



Maltas Dzirnas

Maltas apvienības pārvaldes
MALTAS PAGASTA bezmaksas informatīvais izdevums

Iznāk reizi mēnesī kopš 2006. gada, numerācija no 2016. gada 29. aprīļa.

2024. gada Nr.6 [89]

Ekspedīcijā iepazīst triju Maltas apvienības pagastu kultūrvietas

29. jūnijā notika brauciens „Pa Jura Gaigala gleznu pēdām”, aicinot dabā apskatīt mākslinieka dzīves un 12 gleznu tapšanas vietas. Tajā piedalījās interesenti no Maltas, Feimaņu, Ozolaines pagasta, Viļāniem, Rikavas, Rēzeknes, Rīgas un Francijas (meita Dace un mazmeita Ieva). Ideja radās 2023. gada braucienā pa maltietes Veronikas Tenčas-Goldmanes dzīves takām.

Paldies visiem, kas atrada laiku un pacietīgi, ar interesi izbraukāja visu septiņas stundas garo maršrutu, kas vijās no Maltas uz Prezmu, tad Rogovikiem, Pūdņikim, Feimaņiem, Černosti un beidzās mazzināmā Maltas pagasta nostūrītī

„Bykaunīkūs”, kur saimnieko Vija un Jāzeps Kuksas. Paldies priesterim Rinaldam Brokam, Maltas vēstures muzejam, Inesei Dundurei, entuziastiskajiem novadpētniekiem: Anitai Laizānei, Sergejam Šilovam, Ernai Ulasei, Mārim Rumakam. Paldies Kuksu ģimenei, Gunāram Smeilim (par graudu parraugiem) un cilvēkiem, kas atvēra baznīcas (Prezmā Marija Nizina, Feimaņos Bronislava Klindžāne), Ērikam Kosmačovam, šoferim Ēvaldam Laizānam, Maltas apvienības pārvaldei par transportu un priekšniekam Edgaram Blinovam par dalību ekspedīcijā.

(Plašāk lasiet 12. un 13.lpp)

Dace Gaigala (meita): „Bija interesanti būt vietās, kuras attēlota gleznās, salīdzināt, kā to redzējis tētis ar savu mākslinieka aci un kā izskatās dabā. Priecājos satikt cilvēkus, kuri interesējās par sava novada vēsturi un tradīcijām, kuri ar prieku dalījās ar faktiem un stāstiem par vietām, kurās bijām. Lielisks noslēgums bija ekspedīcijas dalībnieku kopīgi veidota glezna.”

Ieva Gaigala (mazmeita): „Esmu augusi ar vectētiņa gleznām pie istabas sienas, bet nebiju redzējusi dabā tās vietas, kas gleznotas. Bija ļoti interesanti tās apskatīt. Patika izmēģināt dažādus lauku darbus, sevišķi patika cirpt aitu.”



Ekspedīcijas dalībnieki pie Prezmas baznīcas.

Janas Indričānes foto



Tradicionāli Latgales plānošanas reģions mācību gada beigās izsaka atzinību izcilākajiem un aktīvākajiem vidusskolu absolventiem, pasniedzot Pateicības rakstus. Šogad, sadarbojoties ar Latgales pašvaldībām, LPR Pateicības rakstus saņēma 55 absolventi, tostarp divi Maltas vidusskolas absolventi: **Daniels Zeile un Milla Ketija Senkova**.

21.jūnijā Viļānu vidusskolas stadionā notika Rēzeknes novada pagastu apvienību basketbola sacensības 3x3. Piedalījās 9 vīriešu un 3 sieviešu komandas. Rezultātā Maltas apvienības vīriešu komanda izcīnīja 3 vietu (1.vieta - Viļānu AP, 2.vieta - Nautrēnu AP), bet sieviešu komanda - 2. vietu (1.vieta - Dricānu AP, 3.vieta - Viļānu AP). Paldies **Atim Kļaviņam, Mārim Gailumam, Edgaram Rumjancevam, Kasparam Spridzānam, Līgai Ludboržai, Arnitai Poišai, Elīnai Joninai un Sintijai Lesniecei** par MAP goda aizstāvēšanu!

19. jūnijā Maltas (Rozentovas) Sv. Krusta pagodināšanas Romas katoļu baznīcā 10 bērni saņēma Pirmo Svēto Komūniju.



Aktuālas vakances: **Sabiedrisko attiecību speciālists**. Pieteikšanās līdz 11. jūlijam. **Būvvaldes būvinspektors/arhitekts**. Pieteikšanās līdz 16. jūlijam. **Tehniskais speciālists** Lūznavā. Pieteikšanās līdz 15. jūlijam. **Tehniskais strādnieks** Maltas pagastā. Pieteikšanās līdz 9. jūlijam. **Jaunatnes darbinieks** Ozolaines pagastā. Pieteikšanās līdz 15. jūlijam.

Plašāk www.rezeknesnovads.lv

13. un 14. jūlijā Dabas aizsardzības pārvalde sadarbībā ar novadu pašvaldībām un vietējiem uzņēmējiem rīkos **Rāznas Nacionālā parka Ceļotāju dienas**. Laivotājiem 13. jūlijā būs iespēja gūt jaunu pieredzi kajaku braucienā pa Narūtu, bet 14. jūlijā garo maršrutu gājējiem iziet ~30 km Latgales pārgājēju maršrutu Kaunata-Jaunsloboda-Pārtovas ezers-Lielais Liepukalns-Akminiši-Kaunata kopā ar ģeogrāfu **Ivaru Matisovu**. Plašāk www.daba.gov.lv

Līdz 25. jūlijam jaunie un mazie lauksaimniecības un pārtikas jomas uzņēmēji aicināti pieteikties 6 mēnešu **atbalsta programmai "Laukiem augt!"**

Vairāk par programmu

https://ej.uz/laukiem_augt

Izsludināta pieteikšanās **konkursam «Sakoptākais mežs 2024»**. Pieteikumu ikviens interesents var iesniegt līdz 20. jūlijam. Arī šogad konkursantus vērtēs pēc meža īpašnieku ieguldījuma produktīvu un noturīgu mežaudžu izveidē, kopšanas metodēm, meža infrastruktūras, zinātniski pamatotu metožu izmantošanas ilgtspējīgā meža apsaimniekošanā, ainavas elementu plānošanas, kā arī saskarsmes ar kaimiņiem un pašvaldību. Konkursa nolikums un papildu informācija par pieteikšanos un vērtēšanas kritērijiem meklējami vietnē mezaipasniki.lv.



No 12. līdz 14. jūlijam tiks svinētas Rēzeknes novada dienas 2024. Šogad tās notiks katrā apvienības pārvaldē un priecēs savus iedzīvotājus un ciemiņus ar skaistu svētku programmu.

13. jūlijā Maltas apvienības pārvaldē Rēzeknes novada dienas tiks svinētas Lūznavas pagastā. Svētki tiks aizvadīti mākslas piknika zīmē.

No plkst. 15.00 ikviens ir aicināts braukt uz Lūznavas muižu, kur norisināsies mākslas un garšu festivāls "Mākslas pikniks".

Arī šogad viesi tiks pārsteigti ar dažādu žanru mūziku, ielu teātri, laikmetīgo deju un cirka priekšnesumiem, latviešu jaunāko kino, dabas izziņas un radošām aktivitātēm, kā arī garšu ceļojumiem. Pirmo reizi Latvijā viesosies burvju mākslinieks "The Charming JAY" no Dienvidkorejas. Koncertā plkst. 15.00 uzstāsies "M.DREĪS kvartets", plkst. 16.15 duets "Skaņu Dārzs", plkst. 17.30 "Zāle", plkst. 18.45 "Kalnejas", plkst. 20.00 "Raxtu Raxti".

Zaļumballēs ieeja bez maksas. Mākslas un garšu festivālā "Mākslas pikniks" ieeja 5 eiro.

11. jūlijā Viļānos Agrolesursu un ekonomikas institūts un Latgales LLZC sadarbībā ar Rēzeknes novada pašvaldību organizē **ikgadējo "Lauku dienu"**. Pasākumā varēs iegādāties sadzīvei un ikdienai noderīgas lietas amatnieku tirdziņā, un par muzikālo noskaņu rūpēsies Maltas kultūras nama lauku kapela "Malta".



Alikam Semjonovam 3. vieta zīmējumu konkursā



Lai atcerētos par 1941. gada 14. jūnija un 1949. gada 25. marta deportācijas, komunistiskā terora upuru atbalsta un palīdzības fonds “Sibīrijas bērni” rīkoja zīmējumu konkursu skolēniem.

14. jūnijā fonds “Sibīrijas bērni” organizēja zīmējumu konkursa uzvarētāju apbalvošanas pasākumu, kas notika Valsts prezidenta pilī. No Maltas vidusskolas uz šo pasākumu tika uzaicināts 3.b klases skolēns, 3. vietas ieguvējs, Alik Semjonovs.

Prezidenta pilī bija apskatāma labāko konkursa darbu izstāde. Latvijas Valsts prezidents Edgars Rinkēvičs uzrunāja klātesošos un personīgi sveica konkursa uzvarētājus. Dāvanā Alik saņēma diplomu, grāmatas un 40 eiro naudas balvu.

Bija iespēja apskatīt Valsts prezidenta pils krāšņo interjeru, kā arī Valsts prezidentu lielformāta portretu galeriju.

Paldies skolas direktorei **Vinetai Dimperei** par atbalstu un iespēju apmeklēt šo pasākumu!

Antoņina Vasiļjeva.
vizuālās mākslas skolotāja

Maltas aktīvo sieviešu klubs „Maska” apmeklēja Likteņdārzu

Maltas aktīvo sieviešu klubīnš „Maska” un vēl daži seniori 12. jūnijā devāmies ekskursijā uz memoriālo parku Latvijā – „Likteņdārzs”.

Laika apstākļi arī mums bija labvēlīgi, nebija karsti un pūta neliels vējiņš. Nesteidzīgi izgājām tautas dārzu, kuru veido ābeļu aleja un bruģakmeņu ceļš. Aizgājām līdz amfiteātrim, apskatot un apbrīnojot pelēko akmeņu krājumus. Tas ir iespaidīgs skats! Tālāk izbaudot dabas skaistumu un plašumu, aizgājām pa skaistu taku gar Daugavu, līdz skatu terasei. No turienes paveras brīnišķīgs skats uz mūsu likteņupī Daugavu un Kokneses baznīcu. Ir redzamas arī Kokneses pilsdrupas. Tālāk taka mūs aizveda līdz svētvietai, kur ir uzstādīts krusts. Tā vieta ir noslēgums takai. Uz soliēm atpūtāmies un devāmies atpakaļceļā, izejot ziedu pakalnu un apskatot sastādītos kociņus. Izstaigājām Likteņdārzu, kuru veido 12 pieturvietas, kas stāsta par Latvijas vēsturi un tautas dzīvi 20. gadsimtā.

Šī pastaiga Likteņdārzā bija nomierinoša – bez steigas. Mēs izbaudījām dabas mieru un daļumu.

Lai šī skaistā piemiņas vieta turpinā attīstīties un visām nākamajām paaudzēm stāsta un atgādina par mūsu tautas likteni. Paldies par šo braucienu Maltas apvienībai un Reģīnai Prančai par organizēšanu.

Valentīna Kondratjeva,
kluba "Maskas" dalībniece

2005. gadā Krievkalna sala pārdēvēta par Kokneses salu. Kopš 2008. gada uz tās tiek veidots Likteņdārzs – nacionāla piemiņas vieta, kas veltīta mūsu tautas 20. Gadsimta totalitāro režīmu un karu upuriem.

Vairāk - www.liktenadarzs.lv





Aktualitātes BJC jūnijā

Tik ilgi gaidītā diena ir klāt! Noslēdzies “Maltas Bērnu un jauniešu centra ēkas energoefektivitātes paaugstināšanas projekts”. No 26. jūnija esam atvērti un strādājam ierastā režīmā. Darba laiks: darbdienās no 10.00 līdz 17.00.

Jūnija sākumā tika publicēti zīmējuma konkursa rezultāti. Maltas BJC audzēknes **Viktorija Kononova** un **Alise Barovska** piedalījās Rēzeknes Gaļas kombināta izsludinātajā Bērnu zīmējumu konkursā “Cīšiņa vasaras piedzīvojumi”. Kopumā tika iesūtīti 71 krāsaini piedzīvojumu bagāti zīmējumi. Meitenes ieguva simpātiju balvas no RGK par darbiem “Cīšiņi kosmosā” (Viktorijas darbs) un “Cīšiņa piedzīvojums Maldīvu salās” (Alises darbs) un par saviem darbiem saņēma ļoti labas, garšīgas dāvanas.

12. jūnijā Maltas BJC teritorijā notika lielformātu spēļu burziņš. Jautrā meiteņu kompānijā pavadījām brīvo laiku, aktīvi darbojoties. Izspēlējām visiem labi pazīstamās spēles, kā “Cirks”, “Jenga”, “Domino”, “Novuss”, Lidojošais mērķis”, “Dambrete”, “Rīču Raču” u.c.

Vai atceries kaut vienu vasaru, kad nebūtu redzēts vismaz viens taurenis? Taureņi mums vienmēr asociējas ar vasaru. 18. jūnijā, saulainā vasarīgā dienā notika radoša



darbnīca “Lidojošie taureņi”. Pie mums atlidoja daudz krāšņu, krāsainu, raibu vasaras taureņu.

30. jūnijā Feimaņu pamatskolā norisinājās iniciatīvu projekts „Pelēkā pūce“, kurā piedalījās arī Maltas BJC audzēkņi. Pasākumā notika dažāda veida tematiskās stacijas, komandu iepazīšanās un saliedēšanas aktivitātes, netradicionālās stafetes, izklaides pasākumi. Jautri pavadīta vasaras svētdiena jautrā kompānijā!

JŪLIJĀ PLĀNOTS

Jūlijs būs bagāts ar aktivitātēm. Katru piekdienu notiks kino vakari skatīsimies multenes. Radošās darbnīcas veidosim arbūzus, saldējumus, notiks mākslas, sporta diena. Noslēgsim mēnesi ar Burbuļu ballīti. Papildu informācija – mūsu lapā vietnē „Facebook“.

Kristīne Sovane,
jaunatnes speciāliste





Jāņu ielīgošana Maltā

22. jūnijā pie Maltas kultūras nama ar lustīgām dejām, skanīgām dziesmām un ziedu vainagiem tika svinēti Jāņu ielīgošanas svētki.

Apmeklētājiem bija iespēja saņemt krāšņāko vainagu, smaržīgāko zaļu pušķi un smelties spēku dabas bagātībā.

Vakara turpinājumā notika svētku koncerts, kurā uzstājās kolektīvi un individuālie izpildītāji no Maltas. Paldies par skaistu svētku noskaņas radīšanu Maltas KN lauku kapelai "Malta", līnijdeju grupai "Pienepūka", vidējās paaudzes deju kolektīvam "Rutuļi", senioru vokālajam ansamblim "Liepas" un lieliskajām solistēm **Everitai Štekelei** un **Martai Rēzijai Kļaviņai**. Neizpalika arī tradicionālā jāņuzāļu pušķu laišana Maltas upē.

Bet svētku kulminācija bija lielā ugunsкура iedegšana ar sadziedāšanos Maltas KN folkloras kopas "Anđeļņeicys" vadībā. Vakars noslēdzās ar lustīgu zaļumballi.

Miera svētki upes krastā

7. jūlijam Maltas apvienības Parku festivāla ietvaros Maltas pagastā norisināsies Miera svētki upes krastā. Tie ir aicinājums izrauties no ikdienas steigas, pavadot mierpilnu svētdienas rītu relaksējošās un iedvesmojošās aktivitātēs.

Rīts sāksies ar ievadkoncertu, tad varēs piedalīties saturīgās sarunās un diskusijās kopā ar sertificētu mākslas terapeiti. Iemācīties ķermeņa, prāta un elpas sasaisti varēs jogas nodarbībā vai sasniegt dziļu relaksācijas stāvokli varēs, piedaloties Tibetas skanošo trauku meditācijā. Būs iespēja darboties radošajās darbnīcās un atvilkt elpu Miera ostā – atpūtas zonā, baudot zaļu tējas un putnu čivināšanu. Ikviens ir aicināts izbaudīt mierpilnu svētdienas rītu, sagatavoties jaunai nedēļai un apgūt sevis dziedināšanas prakses.

Sagatavoja **Simona Kaupuža**, kultūras pasākumu organizatore

Piesakieties

Bērības svētkiem!

27. jūlijā plkst. 10.00 Maltas kultūras namā notiks īpašs pasākums "Skaistākais zieds", kura laikā tiks sumināti Maltas pagastā deklarētie piecgadnieki.

Pasākuma galvenais elements būs animatoru programma "Puķu bērni gaismas ceļos", kurā Puķu meitenes bērnus vedīs neaizmirstamā piedzīvojumā caur radošām, aizraujošām un izklaidējošām aktivitātēm.

Piedalīties pasākumā tiek aicināti visi iedzīvotāji un viesi, lai pieredzētu, kā visskaistākie ziedi lēnām uzsāk savu ceļu uz plaukšanu, atklājot pasaules skaistumu.

Piecgadnieku vecāki tiek aicināti iepriekš – līdz 17. jūlijam pieteikt savus bērnus, pieteikumu brīvā formā sūtīt uz e-pastu simona.kaupuza@rezeknesnovads.lv vai WhatsApp numuru **27485473**, norādot gaviļnieka vārdu un uzvārdu.





Bibliotēkā jūnijā

Jūnijā Maltas pagasta bibliotēkā noslēdzās “Bērnu, jauniešu un vecāku žūrijas 2023” posms. Šogad lasītārie grāmatu eksperti devās ekskursijā uz Ludzu. Brauciena laikā apmeklējām Ludzas novada bibliotēku, kurā mūs sirsnīgi uzņēma un iesaistīja lasītveicinošās aktivitātēs. Par Ludzas apkaimes vēsturi un senču tradīcijām uzzinājām Ludzas Novadpētniecības muzejā. Sirsnīgs paldies mazajiem un lielajiem lasītājiem ekspertiem par piedalīšanos grāmatu lasīšanas izaicinājumā!

Jūnija vidū Maltas bibliotēkas dārzu papildīja bērnu smiekli un čalas. Mazie lasītāji pulcējās izzinoši radošajā nodarbībā “Kukaiņu slepenā dzīve”. Nodarbības laikā bērni iepazīna kukaiņu daudzveidību, izspēlēja kukaiņu “Rīču-raču”, “Mārītes un bitītes” (krustiņi un nullītes), burtu režģos meklēja kukaiņu nosaukumus. Mazie apmeklētāji iejutās “dabas detektīvu” lomā, pēc norādēm meklējot bibliotēkas dārzā esošus elementus. Nodarbības noslēgumā izveidojām gan lielākas, gan mazākas kukaiņu viesnīcas.

Tuvojoties mēneša maģiskākajai dienai – vasaras saulgriežiem –, bibliotēkā norisinājās tematisks pasākums “Saulgriežus sagaidot”. Tajā iepazīnām saulgriežu svinēšanas tradīcijas un ticējumus, minējām mīklas un gājām rotaļās. Pasākuma radošajā daļā pašu rokām izgatavojām pītās aproces.

Arī jūlijā gaidām savus pastāvīgos un jaunus lasītājus Maltas pagasta bibliotēkā.



Aicinām piedalīties “Bērnu, jauniešu un vecāku žūrijas 2024” jaunajā posmā.

Pasākumi JŪLIJĀ:

24. jūlijā plkst. 11.00 Meža ielas ekspedīcija bērniem “Koku pētnieki”. Pasākums veltīts dzejnieka, rakstnieka un dabas pētnieka Jāņa Baltvilka jubilejai.

Evija Agule,

Maltas pagasta bibliotēkas
bibliotekāre

JAUNUMI BIBLIOTĒKĀ:

Sadarbojoties ar Rēzeknes pielāgotās literatūras bibliotēku, turpmāk bibliotēkā būs pieejamas grāmatas palielinātā drukā un audiogrāmatas kompaktdisku (CD) formātā.

Savukārt Bibliotēkas bērnu nodaļā izveidota grāmatu izlase “Kā pavadīt vasaru?”, kur vecāki un bērni var smelties idejas laika pavadīšanai vasarā.

Vasaras izaicinājums Acis krītoši burti



- **VĒRO** dabu sev apkārt
- **FOTOGRAFĒ** acīs krītošus burtus
- **SŪTI** ieraudzītos burtus vienā WhatsApp ziņā uz tālruni 26274445 līdz 31. augustam.

Visvairāk atrasto burtu autorus gaida balvas!



Jaunieši mēneša laikā piedalās trijās sacensībās pludmales volejbolā

Jūnijs – ne tikai vasaras brīvdien un atpūtas mēnesis, bet saulains, karsts un emociju pilns laiks, kad Maltas jauniešiem ir iespējas kārtīgi izkustēties. Tā MAP divas jauktās komandas (Maltas un Lūznavas jaunieši līdz 18 gadiem) vienā mēnesī (jūnijā) piedalījās trijās sacensībās pludmales volejbolā.

15. jūnijā Čornajā norisinājās MIX volejbols dažādiem vecumiem, kur mūsu jaunieši cīnījās līdzvērtīgi pieaugušajiem,

26. jūnijā Strūžānos – jauniešu iniciatīvas projekta "Volejbols vieno" ietvaros. Pirms spēlēm jauniešiem tika organizēts koptreniņš/meistarklase, ko vadīja Rēzeknes novada Sporta skolas treneris **Arnis Žogots**, tas bija pamācošs un interesants!

28. jūnijā Rogovkā Nautrēnu pagasta jauniešu centrs organizēja sacensības “Rogbičs” jauniešiem līdz 18 gadiem. Šīs sacensības bija veiksmīgas: savās apakšgrupās komandas Malta-1 un Malta-2 izcīnīja



1.vietas, bet finālā ieguva 3. un 4. vietu, bet Karīnai Nikolajevai tika piešķirts labākas spēlētājas tituls.

Jūlijā jaunieši plāno organizēt sadraudzības spēles ar kaimiņu pagastu vienaudžiem. Tiek meklēti spēļu sponsori un atbalsts aktivitāšu organizēšanā.

Paldies **Evitai Strodei, Raineram Kropam, Rodionam Solovjovam, Tālim Lozdam, Andrejam Gedušam, Karīnai Nikolajevai** un **Laurim Antiņam** par cīņas garu un izturību! Tā tik turēt!

Svetlana Mikanova,

Rēzeknes novada Sporta skolas sporta organizatore



**Komandai „Saules puikas” –
3. vieta Latgales kausā**

29. jūnijā Maltas stadionā notika Latgales kauss, kurā piedalījās septiņas komandas. 1. un 2. vieta rēzekniešiem, 3. vietā – Rēzeknes NSS/FK „Saules puikas”, informē treneris Aleksandrs Boroduļins. Attēlos – komandu kopbilde un kauss tiek pasniegts „Saules puiku” kapteinis Arnim Grigorjevam.



Juris Dombrovskis aicina IZKUSTĒTIES koptreniņos un domāt par veselību

“Mens sana in corpore sano” jeb “Veselā miesā vesels gars” – šajā latīņu teicienā sen jau kodētā patiesība, kas kā nekad aktuāla mūsdienās – dīvānsēdētāju, telefonu un datoru laikmetā. **Eiropā vidējais veselības vecums ir apmēram 64 gadi, bet Latvija ir pēdējā vietā – ar 54 gadiem!** Pašlaik vien ap 30 procentu cilvēku kaut ko dara, bet gandrīz 40% eiropiešu sēž ilgāk nekā 10 stundas dienā. Ir par ko aizdomāties, vai ne?! Faktu pietiekami, lai jau tagad pieceltos un izietu ārā – kaut vai pastaigāties!

Jau divus gadus Rēzeknes novadā darbojas Rēzeknes novada Sporta konsultatīvā komisija, kuras priekšsēdētājs kopš šī gada sākuma ir maltietis **Juris Dombrovskis**. Līdz šim tā aktīvi strādājusi, veicot sporta dzīves pilnveidi, Rēzeknes novada sporta skolā iekļaujot pieaugušo tautas sportu.

“Akcenti ir uz to, lai tas tiktu attīstīts visās vecuma grupās. Protams, vēl daudz ko var un vajag uzlabot, bet jau pašlaik katrā apvienībā ir sporta organizatori, kas mēģina iekustināt cilvēkus. Prieks, ka jau notiek turnīri dažādos sporta veidos gan lokālā, gan starptautiskajā mērogā.”



Skriešanas plusi:

- ⇒ Uzlabo sirds un asinsvadu sistēmas darbību.
- ⇒ Uzlabo garīgo veselību un paaugstina enerģijas līmeni.
- ⇒ Paaugstina imūnsistēmas izturību.
- ⇒ Profilaktisks līdzeklis pret hroniskām slimībām.
- ⇒ Samazinās osteoartrīta risks.
- ⇒ Uzlabojas dzīves kvalitāte.
- ⇒ Uzlabojas miega kvalitāte.
- ⇒ Izdalās endorfīns – laimes hormons.

Skriešanas koptreniņi

Pašlaik Eiropā pat ir vesela programma tautas sporta attīstībai, un bērnu, tautas un veterānu sportu apvieno jēdzienā “pašorganizēts sports”. Tieši to šopavasār Juris aktualizējis Maltā, uzsākot tādu bezmaksas aktivitāti kā Skriešanas koptreniņi (reizi nedēļā piektdienas vakaros Maltas stadionā), taču pagaidām cilvēku aktivitāte ir minimāla. “Nezinu, cik ilgi man pietiks entuziasma. Piektdiena ir diena, kad man nav treniņa, tāpēc to izmantoju mazam papildtreniņam ārpus sava grafika. Ja atnāktu vēl kāds, ja paņemtu draugu – tas jau būtu daudz! Neesmu mēģinājis ne ar vienu personīgi runāt, jo cerēju, ka informācijas laikmetā – izlasa, ja grib, tad dara.”

Mērķis bijis iekustināt līdzpilvēkus, jo Maltā redz potenciālu. Bet laikam cilvēkus atturot dabiskais slinkums (labāk brīvo laiku pavadīt pie televizora vai telefonā) un arī bailes (doma – ko gan tur darīšu, droši vien citi labi skrien). Taču Juris uzsver, ka šie treniņi ir domāti tiem, kas vēlas pavigrot, sākt kustēties, ar laiku arī noskriet pirmos kilometrus. “Labprāt vēlos dalīties ar zināšanām, varu pastāstīt, kā sākt skriet, kā to pareizāk darīt. To vajag ne jau man, to vajag jums, vien jāuzdrošinās uzsākt!”

Aicinu katru paanalizēt, cik laika jūs pavadāt uz dīvāna, telefonā, bet to varētu veltīt savai veselībai! Man nedēļā ir tikai 6 stundas skriešanai. Arī jums tās noteikti ir!”

Skriet cilvēks varot no bērnības un kamēr vien spēj kustēties, vien katrā posmā savs ātrums un nosacījumi. (Arī Jura vadītajos koptreniņos viņi gan vingro, gan iet, tiek ņemtas vērā katra spējas.) „Cilvēkam svarīgi vispār kustēties. Kustība var būt dažāda, fiziskās aktivitātes ir arī darbs dārzā utt. Maltā varu uzskaitīt kādus 10 cilvēkus, kuri regulāri staigā. Pēdējā laikā runā par 10 000 soļu minimumu dienā, bet patiesībā esmu lasījis, ka pietiek pat ar 5000 noietiem soļiem, kaut 30 minūtes dienā kādu aktivitāti – paskriet, paiet, pabraukt. Bet tas jādara regulāri! Tā tiek trenēta sirds muskulatūra, elpošana, muskuļi.

Attēlos:

1. „Trail Kuršu Nerija”, taku skrējiena Kuršu kāpās 42 km distancē.
2. Rimi Rīgas maratona 5 km distancē, skrienot/stumjot dalībnieku ar kustību traucējumiem („Ar Andri bijām varens tandēms,” saka Juris.).
3. “Golden Mountains Trail” seriāla posmā Polijā 33 km distancē.





„Esmu kalnu cilvēks”

Atzišos, ar apbrīnu agri rītos Juri redzu skrienot pa Maltu, un domāju – ir nu gan cilvēkam gri-basspēks! Izrādās, viņš aktīvi šai nodarbei pievērsies vien pirms četriem gadiem, bet otrais gads, kopš trenējas trenera **Andra Ronimoisa** vadībā (katru nedēļu saņem skriešanas treniņu plānu, analīzi par iepriekšējiem treniņiem). „Sevi neuzskatu par sportistu, esmu vienkārši sporta entuziasts. Jā, jau piedalos dažāda mēroga sacensībās, bet savu pirmo kilometru noskrēju 2016. gadā, kad man bija 40+. Pēc vidusskolas beigšanas sporta ziņā nedarīju neko, tāpat kā vairums. Iemesls vienkāršs – mūs skolā nevis mācīja skriet, bet lika skriet. Arī pieeja „pārspēj sevi” ir pilnīgi aplama, jo sirdi vajag trenēt pie zema pulsa lēnos treniņos. Arī ejot.”

Dzinulis uzsākt skriet esot bijis interesants. “Kolēģis **Jevgeņijs Kušakovs** uzaicināja uz Minskas pusmaratonu, kur dalība garantēja bezmaksas vīzu. Kāpēc ne, jo tas nozīmēja ceļojumu! Bet bija jāskrien 5 kilometri. Nepilnu mēnesi pirms tam sāku skraidīt pa gabaliņam. Un tos 5 km Minskā tomēr noskrēju! Saprātu, ka skriešana nāk par labu arī fiziskai formai, jo **pēc 40+ neko nedarīt nozīmē arī pašam savu veselību pasliktināt.**” Sācis skriet asfalta skrējienus (savulaik populārais seriāls „Skrien Latvija”), tad pamēģinājis taku skriešanu „Stirnu Bukā” Mākoņkalnā. (Smejas, ka piecreiz nomiris un atdzīvoies pa dubļiem un brikšņiem skrienot.). Taču sapratis, ka dabiskā vide saista vairāk, ļauj izkāpt no komforta zonas, pabūt prom no urbānās vides (skriešana dabā, starp citu, ir senāka par fizikultūru stadionā vai skriešanu pa asfaltu). Tā iepazīnies ar komandas „Supervaroņu treniņi” vadītāju Andri Ronimoisu. „„Supervaroņu treniņi” ir Rīgas klubs, tur esmu divus gadus un to pārstāvu skrējienos ārpus „Stirnu Buka”. Tālākā



vieta, kur biju sacensībās, – Francija, Nica 2023. gadā, pirmā pieredze lielajos kalnos ar vairāk nekā 3000 augstummetriem. (AM nozīmē 3 km pilnīgi uz augšu, bet ne vertikāli, – ejot kalnos augšā, lejā tie salasās.) Daudzi ir pārsteigti, kad latvieši atbrauc skriet uz lielajiem kalniem un gūst labus rezultātus. Mēs, kuriem nav kalnu! Noslēpums ir treniņi Siguldā. Arī mūsu Mākoņkalns ir ideāla vieta, tur trenējos.”

Nupat aizvadītajā „Stirnu Bukā” 3.posmā Dubuļos notika Latvijas čempionāts taku skriešanā un tā norisē savu artavu ieguldījis arī Juris. „Es apmēram iedomājos, kur un kā varētu rīkot, mērķis bija salikt garo distanci čempionātam un to piedāvāt organizatoriem. To paveicām kopā ar **Gunti Rasimu**. Jau trešo gadu ir stabila Rēzeknes novada taku skriešanas komanda (10-12 dažāda vecuma cilvēki), neskrienam par godalgotām vietām, bet savam priekam un pārstāvēt savu novadu! Pērn gadā mūsu komanda Latvijā bija viena no retajām izteikti novada komandām!”

Viņš saka, ka izbauda katru skrējienu un tikt līdz finišam jau esot uzvara. “Es cīnos tikai un vienīgi pats ar sevi! Bet Nicas skrējieni laikam ir visiespaidīgākais ar tiem skatiem, kas pavērās, ar kalniem. Esmu kalnu cilvēks. Citiem vajag jūru, bet man kalnus! Bet

emocionālākais, aizkustinošākais laikam bija „Vilks” ar 76 kilometriem nupat 25. maijā. Pašlaik tā man ir garākā distance, turklāt tas bija manās mājās, izskrējām visus tuvējos kalnus, kurus tikai zināju pēc nosaukumiem.”

Jautāts par sevis uzturēšanu formā, Juris pārsteidza: “Esmu par slinku diētām (lai gan tās dotu citus rezultātus), ēdu visus ikdienas ēdienus, mīļākais ēdiens „Siļķe kažokā”, arī saldumus nesmādēju un kā gan var Jāņos bez alus?! Starp citu, saka, ka kola ir kaitīga, bet sacensībās tieši garajās distancēs ir viens no dzērieniem, kas dod enerģiju. Tā ka tie, kas grib dzert kolu, arī aicināti skriet!” (Smaida.)

Juri kopš skolas laikiem pazinu kā dambretistu un arī šim sporta veidam viņš joprojām atrod laiku, vadot Dambretes treniņgrupu Rēzeknes novada Sporta skolā. “Esam nodibinājuši Latgales jaunatnes dambretes līgu, kas notiek četras reizes gadā un šogad dalībnieki brauca arī no Pierīgas.” Viņa aktīvā dzīvesveida sastāvdaļa ir arī velobraukšana. Līdztekus darbam pašvaldībā (Rēzeknes novada Informācijas tehnoloģiju nodaļas vadītājs un novada vēlēšanu komisijas priekšsēdētājs), sabiedriskajai aktivitātei (Maltas pagasta iedzīvotāju konsultatīvās padomes priekšsēdētājs) viņam vēl atrodas laiks padarboties laukos un pa māju. “Skriešana ir mans dienas enerģijas avots. Citiem varbūt šķiet, ka no rīta skrienot visa diena sabojāta, gluži pretēji – es iegūstu enerģiju. Bet vakaros regulāri vingroju 15–20 minūtes. Galvenais ir plānot un gribēt par sevi rūpēties!”

Izlasot par viņa pieredzi un pieņēmumu daudzumu, vai jums vēl ir šaubas par to, ka laiku sev var un vajag atrast!? Jau šonedēļ aizej uz koptreniņu tepat, Maltas lieliskajā stadionā, un ķermenis būs Tev pateicīgs!

Skaidrīte Svikša

Foto no J.Dombrovskas arhīva



Pieminot 14. jūnija deportāciju likteņus un filmu „Likteņzeme”

Latvija ir mūsu likteņzeme. Latvijas cilvēku likteņgaitas okupācijas laikā aizveda uz dažādām pasaules malām. Lai arī kur nokļuva cilvēki, labprātīgi vai piespiedu kārtā, viņus visus vieno kopējas mājas – Latvija, domas par Latviju, sakņu apzināšanās.

Komunistiskā genocīda upuru piemiņas dienas pasākumā Maltas vēstures muzejā 14. jūnijā, pateicoties **Pēterim Ragaušam** bija iespēja noskatīties dokumentālo filmu „Likteņzeme.” Tas ir stāsts par divu dzimtu – Jūrdžu un Ragaušu atšķirīgajiem likteņiem (vienī devās



bēgļu gaitās uz Ameriku, bet otru piemeklēja izsūtījuma laiks Sibīrijā).

Ragaušu dzimtas pārstāve **Ilga Mazalevska** stāstīja par savas ģimenes Sibīrijā pieredzēto, par viņas brālēna Pētera Ragauša organizēto ceļojumu uz Sibīriju. Tāpat kā **Marija Podnieka**, arī Ilga ir Sibīrijas bērns. Paldies M. Podniekai un I. Mazalevscai, atmiņās izstaigājot bērības takas skarbahā Sibīrijā, Ilgai vairāk no vecāku stāstītā.

Paldies par gaišumu, kādu ir saglabājuši un nes sevī Sibīrijas laika bērni.



Muzeja darbinieces pieredzes apmaiņā apmeklē Igaunijas Nacionālo muzeju

Ar 2023. gada 1. martu ir mainījusies muzeja pārvaldība – muzeja darbu koordinē Rēzeknes novada pašvaldības Kultūras un tūrisma pārvalde. Ir izveidots metodiskais centrs, tiek organizēti pieredzes apmaiņas braucieni uz jauniem, mūsdienīgiem muzejiem, arī veiksmīgi atjaunoti.

Šinī laika posmā apmeklējām Valmieras muzeju, Eduarda Veidenbauma memoriālo muzeju “Kalāčos”, Kārsavas kultūrvēstures centru “Līču mājas”, Igaunijas Nacionālo muzeju, kas atrodas Tartu. Pieredzes apmaiņas braucieni ir vērtīgi redzesloka paplašināšanai, ideju ģenerēšanai. Šī pieredze no-

der gan ikdienā, veidojot maināmās izstādes, gan arī ilgtermiņā, īstenojot sava muzeja attīstības vīziju jaunā ekspozīcijā vai atklātā krājuma izstādēs. Jauni, inovatīvi informācijas pasniegšanas veidi redzētajos muzejos rosina domāt par jauninājumu ieviešanu savā muzejā.





Atklāta Diānas Apeles izstāde "Trauslais visums"

21. jūnijā Maltas vēstures muzejā burvīgajā saulgriežu laikā norisinājās Rēzeknes Tehnoloģiju akadēmijas docentes Diānas Apeles izstādes "Trauslais visums" atklāšanas pasākums. Tikšanās reizē māksliniece radīja un uzbūra plašu sajūtu spektru pasākuma apmeklētājiem.

Diāna Apele veiksmīgi savieno pedagogisko darbu, vadot profesionālo bakalaura studiju programmu "Dizaina tehnoloģijas" un lasot lekcijas citās studiju programmās, ar radošo darbību grafikas mākslā. Jaunākie D. Apeles mākslas darbi izteiksmes līdzekļu un tehnoloģiju izvēlē iziet ārpus grafikas kā mākslas veida uztveres un pasnieguma rāmjiem. Lāzergriezums, lāzergravējums, fotografika savienojumā ar linogriezumu, ebru gleznojumu (ebru gleznojumi – ūdenī pilina krāsas, tad iemērc audumu), kas materializējas uz papīra, zīda, akrila, organiskā stikla un finiera, kopumā izpaužas vairākās multimedialās darbu sērijās un veido izstādi "Trauslais visums".

Šajā izstādē māksliniece atspoguļo tādas tēmas kā: dzimta, ģimene, sievišķība, visums, planētas. Aplūka kā ģeometriskas formas pilnība ir galvenais visu izstādes darbu mēdijs.

Savos darbos D. Apele attēlo sievietes ķermeni caur visuma prizmu, šie darbi ir veltījums viņas dzimtas sievietēm. Šo darbu radīša-



nas procesā (fotosesijā) piedalījās 12 sievietes vecuma posmā no 14 līdz 78 gadiem. Planētas kā Visuma ķermeņi veidojas un attīstās, tā arī sievietes ķermenis vienmēr ir kustībā, krāj un nes sevī laika nospietumus.

Caur darbu sēriju, kas atspoguļo autores piederību senām poļu muižnieku dzimtām – Šlahtovičiem un Zadvinskiem, autore ievieš skatītāju savas bērnības fragmentētājā laika nogrieznī.

Mākslinieces radītie krāsainie ebru gleznojumi turpina atklāt skatītājiem tēmu par visuma likumu nenovēršamo kārtību.

Izstādes atklāšanas pasākumā apmeklētājiem bija iespēja iepazīties ar pašu mākslinieci un noklausīties viņas stāstus par mākslas darbu tapšanu – no idejas līdz iz-

pildījumam. Izstādes autore atklāja skatītājiem moderno tehnoloģiju un klasiskās mākslas pielietojumu savos mākslas darbos. Svarīga loma mākslinieces darbos ir arī fotogrāfijai un fotografikai, viņa darbos ir iekļāvuši savas dzimtas fotogrāfijas, speciāli izstādei "Trauslais visums" ir tapusi arī pašas mākslinieces veidota fotosesija. Šis veikums atspoguļots veselā darbu sērijā.

Pasākuma laikā neaizmirstamu muzikālo sniegumu, spēlējot saksofonu, radīja Maltas Mūzikas skolas audzēkne Gabriella Smane no Feimaņiem (skolotājs Juris Dervanovs). Paldies par atsaucību un skaisto sniegumu.

D. Apeles izstāde muzejā ir apskatāma līdz 23. augustam.

Jana Indričāne,
MVM krājuma glabātāja





Ekspedīcija „Pa Jura Gaigala gleznu pēdām” iepazīst triju pagastu kultūrvietas

(Turpinājums, sākums 1. lpp)

Brauciena sākumpunkts bija Maltas vēstures muzejā, kur darbinieces pie ieejas durvīm bija izveidojušas fantastisku dekoru – varavīksni ar lietus lāsēm



(atgādinot par grāmatu „Jura Gaigala varavīksne”). Lāsītes, kuras katrs dalībnieks nogrieza, lai uz tām uzrakstītu par savu saikni ar mākslinieku. No tām uzzinājām, ka sanākušie gan pazina J.Gaigalu, gan vēlas iepazīt viņa gleznas, gan vienkārši priecājas, ka viņa mantojums tiek celts gaismā. Tāpat muzejs bija sarūpējis Gaigalu dzimtas dāvinājumu izstādi, par kuras eksponātiem pastāstīja krājuma glabātāja **Jana Indričāne** un pateicās arī Koroļonoku ģimenei, kuri muzejam uzdāvinājuši J.Gaigala gleznu „Rozentovas baznīca”.



Vēl viens pārsteigums bija dzirdēt publicētās J.Gaigala bērniņas atmiņas par braucienu uz „Borovys tiergu”, kuras skanīgā latgaliešu valodā nolasīja

jauniešus **Raitis Taškāns**.

Ceļš turpinājās uz Rozentovas kapsētu, kur zem paša dzīves laikā izvēlēta peticīga pieminēkļa atdusas Juris Gaigals, netālu arī viņa

mamma, krustmāte, vecvecāki u.c. radinieki. Meita demonstrēja dzimtas koku, ko tētis kā rasēšanas lietpratējs bija rūpīgi veidojis. Ar mākslinieka svētību devāmies tālāk – uz Rozentovas baznīcu, kas bija brauciena 1. gleznas vieta.



Baznīcā mūs sagaidīja priesteris **Rinalds Broks** un pastāstīja gan par ēkas vēsturi (par to, ka tā ir trīs reizes piebūvēta un ka tajā atrodas unikālie pārnēsājamie altāriši – feretroni), gan par izcirsto krustiņu zvanu torņa bruģi.

Pa ceļam uz Prezmu novadpētnieks **Sergejs Šilovs** parādīja Maltas muižas vietu, atgādināja vēsturisko mīklu par Silmalas un Malta vietvārdu maiņu 1937. gadā, pastāstīja par Soltanu dzimtu un parādīja tagadējā Silmalā esošo bruģa ceļa posmu starp kādreizējo ebreju tirgotāju mājām. Prezma mūs gaidīja triju gleznu vietas: skats uz baznīcu no aizmugures, „Prezmas dzirnavas” un „Ceļš uz Prezmu”. Tās atradām, laika zoba mainītas... Prezmas baznīcas vēsturē ieskatu sniedza bibliotekāre un novadpētniece **Anita Laizāne**.



Tālāk devāmies uz Rogovikiem-Štikāniem, kur krustcelēs pie Štikānu kapsētas tika lasīti fragmenti no J.Gaigala māsas atmiņām par netālu bijušajām tēva mājām Kovaļovkā (nekas nav palicis pāri). Interesanti, ka kapsēta, kurā atdusas J.Gaigala sieva, kļuva par atmiņu vietu daudziem – gandrīz katrs uzskatījās pie kādas kapu kopiņas, jo izrādījās, ka tur daudziem ir radi, draugi, paziņas. (Piemēram, te atdusas arī skolotāja Marta Ružāne.)

Šķērsojām J.Gaigala bērniņas upīti – Lisku, atceroties, ka ar dakšiņām viņš tajā ķēra akmengrauzus; pabraucām garām Daugaviešu pamatskolas vietai (kur dabūjis divnieku par burtu r un z nepareizu pierakstu), un pietājām sakārtotajā atpūtas vietā Rogoviku parkā. Pārrunājām redzēto un akcentējām arī Silmalas pagasta specifiku, tādu kā vecticībnieku atzaru fedosejevišus, kuri te savulaik masveidā dzīvojuši. Šī puse gaida izzinātājus!

Nākamais pieturas punkts bija Pūdnīki Feimaņu pagastā, kur J.Gaigals radījis gleznu „Pūdnīku Julis sāta”. Mūs sagaidīja mājas tagadējais saimnieks **Ēriks Kosmačovs** (Jūlija Valtere bija viņa mātes Lūcijas tante), kurš no mums dāvanā saņēma svilpaunieku, jo tieši šim vietvārdam piesaistījām Silajāņu keramikas stāstu. Latgales Kultūrvēstures muzeja Mākslas nodaļas vadītāja **Inese Dundure** atgādināja daudzus šajā pusē dzīvojušo keramiķu uzvārdus. Bet aktivitātei radās ideja no braucienā piedalījušajiem četriem bērniem un J.Gaigala mazmeitas izveidot „Svilpaunieku kori”, kuri ar svilpauniekiem nospēlēja visiem zināmo melodiju „Zvaniņš skan”.





Turpinājām ceļu pa kādreizējo Silajāņu pagastu uz Feimaņiem (Vīmynim), kur J.Gaigals savulaik iemūžinājis gan baznīcu, gan krucifiksu cerīzniedu laikā.



Mūs sagaidīja un plašu stāstījumu sniedza vēsturnieks **Māris Rumaks**, viņu papildināja bibliotekāre un novadpētniece **Erna Ulase**. Uzzinājām daudzus jaunus faktus (piemēram, ka Feimaņus reiz gribejuši pārsaukt par Daudzezeru pagastu). Skaisti papozējot pie obeliska „Krusta nesējs”, devāmies uz autobusu, kur apskatījām printētus J.Gaigala gleznu attēlus ar Latgales ceļiem, mājām un ezeriem. Tās bija ievads braucienam pa gleznaino ceļu uz Černosti.

Ezers mūs gaidīja ar mākoņiem, kas bija kā no J.Gaigala gleznām. Maltas muzeja vadītāja Silvija Pīgožne pastāstīja leģendu par salu ezera vidū un citus faktus no ekspedīcijas. Ezers visiem kļuva par veldzes vietu, jo braukt bija kļuvis karsti. Visi steidza mērcēt kājas, bet daži – arī izpeldēties!



Uz mirkli piestājot Dzemen-
tovā, kur dzīvojis J.Gaigala vectēvs,

devāmies uz pēdējo programmā plānoto vietu. Milzīgs bija izbrīns, kad saimnieki, mūs sagaidot atritināja sarkanu paklāju. Tad nu steigzu īstenot aktivitāti, – lai varētu defilēt pa paklāju, bija jāizskaidro kāds latgalisks vārds. Visi braucēji izrādījās īsti latgalieši un pozējot ienāca Kuksu ģimenes pagalmā.



Pagalmā atcerējāmies vēl vienu gleznu „Antona Prāncā pagalmā Maltā”, mājās, kur J.Gaigals pavadīja vasaras un daudz gleznoja. Lai taptu atmiņa no šīs ekspedīcijas, Janas Indričānes vadībā katrs dalībnieks pielika roku, lai taptu glezna – dāvana atmiņai viesmīlīgajiem „Bykaunīku” saimniekiem.



Šī māja uz Maltas un Feimaņu pagasta robežas tika izvēlēta saimnieka savākto seno priekšmetu apskatei, jo Jāzeps azartiski vāc dažādos senos braucamrīkus un lietas, daudzas no kurām rodas arī J.Gaigala tautasdziesmu ilustrācijās. (Starp citu, viens no tiem ir unikāla cara laika pastnieka soma, kuru saimnieks uzdāvināja Maltas muzejam.) Mājas plašajā pagalmā bija iespēja atpazīt graudu veidus, ko bija sarūpējis **Gunārs Smeilis**, un atcerēties dažādas piemirstas senlatgaliskas nodarbes, ko izmēģinājām kopā ar jaunāko paaudzi.



Milzīgs pārsteigums un prieks par J.Gaigala mazmeitu Ievu, kura jau 24 gadus dzīvo Francijā, bet lieliski runā latviešu valodā un ar interesi izmēģināja: graudu malšanu, izkopts kulšanu, zāles pļaušanu, slotu siešanu un balķa zāģēšanu. Bet treknis punkts šajā seno nodarbu sarakstā bija aitas ciršana (aitiņa speciāli šim pasākumam tika atstāta necirpta). Šo nebūt ne vieglo darbu viņa darīja gan ar dzirklē, gan elektrisko mašīnu un neviltoti priecājās par rezultātu.



Noslēgumā – cienāšanās pie kopīgi tapušā Pēterdienas galda, un diena bija piepildīta, atstājot daudz informācijas un jauku mirkli. Brauciena sākumā katrs dalībnieks izvilka lapiņu ar uzdevumu kaut ko nofotografēt. Paldies tiem, kas iesūtīja savus fiksējumus. Jauki, ka to vidū bija arī upe, ko kāds saskatīja J.Gaigala gleznā. Tik patīkami apzināties, ka cilvēks turpina dzīvot savos darbos un iedvesmot...

Ekspedīcija beigusies, bet jau gaida nākamais projekts, kurā turpināsim iepazīt mūsu novadu arī caur citām Jura Gaigala gleznām.

Skaidrīte Svikša

D.Gaigalas, I.Gaigalas, S.Svikšas
S.Pīgožnes un J.Indričānes foto



MALTAS APVIENĪBAS PARKU FESTIVĀLS

PUŠAS PAGASTS

05.07.
plkst. 20.00

PUŠAS PARKA KINO VAKARS
Kino brīvā dabā un tikšanās ar
filmu varoņiem. Mazajiem
apmeklētājiem - multfilmas.

SILMALAS PAGASTS

06.07.
plkst. 10.00

SPORTA SVĒTKI ŠTIKĀNU PARKĀ
Aizraujošas stafetes,
sacensības visām paaudzēm
un animatori bērniem.

LŪZNAVAS PAGASTS

06.07.
plkst. 15.00

TEĀTRA DIENA
LŪZNAVAS MUIŽAS PARKĀ
Performances, teātra skeči, izrāde un
leļļu teātris mazajiem apmeklētājiem.

FEIMAŅU PAGASTS

06.07.
plkst. 19.00

FEIMAŅU PARKA DEJU SVĒTKI
“DEJA - BRĪDIS, LAI SATIKTOS”
Deju priekšnesumi no dažādiem
stiliem un kultūrām.

MALTAS PAGASTS

07.07.
plkst. 10.00

MIERA SVĒTKI UPES KRASTĀ
Meža parkā aiz Maltas kultūras nama.
Hanga skaņu koncerts, sarunas ar
mākslas terapeiti, joga un
Tibetas skanošo trauku meditācija.

OZOLAINES PAGASTS

07.07.
plkst. 14.00

LAIZĀNU PARKA MŪZIKAS SVĒTKI
Džeza, estrādes un akadēmiskās
mūzikas mazie svētki vokālā un
instrumentālā izpildījumā.

Smaidam!

Jāņu pantiņu konkurss

Ozolaines pagastā šogad notika
nerātnāko, jautrāko, meistarīgā-
ko un oriģinālāko Jāņu pantiņu
konkurss! Tika iesniegti vairāk
nekā 40 pantiņi. Žūrija – Ozolai-
nes TN folkloras kopa „Zeīļa”
noteica savus pantiņu-favorītus!

Kādreiz senči dziesmās teica,
Jāņu nakti gaidīdami:
„Jāņu nakti nezināju,
Kura māte, kura meita”.
Mūsdienas vairs nav tik viegli,
Citreiz uznāk tīrie smieklī!
Vai vairs atpazīt kāds spēš,
Kāds ir kleitā tērpies tēls?
„Vai tā māte, vai tā meita,
Varbūt Jānītim ir kleita?”
(„Meistarīgākais Jāņu pantiņš”,
Lāsma Zunda)

„Papardēs pa Jāņu nakti
Notiek neplānoti akti:
Jānim odi uzbrukuši,
Visu kaisli izjaukuši!”
(„Jautrākais Jāņu pantiņš” /
Velta Dubrovskā & Aija Lukina

„Zīdīj skaista papardeite
Da pošam reiteņam;
Lai tī mozī Juoņu bērni
Izaškalu Leldīnem.”
(„Oriģinālākais Jāņu pantiņš”,
Skaidrīte Svīkša)

„Pienācis ir laiks, un tumsa klāt,
Jānis šķūnī uzsāk Līgu čubināt,
Kalnā uguns sārti kvēl,
Līga bļautās: „Jānīt, vēl...”
Stallī zirgi skaļi zviedz,
Jānim uzzied papard'zieds!”
(„Nerātnākais Jāņu pantiņš”,
Viktors Mivreniks)
Sagatavoja **Santa Ostaša**,
Ozolaines TN vadītāja

Plānoto norišu apmeklēšana ir bez maksas. Lietus un sliktu laikapstākļu
gadījumā norises tiks daļēji atceltas vai pārvietotas uz iekštelpām!



Izdevējs – Maltas apvienības pārvalde Maltas pagastā.
Reģ. Nr.40900027426. Juridiskā un faktiskā adrese: Brīvības iela 6, Malta, info@malta.lv
Rekvizīti: Banka: A/S Swedbank, Swift kods HABALV22, konta Nr. 45HABA0551046064216.
Izdevuma veidotāja Skaidrīte Svīkša, e-pasta adrese malta.zinas@inbox.lv
Par rakstu saturu un faktu precizitāti atbild to autori. Metiens 300 eksemplāru.
Aktualitātes - twitter.com/MaltasApvieniba , www.malta.lv un www.rezeknesnovads.lv.

**RĒZEKNES
NOVADS**