



Piesaki Goda un Gada valmieriešus
Lasiet 2.lpp.

Rudens lapu akcija
Lasiet 2.lpp.

14.gs. liecības Valmieras pilsdrupās
Lasiet 4.lpp.

Dibinās Bertānu Valmieras basketbola skolu

Zane Bulmeistere,
Valmieras pilsētas pašvaldība

10.septembrī Valmieras pilsētas pašvaldības domes sēdē deputāti lēma par atbalstu nodibinājuma "Bertānu Valmieras basketbola skola" dibināšanai.

Latvijas basketbola zvaigznes Dāvis Bertāns un Dairis Bertāns, kuri iekarojuši NBA un Eirolīgas basketbola virsotnes, neaizmirst par dzimto pusi, kur likts spēcīgs pamats profesionālajai karjerai. Viņi pierādījuši, ka ieguldot pamatīgu darbu, ir iespējams papildīt sportiskos mērķus un sacensties ar pasaules labākajiem groza bumbas meistariem.

Basketbolists **Dāvis Bertāns**: "Ideja par basketbola skolas veidošanu mums bija jau kādu laiku. Tā kā radās šāda iespēja skolu veidot kopā ar Valmieras pilsētas pašvaldību un basketbola klubu vietā, kur jau pašlaik jaunatnes basketbola sistēma ir augstā līmenī, turklāt ņemot vērā mūsu ģimenes vēsturi gan Valmieras, gan Rūjienas basketbolā, šī ir lieliska iespēja to sākt jau tagad. Ceru, ka šīs notikums būs ar pozitīvu zīmi ierakstīts vēstures grāmatās. Tiešām liels prieks par atbalstu!"

Jau šajā sezonā Valmieru Latvijas Jaunatnes čempionātā pārstāvēs Bertānu Valmieras basketbola skola, kuras paspārnē pāries Valmieras Bērnu sporta skolas basketbola nodaļas esošie audzēkņi. Valmieras jaunatnes basketbola treneru kolektīvam pievienosies vēl citi jomas profesionāļi, nodrošinot plašākas iespējas jauno talantu attīstībai. Tāpat organizācijas izveide ļaus strādāt pie papildu finansējuma piesaistes Valmieras jaunatnes basketbola materiāltehniskā nodrošinājuma uzlabošanai. Brāļu Bertānu pieredze un klātesamība būs nozīmīgs pienesums jau tā spēcīgajai Valmieras basketbola sistēmai.

Stāsta basketbola kluba VALMIERA GLASS VIA ģenerālmenedžeris **Miks Balodis**: "Basketbola kluba VALMIERA GLASS VIA vārdā esam ļoti gandarīti, ka brāļi Bertāni ir izlēmuši iesaistīties Valmieras jaunatnes basketbola sistēmas attīstībā. Valmieras basketbola jaunatnes sistēma vēsturiski ir bijusi viena no labākajām valstī un regulāri spējusi sagādāt spēlētājus gan jaunatnes, gan pieaugušo izlasēm. Konkurētspējīga jaunatnes sistēma ir pamats arī profesionāla kluba darbībai, un šī vienmēr ir bijusi viena no



Foto: Jānis Lārmanis

VALMIERA GLASS VIA prioritātēm. Kopā ar Valmieras pilsētas pašvaldību un brāļiem Bertāniem dibinot Bertānu Valmieras basketbola skolu, varēsim turpināt jaunatnes basketbola sistēmas attīstību, kas līdz šim veiksmīgi darbojusies Valmieras Bērnu sporta skolas paspārnē. Tāpat šis solis noteikti ļaus daudz ātrāk realizēt virkni plānoto aktivitāšu, sākot jau 2020./2021.gada sezonā. Bertānu Valmieras basketbola skolai jāķļūst par vienu no labākajām basketbola skolām Latvijā un jāturpina nodrošināt Latvijas valsts izlases ar labi sagatavotiem spēlētājiem. Ceram, ka nākotnē skolas atbalstītāju loku papildinās arī citi basketbolisti, kuri būs kļuvuši par profesionāliem spēlētājiem, attīstot talantu Bertānu Valmieras basketbola skolā, un, līdzīgi kā brāļi Bertāni šobrīd, būs gatavi atbalstīt basketbola skolas darbību. Basketbola kluba VALMIERA GLASS VIA vārdā sakām lielu paldies Bertānu ģimenei par drosmi un uzņēmību, iesaistoties basketbola skolas dibināšanā. Paldies jāsaka arī Valmieras pilsētas pašvaldībai un Jānim Baikam personīgi par atbalstu Valmieras basketbolam."

Jāpiemin, ka Valmierai ir teicama sadarbība ar brāļiem Bertāniem, jau divus gadus organizējot meistarklases basketbolā jauniešiem. Tāpat ar Bertānu ģimenes atbalstu šobrīd top basketbola laukums Jāņa Daliņa stadionā, ko plānots atklāt jau šajā rudenī.

Valmieras pilsētas pašvaldības domes priekšsēdētājs **Jānis Baiks**: "Valmierā ir spēcīga basketbola tradīcija, par ko turpināšanu pateicamies Valmieras Bērnu sporta skolai un basketbola klubam VALMIERA GLASS VIA. Brāļu Bertānu iesaistīšanās Valmieras jaunatnes

basketbola sistēmā apliecina, ka Valmierā basketbolu mīl un te rūpējas par jauno sportistu izaugsmi. Protams, pateicamies mūsu līdzjutējiem, kas ļauj ne tikai sasniegt augstas virsotnes, bet ir atbalsts grūtajā treniņu procesā. Brāļi Bertāni jaunajiem sportistiem ir paraugs un iedvesma tam, ko var sasniegt, mērķtiecīgi un rūpīgi strādājot, lai īstenotu sapni. Dāvja Bertāna un Daira Bertāna, basketbola kluba VALMIERA GLASS VIA un Valmieras pilsētas pašvaldības kopprojekts veicinās jauno talantu attīstību un iespēju sportistiem pierādīt sevi ne tikai Latvijas mērogā, bet arī veidot karjeru augsta līmeņa profesionālos basketbola klubos visā pasaulē. Lai Valmiera ir vieta izaugsmei!"

Nodibinājuma "Bertānu Valmieras basketbola skola" dibinātāji ir Dāvis Bertāns, Dairis Bertāns, biedrība "Basketbola klubs "Vidzeme"" un Valmieras pilsētas pašvaldība.



Nodibinājums "Bertānu Valmieras basketbola skola" īsteno profesionālās ievirzes izglītības programmu basketbolā ar mērķi izaudzēt Valmierā jaunas un konkurētspējīgas sportistu paaudzes basketbolā, veicinot Valmieras kā Vidzemes reģiona basketbola centra attīstību.

Cienījamie Valmieras pilsētas iedzīvotāji!

5.decembrī plkst.13.00 Valmieras pilsētas Dzimtsarakstu nodaļa organizē pasākumu pāriem, kuriem 2020.gadā ir **Zelta kāzu jubileja** – laulībā nodzīvoti 50 gadi – un kuri ir Valmieras pilsētas iedzīvotāji.

Aicinām pieteikties personīgi Valmieras pilsētas Dzimtsarakstu nodaļā **līdz 10.novembrim**.

Plašāka informācija, zvanot pa tālruni **64225313**.

Valmierā būs hibrīdautobusi



Zane Bulmeistere,
SIA "VTU Valmiera"

Nozīmīgas pārmaiņas gaidāmas Valmieras sabiedriskā transporta sistēmā. Septembra beigās/oktobra sākumā Valmieras pilsētas maršrutos pasažierus sāks pārvadāt deviņi jauni dīzeļa – elektriskie hibrīdautobusi. Gaujas zelta smilšu krāsas autobusi ir videi draudzīgāki, jo daļu nepieciešamās enerģijas spēj saražot bremzējot.

"Vairākas reizes esam veikuši testa braucienus un rūpīgi vērtējuši, kas būtu Valmierai labākais variants, tādējādi ir liels prieks redzēt, kā īstenojas ideja par hibrīdautobusiem Valmieras ielās. Mūsu autobusu vadītāji, mehāniķi un tehniskās palīdzības darbinieki piedalījās mācībās, iepazīstot jaunus autobusus, un viņu atsauksmes ir pozitīvas. Jaunie autobusi ir ne vien pasažieriem ērti, bet arī draudzīgi videi, tādējādi šis ir ilgtspējīgs ieguldījums pilsētas attīstībā. Tas ir arī viens no mūsu uzņēmuma mērķiem – nodrošināt kvalitatīvu, mūsdienīgu pakalpojumu, kas ir uz ilgtermiņa attīstību vērsti. Ceram, ka arī pasažieri būs apmierināti un autobusi labi rīpīs," vēl SIA "VTU Valmiera" valdes priekšsēdētājs **Oskars Spurdziņš**.

SIA "VTU Valmiera" līgumu ar Solaris Bus & Coach S.A. par deviņu jaunu dīzeļa – elektrisko hibrīdautobusu iegādi parakstīja 2019. gada izskaņā. Tie būs autobusi, kas

daļu nepieciešamās enerģijas spēj saražot bremzējot, tādējādi tie ir videi draudzīgāki, ekonomiskāki un klusāki. Tā kā transportlīdzeklis ar hibrīdpiedziņu bremzēšanas laikā reģenerē enerģiju un veic akumulatoru uzlādi, tas ir piemērots pilsētas maršrutiem, kur bieži jāpiestāj pieturvietās un krustojumos. Uzsākot braukšanu, elektrodzinēja piedziņai tiek izmantota saražotā enerģija, kas savukārt ļauj noteiktu laiku braukt ar izslēgtu dzinēju. Tādējādi tiek taupīta degviela, sasniedzot, kā uzrādīja testa braucieni, pat 30 procentu degvielas ietaupījumu, kā arī samazinājās izmešu daudzums. Paš uzlādes dīzeļa – elektriskajiem hibrīdautobusiem nav ierobežots veicamais attālums un nav nepieciešama elektroenerģijas uzlādes infrastruktūra.

Lēmums izvēlēties hibrīdautobusus pieņemts, izvērtējot Valmieras pilsētas maršrutu tīklu, reisu garumu un klimatiskos apstākļus.

Projekta kopējās izmaksas ir 2 835 000 EUR, t.sk. Kohēzijas fonda finansējums 1 906 322 EUR apmērā.

Autobusu iegāde tiek īstenota Kohēzijas fonda līdzfinansētā projekta "Videi draudzīga sabiedriskā transporta iegāde Valmieras pilsētai" (vienošanās Nr.4.5.1.2/17/I/006) ietvaros.

Valmierieši jautā

Kā rīkoties, ja pazaudēta vai sabojāta skolēna apliecība?

Atbild Valmieras Izglītības pārvaldes vadītāja vietniece **Iveta Pāže**:

Gadījumā, ja ir pazaudēta vai sabojāta skolēna apliecība, tad vecākiem jāraksta iesniegums, kas adresēts izglītības iestādes direktoram, ar lūgumu atjaunot skolēnu apliecību un jāveic 1,15 EUR maksājums uz kādu no Valmieras pilsētas pašvaldības bankas kontiem.

Rekvizīti pieejami Valmieras pilsētas pašvaldības mājaslapas www.valmiera.lv sadaļā "Pašvaldība". Maksājuma uzdevumā jānorāda: izglītības iestādes nosaukums, skolēna vārds un uzvārds, kā arī maksājuma mērķis – par atkārtotu skolēna apliecības izgatavošanu.

Kad veikts pārskaitījums, skolēna vecākam bankas maksājuma izdruka kopā ar iesniegumu ir jāiesniedz izglītības iestādes lietvedībā.

Izglītības iestāde sazinās ar Valmieras Izglītības pārvaldi un informē par nepieciešamību atkārtoti izgatavot skolēna apliecību. Izgatavojot skolēna apliecību, tā tiek nodota izglītības iestādei, kas savukārt sazinās ar konkrēto skolēnu, lai tā sasniegtu īpašnieku.

Skolēna apliecība ir viens no pirmajiem skolēnam uzticētajiem un izsniegtajiem dokumentiem. Aicinu skolēnu vecākus pārrunāt ar bērniem atbildīgu rīcību pret skolēnu apliecību, novietojot to drošā un sev labi zināmā vietā!

Gadījumā, ja Valmieras iedzīvotāji atrod Valmieras izglītības iestāžu skolēna apliecību, piemēram, uz ielas, tirdzniecības vietā, sabiedriskajā transportā vai citur, lūgums to nogādāt Valmieras pilsētas pašvaldības Apmeklētāju pieņemšanas centrā Lāčplēša ielā 2.

Darbu atsāks naktspatversme

Liene Pinne,
Valmieras pilsētas pašvaldība

Iestājoties vēsākam laikam, **no 1.oktobra** biedrības "Latvijas Samariešu apvienība" sociālo pakalpojumu centrā "Vanags" Ūdens ielā 2C darbu atsāks naktspatversme, nodrošinot iespēju līdz 15 personām bez noteiktas dzīvesvietas saņemt gultasvietu, vakariņas un izmantot dušas pakalpojumu.

Mudinām valmieriešus īpaši aukstajā laikā būt līdzietīgiem un nepaiekt garām uz soliņa, kāpņu telpās vai zemē gulošai personai,

bet informēt viņu par iespēju pavadīt nakti patversmē. Tāpat ir iespējams sazināties ar Valmieras pilsētas pašvaldības policiju, zvanot uz Valmieras iedzīvotāju vienoto bezmaksas atbalsta tālruni **8484**. Izskatot saņemto informāciju, policijas darbinieki lems par tālāko rīcību.

Naktspatversmes pakalpojums tiks nodrošināts **līdz 2021.gada 30.aprīlim**.

Pagājušajā gadā kopumā naktspatversmes pakalpojumu izmantoja 32 personas.



Valmieras domrade

Valmieras 4. iedzīvotāju forums

- 26.09 Jānparka domrade
- Zvirgzdukalna domrade 10.10
- 24.10 Valmieras centra domrade

Domrade = satikšanās
piederībai, iesaistei, aktivitātei

Vairāk informācijas: www.vnf.lv un www.valmiera.lv

Sabiedrības integrācijas fonds, VALMIERA, VALMIERAS NOVADA FONDS

Pašvaldība organizē rudens lapu akciju

Līga Biežiņa,
Valmieras pilsētas pašvaldība

Lai atbalstītu iedzīvotāju teritoriju uzkopšanā, Valmieras pilsētas pašvaldība **no 1.līdz 31.oktobrim** izsludina rudens lapu vākšanas akciju.

Akcijas laikā Valmieras pilsētā deklarētie iedzīvotāji, fiziskas personas, kuru māsaimniecībām noslēgts līgums ar SIA ZAAO (ZAAO) par sadzīves atkritumu izvešanu, Eko laukumā Dzelzceļa ielā 5 bez maksas varēs nodot rudens lapas. Tās var vest jebkāda izmēra maisos, taču lapas no maisiem EKO laukumos būs jāizber. Zāle, dārzena atliekas, zari un laksti akcijas ietvaros netiks pieņemti bez maksas, tos visu gadu EKO laukumā Dzelzceļa ielā 5 var nodot saskaņā ar ZAAO noteikto cenrādi.

Māsaimniecības, kuru piegulošajās teritorijās aug ozoli, akcijas laikā var pieteikt ar lapām piepildīto 1,1 m³ specializēto (*big-*

bag) maisu bezmaksas izvešanu. Ar māsaimniecību adresēm, kas ir iekļautas atbalstāmo adrešu sarakstā, iespējams iepazīties Valmieras pilsētas pašvaldības mājaslapas www.valmiera.lv sadaļā "Pakalpojumi" – "Atkritumi" – "Rudens lapu akcija 2020", kā arī Valmieras pilsētas pašvaldības Nekustamā īpašuma apsaimniekošanas pārvaldē Lāčplēša ielā 2 Valmierā, 215.kabinetā. Jautājumu gadījumā lūgums sazināties darba dienās darba laikā pa tālruni **28314534**. Maisiem saturot citu saturu (zāle, dārzena atliekas, zari, plastmasas maisi u.c.), bezmaksas izvešana netiks nodrošināta.

Par maisu izsniegšanu un savākšanu māsaimniecības pārstāvim pašam jāvienojas ar ZAAO, sazinoties darba dienās darba laikā pa tālruni **29225862** vai e-pastā pieteikums@zaao.lv. Saskaņā ar ZAAO noteikto cenrādi pakalpojums pieejams arī tiem

iedzīvotājiem, kuru māsaimniecības nav atbalstāmo adrešu sarakstā.

Eko laukuma Dzelzceļa ielā 5 darba laiks pirmdienās, otrdienās, ceturtdienās, piektdienās ir no plkst.9.00 līdz 13.00 un no plkst.14.00 līdz 18.00, trešdienās no plkst.10.00 līdz 13.00 un no plkst.14.00 līdz 19.00, sestdienās un svētdienās no plkst.10.00 līdz 14.00.

Lapu un citu zaļo atkritumu dedzināšana Valmieras pilsētā ir aizliegta, jo tās radītie dūmi rada cilvēku veselībai un videi kaitīgu piedūmojumu. Par šī aizlieguma pārkāpšanu ir paredzēta administratīvā atbildība. Rudens lapas ne vienmēr pilnā apmērā ir izmantojamas komposta veidošanai. Tādēļ, finansējot rudens lapu akciju, Valmieras pilsētas pašvaldība atbalsta iedzīvotājus īpašumu un tiem piegulošo teritoriju sakopšanā.



Viņiem piemīt milzīgas darbaspējas, un ticībā tam, ka izdosies, viņi pārliecina. Un izdodas! Viņuprāt, augt ir ļoti svarīgi. Viņi tic, ka iedomāto var izdarīt, kaut arī citi tam vēl nav noticējuši. Viņu spēks ir zinātkāre – izzināt, izstāstīt, izprast, izjust – un par visu priecāties, it kā tas vēl nebūtu bijis. Arī mieru viņi prot, kad doma kļūst stipra un skaista. Viņi spēj saņemt tavu domu un pārvērst par pārdomu. Viņiem piemīt sirds siltums. Viņi dod, un nekas no tā neiet mazumā.

Aicinām līdz 4.oktobrim pieteikt Goda un Gada valmieriešus, lai pateiktos par ieguldījumu sabiedrības labā, nesavtīgu darbu, pilsētas attīstības veicināšanu un Valmieras vārda nešanu pasaulē.

Pieteikumu iespējams aizpildīt Valmieras pilsētas pašvaldības Apmeklētāju pieņemšanas centrā Lāčplēša ielā 2 vai aizpildīt elektroniski Valmieras pilsētas pašvaldības mājaslapas www.valmiera.lv sadaļā "Piesaki Goda un Gada valmierietim 2020".

Noslēgusies Kauguru ielas pārbūve

Līga Biežiņa,
Valmieras pilsētas pašvaldība

Augusta beigās ekspluatācijā pēc pārbūves nodota Kauguru iela Valmierā. Savienojot pilsētas apvedceļu ar Valmieras dienvidu daļā bāzētajiem uzņēmumiem, tā ir Valmieras komerctransportam un iebraucējiem no Cēsu puses nozīmīga infrastruktūra.

Kauguru ielai tika izbūvēta lietus ūdens kanalizācija, sakārtotas esošās komunikācijas, ieklāta asfaltbetona virskārta. Ielai izbūvēta jauna gājēju ietve, kā arī jauns kopīgs gājēju un velosipēdu ceļš. Ielai uzstādīts arī energoefektīvs LED apgaismojums, veikta apzaļumošana.

Atbilstoši iepirkuma rezultātiem Kauguru ielas pārbūvi veica

SIA "LIMBAŽU CEĻI" par kopējo līgumsummu 1 043 900,00 EUR bez PVN. Ielas pārbūve tika realizēta Eiropas Savienības Reģionālās attīstības fonda līdzfinansētā projekta "Atbalsts komercdarbībai – Kauguru ielas pārbūve" ietvaros.



REGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Valmierā notiek koku sakopšana

Līga Biežiņa,
Valmieras pilsētas pašvaldība

Lai uzlabotu pilsētvides drošību, Valmierā turpinās pilsētas koku sakopšana, kas tehnisku iemeslu dēļ Valmierā šogad iekavējusies līdz rudenim.

Stāvlaukumā aiz Valmieras Kultūras centra tiek organizēta divu nokaltušu bērzu nociršana. Rīgas ielas posmā iepretim Vecpuišu parkam tiks nozāģētas astoņas iepriekš galotņotas un daļēji vai pilnībā nokaltušas liepas. To vietā tiks stādītas jaunas. Atsevišķu nokaltušu un stipri bojātu koku ciršana tiks veikta arī Vecpuišu parkā, Dārza ielā, Ūdens ielā, Kārļa Baumaņa ielā, Matišu šosejā, Smiltenes ielā

un citur.

Vainagu pacelšana šovasar tika veikta Raiņa un Linarda Laicena ielās augošajām liepām. Taču tā paredzēta arī Tērbatas, Brīvības, Dārza, Lilijas un Smilšu ielās augošajiem kokiem. Koku vainagu kopšana un kaltušo zaru izzāģēšana tiks veikta arī atsevišķiem kokiem Rīgas ielā, Palejas ielā, Riharda Gredzena ielā un citur.

Šogad tiek veikta arī koku aleju novērtēšana Dīvaliņa ielā, Raiņa ielas posmā no Beātes ielas līdz pilsētas apvedceļam, kā arī Cēsu ielas posmā no bijušā šaursliežu dzelzceļa līnijas līdz Kauguru ielai. Šo ielu malās augošo koku kopšana tiks organizēta, balstoties uz novērtējumu rezultātiem.

Aicinām vējainā laikā būt uzmanīgiem un izvairīties no atrašanās zem lieliem un veciem kokiem. Ne vienmēr visus koku bojājumus ir iespējams savlaicīgi pamanīt un novērst, tādēļ vējainā laikā vienmēr pastāv koku zaru lūšanas risks. Pateicamies valmieriešiem par līdzšinējo aktīvo līdzdalību, ziņojot par traucējošiem kokiem vai nokaltušiem kokiem un krūmiem zariem, kokiem. Pamanot bojātus, bīstamus kokus un zarus, valmierieši aicināti informēt Valmieras pilsētas pašvaldību, sūtīt koku fotogrāfiju un tā atrašanās vietas iespējami precīzu adresi uz e-pastu info@valmiera.lv vai zvanīt pa bezmaksas atbalsta tālruni **8484!**

Ģimenes ar bērniem aicinātas piedalīties konkursā “Ģimenes rada”

Unda Blaumane,
Valmieras Attīstības aģentūra

Valmieras koprades darbnīca “DARE” organizē konkursu ģimenēm un aicina vecākus un vecvecākus radoši darboties kopā ar bērniem. Darbus, kas sagatavoti no otrreiz pārstrādājamiem materiāliem vai izmantojot modernās tehnoloģijas, varēs iesniegt konkursam līdz 3. oktobrim. Pieci labākie konkursa darbi iegūs balvu un kārumus visai ģimenei.

“Konkursā vēlamies motivēt ģimenes un pievērst ģimeņu un sabiedrības uzmanību kopā darīšanas un kopā radīšanas priekam. Darbojoties kopā ar bērniem, spējam radīt daudz interesantu, noderīgu un inovatīvu lietu! Konkurss aicinām piedalīties ģimenes, kuras jau apmeklējušas koprades darbnīcas “DARE” radošās darbnīcas, un ģimenes, kuras pie mums vēl nav viesojušās. Darbus var radīt mājās, taču ikviens ir laipni aicināts nākt uz “DARI”, kur piedāvājam gan tehnoloģijas, gan praktisku palīdzību. Ticam, ka tas stiprinās ģimenes vērtības Valmierā un Vidzemē,” par konkursu “Ģimenes

rada” stāsta Valmieras koprades darbnīcas “DARE” vadītājs Miks Ameriks.

Radītais konkursa darbs var būt gan taustāms, gan digitāls. Tas jānofotografē vai jānofilmē un jānosūta uz e-pastu dare@valmiera.lv. Konkursa darbus vērtēs žūrija, kurā būs gan uzņēmēji, gan organizācijas, kuru darbs saistīts ar bērniem. Pieci labākie darbi tiks apbalvoti tādās kategorijās kā ģimeniskākais, ilgtspējīgākais, inovatīvākais, radošākais un noderīgākais darbs, iegūstot “DARE” radītu balvu un veselīgus kārumus visai ģimenei.

Plašāka informācija un konkursa nolikums pieejams “DARE” mājaslapā www.developvalmiera.lv/koprades-darbnica-dare.

Konkursu “Ģimenes rada” projektā “KOPĀ DARĪT – KOPĀ RADĪT” īsteno Valmieras Attīstības aģentūra sadarbībā ar Valmieras pilsētas pašvaldību. Projekts tiek finansēts Latvijas valsts budžeta finansētās programmas “Ģimenei draudzīga pašvaldība” ietvaros, ko administrē Sabiedrības integrācijas fonds.

D vitamīns – arvien aktuālāks

Benita Brila,
Vidzemes slimnīca

Līdz pat 85% Latvijas iedzīvotāju ir nepietiekams D vitamīna līmenis, atzīts pētījumos. Turklāt tā nepietiekamība un pat deficīts ir izplatīts neatkarīgi no vecuma, dzimuma un gadalaika. Rudenī, saulei slīdot zemāk gar horizontu, D vitamīna līmeņa jautājums kļūst vēl aktuālāks. **Kāpēc?**

“Pazemināts D vitamīna līmenis iespaido kaulu sistēmu, veicinot osteoporozes un rahīta attīstību. Tas rosina paaugstinātu asinsspiediena, depresijas, multiplās sklerozes, reimatoīdā artrīta, augšējo elpceļu infekciju, cukura diabēta, sirds un asinsvadu slimību attīstību, kā arī dažu ļaundabīgo audzēju rašanās risku. D vitamīnam ir svarīga loma imūnsistēmas darbībā, tas samazina infekciju risku un atvieg-

lo to norisi. Par stipras imunitātes nozīmi vēl vairāk runājam tagad – jaunā koronavīrusa sakarā,” skaidro Vidzemes slimnīcas laboratorijas vadītāja Sandra Mikuļinoka.

Ko varam darīt savas veselības, tai skaitā stipras imunitātes un pietiekama D vitamīna līmeņa, labā?

“Ar pārtikas produktiem uzņemto D vitamīnu pietiekamā daudzumā ir pagrūti. Pieaugušam cilvēkam tad dienā vajadzētu apēst apmēram 700 gramu laša vai 108 olu dzeltenumus. Otrs D vitamīna uzņemšanas avots ir saule, kad saules ultravioletā starojuma ietekmē ādā sintezējas D vitamīns. Taču mēs dzīvojam Ziemeļu platuma grādos, tādēļ D vitamīna sintēze ādā pietiekamā apmērā nenotiek. Tātad nodrošināt organismu ar tā normālai funkcionēšanai nepieciešamo D vitamīna devu citādi nevar, kā lieto-

jot D vitamīnu uztura bagātinātāju vai medikamentu veidā, neatkarīgi no gadalaika un saules daudzuma. Lai atrastu ikvienam pacientam piemērotāko līdzekli, vispirms jānosaka D vitamīna līmenis asinīs. Pēc analīžu rezultātu izvērtēšanas ārsts ieteiks papildu uzņemamo D vitamīna devu. Tā kā D vitamīns uzšūcas lēni un tā līmenis, pat lietojot receptu medikamentus, ceļas gausi, atkārtots izmeklējums veicams ne ātrāk kā pēc trīs mēnešiem,” uzsver S. Mikuļinoka.

Asins analīzes D vitamīna līmeņa noteikšanai pieņem Vidzemes slimnīcā analīžu nodošanas kabinetā 1. stāvā, 182. kabinetā darbdienās **no plkst.7.30 līdz 15.30** un Konsultatīvajā kabinetā Bastionā, 101. kabinetā darbdienās **no plkst.8.00 līdz 12.00**, sestdienās **no plkst.8.00 līdz 11.00**.

Arheologi Valmieras pilsdrupās atrod 14.gadsimta liecības

Zane Bulmeistere,
Valmieras pilsētas pašvaldība

“Šobrīd mēs stāvam Valmieras pils pirmsākumos, Valmieras sākumā 14. gadsimtā. Te redzam deguma joslu. Visticamāk, dedzināti zari, pils būvniecību sākot ar meža izciršanu. Esam paņēmuši ogļu un putekšņu paraugus, lai noskaidrotu, kad un kāds mežs te audzis. Pili cēla vietējais darbaspēks – Valmieras apkārtnē dzīvojošie latgaļi – vācu meistarū vadībā, jo šī bijusi Vācu ordeņa Livonijas atzara pils. Atrodot latgaļiem raksturīgu vairogaprocī un vainaga piekariņus, kas visticamāk kaut kur strādājot aizķērās un noplīsa, veicot smagu darbu, guvām apliecinājumu teikā vēstītajam – pils celtniecībā strādāja gan vīrieši, gan sievietes,” tā par vērtīgākajiem atradumiem stāsta arheologs, Latvijas Universitātes Latvijas vēstures institūta pētnieks Dr. Hist. **Rūdolfs Brūzis**, nodrošinot arheoloģiskās uzraudzības darbus Valmieras Kultūrvides centra būvniecības laikā, kas sākusies, būvniekiem strādājot kopā ar arheologu komandu.



Pils Z daļā, kur bijis iekšpagalms, arheoloģiskie izrakumi Latvijas vēstures institūta arheoloģes, Dr. Hist. Tatjanas Bergas vadībā veikti 2018. gadā. Šobrīd arheologiem ir iespēja gadsimtiem senajās dzīlēs ienirt vēl par 70 cm dziļāk. Turklāt ļoti vērtīgi, ka izpētei pieejama salīdzinoši plaša teritorija, kas ļauj saskatīt kopsakarības starp dažādiem gadsimtiem.

“Būvvestures pētnieki mūrus datē ar 14. gadsimtu. Tos vācu

meistarū vadībā cēla vietējie iedzīvotāji. Teikā minēts, ka darbu laikā sievietēm ļauts dēlus zīdīt divas reizes, bet meitas – vienu reizi dienā. Vainags, kā piekariņus atradām, visdrīzāk tika izmantots kā matu lente, lai strādājot tos saturētu kopā,” stāsta R.Brūzis. “Par zvārgulišiem pie vaināgiem varam lasīt teikās. Visdrīzāk to uzdevums bija pasargāt no ļauniem gariem. Skaņa rada vilni, tādu kā auru, kas pasargā,” stāsta Valmieras muzeja Krājumu nodaļas vadītāja **Indra Vīlisterē**.



Katrs atradums ir ļoti vērtīgs, jo tajā ir stāsts. “Šis ir māla poda lauskas. Tepat arī gatavoja, ēda. Redzam vijļotu ornamentu gar malu. Analizējot iekšpusē esošo piedegumu, noskaidrosim, kāds ēdiens šajā podā tika gatavots. Un šī ir vaļņu jeb āķu bises lode. Ap pili bija sargalerija un šaujamlūkas. Augšā lēja lodes. Izņemot to no veidnes, ir jānoknēbj asara, citādi ir risks, ka lode iesprūstu stobrā un pulvera sprādziens traumētu pašu šāvēju. Šeit var redzēt, ka asara nav pilnīgi noknēbjta. Iespējams, bijusi liela steiga. Šī ir smaga lode, ko var izšaut no smaga ieroča. To nevar pārnēsāt, tāpēc tas tika iestiprināts pils mūrī izbūvētajā šaujamlūkā, lai šāviena radītās inerces dēļ pats šāvējs neaizietu pa gaisu,” skaidro R.Brūzis.

Nazītis – visdrīzāk no 17. gadsimta, krāsns podiņa lauska – 16. gadsimts, 1814. gada divkapeika, par ko varēja nopirkt krietna lieluma miltu maisu, tādējādi moneņas pazušana visdrīzāk bija liels zaudējums, eliksīra un ziedes trauciņi no Vecās aptiekas laikiem,

austere, jo viduslaikos nevienas nopietnas dzīres bez tām nenotika, bija uzskats – ja tās neliekat galdā, neesat augstmanis. No austerēm veidoja arī perlamutra pogas.

Izpētes darbi vēl turpinās. Pēc tam atradumus Valmieras muzejā varēs apskatīt ikviens interesents. “Ar atradumu vien nepietiek, pēc tam tas nopietni jāanalizē, jāatjauno, ja iespējams. Valmierā karu laikā daudz kas tika nodedzināts, bet daudz brīnumu ir vēl zem zemes. Katrs atradums ir īpašs gan kā veselums, gan palīdzot saskatīt kopainu. Piemēram, šie stāsta par laiku, kad Vidzemes latgaļi te bija kopā ar vāciešiem – arheoloģiskie pierādījumi šim laikam ir reti, tāpēc katrs atradums liek aizrauties elpai,” stāsta I.Vīlisterē.

Valmieras pils kultūrvides centra celtniecība tiek īstenota, piesaistot Eiropas Savienības darbības programmas “Izaugsme un nodarbinātība” prioritārā virziena “Vides aizsardzības un resursu izmantošanas efektivitāte” 5.5.1. specifiskā atbalsta mērķa “Saglabāt, aizsargāt un attīstīt nozīmīgu kultūras un dabas mantojumu, kā arī attīstīt ar to saistītos pakalpojumus” finansējumu no diviem projektiem – 1.kārtas projekta “Kultūra, vēsture, arhitektūra Gaujas un laika lokos” un 3.kārtas projekta “Valmieras Vēsturiskā centra attīstība”. Projekta “Kultūra, vēsture, arhitektūra Gaujas un laika lokos” ieviešanai plānots Eiropas Reģionālās attīstības fonda (ERAF) finansējums 1 032 900 EUR, valsts budžeta dotācija pašvaldībai 38 823, 53 EUR un pašvaldības līdzfinansējums 155 294,12 EUR. Projekta “Valmieras Vēsturiskā centra attīstība” ieviešanai plānots ERAF finansējums 2 000 000,00 EUR, valsts budžeta dotācija pašvaldībai 70 588,24 EUR un pašvaldības finansējums 1 409 107,63 EUR.



INTERAKTĪVS KONKURSS
ĢIMENES RADA
Mamma un tēti, omes un opji!
Izmantojot modernās tehnoloģijas vai otrreiz pārstrādājamo materiālu, kopā ar bērnu radi darbu!

Vairāk informācijas DARE Facebook lapā:
<https://www.facebook.com/DARE.VKD/>

Sabiedrības integrācijas fonds
VALMIERAS ATTĪSTĪBAS AĢENTŪRA
VALMIERAS KOPRADES DARBNĪCA

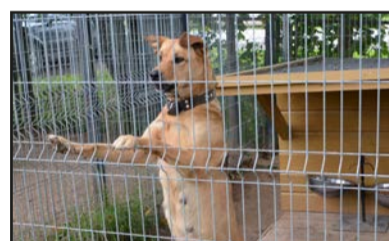
Meklējam mājas



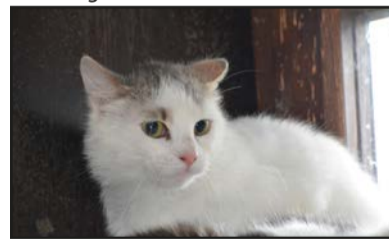
Aicinām zvanīt pa tālruni **29230307**, nākt ciemos un atbildīgi uzņemties rūpes par kādu no mīļuljiem. Patversme atrodas Mālu ielā 5 Valmierā. Vēlamais laiks apmeklējumiem: darba dienās **no plkst.13.00 -16.00**. Plašāka informācija arī www.valmiera.lv sadaļā “Pakalpojumi” – “Dzīvnieku labturība” – “Dzīvnieku patversme un adopcija Valmierā”.



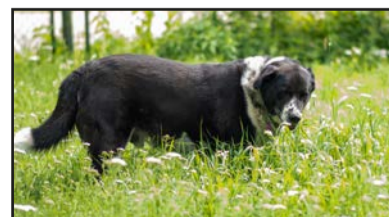
Trīs gadus vecajai Sisei tiek meklētas jaunas mājas. Kucīte ir draudzīga, taču mazliet bailīga



Džīna ir trīs gadus veca paklausīga un draudzīga kucīte



Astoņus-deviņus mēnešus vecais runčuks Pičuks meklē jaunas mājas. Pēc dabas ir drīzāk bailīgs, taču, saņemot gādīgas rūpes, kļūs drošāks



Sešus gadus vecajam Ozim ir draudzīgs, miermīlīgs, līdzsvarots raksturs. Piemērots dzīvei mājā, lauku mājā, kur pastāvīgi uzturas arī cilvēks

Projektu konkurss "Sev, tev, novadam"

Dace Dēnava,
Valmieras novada fonds

Ja Tev ir iecere, kura pilnveido tu Valmieras un apkārtējo novadu apkaimi un radītu līdzcilvēkiem jaunas iespējas, **līdz 1.novembrim** iesniedz idejas pieteikumu Valmieras novada fonda projektu konkursā "Sev, tev, novadam" un saņem finansējumu līdz 5000 EUR idejas īstenošanai.

"Esam pārliecināti, ka iedzīvotāji ar savu iesaisti var radīt pozitīvas pārmaiņas apkaimē atliek tikai uzdriestēties un darīt," saka Valmieras novada fonda vadītāja **Patricija Siliņa**.

Konkursā "Sev, tev, novadam" sagaidām idejas, kuras ir: 1) vērstas uz sabiedrisko labumu; 2) rada jaunas iespējas vai risina aktuālu problēmu; 3) veicina iedzīvotāju līdzdalību un līdzatbildību. Iesniegtajai idejai nevar būt peļņas gūšanas nolūks.

Projektu var pieteikt gan biedrības un nodibinājumi, gan privātpersonas no Valmieras pilsētas, Beverīnas, Burtnieku, Kocēnu, Mazsalacas, Naukšēnu un Rūjienas novada. Idejas tematika nav ierobežota, tās apraksts jāiesniedz līdz 1. novembrim.

Konkursa finansējums 5000 EUR galvenokārt ir no VNF Ziedotāju kluba dalībnieku (Valmieras apkaimes iedzīvotāju un uzņēmumu) ziedojumiem un ienākumiem. Pieteikumus vērtēs fonda ziedotāji un konkursa komisija. Vairāk informācijas par konkursa "Sev, tev, novadam" nosacījumiem un pieteikuma anketu fonda mājaslapā www.vnf.lv, sadaļā "Īsteno ideju". Par jautājumiem iespējams sazināties, rakstot e-pastu vnf@vnf.lv vai zvanot pa tālruni **26399772**.

Atbalstītās idejas varēs īstenot **no 2020.gada 1.decembrim līdz 2021.gada 30.novembrim**.

Svecīšu vakari oktobrī Valmieras un apkārtnes kapos

3.oktobrī plkst.18.00
Centra kapos

10.oktobrī plkst.18.00
Divala kapos

17.oktobrī plkst.18.00
Kocēnu kapos

24.oktobrī plkst.16.00
Kauguru kapos

Nodarbes kopā ar jauniešiem ar GRT

Gundega Siliņa,
Valmieras novada fonds

Lai aizsāktu sabiedrības uzskatu maiņu par jauniešiem ar garīga rakstura traucējumiem (GRT), fonds "Iespēju tilts" kopā ar Valmieras vasaras karjeras dienas nometnes "Atver durvis, atklāj sevi!" jauniešiem vasaras izskaņā īstenoja radošo darbnīcu – jaunieši ar GRT mācīja nometnes jauniešiem dekupēt jūrmalā atrastos oļus. Rezultātā tika radīti dekupēti akmentiņi, ko būs iespējams iegādāties sociālās uzņēmējdarbības veikalā "Čaklās bites bode", un atbalstīt fonda "Iespēju tilts" jauniešu ikdienu.

"Pagaidām mūsu sabiedrība ne pārāk pieņem citādo un atšķirīgo. Mēs vēlamies to mainīt – parādīt sabiedrībai, ka arī ar mums kopā var darīt brīnumjau-kas lietas, jēgpilni pavadot brīvo laiku," norāda fonda "Iespēju tilts" vadītāja **Zita Gustavsona**.

Pateicoties Sabiedrības integrācijas fonda nevalstisko organizāciju programmas atbalstam, tuvākā

jā laikā jaunieši ar GRT kopā ar sociālo rehabilitētāju Ritu, audzinātāju Līgu un koordinatori Gundegu plāno apciemot dažādas Valmieras vietas, organizācijas, aktīvāk apmeklēt dažādus publiskus pasākumus, kā arī doties pārgājienā, ekskursijā, talkot, sportot, iespējams, pat uzvest nelielu etīdi vai skečiņu. Darīt visu, kas sniedz prieku!

"Ja vēlies palīdzēt, sadarboties un uzaicināt jauniešus ar GRT apmeklēt kādu pasākumu, noteikti neatteiksim! Priecāsimies par šo iespēju un gaidīsim ziņu, ka vēlies kopā ar mums ko labu veikt! Salīdzinot ar Skandināviju, piemēram, Dānijā jau pirms desmit gadiem sabiedrība bija pieņemošāka. Ja cilvēkam ir GRT, tas kopā ar savu pavadoni neliedz viņam doties uz veikalu, apmeklēt publiskus pasākumus, dzīvot tāpat kā visi citi. Latvijas sabiedrībai, tas vēl ir jāpārcēlās," pauž koordinatore **Gundega Siliņa**.

VNF skolēniem dāvina 71 mugursomu

Gundega Siliņa,
Valmieras novada fonds

Jaunajā mācību gadā, Valmieras novada fonds (VNF) ir iepriecinājis 71 mazo skolēnu Valmierā un tās apkārtnes novados – mazie audzēkņi ieguvuši jaunas un skaistas mugursomas. Jaunas skolas somas Valmierā saņēmuši – 3, Beverīnas novadā – 20, Kocēnu – 17, Burtnieku – 17, Rūjienā – 10, Mazsalacā – 4 bērni, kuri mācības šogad uzsākuši 2., 3. un 4.klasē.

VNF kolektīvs priecājas, ka šogad ar jaunām mugursomām izdevies iepriecināt – 40 zēnus un 31 meiteni. "Uzsākot skolas gaitas, ne visi vecāki var atļauties bērnam iegādāties jaunu skolas somu, tāpēc patiešām liels prieks, ka izdevies iepriecināt tik daudz mazo skolēnu, Valmieras un apkārtnes novados. Cerams, esam sasnieguši tos bērnus, kuriem jaunās mugursomas tiešām ir vajadzīgas visvairāk," norāda Valmieras novada fonda projektu asistente **Monta Martinsone**.

Valmierā pieejama daudzveidīga un kvalitatīva izglītība

Liene Pinne,
Valmieras pilsētas pašvaldība

2020./2021.mācību gadā Valmieras pilsētas pašvaldības dibinātās izglītības iestādes turpina nodrošināt kvalitatīvas izglītības iespējas Valmieras un citu Latvijas pilsētu un novadu bērniem un jauniešiem. Izglītības līmenis skolēnu un viņu vecāku vidū Valmieras skolās tiek vērtēts augstu, par to liecina skolēnu skaits, kas palielinās jau vairākus gadus pēc kārtas.

Valmieras pilsētas pašvaldības vispārējās izglītības iestādēs jaunajā mācību gadā zinības iegūst 4120 skolēni, kopš iepriekšējā mācību gada skolēnu skaits pieaudzis par 36 skolēniem.

Lielākajā Valmieras skolā – Valmieras Viestura vidusskolā (VVV) – zinības apgūst 820 skolēni. 2020.gada 24.janvārī Būvniecības valsts kontroles birojs pieņēma ekspluatācijā VVV vēsturisko ēku un pārbūvēto sporta zāli. Šogad skolēni un pedagogi var turpināt darbu mūsdienīgās un gaišās skolas telpās. Skolas teritorijā turpinās sporta halles būvniecība,

ši teritorija ir norobežota un notiekošie darbi neietekmē mācību procesu.

Valmierā ir divas valsts ģimnāzijas – Valmieras Pārgaujas Valsts ģimnāzijā mācās 589 skolēni, Valmieras Valsts ģimnāzijā – 422. Ir izstrādāts Valmieras Valsts ģimnāzijas sporta zāles un tai savienotās ēkas būvprojekts un tuvākajā laikā plānots izsludināt iepirkumu, lai noskaidrotu pārbūves darbu veicēju.

Savukārt Valmieras 5.vidusskolā mācās 495 skolēni, Valmieras 2.vidusskolā 412 skolēni, Valmieras Pārgaujas sākumskolā mācās 648 skolēni un Valmieras sākumskolā zinības apgūst – 555 skolēni, bet Valmieras Gaujas krasta vidusskolā – attīstības centrā mācās 179 bērni.

Īpašs šis jaunais mācību gads ir 369 pirmklasniekiem, kuri šogad uzsāka skolas gaitas kādā no Valmieras izglītības iestādēm. Visvairāk pirmklasnieku soli šogad tiek sperti Valmieras Pārgaujas sākumskolā – 100 un Valmieras sākumskolā – 98.

Valmieras pilsētas pašvaldības

Turpina piedāvāt apmācības "Datorprasmes senioriem"

Valmieras integrētā bibliotēka piedāvā apmeklēt 10 nodarbības senioriem bez priekšzināšanām vai ar nelielām zināšanām darbā ar datoru. Nodarbību laikā būs iespējams apgūt galvenos principus darbā ar internetu un dažādām viedierīcēm (datoru, planšetdatoru, viedtālruni), iemācīties lietot e-pastu un izmantot svarīgākos e-pakalpojumus.

Pieteikšanās **līdz 30.septembrim** darba dienās, zvanot pa tālruni **64222464** vai **26667919**.

4. oktobrī plkst. 16.00
Valmieras Kultūras centrā

SENIORU DIENAS KONCERTS

Valmieras pilsētas senioriem



Grupa RUMBAS KVARTETS

Ieeja bez maksas, iepriekš saņemot ieejas karti
Valmieras Kultūras centra kasē. Vietu skaits ierobežots.
Tālrunis informācijai: 64207207.

VALMIERAS KULTŪRAS CENTRS
VALMIERA

arī Valmieras Mūzikas skola, kas šī gada rudenī atzīmēs 100 gadu jubileju. 10.septembrī Valmieras pilsētas pašvaldības domes deputāti atbalstīja Bertānu Valmieras basketbola skolas dibināšanu, tur drīzumā jaunie basketbolisti varēs spodrināt savu talantu. Tāpat bērniem un jauniešiem ir iespējams izmantot Valmieras Jaunatnes centra "Vinda" un vispārējās izglītības iestāžu daudzveidīgo interešu izglītības programmu piedāvājumu.

Lai Valmieras izglītības iestāžu skolēniem no apkārtnes novadiem nodrošinātu mūsdienu prasībām atbilstošu dienesta viesnīcu, kā arī palielinātu pieejamo vietu skaitu Valmieras dienesta viesnīcās, tiek veikta pārbūve 1.kārtā – Ausekļa ielā 25B, ko paredzēts noslēgt tuvākajā laikā. Pēc tam plānots uzsākt dienesta viesnīcas pārbūves darbu 2.kārtu – Ausekļa ielā 25C.



Vasaras nodarbinātības programmā iesaistījās 320 skolēni

Liene Pinne,
Valmieras pilsētas pašvaldība

Šajā vasarā Valmieras pilsētas pašvaldības nodarbinātības programmā piedalījās 320 skolēni. Skolēni tika nodarbināti visdažādākajos darbos, ne vien labiekārtošanas un sakopšanas darbos, bet tika uzticēti arī atbildīgāki pienākumi, kas iespēju robežās piemēlāti viņu prasmēm un interesēm, pietuvinot mērķtiecīgai nākotnes karjeras izvēlei.

Skolēnu vasaras nodarbinātībā tika aicināti pieteikties jaunieši no 13 līdz 19 gadu vecumam, kuri mācās vispārējās vai profesionālās izglītības iestādēs un kuru dzīvesvieta deklarēta Valmierā. Skolēni strādāja piecpadsmit darba dienas. Bērniem vecumā no 13 līdz 14 gadiem bija iespēja strādāt četras stundas dienā (līdz 20 h nedēļā). Jaunieši vecumā no 15 līdz 17 gadiem varēja strādāt līdz septiņām stundām dienā (līdz 35 h nedēļā), savukārt pilngadīgajiem jauniešiem bija iespēja strādāt līdz astoņām stundām dienā (ne vairāk kā 40 h nedēļā). Darbs tika organizēts trīs periodos no 29.jūnija līdz 28.augustam.

Lai paplašinātu skolēnu darba iespējas, šogad vasaras nodarbinātības programma tika īstenota divās apakšprogrammās. Pirmajā programmā darbu bērniem vecumā no 13 līdz 19 gadiem, kuru dzīvesvieta deklarēta Valmieras pilsētas pašvaldības administratīvajā teritorijā ne vēlāk kā no 2020. gada 1.janvāra, piedāvāja Valmieras pilsētas pašvaldības iestādes, piemēram, Valmieras pilsētas pašvaldības pansionāts "Valmiera", Valmieras izglītības iestādes, Valmieras muzejs, Valmieras integrētā bib-

liotēka, Valmieras pilsētas pašvaldības Nekustamā īpašuma apsaimniekošanas pārvalde un citas.

Savukārt otrā programmā piedalījās jaunieši vecumā no 15 līdz 19 gadiem, kuri mācās Valmieras vispārējās vai profesionālās ievirzes izglītības iestādēs. Šajā programmā darba vietas nodrošināja dažādi Valmieras uzņēmumi un nevalstiskās organizācijas. Jauniešiem tika dota iespēja ne vien iepazīt darba vidi, bet arī gūt pieredzi viņiem interesējošā sfērā, kas vairāk saistīta ar tādām jomām kā zinātne, tehnoloģijas, inženierzinātnes un matemātika (STEM mācību priekšmeti), piemēram, SIA "Izglītības un attīstības centrs Universum", SIA "Valmiermuižas pils", SIA "4 mīļas ķepas", restorāns "Delizia", SIA "Gimi", SIA "Valpro", SIA "Vidzemes Olimpiskais centrs", Gaujas Stāvo krastu Sajūtu parks, SIA "Tirdzniecības nams Kurši", Valmieras novada fonds, AS "Valmieras piens", basketbola biedrība "Valmiera Summer Cup", SIA "Vidzemes slimnīca", SIA "Ej un arr", SIA "Jaunlaimites", SIA "Vidzemes televīzija", zvērinātas tiesu izpildītājas Līgas Kavītes birojs, "IDEA HOUSE event", SIA "Blank design", SIA "Citur" un citi.

Skolēnu vasaras nodarbinātības programmā iesaistījās Valmiera tehnikuma 2.kursa audzēkne **Ance Biša** un Valmieras Dizaina un mākslas vidusskolas 2.kursa audzēkne **Samanta Čepule**. "Valmieras Dizaina un mākslas vidusskolā apgūstu interjera dizainu. Skolēnu vasaras nodarbinātības laikā skolā iegūtās zināšanas varēju pielietot praksē. Veidoju arī afišām un sociālo tīklu ierakstiem dizainu, pielāgoju vizuālus

dažādiem izmēriem un formātiem, izstrādāju logo, bet vislabāk man patika palīdzēt iekārtot bērnu stūrīti pasākumu ciklam ģimenēm ar bērniem," par darbu "IDEA HOUSE event" stāsta Samanta. "Lai gan Valmieras tehnikumā apgūstu grāmatveža profesiju, darbs "IDEA HOUSE event" nebija tieši saistīts ar grāmatvedību, tur strādāju ar datu ievadi, informācijas meklēšanu un apkopošanu, kā arī palīdzēju iekārtot bērnu stūrīti pasākumam. Tomēr sev uzticētos pienākumus vērtēju ļoti pozitīvi, arī grāmatvežiem ir jāprot strādāt ar lielu datu apjomu. Vasaras nodarbinātības programma ļāva izkāpt no komforta zonas un izaicināt sevi," stāsta Ance, kura šajā vasarā praksē darbojās arī grāmatvedības pakalpojumu uzņēmumā SIA "Gimi". Abas meitenes pastāstīja, ka vasaras nodarbinātības programma ir neatsverama iespēja, lai gūtu pieredzi un iemācītos ko jaunu. Ja būs iespējams, labprāt vasaras nodarbinātības programmā iesaistītos arī nākamajā gadā un iesaka to darīt arī saviem vienaudžiem.



Ance un Samanta, pildot noslēdzošos uzdevumus, pēdējā vasaras nodarbinātības programmas dienā

Valmieras novada fonds vasarā nodarbināja sešus jauniešus. "Sākotnēji jaunieši iepazinās ar Valmieras novada fonda darbību, lai rastos izpratne par organizācijas mērķiem un struktūru, saredzētu kopsakarības veicamajos darbos, kā arī saprastu komandas nozīmi darba veikšanā. Jaunieši tika piesaistīti pie dažādiem projektiem, gatavoja prezentācijas un veidoja vizuālo noformējumu fonda organizētajiem pasākumiem. Pricējamiem par pozitīvām atsauksmēm no skolēnu puses par Valmieras novada fondā pavadīto laiku. Daļa no skolēniem iz-

rādīja interesi arī turpmāk iesaistīties Valmieras novada fondā kā brīvprātīgie un darbosies Valmieras novada fonda Jauniešu ideju laboratorijā," stāsta Valmieras novada fonda sabiedrisko attiecību vadītāja **Dace Dēnava**.

Arī SIA "Valpro" pozitīvi vērtē skolēnu nodarbinātības programmas dalībnieku darbu un attieksmi. "Jaunības prieks un pozitīvā dzīves uztvere ļauj ātri un viegli apmācīt darba specifiskai, un darba izpilde ir ļoti atzinīgi vērtējama. Skolēni, izvēloties vasaras nodarbinātības programmu, vēlas ne vien iepazīt profesiju, bet arī, piemēram, sakrāt naudu kādam savam sapnim, ir jaunieši, kuri strādā, lai palīdzētu ģimenes kopējam budžetam. Esam gandarīti, ka varam sniegt jauniešiem iespēju apgūt pirmās darba prasmes, mācīt darba tikumu, kā arī gūt izpratni par naudas vērtību un izglītības nozīmi," pauž SIA "Valpro" ražošanas meistare **Vija Magone**.



SIA "Valpro" izsaka atzinību jauniešiem, kuri izvēlējās vasaras brīvlaikā strādāt, lai sasniegtu savu personīgo vai ģimenes mērķi

Šogad SIA "Vidzemes slimnīca" skolēni darbojās Klientu apkalpošanas nodaļā un Uzkopšanas nodaļā. "Ar skolēnu palīdzību galvenokārt sakopām slimnīcas apkārtni. 90% skolēnu, kuri strādāja slimnīcā, ir strādīgi un ar augstu atbildības sajūtu pret darbu," pastāstīja SIA "Vidzemes slimnīca" Uzkopšanas nodaļas vadītāja **Aija Bille-Ļeščova**. Klientu apkalpošanas nodaļā šovasar aktīvi darbojās trīs skolnieces. "Viņu galvenie darba pienākumi bija katru dienu salasīt pēc ārstu pieņemšanas sarakstiem pacientu ambulatorās kartiņas. Vēlāk no pieņemšanām atnestās kartes atreģistrēja slimnīcas informācijas sistēmā un kārtoja kartes ambulatoro karšu arhīvā. Skolnieces ļoti čakli un aktīvi piedalījās arī citos reģistratūras darbos, kas tika uzticēti. Skolēnu darbs vasaras nodarbinātības programmā vērtējams kā ļoti noderīgs," stāsta SIA "Vidzemes slimnīca" Klientu apkalpošanas nodaļas vadītāja **Inese Jurdže**.



"Šogad SIA "Vidzemes Olimpiskais centrs" skolēnu nodarbinātības programmā spēra soli tālāk par ierastajiem tehniskās palīdzības darbiem un iesaistīja vecākos jauniešus bērnu nometņu organizēšanā. Ļoti priecājamies par motivētajiem jauniešiem, kuri bija neatsverams palīgs gan praktiski netmes darba organizēšanā, gan arī saturiski, ļaujot jauniešiem ģenerēt idejas un tās īstenot. Pārsvārā skolēni veica sporta darbu organizēšanu, nedaudz piedalījās un guva ieskatu arī kultūras sfērā un fizioterapijā. Ar jauniešiem noslēgumā tika pārrunāta darbu gaita, viņi atzina, ka šāds darbu formāts ir ļoti vērtīgs un noteikti jāturpina. Jaunieši jutās novērtēti un gandarīti, ka viņiem tika uzticēta atbildība un dota iespēja sevi pierādīt," pauž SIA "Vidzemes Olimpiskā centra" projektu vadītāja **Jolanta Dukure**.

Vasaras nodarbinātības programmā lielākā daļa iesaistīto skolēnu apmeklēja arī individuālās karjeras konsultācijas, kas ļāva padziļināti izprast nākotnes karjeras virzienu un mērķtiecīgi strādāt, lai to sasniegtu. Šogad vasaras nodarbinātības programmā 181 bērns atlīdzība tika finansēta no "Urban Innovative Actions" programmas inovāciju projekta "Eiropas nākamās paaudzes mazās pilsētas" (Next Generation Micro Cities of Europe, Nr. UIA03-250, NextGen), piesaistot vairāk nekā 80 515 EUR no projekta līdzekļiem. 139 skolēnu atlīdzības tika finansētas no Valmieras pilsētas pašvaldības līdzekļiem – 41 804 EUR.

Skolēnu vasaras nodarbinātības programmas mērķis ir radīt jauniešiem iespēju apgūt nepieciešamās darba prasmes un iemaņas, iegūt darba pieredzi, saņemot atalgojumu un lietderīgi pavadīt vasaras brīvlaiku.

Vasaras nodarbinātības programmu skolēniem Valmieras pilsētas pašvaldība organizē jau septīto gadu pēc kārtas. To līdzfinansē Eiropas Reģionālās attīstības fonds iniciatīvas "Pilsētu inovatīvās darbības" ietvaros. Šī informācija atspoguļo vienīgi autora viedokli, un iniciatīvas "Pilsētu inovatīvās darbības" iestādes neatbild par šīs informācijas potenciālajiem izmantošanas veidiem.



Medaļas Starptautiskajās olimpiādēs

Valmieras Pārgaujas Valsts ģimnāzijas nu jau absolventi sasnieguši augstus rezultātus Starptautiskajās olimpiādēs. **Emils Krasts** izcīnījis zelta medaļu Starptautiskajā ekonomikas olimpiādē, savukārt **Mairis Bērziņš** bronzu Starptautiskajā bioloģijas olimpiādē. Sveicam un lepojamies!

Valmierā ir zinoši un entuziastiski pedagogi, kas ir daļa no skolēnu sasniegumiem. Pateicamies bioloģijas skolotājai Gunai Taubei un ekonomikas skolotājai Dacei Atslēgai, kuras jauniešiem palīdzēja sagatavoties olimpiādēm!

Abus olimpiāžu laureātus un viņu skolotājus pieņemšanas laikā Valmieras pilsētas pašvaldībā sveica arī Valmieras pilsētas pašvaldības domes priekšsēdētājs Jānis Baiks.

Lai mērķtiecīgais darbs sniedz gandarījumu un motivē jauniem izaicinājumiem!



Emils Krasts



Mairis Bērziņš

Valmieras integrētās bibliotēkas paziņojums

5., 12., 19. un 26.oktobrī no plkst.18.00 līdz 19.30 Valmieras integrētajā bibliotēkā notiks pieaugušo neformālās izglītības programma potenciālajiem dzejniekiem: Kā uzrakstīt dzeju? Nodarbības vadīs dzejniece Agnese Rutkēviča. Ieeja bez maksas. Plašāka informācija Valmieras integrētās bibliotēkas mājaslapā www.biblioteka.valmiera.lv.

Kursa "Līdzsvarota dzīve" noslēguma nodarbība

Līga Bieziņa,
Valmieras pilsētas pašvaldība

Valmieras bibliotēka kopā ar Valmieras pilsētas pašvaldību atkal aicina piedalīties neformālās izglītības programmā pieaugušajiem "Līdzsvarota dzīve: vide, cilvēks, sabiedrība". Covid-19 dēļ pavasarī pārtrauktā kursa pēdējā nodarbība notiks **31.oktobrī no plkst.11.00-14.00**. Tajā ar pieredzi un zināšanām dalīsies divas sabiedrībā pazīstamas personas: Daina Jāņkalne un Māris Olte. Nodarbībā aicināti piedalīties līdz šim aktīvie kursa apmeklētāji un ikvienas interesents.

Daina Jāņkalne ir TV producente, žurnāliste, "neērto tēmu medniece" ar lielu pieredzi reportāžu veidošanā par sociālajiem jautājumiem. Viņas tēma kursa nodarbībā būs "Līdzsvarotā dzīve. Mīts vai patiesība". Dainas priekšlasījumā būs informācija arī par aktualitātēm neformālās izglītības programmās pieaugušajiem, jo īpaši EPALĒ – Eiropas pieaugušo izglītības elektronisko platformu – kāpēc tā ir interesanta ikvienam no mums.

Māris Olte ir latviešu biologs, žurnālists un raidījumu vadītājs, piedalījies vairāku dokumentālo filmu veidošanā, vadījis TV erudīcijas šovus "Prāta banka" un "Vai tu esi gudrāks par piektklasnieku?" Diskusiju daļā būs iespējams uzdot jautājumus.

Iepriekšējās nodarbības aktīvi apmeklējušie dalībnieki 31.oktobrī saņems kursa apmeklējuma apliecinājumu. Tiks organizēta 2019./2020.gada nodarbību novērtējuma diskusija. Aizvadītās sezonas tēmas: 30.novembrī, 2019. – Ilgtspējīga attīstība: no teorijas līdz rīcībai; 14.decembrī, 2019. – Cukurs uzturā; 11.janvārī, 2020. – Pašizziņas prakses aktīvas kopienas veidošanai; 8.februārī, 2020. – Permakultūra pilsētu dārzkopībā.

Kurss ir platforma izglītībai, diskusijām un jautājumiem, iniciatīvām un domubiedru atrašanai, kā arī tā ir lokāla reakcija uz pasaules aktualitātēm. Tādējādi ārpus kursa nodarbību cikla 7.martā notika viena no kursa dalībniekiem Gunāra Opmaņa iniciēta un novadīta lekcija "Bioloģiski aktīvās vielas augļos un dārzeņos". Savukārt 2019.gada 9.novembrī no-

tika arī kursa "iesildīšanās" nodarbība – "Ilgtspēja spēle", kuras dalībnieki mācījās un diskutēja par ilgtspēju, spēlējot galda spēli "Eco-Buddy".

31.oktobra nodarbībā tiks uzklauti arī ieteikumi nākamajai kursa sezonai. Pieaugušo neformālās izglītības programmu "Līdzsvarota dzīve: vide, cilvēks, sabiedrība" Valmieras bibliotēka sadarbībā ar Valmieras pilsētas pašvaldību plāno turpināt arī 2020./2021.gada sezonā. Programmas mērķis ir celt tās dalībnieku apziņu par vides un sabiedrības ilgtspējas izaicinājumiem, to risinājumiem, kā arī iedvesmot ikdienas paradumu maiņai atbilstoši ANO ilgtspējīgas attīstības mērķiem (Agenda 2030).

Dalībai nodarbībā nepieciešama iepriekšēja pieteikšanās elektroniski ej.uz/KursaNoslegums2020, rakstot e-pastu info@valmiera.lv vai zvanot pa tālruni **26495997**. Kurss dalībnieki aicināti sekot līdzi veselības stāvoklim, ievērojot Covid-19 drošības nosacījumus.

Kursa laikā tiek sniegta informācija par dažādām ar ilgtspēju saistītām tēmām, piedāvāta iespē-

ja izvērtēt, kas ir līdzsvarota dzīve, tās vajadzības, risinājumi. Caur praktisku līdzdarbību apmācību kurss piedāvā arī rīcību piemērus līdzsvarotai dzīvei. Iespējams apmeklēt atsevišķas nodarbības par sev interesējošām tēmām, kā arī visu kursu kopumā. Apmeklējot vismaz 75% no visām nodarbībām, dalībniekam ir iespējams saņemt kursa apmeklējuma apliecinājumu.

Dalība kursa nodarbībās ir bez maksas. Pieaugušo neformālās izglītības programmu pieaugušajiem "Līdzsvarotā dzīve 2" finansē NORDPLUS atbalstītais starptautiskais projekts "Mana zaļā identitāte"/ "My Green Identity" (2018–2020) un Valmieras pilsētas pašvaldība.



Ilzes Egles izstāde "Dabā"

Karline Cercina

Līdz 6.novembrim Valmieras integrētajā bibliotēkā skatāma **Ilzes Egles** personalizētā izstāde "Dabā".

Izstādē skatāmas pēdējo gadu laikā radītas gleznas apvienojumā ar zīmējumiem, kas bijuši kā ceļa stabiņi mākslinieces radošajā izaugsme.

I.Egle savos mākslas darbos kāpina esības sajūtu dabā, aicinot apstāties, ieklausīties, sadzirdēt, sajust un saredzēt, pietuvinot un pievēršot uzmanību sīkām detaļām, pārvēršot mazsvarīgo par svarīgo. Vibrējoša gaisma, piesātinātas krāsas, spilgtas emocijas līniju kustībā, krāsu toņu vibrācijā, zīmējuma smalkumā. Māksliniece Ilze Egle tver dzīvi visā tās krāšņumā, apstādinot laiku un ļaujoties apkārtējās pasaules burvībai un stāstiem, kas apvij it visu zīmējumos un gleznās.

"Šajā izstādē daudzi no darbiem tapuši Kurzemē. Es jutos piederīga Kurzemei, bet milu Latviju visā tās burvībā. Pirms daudziem gadiem ciemojoties kādā senā Kurzemes sētā, mani pārņēma sajūta, kas lika šo piederību sajust vēl spēcīgāk – cauri ķermenim izšāvās dzirkstele, kas dedzināja dvēseli, un kāju pēdas dega sajutušas saknes. Varbūt savu darīja arī suitu tautastērps, kas tobrīd bija man mugurā. Jūrkalnes stāvkraštā jutos labi, jūra man dod spēku un dvēseles autentiskuma sajūtu. Man pašai tā atklājas ikreiz no jauna, kad tur esmu. Es milu Latviju visā tās burvībā. Manos darbos ir daudz dabas, un daudzi no darbiem tapuši gleznojot dabā – saulē, vējā un arī lietū. Tas ir daudz citādāk nekā strādāt darbnīcā, šogad jo īpaši izbaudīju šo procesu. Mākslas radīšana ir liels brīnums un ir skaisti būt daļai no tā. Uztveru to kā lielu dāvanu," saka I.Egle.

Ilze Egle ir beigusi Latvijas Mākslas akadēmijas Grafikas nodaļu, studijas papildinājusi Itālijā. Ir Latvijas Mākslinieku savienības biedre. Izstādēs piedalās kopš 1990.gada. Darbojusies arī kā izstāžu kuratore un piedalījusies starptautiskos un vietējos vizuālās mākslas projektos ar zīmējumiem, gleznām, ilustrācijām un fotogrāfijām Latvijā, Zviedrijā, Norvēģijā, Velsā, Itālijā, Spānijā, Portugālē un Kanādā.



Ilze Egle

Piedāvājums skolēnu rudens ekskursijām Valmieras pusē

Baiba Misiņa,
Valmieras Tūrisma informācijas centrs

Līdz ar skolēnu atgriešanos skolā, kopā būšanas prieks, dodoties aizraujošā klases piedzīvojumā, ir vēl jo lielāks. Tāpēc Valmieras Tūrisma informācijas centrs sagatavojis īpašu rudens ekskursiju ceļvedi, kurā smelties dažādas idejas, lai dotos dabā, ļautos aizraujošam piedzīvojumam un gūtu jaunu pieredzi un emocijas.

Ceļvedi aprakstītie maršruti aicina atklāt dabas skaistumu rudenī, dodoties tematiskos pārgājienos un lūkojoties dabas brīnumos. Zinātkāro prātu apmierināšanai būs iespējams atklāt, kas slēpjas dažādu uzņēmumu aizkulisēs, iemēģināt roku un apgūt jaunas amatu prasmes, gūt aizraujošas emocijas, sēžoties zirga mugurā vai izbraucot elektroauto trases likločus. Savukārt piedzīvojuma gars valdīs, pildot neparastus orientēšanās uzdevumus, pievarot dažādus šķēršļus, izbaudot kustību prieku un pastaiņu koku galotnēs, spēlējot aktīvas komandu saliedēšanās spēles



Ekspursija Valmierā ir laba ideja!

lāzerparkā vai brīvdabas kustību un intelekta spēles koka skulptūru parkā, kā arī baudot ūdens priekus Valmieras peldbaseinā.

Brīvā brīdī aicinām piedalīties neparastā izaicinājumā "Viedā Valmierā", kurā likt lietā savu vērbību, matemātiskās zināšanas un loģisko domāšanu!

Par šiem un vēl daudziem citiem piedzīvojumiem Valmieras pusē uzzini, lejupielādējot ceļvedi mājaslapā visit.valmiera.lv.

Ceļvedis paredzēts individuālai maršruta plānošanai. Pie katra maršruta norādīta svarīga informācija par objektu aptuveno apmeklējuma ilgumu un cenu. Aicinām viesošanās pieteikt iepriekš un sazināties, izmantojot ceļvedi norādīto kontaktinformāciju! Būsim atbildīgi pret sevi un līdzcilvēkiem, ievērojot visus drošības noteikumus!

Plašāka informācija par ceļvedi iekļautajiem objektiem pieejama Valmieras Tūrisma informācijas centrā Rīgas ielā 10, rakstot e-pastu tic@valmiera.lv vai zvanot pa tālruni **26332213**.

Valmiera piedalās Nakts peldējumā



Pedalies naktīgā peldēšanas piedzīvojumā!

Elde Bukovska,
Vidzemes Olimpiskais centrs

26.septembrī jau tradicionāli Eiropas Sporta nedēļas ietvaros norisināsies aktīvā dzīves veida pasākums – Nakts peldējums, tā laikā septiņās Latvijas pilsētās iedzīvotājiem un to viesiem būs iespēja ne vien izbaudīt patīkamu peldi pozitīvas dzīvās mūzikas pavadijumā, bet arī izaicināt sevi pusstundas peldējumā. Aicinām valmieriešus un pilsētas draugus peldēt Valmierā, veidojot kopējo rezultātu!

Atbilstoši valstī spēkā esošajiem pulcēšanās ierobežojumiem, nepieciešamību ievērot fizisku distanci, kā arī citus epidemioloģiskās drošības piesardzības pasākumus, šogad Nakts peldējuma programma ir pielāgota mazākam dalībnieku skaitam (noteikts maksimālais skaits katrā grupā), vienlaikus piedāvājot vēl nebijušu izaicinājumu – dalību pusstundas peldējumā.

Pusstundas peldējumā dalībniekiem būs iespēja brīvi izvēlēties peldēšanas stilu, veidā un tempā nopeldēt pēc iespējas lielāku distanci. Savukārt, lai nodrošinātu ikviena interesenta dalību

šajā izaicinājumā, ir izveidotas četras grupas, kurās, atbilstoši spējām un prasmēm, dalībnieks var pieteikties:

- Entuziasti un ģimenes (bērni un jaunieši, kā arī pieaugušie ar zemām vai vidējām prasmēm). Peldējuma laiks **no plkst. 20.00 līdz 20.30**;
- Amatieri un tautas grupa (bērni un jaunieši, kā arī pieaugušie ar labām prasmēm). Peldējuma laiks **no plkst. 20.45 līdz 21.15**;
- Sporta grupa (bērni un jaunieši, kas trenējas sporta grupās, kā arī peldēšanas vecmeistari). Peldējuma laiks **no plkst. 21.30 līdz 22.00**;
- Pro grupa (bērni un jaunieši, kā arī peldēšanas vecmeistari ar ļoti labām prasmēm). Peldējuma laiks **no plkst. 22.15 līdz 22.45**.

Reģistrācija pieejama pasākuma mājaslapā www.naktspeldējums.lv.

Dalība pasākumā ir bez maksas. Nakts peldējums tiek rīkots Eiropas Sporta nedēļas ietvaros ar Latvijas Sporta federāciju padomes finansiālu atbalstu.

Aicina nobaudīt rudeni Valmierā

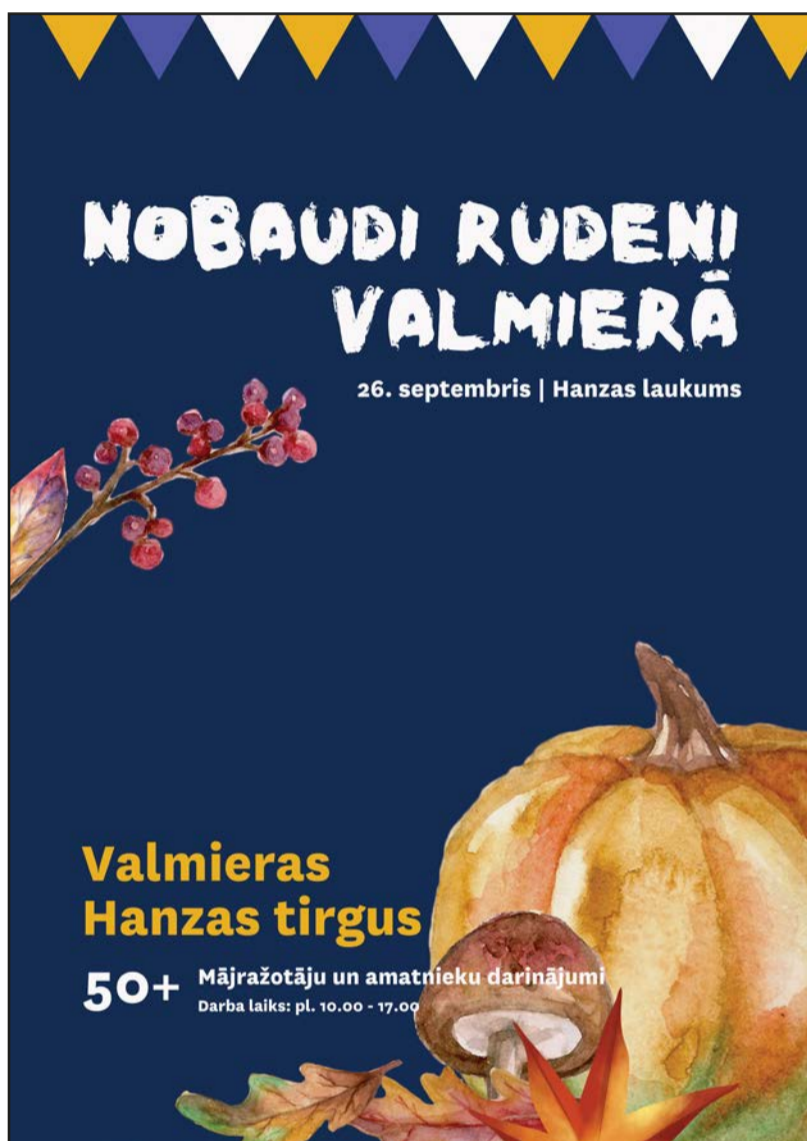
Liene Pinne,
Valmieras pilsētas pašvaldība

26.septembrī no plkst.10.00 līdz 17.00 laukumā pie Hanzas sienas, tajā skaitā arī astoņos Hanzas namiņos, notiks Valmieras Hanzas tirgus tematiskais tirdziņš "Nobaudi rudeni Valmierā", kurā varēs saņemt vairāk nekā 50 amatu meistarus un mājražotājus.

Tematiskajā tirdziņā "Nobaudi rudeni Valmierā" varēs iegādāties dažādus gan saimniecībā noderīgus darinājumus – adījumus, rotas, koka izstrādājumus, gan gardus vēderpriekus – kūpinājumus, dārza veltes, darbīgas sulas, kaltētus

dārzenus un citus veselīgus produktus.

Atbalstot mājražotājus, zemniekus, amatniekus, kā arī citus vietējo produktu un preču ražotājus Valmieras Hanzas tirgus tematiskie tirdziņi notiks divas reizes mēnesī – sestdienās no plkst.10.00 līdz 17.00, pulcējot brangāku skaitu tirgotāju: **10. un 24.oktobrī** tradicionālais "Simjūda gadatirgus", kas vēsturiski vairāku dienu garumā pilsētā noticis jau viduslaikos; **7.novembrī** "Martiņdienas gadatirgus"; **21.novembrī, 5. un 19.decembrī** "Ziemassvētku tirdziņš", atzīmējot Ziemassvētku gaidīšanas laiku.



Aicinām doties #BeActive pārgājienā!

Zane Bulmeistere,
Valmieras pilsētas pašvaldība

Aicinām iesaistīties Eiropas Sporta nedēļā, **27.septembrī** dodoties #BeActive pārgājienā. Reģistrēšanās **no plkst.12.00** pie Vanšu tilta, labajā Gaujas krastā (netālu no atpūtas vietas Gaujas krastā).

Dalībai pārgājienā iespējams reģistrēties mājaslapā www.pargajiens.lof.lv vai klātienē pārgājiena dienā.

Interesenti aicināti izvēlēties ģimenes 5km vai #BeActive 15km distanci. Starts #BeActive 15km distances pārgājienam būs plkst.13.00 un ģimeņu 5km – plkst.14.00. Finišs no plkst.15.00 līdz 17.00, kopīgi baudot zupu plkst.17.00.

Dalība – bez maksas.

Lūdzam ņemt vērā, ka distancē būs kāpnes un dažāda seguma meža taciņas, tādēļ pārgājiens nebūs piemērots ģimenēm ar bērnu ratiņiem. Pārgājienā var doties kopā ar savu suni, ievērojot dzīvnieka labturības noteikumus un nodrošinot, ka suns pārgājiena prieku izdzīvo, netraucējot citiem dalībniekiem.

Aicini līdzī vismaz vienu draugu, ģimenes locekli vai paziņu, tādējādi atbalstot Eiropas Sporta nedēļas ideju #Piecelies un piecel draugu!

Eiropas Sporta nedēļa Latvijā un visā Eiropā notiek sesto gadu no 23. līdz 30.septembrim. Tās mērķis ir mainīt iedzīvotāju paradumus un aicināt būt fiziski aktīvākiem.

Valmierā viesosies Inese Zandere un Jēkabs Nīmanis

Zane Bulmeistere,
Valmieras pilsētas pašvaldība

25.septembrī plkst.19.00 Gaujas tramvaja pietātnē norisināsies dzejkoncerts – ar interesentiem tiksies dzejniece Inese Zandere un mūziķi Jēkabs Nīmanis, Artūrs Bērziņš (trombons) un Ernests Mediņš (perkusijs).

Māksliniekiem satiekoties, tas būs apbūvēti vērtīgs un uzlādējošs brīdis, klātesošajiem dāvinot patiesu mīlestību par to, ko viņi dara un rada, un rosinot sakārtot domas un iedvesmoties rītdienai.

Vakara gaitā mākslinieki gan dalīsies savā pieredzē par radošo procesu, kad no dzejas top mūzika vai no mūzikas – dzejas rindas, gan atskaņos savas līdzšinējās koprades

rezultātu, un radīs jaunas muzikālo sajūtu improvizācijas.

Aicinām kopā izbaudīt radošu vakaru vārda un mūzikas gaisotnē! Dalība – bez maksas.

Skatītājiem būs sarūpētas sēdvietas, taču priecāsimies, ja līdzī tiks paņemts savs plēds vai sēžampilvens.

Lūdzam apmeklētājus ievērot valstī spēkā esošos drošības noteikumus, lai noskaņu vakars aizritētu bez starpgadījumiem un visiem būtu laba veselība.

Dzejniece Inese Zandere plašāk pazīstama ar bērniem veltītu dzeju un lugām. Viņas dzejas rindas dzirdamas vairākās animācijas filmās, iestudējumos, kā arī muzikālajos darbos. Saņēmusi Literatūras gada balvu

par grāmatām "Iekšīņa un ārīņa" un "Melnās čūskas maiznīca", nominēta arī par krājumu "Putna miegā", kas ieguvis arī žurnāla "Latvju Teksti" balvu.

Komponists Jēkabs Nīmanis 2010.gadā par mūziku Valmieras teātra izrādei "Plūdi un saulgrieži Straumēnu skaņās" saņēmis Baltijas Teātra festivāla (Lietuva) žūrijas specbalvu (labākais muzikālais noformējums) un "Spēlmaņu nakts" balvu (nominācijā "Gada muzikālās partitūras autors dramatiskajā izrādē"), kā arī 2012.gadā guvis šādu pašu apbalvojumu par mūziku Latvijas Nacionālā teātra izrādei "Voiceks". Par mūziku Latvijas Nacionālā teātra izrādei "Raiņa sapņi" piešķirta AKKA/LAA Autora balva 2015.

Basketbola sezonas atklāšanas spēle

Rasa Krūmiņa,
basketbola klubs "VALMIERA GLASS VIA"

Preti jauniem izaicinājumiem gatavi doties "Valmiera Glass/Vidzemes Augstskola" basketbolisti, kuri **7.oktobrī plkst.19.00** Vidzemes Olimpiskajā centrā aizvadīs pirmo mājas spēli jaunajā sezonā, samērojot spēkus ar "Ogri".

Valmieras basketbola vienībai izdevies nokomplektēt konkurētspējīgu sastāvu, lai dotos cīņā par vietu "Pafbet" Latvijas – Igaunijas basketbola līgas play-off spēlēs, kā arī uzstādītu mērķi cīnīties par Latvijas čempionāta medaļām.

Valmieriešus cīņā turpinās vest saspēles vadītājs Edmunds Elksnis,

kopā ar pērn vienībā jau spēlējušajiem Valteru Vēveri, Jāni Engeru, Valteru Liepiņu un Klāvu Dubultu. Komandas rindas pastiprinājuši pieredzējušie spēka uzbrucēji Ervīns Jonāts un Māris Ziediņš.

Lai gan sagaidāma aizraujoša basketbola sezona, taču spēļu apmeklētības rekordus šosezon lauzt nevarēs. Ievērojot Covid-19 ierobežošanas pasākumus, spēļu laikā arēnā varēs atrasties tikai puse līdzjutēju no kopējā sēdvietu ietilpības skaita. Tāpēc Valmieras basketbola līdzjutēji tiks aicināti biļetes uz spēlēm iegādāties elektroniski iepriekšpārdošanā.

Par skaistu jauno basketbola sezonu!

Mācies peldēt, lai ūdenī justos droši

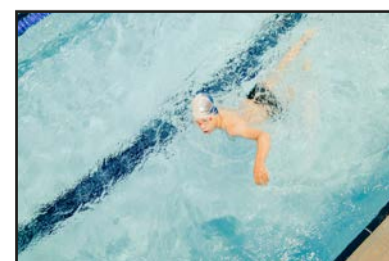
Lelde Bukovska,
Vidzemes Olimpiskais centrs

Statistika Eiropā liecina, ka nosliktu cilvēku skaita ziņā joprojām esam pirmajā vietā. Vērtīgu informāciju par drošību ūdenī un ūdens tuvumā var iegūt biedrības "Peldēt droši" mājaslapā peldet.lv. Ar teoriju vien nepietiek un, lai mazinātu negadījumu riskus, noderēs gan zināšanas par drošas uzvedības pamatprincipiem, gan labas peldēšanas prasmes.

Lai sagadītu nākamo vasaras sezonu drošāk, aicinām apgūt peldēšanas prasmes Valmieras peldbaseinā jau tagad! Valmieras peldbaseinā septembrī ir paplašināts peldēšanas nodarbību skaits – peldēšanas prasmes apgūst bērni no divu līdz 12 gadu vecumam vairāk nekā desmit grupās. Nodarbības pieejamas ikvienam interesentam. Par brīvajām vietām aicinām uzzināt, zvanot Valmieras peldbaseina administrācijai.

Peldēšanas apgūšana ir iespējama jebkurā vecumā. Par to Valmieras peldbaseinā rūpējas treneri, piedāvājot gan grupu nodarbības peldēšanas prasmes apgūšanai pieaugušajiem (iesācējiem), gan individuālās nodarbības. To laikā tiek apgūta peldēšanas pievērsta uzmanība ar ūdeni saistīto baiļu un fobiju pārvarēšanai.

Pieteikšanās uz grupu nodarbībām un plašāka informācija, zvanot pa tālruni **27040012** (peldbaseina administrācija). Nodarbību grafiks pieejams Valmieras peldbaseina mājaslapā www.valmieraspeldbaseins.lv.



Valmieras teātra aktualitātes

Marta Cekule,
Valmieras Drāmas teātris

Uzsākta biļešu tirdzniecība uz Valmieras teātra oktobra repertuāra izrādēm. **2.oktobrī** pirmizrādi piedzīvos Gunāra Priedes luga **“Jaunākā brāļa vasara”** Ineses Mičules režijā. Savukārt **9.oktobrī** pirmizrāde Valmieras teātrī gaidāma Mārtiņa Eihses iestudētajai dramaturga Mārtina Makdonas melnajai komēdijai **“Inišmoras leitnants”**, kas ar lieliem panākumiem savu pirmo satikšanos ar skatītājiem aizvadīja šī gada Valmieras vasaras teātra festivālā.

1955.gada 4.februāra rītā, pēc lugas “Jaunākā brāļa vasara” pirmizrādes Dailies teātrī, jaunais arhitekts Gunārs Priede pamostas kā slavens dramaturgs, aizsākot jaunu posmu latviešu literatūrā.

Stāsts par jaunā Uģa Daugavieša vasaru, viņa veidošanos par personību un pārpratumi, ko veido jaunības maksimālisma sadursme ar dzīves realitāti, pirmā nelaimīgā mīlestība, skumjas, kļūdas un maldi, ir izaudzis no Gunāra Priedes paša personiskās dzīves pieredzes un vērojumiem. “Jaunākā brāļa vasara” kļūv par pirmo lugu, kas atspoguļo padomju dzīves realitāti ar visu tās deformēto ideoloģiju, nebaudoties balansēt starp toreiz pieļaujamo un nepieļaujamo jaunu cilvēku redzējumā. Šī ir luga, kuru jauns

cilvēks rakstījis jaunībai, un līdzīgi kā toreiz, izrādē uz Valmieras teātra Lielā zāles skatuves debitēs seši jaunākās paaudzes aktieri.

Izrādes radošajā ansamblī arī scenogrāfs Mārtiņš Vilksārs, kostīmu māksliniece Ieva Veita-Breidaka un komponists Edgars Šubrovskis.

Lomās – Sandis Runge, Diāna Krista Stafecka, Krišjānis Strods, Kārlis Freimanis, Uldis Sniķers, Ieva Puķe, Anna Nele Āboliņa, Meinards Liepiņš, Eduards Johansons, Katrīna Grīga, Ieva Estere Barkāne, Mārtiņš Meiers, Krišjānis Salmiņš, Māra Mennika.

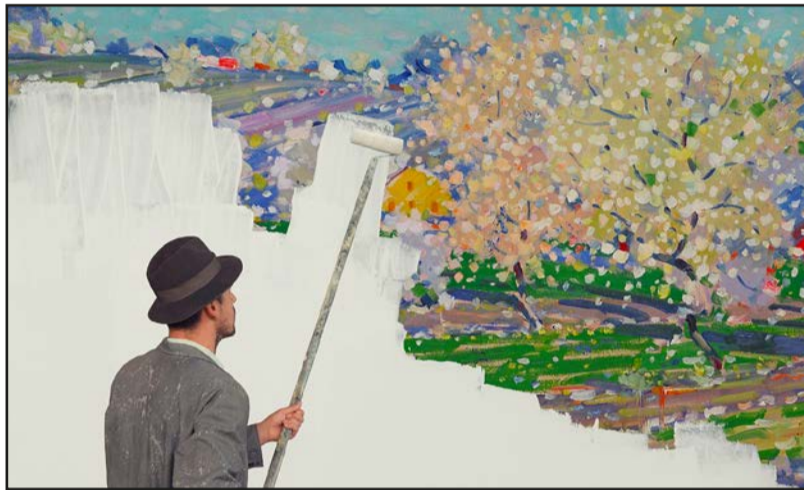
“Inišmoras leitnants” ir skarbu joku, pārpratumu un negaidītu pavērsienu caurvīta iru izcelsmes angļu dramaturga Mārtina Makdonas 2001.gadā sarakstīta melnā

komēdija. Godalgotā luga iestudēta daudzviet pasaulē, tostarp arī Brodvejā. Viens no mūsdienu provokatīvākajiem dramaturgiem par savu darbu saka: “Es izvēlos robežu starp komēdiju un nežēlību, jo viena izgaismo otru. Mēs visi reizēm kļūstam nežēlīgi, vai ne? Un tāda ir drāma kopš grieķiem.”

Izrādes scenogrāfe Pamela Butāne, kostīmu māksliniece Ieva Veita – Breidaka, kustību konsultants Aigars Apinis, muzikālais noformējums Mārtiņš Meiers.

Lomās – Aigars Apinis, Januss Johansons, Mārtiņš Liepa, Mārtiņš Meiers, Klinta Reinholde, Uldis Sniķers, Meinards Liepiņš.

Biļetes pieejamas Valmieras teātra un Biļešu paradīzes kasēs, kā arī www.vdt.lv.



Oktobrī Valmieras teātris priecēs ar vairākām pirmizrādēm

Izrāde par Raimonu Paulu “Leģendas dzimšana”

Laila Ilze Purmaliete,
Jaunais Muzikālais Teātris

11.oktobrī plkst.17.00 Valmieras Kultūras centrā notiks muzikāla izrāde par Raimonda Paula jaunību. “Leģendas dzimšana” ir emocionāls un krāšņš uzvedums, kas aptver laika posmu no pirmās Raimonda Paula radītās dziesmas līdz pat pirmajiem panākumiem ar dziesmu “Mežrozīte”. Izrāde skatītājiem atklās daudz jauna par Maestro jaunību, viņa muzicēšanu klubos un restorānos, par to, kā veidojās viņa muzikālā gaume un meistarība.

Izrādē atpazīsim pirmos Raimonda Paula dziesmu izpildītājus – Valentīnu Butāni, Margaritu Vilcāni, Edgaru Zveju, Ojāru Grīnbergu, kā arī pasaules dziedātājus Ellu Ficdžeraldi, Frenku Sinatru un citus. Varēsīm baudīt sen nedzirdētas, bet mīļas melodijas un pasaules hitus.

Izrāde ar mūzikla vērienu skatītājiem uzburs piecdesmito un sešdesmito gadu atmosfēru. Varēsīm pasmaidīt par padomju dzīves kurioziem un paradoksiem, reizē izbaudot tā laika muzikālo burvību. Skatītājiem atmiņā tiks atsaucita Oktobra tilta celtniecība, zvejas traleri Atlantijas viļņos, pa radio skanošā un slāpētā “Amerikas Balss” un daudzi citi notikumi. Skatītājus priecēs arī Raimondam Paulam raksturīgais humors, ironija un pasaules redzējums.

Raimonda Paula dziesmas izrādē skanēs pamišus ar pasaules hitiem, kurus Maestro savulaik atskaņoja. Tieši restorāni un krogi padomju laikos bija tās skatuves no kurām varēja atskaņot pasaules muzikālās pērles – Elingtona, Geršvina, Šīringa darbus, ko šodien savos repertuāros iekļauj pasaules slavenākie orķestri un mūziķi.

Mārtiņš Egliens, Juris Jope, Ieva Sutugova, Aija Vitoliņa, Līga Kupča, Emīls Kivlenieks, Kristaps Kiršteins, Artūrs Biķernieks. Mūziķi: Anatolijs Livča (klavieres), Indriķis Veitners (klarnete, saksofons), Viktors Veļičko (kontrabass), Mareks Logins (sitamie instrumenti). Horeogrāfs un mākslinieciskais vadītājs – Jānis Putniņš. Tērpu māksliniece – Ilze



Muzikāls stāsts par Raimonda Paula dzīvi, mūziku un panākumiem

Raimonda Paula tēlā iejuties Dailies teātra aktieris Gints Andžāns, pie klavierēm Raimonda Paula savdabīgo piesitienu atdarinās izcilais pianists Anatolijs Livča. Izrādei ir izveidota mūzikliem raksturīga horeogrāfija, kurā piedalīsies visi izrādes dalībnieki, kļūstot gan par dziedātājiem, gan par restorāna un koncerta viesiem.

Piedalās – Gints Andžāns vai

Kaša. Izrādes idejas un tekstu autore – Elizabete Trumpe, izrādes dizaina autore – Māra Ulme. Producente – Laila Ilze Purmaliete. Piedāvā – Jaunais Muzikālais Teātris. Biļetes “Biļešu paradīzē”.

JAUNAIS MUZIKĀLAIS
Teātris

Ekoloģiskās mūzikas orķestris “Ducele” koncertēs Valmierā

Andris Alviķis,
grupa “Ducele”

9.oktobrī plkst.19.00 Valmieras Kultūras centrā ekoloģiskās mūzikas orķestris “Ducele” sadarbībā ar rakstnieci Noru Ikstenu piedāvā grupas “Trīs no Pārdaugavas” dziesmām, pieredzē un piedzīvojumos balstītu koncertuzvedumu “Monika”. Uzvedumā skanēs slavenākās trimdas dziesminieka Viļņa Baumaņa 60.–80. gados ASV radītās, Latvijas PSR nelegāli toreiz izplatītās, Trešo Atmodu tuvinošās dziesmas jaunās, mūsdienīgās skaņās. “Duceles” aranžējumā un atskaņojumā dzirdēsiet “Trīs no Pārdaugavas” repertuāru, kura saturs joprojām izklausās aktuāls gan Latvijā, gan ārzemēs dzīvojošiem latviešiem.

Uzveduma laikā varēs iegādāties “Duceles” jaunāko ierakstu ar Viļņa Baumaņa dziesmām, kā arī Noras Ikstenas grāmatu par grupu “Trīs no Pārdaugavas”.

Koncertuzvedumā “Monika” pie-

dalās grupas “Ducele” mūziķi – Arnis Veibārdis (balss, ģitāra), Andris Alviķis (balss, kontrabass, perkusijas), Artūrs Uškāns (balss, akordeons, kogle, stabules, mutes ermoņikas) un Mārcis Kalniņš (bandžo, buzuki, ģitāra). Scenārijs un režija – Viktors Runtulis.

Biļetes iespējams iegādāties “Biļešu paradīzē”.



OKTOBRIS

Valmieras Kultūras centrā



DATUMS, LAIKS	PASĀKUMS	BIĻETES
02.10. Pk 19:00	Riharda Čerkovska stand-up izrāde „Manas bijušās”	EUR 7
04.10. Sv 16:00	Senioru dienas koncerts. Muzicēs grupa „Rumbas kvartets”	Ar ieejas karti (bez maksas)
09.10. Pk 19:00	Grupas „Ducele” koncertuzvedums „Monika”	EUR 8-12
11.10. Sv 17:00	Muzikāla vīzija par Maestro Raimonda Paula daiļrades sākumu „Leģendas dzimšana”	EUR 12-20
18.10. Sv 10:00 Sv 12:00	Koncertuzvedums bērniem „Krāsainā pasaule”	EUR 3
23.10. Pk 19:00	Dirigenta Aivara Gaiļa jubilejas koncerts „Skaņas mirdzums”	Bez maksas
24.10. Se 12:00	Multimediāla izrāde bērniem „Multizauri”	EUR 7-20
28.10. Tr 19:00	Koncerts-tikšanās ar komponistu, ģitāristu Aivaru Hermani	EUR 3 – bez maksas
31.10. Se 19:00	Grupas „Baritoni” koncerts #Koncertsērija	EUR 10-15
Līdz 31.10.	Katrīnas Gailēs gleznu izstāde „Viļņoššanās”	Bez maksas

Plašāka informācija: Valmieras Kultūras centra kase, tālrunis: 64207207, www.vkc.lv

Valmieras pilsētas pašvaldības informatīvais izdevums

VALMIERA

Tirāža: 12 150. Bez maksas. Iespiests: SIA “Valmieras tipogrāfija Lapa”.

Izplata: SIA “RELLER”. Izdod: Valmieras pilsētas pašvaldība (Lāčplēša ielā 2, Valmierā, LV-4201).

Kontaktinformācija: Valmieras pilsētas pašvaldības Zimoviedības un sabiedrisko attiecību nodaļa, tālrunis: 64207150, e-pasts: info@valmiera.lv. Izdevumu var lasīt arī: www.valmiera.lv

Nākamais informatīvais izdevums iznāks no 6.-9.oktobrim.

Publicēto pasākumu laikā var tikt fotografēts un filmēts.

Fotogrāfijas un video materiāli var tikt izmantoti pasākuma organizatora publicitātes vajadzībām.