējo Dziesmu un deju svētku noslēguma koncerta ilgumu, un tajā varēja baudīt Lietuvas, Kipras, Serbijas, Rumānijas, Izraēlas, Turcijas, pat Indonēzijas – kopumā 25 valstu pārstāvju – tradicionālās dziesmas un dejas. Kora "Garkalne" priekšnesums tika uzņemts ar īstu prieku un sajūsmu. Šķita, ka pat klausītāji, kas citu priekšnesumu laikā nevēlīgi čaloja, apklusa, sajutuši latviešu spītu, lepnumu un dziedātprieku. Vēl ilgi pēc mūsu priekšnesuma beigām pie kora dziedātājiem, kurām par atpazīšanas zīmēm kļuva ziedu vainagi, klāt nāca dažādu valstu un vecumu cilvēki, lai izteiktu atzinīgus vārdus.

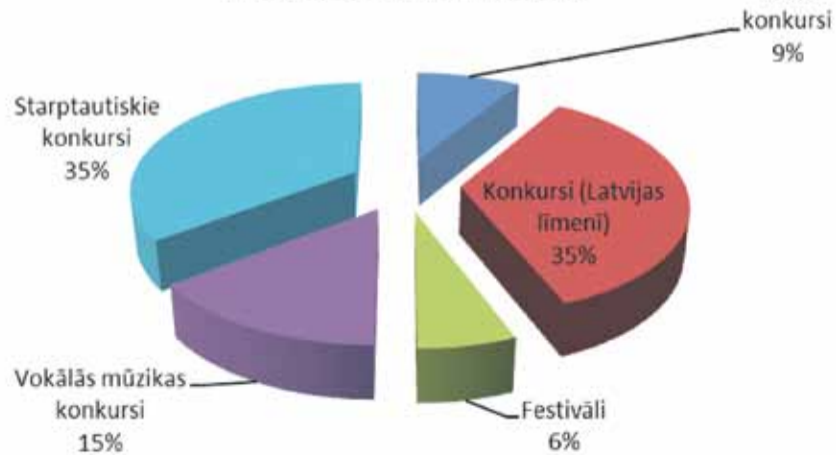
Kora sezona ir bijusi kā krāšņa ziedu buķete – pilna ar skaistiem un sirsnīgiem koncertiem, jaunu tradīciju iedibināšanu un veco turpināšanu, jautrām ballēm un negaidītiem pārsteigumiem. Esam pēkšķējuši pīļu balsis, meklējuši smilgas Prāgas ceļmalās, lai uzpītu meitānu vainagus, dziedājuši Likteņdārzā, kad garām slīd vikingu kuģis, piedalījušies tautasbumbas turnīrā Liepājā un dejujuši "Genovevu" katrā kora pasākumā. Un šis ir tikai neliels ieskaits kora "Garkalne" 4. sezonā!

Paldies mūsu enerģiskajiem diriģentiem Evitai un Jānim Tarandām par neaizmirstamu un pacilājošu mirkli sagādāšanu un Garkalnes novada domei par atbalstu mūsu aktivitāšu norisei!

J/k "Garkalne" koristi

## GANDARĪJUMS PAR 2016./2017. M.G. PADARĪTO

### Profesionālās ievirzes programmu līdzdalība festivālos un konkursos



Veiksmīgi sagaidīts vasaras brīvlaiks. Šis mācību gads palicis atmiņās kā ļoti darbīgs, skaņīgs un krāsu pilns, jo Garkalnes MVV profesionālās ievirzes programmu audzēkņi un pedagogi mākslā un mūzikā ar panākumiem ir piedalījušies dažādos konkursos, festivālos un koncertos.

Latvijas profesionālās ievirzes un profesionālās vidējās mūzikas izglītības programmas Taustiņinstrumentu spēle- klavierspēle - audzēkņu Valsts konkursā Jēkabs Taranda un Elīna Kosporenko ieguva atzinības (pedagogi Inese Paura). Latvijas izglītības iestāžu profesionālās ievirzes mākslas un dizaina izglītības

programmu Valsts konkursā uz II kārtu tika izvirzīti 4 skolēni, bet godpilno III vietu ieguva Raimonds Veinbergs (pedagogs Vitolds Kucins). Vokālās mūzikas konkursā „Balsis 2017” I kārtā Siguldā un II kārtā Mazsalacā Līna Aveniņa un Jēkabs Taranda saņēma I pakāpes diplomus (pedagogs Ingūna Lielbārde).

Starptautiskajā pūšaminstrumentu spēles jauno izpildītāju konkursā „Naujene Wind” (Daugavpils Universitātē) flautas spēles programmas skolniece Emīlija Rosicka ieguva II vietu un Sofija Āboltiņa atzinību (pedagogi Ilze Krapauska un Angelika Teterovska). Abas meitenes labu sniegumu parādīja III Ziemeļvi-

dzemes pūšaminstrumentu spēles konkursā Salacgrīvā: Sofija Āboltiņa – II vieta, Emīlija Rosicka – III vieta (pedagogi Ilze Krapauska un Angelika Teterovska). Arī Ulbrokā I Mazpilsētu un lauku mūzikas skolu konkursā flautas spēles audzēkņiem Emīlija Rosicka ieguva augsto II vietu un Sofija Āboltiņa – III vietu (pedagogi Ilze Krapauska un Angelika Teterovska).

X Starptautiskajā saksofonmūzikas festivālā „SAXOPHONIA”, kas norisinājās J. Mediņa Mūzikas vidusskolā 2017.gada 23.februārī, pirmo reizi piedalījās Krišs Klibinskis, ieņemot 13.vietu 32 dalībnieku konkurencē (pedagogi Rūdolfs Mīsa un Ingūna Lielbārde).

Klavierspēles programmas skolēni piedalījās I Starptautiskajā konkursā „Muzikālie zēni” (Klaipēdas Mūzikas skolā). Jēkabs Taranda un Roberts Lielbārdis ieguva atzinības (pedagogi Inese Paura). Arī Klavierspēles konkursā „Debija 2017” Juglas Mūzikas un mākslas skolā Intars Tomsons 30 dalībnieku konkurencē ieguva atzinību (pedagogs Angelika Teterovska).

Mūsdienu ritma mūzikas programmu skolēni, muzicējot dažādos sastāvos, augstu novērtējumu ieguva vairākos konkursos: koncertmeistarā Artjoma Sarvi pavadīta, Annija Bildarte ieguva III vietu, piedaloties Jauno vokālistu konkursā „Dziesmu putenis” (A.Kalniņa Cēsu Mūzikas vidusskolā). Jauno vokālistu konkursā „Talsi uzdod toni” Annija Lejzerniece ieguva III vietu (pedagogi Anita Zambare). Kombo sastāvā muzicējot, ansamblis piedalījās konkursā „Rojas ritmi 2017” (Rojas Mūzikas un

mākslas skolā) un Annija Lejzerniece saņēma žūrijas atzinību un I vietu (skolotāji Anita Zambare un Ivars Jercums).

Pirmo reizi Carnikavā notika interesants konkurss, kurā piedalījās mūzikas un mākslas programmu skolēnu komanda divu cilvēku sastāvā – I Jauno mūziķu un mākslinieku konkurss „Dziesmu duets”. Tajā Anna Grigorjeva ieguva I vietu (pedagogs Elīna Palma). VII Starptautiskajā glezniecības un grafikas konkursā „Sauls krasts” Saulkrastos ar panākumiem piedalījās mūsu skolēni: Ričs Janītens – III vieta, Justs Tomsons – atzinība, bet Uljana Ligo un Diāna Medne ieguva LMA „Erasmus” studentu grupas diplomus (pedagogi Meldra Rudzīte un Elīna Palma).

Vasaras laikā vizuāli plastiskās mākslas programmas skolēni un pedagogi vēl gaida rezultātus no 7 starptautiskajiem konkursiem, bet XII starptautiskajā Mākslas un Grafikas konkursā Baltkrievijā Daniela Ungura darbs tika novērtēts ar atzinību (pedagogs Meldra Rudzīte). Arī vizuāli plastiskās mākslas konkursā „Latvijas toņi un pustoņi” Siguldā Amandas Esītes darbs ieguva II pakāpes diplomu (pedagogs Elīna Palma) un Arta Andersona karikatūra Latvijas bērnu un jauniešu 11. karikatūru konkursā „Runča piedzīvojumi – Gunāram Bērziņam 90” (Tukumā) ieguva atzinību (pedagogs Elīna Palma).

Radošu, krāsainu, emocijām bagātu un saulainu vasaru vēlot – Ingūna Lielbārde, Garkalnes MVV mūzikas programmu metodiķe, un Inga Pelcmane, direktora vietniece mākslu jomā

# NOMETNE „ZAĻĀS VĀRNAS SKOLA”

Berģu Mūzikas un mākslas pamatskolā vasaras Saulgriežu priekšvakarā, 12.06.-22.06., notika vasaras nometne „Zaļās vārnas skola 2017”, kas tiek organizēta jau kopš 2010. gada.

Nometnē dažādās radošās darbnīcās dalībnieki nostiprināja jau skolas laikā gūtās zināšanas, prasmes, iemaņas, tomēr daudzas lietas apguva no jauna. „Zaļās vārnas skola 2017” dalībnieki apguva ne tikai zīmēšanu, gleznošanu, grafiku, bet ikdienā skolas programmā neiekļautas nodarbes, piemēram, dekupāžu, keramiku, marmorēšanu, filcēšanu, origami. Katru gadu nometnē domājam un plānojam kaut ko jaunu ieviest, šogad akcents bija likts uz brīvā laika pavadīšanu bez viedajām ierīcēm, TV, datora, interneta, tāpēc nometnes dalībnieki apguva sen aizmirstas kustību rotaļas, vārdu spēles, mācījās improvizēt un pagatavot paši savas spēles, ar ko nodarboties brīvā laikā un rīkot savā starpā sacensības, ko labprāt arī nometnes laikā darīja. Šogad pabijām arī ekskursijā ārpus mūsu novada robežām, apmeklējot mini zoo „Iks parks” Iksšķilē, kur nometnes dalībnieki varēja piedalīties dažādās sportiskās aktivitātēs, piemēram, spēlēja mini golfu, šāva ar loku un izmeta šķēpus, spēlēja badmintonu, lēkāja pa batutu, izstaigāja baskāju taku, kā arī aplūkoja dažādus zvērus (jeņotus, nutrijas, ūdrus, vistas, paipalas, fazānus, trušus u.c.), ko varēja arī pabarot un dažus pat samīļot, tāpat arī bija iespēja drosmīgākiem un izveicīgākiem izmēģināt rokas govus slaukšanā, bet pēc fiziskām aktivitātēm pagatavot pašiem savas ziepes, pamatmasu veidojot no ārstniecības augiem, par kuru labajām īpašībām ļoti interesanti stāstīja pati namamāte.

Nometnē „Zaļās vārnas skola” lielāks īpatsvars ir radošām aktivitātēm, tomēr neiztikt arī bez sportiskām aktivitātēm, kas lietus laikā tika organizētas skolas sporta zālē, spēlējot basketbolu, futbolu, tautas bumbu u.c., bet, lietus mitējoties, tika izmantotas skolas teritorijā esošie sporta laukumi un zālieni, kā arī jau otro gadu pēc kārtas trenera Alvja Zīriņa vadībā nometnes dalībnieki apguva un nostiprināja petankas spēli (skatīt „Garkalnes Ziņas 224” <https://www.youtube.com/watch?v=cg6Tbq7EB-A> 5:05min).

Katru gadu nometnes dalībnieki apmeklēja kādu no Garkalnes novadā esošajiem zirgu stalliem, lai uzzinātu kaut ko vairāk par zirgiem, to kopšanu, barošanu, reitertariju. Šogad, pēc vairāku gadu pārtraukuma, atkal pabijām zirgu stallī „Kriķi”, paldies Sintijai Semenkovai par izjādes organizēšanu visiem nometnes dalībniekiem. Jau otro gadu uzaicinām uz nometni arī laboratorium.lv zinātniekus, kas bērniem un jauniešiem saistošā veidā stundu garos uzvedumos un interaktīvos eksperimentos atklāj kādu ķīmijas vai fizikas tēmu. Šogad vairāk uzzinājām par elektrības dažādām izpausmes formām, pārrunājot arī par drošību dažādās situācijās, kas ir saistītas ar elektrību, elektriskām iekārtām.

Nometnes „Zaļās vārnas skola” viens no uzdevumiem ir popularizēt Garkalnes novadā mītošos ļaudis, floru un faunu. Pateicoties Mārča Bauzes-Krastiņa atsaucei, nometnes dalībniekiem lietainajā laikā bija iespēja skatīt pēcpusdienas kino „Septiņi piedzīvojumi Garkalnē”, uzzinot kaut ko vairāk par vairākiem iz-

ciliem novada cilvēkiem. Bet vairāk par Garkalnes novadā esošo floru un faunu nometnes dalībnieki iepazīna, dodoties divu dienu gandrīz 10km pārgājienā, kura laikā bija ne tikai fiziskas aktivitātes, bet arī erudīti jautājumi par tuvējā apkārtnē līdzās esošiem augiem, kukaiņiem, putniem, rāpuļiem, dzīvniekiem, abiniekiem, zivīm. Nometnes dalībniekiem, pateicoties Jāņa Lepša atsaucei, bija iespēja nakšņot pašuzceltajās teltīs, noķert kādu zivi, lai atkal to palaistu brīvībā, pašiem pagatavot uz ugunsкура zupu, cept dešņas un zefirus, doties dziesmotā nakts pārgājienā, lai no rīta atkal agri celtos, veiktu sportiskas aktivitātes ķermenim un atbildētu uz erudītiem jautājumiem, iekustinot prāta spējas, brokastīs vārītu putru un berztu katliņu ar smiltīm, kas vēl labāk iztīra kā dažs labs mazgāšanas līdzeklis, ko pirmo reizi darīja nometnes dalībnieki. Tāpat pirmo reizi daļa nometnieku mizoja kartupeļus, burkānus, grieza kāpostus zupai, kāds pirmo reizi uzslēja savu telti, bet visiem vajadzēja uzturēt kārtībā jaunuzcelto mājokli un vidi apkārt bez gādīgajām mammām un atsaucīgiem tētiem.

Tomēr bērni un jaunieši vecākiem par iespēju būt nometnē varēja pateikties, parādot nometnes noslēguma dienā iemācītās rotaļas, spēles, spēju improvizēt un sadarboties ar jaunieģutajiem draugiem, tāpat arī izliekot savus radošos darbu izstādē, kas katru gadu ir ļoti krāšņa un bagāta. Ar saviem darbiem nometnes dalībnieki iepriecināja arī nometnes pedagogus, bez kuriem „Zaļās vārnas skola” nebūtu tāda, kāda tā ir izveidojusies vairāku gadu garumā ar spēcīgu, profesionālu un radošu komandu. Paldies nometnes skolotājiem: Diānai Mežekai, Ievai Vahterei, Līgai Križevicai, Mārtiņam Križevicam, Arnijam Kiršteīnam.

Šogad nometnē „Zaļās vārnas skola” piedalījās 41 dalībnieks, tomēr gribētāju skaits bija krietni vien lielāks, proti, vairāk kā 30 bērnu palika ārpus nometnes ar cerību, ka nākamgad nometnes darbību varēsīm paplašināt un uzņemt pēc iespējas vairāk bērnu, kas daļu vasaras brīvlaika pavada interesantās, radošās, izglītojošās, aktīvās un novadu izzinošās nodarbībās. Pateicoties Garkalnes novada domes atbalstam, šogad 32 novada bērniem nometne bija pilnībā atmaksāta. Paldies Garkalnes novada domei par finansālu atbalstu, paldies JSK „Kriķi” par atbalstu nometnes organizēšanā, īpaši pateicos Vijai un Paulai Glāzerēm, kā arī Berģu Mūzikas un mākslas pamatskolas direktorei Ilzei Briņķei, tāpat arī Jānim Frišfeldam, Ilesai Abarri, Jānim Lepsim, Pēterim Saleniekam, Alvim Zīriņam, Mārcim Bauzem-Krastiņam, Edmundam Krampānam, SIA „Līče”, Dacei Kalniņai, Sandrai Kinšakovai, Dacei Zvirbulei, Asjai Zorģei, Vitālijam Ruhmanim, Sandrim Zariņam, Zintai Šestakovskai, Jānim Gailītim, Ingai Brokai, Sintijai Dombrovskai, Reinim Putniņam, skolas pedagogiem, administrācijai, tehniskiem darbiniekiem un medicīnas personālam. Paldies bērniem, vecākiem, vecvecākiem par interesi, atsaucei, azartiskumu, radošumu nometnē „Zaļās vārnas skola”! Ceram uz deputātu solīto atbalstu arī nākamgad, lai varam paplašināties un uzņemt visus gribētājus.

Nometnes vadītāja Ieva Križevica





Vidusskolēnu apmaiņas organizācija YFU Latvija aicina pieteikties viesģimenes apmaiņas skolēniem no Vācijas un Taizemes.

Vēl atlicis pusotrs mēnesis līdz brīdim, kad Latvijā ieradīsies apmaiņas skolēni no Vācijas, Taizemes un Austrijas. Viņi turpmāko gadu aizvadīs, dzīvojot viesģimēnēs un apmeklējot vietējo skolu, lai iepazītu mūsu zemes kultūru un valodu. “Šobrīd meklējam vēl 5 ģimenes, kuras būtu gatavas savā vidū uz vienu mācību gadu uzņemt 15–17 gadus vecas skolnieces no Vācijas un Taizemes,” stāsta YFU Latvija direktors Valdis Salaks. “Viesģimenes nozīme apmaiņas skolēna dzīvē ir patiešām liela – tā ir iespēja ne tikai gūt starptautisku pieredzi, iepazīt apmaiņas skolēna dzimtās zemes kultūru, bet arī uzlabot svešvalodu zināšanas, saskarsmes prasmes un paplašināt redzesloku gan bērniem, gan viņu vecākiem.”

Viesģimenes uzdevums ir palīdzēt jauniešiem iepazīt mūsu valsti, apgūt latviešu valodu, kā arī atbalstīt ikdienā. “Nereti apmaiņas gada laikā radušās draudzības saites kļūst tik ciešas, ka arī pēc apmaiņas gada skolēni ik pa laikam dodas apciemojot savas viesģimenes,” atklāj Valdis Salaks, kurš arī pats savulaik devies apmaiņas gadā uz ASV. Apmaiņas gada iespaidos dalās apmaiņas skolniece Natalie no Vācijas: “Gads, ko pavadīju Latvijā, ir bijis labākais manā dzīvē. Nekad neesmu tik daudz smaidījusi un priecājusies. Paldies manai fantastiskajai viesģimenei par to, ka Latviju tagad varu saukt par savām mājām.” Tāpat arī viesģimenes nozīmi uzsver Paola no Meksikas: “Zinu, ka pieņemt ģimenē apmaiņas skolēnu ir

liels izaicinājums, jo var nākties mainīt ikdienas rutīnu un saskarties ar neierasto. Taču, ja atvērsi savu sirdi un māju apmaiņas skolēnam uz vienu gadu, vari būt drošs, ka iegūsi labu draugu uz visu mūžu.”

Kopš organizācijas pastāvēšanas brīža Latvijā apmaiņas skolēnus ir uzņēmušas vairāk nekā 300 viesģimenes. Pieteikties var ikviena ģimene, kura vēlas un spēj savās mājās izmitināt apmaiņas skolēnu uz vienu gadu. Apmaiņas skolēniem nav nepieciešami īpaši apstākļi, istabu jaunietis var dalīt ar viesbrāli vai viesmāsu, galvenais – draudzīga attieksme un gultasvieta. Bez ēdienreizēm, kuras apmaiņas skolēns ietur kopā ar viesģimeni, ikdienas tērpiņus sedz apmaiņas skolēna īstā ģimene. Lai kļūtu par viesģimeni, aicinām sazināties ar YFU Latvija – zvanot 27706596 vai rakstot info@yfu.lv. Plašāka informācija: [www.yfu.lv](http://www.yfu.lv).

“Youth For Understanding” jeb latviešu valodā “Jaunatne par saprašanos” ir viena no lielākajām skolēnu apmaiņas programmām visā pasaulē, kas sniedz iespēju vidusskolēniem vienu mācību gadu pavadīt kādā no pasaules valstīm, dzīvojot vietējā ģimenē un apmeklējot vietējo skolu, šādā veidā arī vistiešāk iepazīstot viesvalsts ikdienu, tradīcijas un kultūru. Ik gadu YFU organizētajās programmās piedalās vairāk kā 7000 skolēni visā pasaulē. YFU birojs Latvijā darbojas jau kopš 1991. gada kā nevalstiska, reliģiski un politiski neitrāla mācību apmaiņas programma, kuras darbība balstīta uz brīvprātīgu iesaistīšanos.

Tina Pētersone

Katru gadu arvien lielākam skaitam bērnu tiek konstatētas stājas problēmas. Dažas no tām ir pārmantotas, citas iegūtas dzīves laikā, taču tās visas var atstāt nelabvēlīgu ietekmi uz kopējo organisma stāvokli, jo no mugurkaula veselības ir atkarīgs, cik pilnvērtīgi spēj strādāt mūsu plaušas, sirds un citi orgāni. Viena no nopietnākajām stājas problēmām ir skolioze jeb mugurkaula deformācija ar izliekšanos uz sāniem un kupriša veidošanos.

Labā ziņa ir tā, ka, uzsākot laicīgu ārstēšanu, skoliozi un citas stājas problēmas ir iespējams apturēt un pat koriģēt. Par to, kādas ir labākās metodes stājas problēmu ārstēšanā, stāsta klīnikas «DiaMed» fizioterapeite, sertificēta Šrotas metodes speciāliste, Diāna Silantjeva.

**Viss sākas ar diagnostiku**

Parasti stājas problēmas pamana vecāki vai ģimenes ārsts, kurš nosūta bērnu pie speciālista (vertebrologa, rehabilitologa). Diagnostikas precizēšanai tiek veikts rentgens un, ja nepieciešams, arī citi izmeklējumi.

Tālāk seko vizīte pie fizioterapeita. Tā kā rindas pie rehabilitologiem mēdz būt garas, pie fizioterapeita var doties arī uzreiz, kad esat pamanījis bērna stājas problēmas. Fizioterapeits rūpīgi izmeklēs bērnu, nosakot muskuļu disbalansu, stājas stereotipu, pārbaudot kāju garumu un pēdas velves, bērna ieraduma pozas un citus stāju ietekmējošos faktorus. Atbilstoši katra pacienta diagnozei un vajadzībām tiks sastādīts tieši viņam piemērots ārstēšanas plāns, izmantojot Šrotas metodi vai kombinējot ar citām metodēm.

**Stājas problēmas var būt dažādas**

Par stājas problēmām mēs runājam tad, ja bērnam ir fizioloģiski nepareizi izliekta mugura. Daļai bērnu raksturīgs kūkums krūšu daļā vai palielināts jostas daļas izliekums (izgāzts vēders), plakana mugura (šīs izmaiņas visvieglāk konstatēt, skatoties uz bērnu no sāniem), citiem veidojas izliekumi uz sāniem jeb kupriši (šīs izmaiņas labāk redzamas no mugurpuses, īpaši tad, ja bērns ir noliecies uz priekšu un noapaļojis muguru).

Asimetriskas stājas gadījumā, ja izliekums ir neliels, tiek runāts par skoliotisku stāju, bet gadījumos, ja deformācija kombinejas ar skriemeļu rotāciju, ko nosaka rentgenoģiski, tiek uzstādīta diagnoze – skolioze.

Diemžēl stājas problēmas ne vienmēr tiek konstatētas laicīgi, tāpēc vecākiem ikdienā vajadzētu biežāk aplūkot savu bērnu muguras, jo īpaši straujas augšanas periodā.

**Kas ir skolioze?**

Skolioze ir trīsdimensionāla mugurkaula deformācija ar sānisku novirzi un skriemeļa rotāciju. Lielākoties skolioze ir ideopātiskas izcelsmes, tas nozīmē, ka nav atrasts cēlonis, bet ir zināmi noteikti faktori: visbiežāk tā sāk izpausties straujas augšanas periodā, pārsvarā meitenēm (ja mammai ir skolioze, tad noteikti jāpārbauda arī meitas stāju), taču reizēm skolioze rodas dažādu attīstības traucējumu vai slimību ietekmē. Skoliozi var pastiprināt arī nepareizas ieraduma pozas, kurās viena ķermeņa puse tiek noslogota vairāk, kā otra.

**Nozīmīgākās skoliozes pazīmes ir:**

- Nevienāds plecu augstums;
  - Krūšu daļas kupris, viena lāpstiņa vairāk nobīdīta;
  - Sliņps iegurnis ar nobīdi uz sānu;
- Skolioze nav tikai vizuāla problēma. Ja skolioze netiek ārstēta laicīgi, var rasties blakusesošo locītavu un muskuļu sāpes, kā arī sirds un plaušu darbības traucējumi.

**Šrotas metode skoliozes apturēšanai un ārstēšanai**

Skolioze lielākoties tiek ārstēta konservatīvi, izmantojot fizioterapiju un speciālo korseti valkāšanu, smagākos gadījumos arī ķirurģiski. Agrāk tika uzskatīts, ka fizioterapija var palīdzēt koriģēt nelielus izliekumus,

taču kopš fizioterapeiti sāka pielietot Šrotas metodi, tā ir kļuvusi par vienu no efektīvākajām metodēm skoliozes apturēšanā un koriģēšanā.

Šī metode ietver sevī asimetrisku, trīsdimensionālu ārstniecisko vingrošanu ar asimetrisku elpošanu. Vingrojumu un elpošanas komplekss ir vērst uz to, lai mazinātu muskuļu disbalansu un sāpes, uzlabotu vizuālo tēlu, plaušu darbību un apturētu tālāku skoliozes attīstību.

Šrotas metode ir radusies 1920-tajos gados Vācijā un savu nosaukumu ieguvusi par godu tās radītājai, fizioterapeitei Katerīnai Šrotai, kura pati sirga ar skoliozi, un vēlējās sev palīdzēt. Latvijā šo metodi sāka pielietot pirms 10 gadiem, un šajā laikā sasniegtie rezultāti apliecina, ka Šrotas metode tiešām spēj mazināt mugurkaula izliekumu un ievērojami uzlabot pacienta pašsajūtu.

**Ieguvumi no Šrotas terapijas:**

- Pacienti uzlabo savu vizuālo stāju un psiholoģisko pašsajūtu;
- Apgūstot un izpildot vingrojumus, ir iespēja koriģēt skoliozi;
- Pielietojot skoliozes korekciju ikdienā, mazinās tās attīstību;
- Tiek mazinātas sāpes un uzlabota plaušu darbība.

**Rezultāti pārsteidz**

Ja skolioze tiek atklāta laicīgi, kamēr izliekuma leņķis nav liels, var panākt labus rezultātus, stāsta Diāna Silantjeva: “Minēšu kādu piemēru. Pagājušajā gadā, konsultējot 6 gadus vecu meiteni ar mugurkaula izliekuma leņķi 23 grādi pēc Koba, tika uzsākta intensīva korekcijas programma, kuras rezultātā mēs panācām izliekuma samazināšanu līdz 13 grādiem. Vizuāli, izliekumu vairs nevar pamanīt. Tas ir ļoti labs rezultāts.

Ir prieks redzēt arī pusaudžu meitenes, kurām pirms terapijas uzsākšanas līko muguru dēļ ir zems pašvērtējums, taču, uzsākot vingrošanu un uzlabojot vizuālo tēlu, ne tikai viņu pašsajūta, bet arī pašapziņa ievērojami uzlabojās.”

**Cik bieži jāvingro un vai to var darīt arī mājās?**

Atnākot pie fizioterapeita, katram pacientam tiek sastādīts individuāls vingrojumu komplekss. Fizioterapeits apmāca un kontrolē pareizu vingrojumu izpildi, lai to rezultātā izliekuma vietas (kupriši) samazinās, sasprindzinot muskuļus, bet ieliekuma (iekritušās) vietas izplešas un muskuļi pastiepj. Kustības tiek kombinētas kopā ar īpašām elpošanas tehnikām, kas pastiprina vingrojumu iedarbīgumu. Tāpat fizioterapeits sniedz padomus, kā konkrētajam pacientam pielietot korekcijas ikdienā (sēžot, veicot mājas darbus, ceļot smagumus, atpūšoties).

Kad apgūti vingrojumi pie sertificēta Šrotas metodes terapeita, pacients turpina vingrot mājās patstāvīgi, regulāri ierodoties uz kontroli pie fizioterapeita. Optimālais vingrošanas biežums ir 4-6 x nedēļā.

Ne visiem pacientiem pietiek motivācijas un uzņēmības patstāvīgi vingrot, tāpēc klīnikā Diamed ir radītas īpašas Šrotas terapijas grupas, kurās ir iespēja vingrot kopā ar citiem pacientiem. Vingrošana grupā sniedz ne vien papildus motivāciju, bet arī psiholoģisku atbalstu, jo ļauj pacientiem apziņoties, ka viņi nav vienīgie, kuriem ir šāda problēma.

**Vai Šrotas metode var palīdzēt arī gados veciem pacientiem?**

Mugurkaulu iespējams koriģēt līdz aptuveni 18 gadu vecumam, kamēr organisms aug, taču Šrotas metode ir ļoti noderīga arī vecākiem pacientiem. Tā palīdz nostiprināt muguras muskuļus, izstiept muguru, mazināt stīvuma un smaguma sajūtu mugurā. Turklāt, iemācoties pielietot korekcijas ikdienā, uzlabojas pašsajūta, mazinās skoliozes radītās sāpes, un tiek atslēgta citu orgānu darbība.

**Labdarības fonds**

**Biedrība “Pēc ugunsgrēka”**

**Palīdzēsim ugunsgrēkā cietušajiem atgriezties normālā dzīvē!**



Labdarības fonds Biedrība “Pēc Ugunsgrēka” ir izveidots, lai palīdzētu cilvēkiem, kuri ir cietuši ugunsgrēkā vai dabas katastrofā. Šī fonda dibinātāji ir cilvēki, kuri tiešām zina, kas ir ugunsgrēks. Viens no labdarības fonda “Pēc Ugunsgrēka” dibinātājiem ir ar 15 gadu ugunsdzēsēja darba pieredzi un zina, kādas ir ugunsgrēka sekas. Fonda mērķis ir pievērst sabiedrības uzmanību tam, cik grūti ir atgūties pēc tik briesmīga notikuma, kā ugunsgrēks.

Labdarības fonds Biedrība “Pēc Ugunsgrēka” jau ir palīdzējis lielām ģimeņu skaitam visā Latvijā. Cilvēkiem, kuri ir cietuši ugunsgrēkā, nepieciešams pilnīgi viss, sākot no vienkāršiem sadzīves priekšmetiem – piemēram, gultas veļa, apģērbs, trauki – un beidzot ar sadzīves tehniku. Vienai ģimenei pat tika uzdāvināts kaķis, jo iepriekšējais gājis bojā ugunsgrēka laikā.

Fondam ir sava aprīkota noliktava Buļļu ielā 45, Rīgā, kur var ziedot priekšmetus vai sadzīves tehniku. Diemžēl visdārgākais posms ir mājokļa atjaunošana. Pat ja sienas ir saglabājušās, varēja sadegt logi vai jumts. Kā mēs visi zinām, bez tā visa nav iespējams dzīvot normālu dzīvi.

Visi kopā mēs varam palīdzēt šiem cilvēkiem.  
[www.facebook.com/pecugunsgrēka.lv](https://www.facebook.com/pecugunsgrēka.lv)

# IZBRAUKUMU RESTORĀNS "VIENĪGI JUMS"



20. jūlijā Brīvdabas muzejā kantrī mūzikas gaisotnē, ēdināšanas kompanija "Latvian Catering Company" prezentēja savu jauno pakalpojumu, Baltijā pirmo pilna servisa izbraukumu restorānu "Vienīgi jums" ar jaudīgo Peterbilt 377 vilcēju.

Izbraukuma restorāns sastāv no Baltijā šobrīd vienīga, 450 zirgspēku jaudīgā Amerikāņu vilcēja Peterbilt 377 un Wagen Mayer piekabe, kas speciāli pārbūvēta un aprīkota ar augstas klases restorāna virtuvi. Izbraukuma restorāns spēj apkalpot līdz 600 cilvēkiem un nodrošināt augstas kvalitātes ēdināšanas pakalpojumus jebkurā vietā.

Projekta pirmsākumi meklējami 2010. gadā, kad Igaunija tika nopirkta piekabe un vēlāk 2012. gadā Lietuvā pati mašīna. Piekabes pārbūve tika sākta 2014. gadā.

Vieni no galvenajiem projekta atbalstītājiem ir Ropažu – Garkalnes Partnerība, LAD un kredītu pārbūvei piešķir banka Citadele un Finanšu institūcija "ALTUM".

Vairāk par restorānu un citiem "Latvian Catering Company" pakalpojumiem varēsiet uzzināt [www.cateringcompany.lv](http://www.cateringcompany.lv) vai [facebook.com/LatvianCateringCompany](https://facebook.com/LatvianCateringCompany)

GNV

## AICINA SASKAITĪT LATVIJAS DIŽKOKUS

Latvijā jau šobrīd ir saskaitīti vairāk nekā 8000 dižkoki, taču speciālisti lēš, ka tā ir vien ceturtdaļa no visiem Latvijas dižkokiem. Tādēļ, gatavojoties Latvijas valsts simtgadei, Kultūras ministrijas Latvijas valsts simtgades birojs un Dabas aizsardzības pārvalde uzsāk iniciatīvu „LV100 Dižošānās”. Tās ietvaros ikvienu aicina doties dabā un atrast vēl neapzinātos dižkokus, kā arī ar īpaša testa palīdzību noskaidrot savai personībai visatbilstošāko dižkoku.

Noderīga informācija, kā meklēt un kartēt dižkokus, pieejama tīmekļa vietnē dizosanas.lv100.lv, Tur arī izveidota lietotājam ērta karte, kur apskatīt jau esošos dižkokus un pievienot jaunus. Digitālajā kartē ievietotos datus par atrastajiem kokiem pēcāk pārbaudīs un norādītos kokus dabā apsekos Dabas aizsardzības

pārvaldes speciālisti. Ja koks atbildīs noteiktiem standartiem, to reģistrēs oficiālajā dižkoku reģistrā un pie tā izvietos atpazīstamības zīmi.

Iniciatīvas organizatori norādīja, ka koka stumbrs jāapmēra 1,30 m augstumā, orientējot tas ir cilvēka krūšu augstumā. Mērīšanai noderēs jebkurš priekšmets, kuru pēc tam mājās var nomērīt un sarēķināt kopējo apkārtmēru, piemēram, kurpu šņores, naudas zīme, plauksta sprīdis. Kokam jānofiksē koordinātes, bet, ja to nav iespējams izdarīt, jāuzskicē shēma, lai vēlāk koku var iezīmēt kartē. Atrodot lielu koku, vispirms jāemēģina noteikt tā suga, ko visvieglāk ir noteikt pēc tā lapām, mizas, zariem un pumpuriem. Atrastais koks jānofotografē no attāluma, lai redzams, kā tas izskatās ainavā, kā arī tuvumā, lai varētu novērtēt stumbra stāvokli.

## JAUTĀJIET ZVĒRINĀTAM NOTĀRAM

Nolūkā nodrošināt Jūsu, mūsu novada iedzīvotāju, informētību par visiem jums būtiskajiem jautājumiem, jums ir iespēja uzdot zvērīnātam notāram jums interesējošus jautājumus par dažādām juridiskām tēmām (par nekustamo īpašumu iegūšanu un atsavināšanu, dažāda veida civiltiesisku līgumu noslēgšanu, mantojuma lietu vešanu, laulāto mantisko attiecību noregulēšanu un bezstrīdus laulības šķiršanas procesu un par jebkuriem citiem zvērīnātu notāru kompetencē ietilpstošiem tematiem).

Gaidīsim Jūsu jautājumus līdz katra mēneša 1. datumam, lai sadarbībā ar zvērīnātiem notāriem nodrošinātu jūs ar pilnvērtīgām zināšanām par Jūsu tiesību un tiesisko interešu aizsardzību: [notars@garkalne.lv](mailto:notars@garkalne.lv) Atbildes publicēsim.

## GARKALNES NOVADA DZIMTSARAKSTU NODAĻĀ

Garkalnes novada iedzīvotāju saimei pievienojās 6 jaundzimušie (4 meitenes un 2 puikas).

Garkalnes novada Dzimtsarakstu nodaļā laulību reģistrēja 9 pāri.

Garkalnes novada Dzimtsarakstu nodaļā reģistrēta miršana:  
Linards Zaltāns  
17.04.1960. -28.06.2017.

## Es sveicinu sauli un vasaru Genovefa Čerkovska

Es sveicinu sauli un vasaru,  
Tām dāvinu savu asaru –  
Asaru – saldi rūgteno,  
Bezmiega naktīs raudāto.

Es ticu – šī asara iekrītīs  
Zemītē dāsnajā, auglīgā;  
Skat, zīlīte knābīti atnesīs  
Sēkliņu siku... Tā dīgs!

Jā, brīnums ir noticis:  
Izaudzis krūms –  
Nevis īgns vai drūms,  
Bet lepns, tik košs,  
Lāsmojošs.

Pat ziedi šim krūmam ir dažādi:  
Dzelteni-balti, zilgani,  
Daži pat mazlietiņ iesārti...

Un smaržas!  
Tik medaini saldas,  
Tik saldeni maigas –  
Tās piepilda tavu dvēseli...  
Jāsmīnkrūms!  
Tas taču Jasmīns,  
Mans mīļotais Jasmīnkrūms.

Paklausies, draugs,  
Ja dievišķo krūmu tu redzēsi –  
Latvijas daiļumu jutīsi,  
Nenopel to!  
Nemeklē citur – ārzemēs  
Kaut ko daiļāku, krāšņāku.  
Saudzē Dzimtenes – Latvijas  
Skaistumu,  
Ziedo Latvijai savu  
Asaru.

## GARKALNES KARATĒ KLUBS

UZŅEM JAUNUS DALĪBNIKUS!



Treniņu vieta:  
Aizkuļa iela 25 A, Sūkulu  
Garkalnes novads

Treniņu laiks:  
Pirmdienas 18.00-19.30  
Trešdiena 18.00-19.30

KARATĒ  
AKADEMIJA

Karatē ir šis sporta veids – smelna, pārcenšanās, spēks.  
Tā ir enerģiska spēle, kuru ļoti patīkami vien gandrīz visiem cilvēkiem.



## SIA "Garkalnes grants" meklē kasieri-dispečeri.

Darba laiks: 8:00-17:00. Darba vieta: Karjers "Garkalne", Garkalnes nov. Sīkāka info pa tālr. 29122424 vai e-pastu: [Janis.Liepa@heidelbergcement.com](mailto:Janis.Liepa@heidelbergcement.com)

## Aicinām darbā pārdevējus/-as

pārtikas preču veikalā "LaTS" Upesciēmā, Ziedu ielā 2. Lūdzam sūtīt pieteikumus uz [upesciems@kiretail.lv](mailto:upesciems@kiretail.lv), vai zvanīt 26737058.

Patiesās sērās paziņojam, ka pēc ilgas un smagas slimības mūžībā aizgājusi mīļotā sieva, māte un vismīļākā omamīte saviem mazbērniem

**Nina Ļebedeva (dz. Bergmane)**

03.07.1949.-19.07.2017.



Mākslas studijas "Godīgie Meļi" dalībnieki un pasniedzēja Laila Kelle aicina uz jauno gleznu izstādi 2017. gada 11. septembrī plkst. 19:00 Garkalnes novada kultūras centra "Berģi" mazajā zālē.

## Tiek pieņemti jauni iesniegumi par Garkalnes Goda novadniekiem.

Esat pazīstami ar kādu Garkalnes novadnieku, kurš būtu pelnījis būt par kandidātu pašvaldības apbalvojumam? Piesakiet viņu <http://garkalne.lv/novadnieki/pieteikt/> vai Garkalnes novada domes kancelejā.

Garkalnes Goda grāmata internetā: <http://garkalne.lv/novadnieki/>

## SVEICAM JUBILĀRUS!

75 gadi

05.08.42 Aina Āboliņa  
29.08.42 Ināra Bērziņa  
26.08.42 Herta Jansone  
04.08.42 Ausma Kristone  
19.08.42 Ilga Ruzeniece  
19.08.42 Skaidrīte Vanaga

80 gadi

09.08.37 Rasma Gulbinska  
11.08.37 Elga Kristapsone  
14.08.37 Jurijs Morozovs

85 gadi

15.08.32 Ingrida Balode  
16.08.32 Irina Zamberga

90 un vairāk gadi

03.08.27 Apolonija Namsone  
15.08.23 Iraida Laks  
18.08.25 Daina Nikolajeva

# BadminTonis

Muzikāls sporta sarīkojums 26. AUGUSTĀ Garkalnes novadā  
rokenrols: **THE BIG BLUFF**



Badmintona turnīrs un citas izklaides visas dienas garumā Langstiņu ezera publiskajā peldvietā.

**Programmā:**  
Badmintons, šautriņu mešana, bērnu atrakcijas, mūzika, jam session, gleznošanas konkurss, klauni, suņi, restorāns, ezers, saule, svaigs gaiss, skalstas meitenes, brašļi zēni, sportisks gars, jautrība, pārsteigumi un balvas.

12.00 - 13.00 reģistrēšanās turnīram  
Pieteikšanās turnīram un cita informācija:  
dzonsone@hotmail.lv

## LJF KAUSA IZCĪNAS CETURTAIS POSMS ŠĶĒRŠĻU PĀRVARĒŠANĀ



Sporta centrā "Kleisti" 8. un 9. jūlijā notika Latvijas Jātnieku federācijas kausa izcīņas ceturtais posms jāšanas sportā šķēršļu pārvārēšanā. Galvenajā maršrutā uzvarēja Sintija Semņkova ar zirgu Clair de Lune no JSK "Kriķi". Sacensību galvenajā maršrutā – klasiskajā konkūrā ar 135 cm augstiem šķēršļiem un pārlēkšanu uz laiku, kas deva ieskaiti pieaugušo konkurencē kopvērtējumā, piedalījās 11 sportiskie pāri.

Tikai divi dalībnieki pamatdistanci veica bez soda punktiem, lai par uzvaru cīnītos pārlēkšanā. Tajā nekļūdīga bija Sintija Semņkova ar zirgu Clair de Lune (JSK "Kriķi"), saīsināto maršrutu veicot bez soda punktiem 48,40 sekundēs un izcīnot pirmo vietu. Otrajā vietā Eva Fibiga ar Parnell Argus (SK "Top sport" – 8 s.p./55,35 s. Trešo vietu ieguva Anna Arhipova ar zirgu For Sale ("RIT Team"), kura pamatdistancē saņēma vienu soda punktu par laika normas pārsniegšanu. Turpmākajās godalgotajās vietās pēc pamatmaršrutā sasniegtajiem rezultātiem ierindojās: Aigars Bregže ar Val Di Sole (z/s "Lielceri"), Eva Fibiga ar Acadio (SK "Top Sport") un Kristīne Egle ar Cincinatti Z (SK "Top Sport").

Galvenā maršruta uzvarētāja Sintija Semņkova ir tikai 20 gadus veca, un vēl joprojām varētu piedalīties jauno jātnieku grupā, kur pagājušogad LJF kausa kopvērtējumā izcīni-

ja otro vietu, taču izšķīrusies par startu daudz spēcīgākajā, pieaugušo konkurencē, kur izdodas gūt atzīstamus panākumus: "Esmu priecīga par šo uzvaru, bet liels pārsteigums tas nebija, jo mājās tika aizvadīti ļoti nopietni treniņi. Jau vairākās sacensībās pēc kārtas man izdodas sasniegt labus rezultātus un iekļūt godalgoto skaitā. Priecēja arī laiks, kas deva papildu iedvesmu labam startam, kā arī labā sacensību organizācija, cilvēku atsaucīgā attieksme. Piedalījies kopā ar trim zirgiem, un gandarījums arī par Consensus, kuram šis bija pirmās sacensības, un tika iegūta piektā vieta maršrutā ar 120/125 cm augstiem šķēršļiem. Gūtā uzvara galvenajā maršrutā ir ļoti svarīga arī tāpēc, ka brauksim uz sacensībām Lietuvā, Žagarē, kur lēkšu maršrutu ar 130-140 cm augstiem šķēršļiem. Esmu gandarīta, ka pieņēmu lēmumu startēt pieaugušo konkurencē, jo te ir sarežģītāki maršruti un lielāka konkurence, kas ļauj vairāk mācīties."

Uzvarētāja zirga Clair de Lune īpašnieks Edgars Treiberģis stāsta: "Šis zirgs ir ar sarežģītu raksturu un nepieņem kuru katru jātnieku, bet ar lielu darbu kopīgi var panākt arī labu rezultātu. Bieži pat brīnos, kā viņš var jātnieku izglābt sarežģītās situācijās, un tieši ar šādiem zirgiem jālec bērniem. Ilgu laiku ērzelis tika izmantots vaislai, un tikai pēdējos gadus viņš piedalās sacensībās un ievērojami progresē, ļoti ceram, ka tā būs arī turpmāk."

## NO OLIMPIĀDES VISI AR MEDAĻĀM!



Lielisks komandas sniegums – tā varētu raksturot mūsu novada jauniešu startu VII Latvijas Jaunatnes Olimpiādē. Tādu medaļu ražu Garkalnes novads olimpiādēs nekad nebija ievācis. Bet par visu sīkāk saruna ar novada delegācijas vadītāju šajā olimpiādē Alvi Zīriņu.

*Saki, Alvi, kā izdevās tik lielisks starts visiem mūsējiem?*

Pirmkārt, šoreiz lielāku uzmanību pievērsām komandas komplektācijai. Novada komandas sastāvā bija jaunieši, kas reāli bija gatavi cīnīties par visaugstākajām vietām. Sakrita visi blakusapstākļi, lai izdotos parādīt visu labāko, uz ko katrs no dalībniekiem bija gatavs.

*Vai bija kādas problēmas ar to, ka sacensības notika dažādās pilsētās?*

Nē, visu centāmies organizēt tā, lai sportisti savlaicīgi būtu uz startiem, lai tas būtu Priekuļos (regbija), vai Ogrē (vieglatlētika) utt.

*Tagad, lūdzu, pastāsti par rezultātiem.*

Pirmās uz starta izgāja regbija spēlētājas. Ierobežotais pieejamo spēlētāju skaits šajā vecuma grupā mūsu komandai solīja ļoti smagas cīņas. Vienas spēlētājas trauma pašā turnīra sākumā nostādīja komandu kritiskā stāvoklī – turnīru nācās aizvadīt sešu spēlētāju sastāvā!

Iedomājaties regbijā 7, kāds tas ir handikaps pretiniečiem. Taču pirmā cīņa ar Rīgu parādīja, ka meitenes bez cīņas nepadosies. Tika izcīnīta uzvara ar 24:15. Tālāk gan nācās atzīt jūrmaļnieču pārkumu ar 7:26. Nākošā bija izšķiroša cīņa (atkal ar Rīgu) par medaļu sadalījumu. 27:19 uzvarām mazākumā, un šeit nervi pēc spēles neizturēja divām Rīgas spēlētājām, kuras izprovocēja uz kautiņu mūsu komandas labāko spēlētāju. Rezultātā diskvalifikācijas, kas nozīmēja to, ka cīņā par pirmo vietu ar Jūrmaļu mūsu meitenēm jāspēlē piecatā... 5:31 un sapnis par zeltu paliek tikai sapnis.

Golferis Dāvis Kannenieks šajā brīdī "Avotu" golfa klubā Valmieras tuvumā beidz sacensību pirmo dienu, dalot 3.-4. vietu.

Nākošā diena atnes priecīgāko ziņu – mazā Tina Dreimane ar zirgu Picasso, 18 konkurentu vidū, pārsteidzoši pārliecinoši izcīnīja uzvaru konkūrā. Lieki piebilst, ka Tina ir viena no jaunākajām dalībniecēm. Jāatzīmē arī Natālijas Dreimanes – Tinas mammas un treneres, lielais ieguldījums.



Priekuļos tikmēr Garkalnes puīši atkārtoti meitenju varējumu regbija laukumā, izcīnot sudraba medaļas. Abas komandas olimpiādē vadīja treneris Uldis Ozoliņš.

Ogres stadionā šajā pat laikā Patrīcija Sarmuļe 400m skrējienā uzrāda personīgo rekordu – 57.71 sek., un Garkalnes novada medaļu pūrā atnes vēl vienu sudrabu! Konkurence Patrīcijai bija gana nopietna – 48 dalībnieces. Dāvis Kannenieks pēc otrās dienas nostiprinās 3. vietā golfa turnīrā.

Pēdējā LJO dienā cerības saistījām ar taekvondo cīņas meistariem. Tas viņiem arī izdevās. Nezināmu iemeslu dēļ svaru kategorijās, kurās startēja mūsu meitenes Egita Brice un Liene Aija Caunīte, nepieteicās tas dalībnieču skaits, kurš nepieciešams komandu vērtējumam lielajā Olimpiādes tabulā. Taču tas ne par nieku nenoniecina mūsu meiteņu startu un sudraba medaļu izcīnīšanu. Grūtāk gāja vienīgajam puisim mūsu komandā – Edgaram Janušauskim. Viņš priekšsacīkstēs "izvilka" cīņu no praktiski zaudētas situācijas un aizcīnījās līdz bronzas medaļai!

No Valmieras pienāk ziņa, ka golfā Dāvis Kannenieks notur 3. pozīciju un izcīnīja bronzas medaļu! Un tad jau Ogrē laiks pēdējam mūsējo startam. 200 m vieglatlētikas disciplīnā Patrīcija Sarmuļe ir viena no labākajām priekšskrējienā, bet finālā trešā ar rezultātu 26,11 sek. Malacīte, jo jāņem vērā, ka šajā distancē piedalījās 48 pretendentes uz uzvaru.

*Ko Tu vēl gribētu pateikt lasītājiem?*

Vispirms gribu pateikties pašiem sportistiem, viņu vecākiem, treneriem un tehniskajam personālam par teicami padarītu darbiņu. Ceru, ka šie ir tikai viņu pirmie soļi uz vēl lielākiem panākumiem sportā.

Paldies Garkalnes novada domei, priekšsēdētājam un deputātiem par radīto iespēju piedalīties un veiksmīgi startēt olimpiādē. Tāpat vēlos pateikties R. Zujeviča "komandai", firmai "Sportapunkts" u.c. atbalstītājiem, kas kaldināja mūsu novada jauniešu panākumus šajā lielajā sporta forumā.

Gribu novēlēt tiem jauniešiem, kas vēl nevar izšķirties par sporta nodarbību lietderību – nekautrējaties un sāciet kaut ar pašu minimumu – stieni priekš pievilksnās, meža taciņu krosiņam, pļaviņu bumbas spēlei ar draugiem.

GNV

