

# INFORMATĪVAIS MATERIĀLS VECĀKIEM BĒRNU PILSONISKAJĀ UN PATRIOTISKAJĀ AUDZINĀŠANĀ

**Informatīvais materiāls vecākiem bērnu pilsoniskajā un patriotiskajā  
audzināšanā apkopots izmantojot pieejamos interneta resursus un  
balstoties uz MK noteikumiem Nr. 480**

“Izglītojamo audzināšanas vadlīnijas un informācijas, mācību līdzekļu, materiālu  
un mācību un audzināšanas metožu izvērtēšanas kārtība”

Materiāls lejupielādējams atbilstoši aktualitātei

**Apzīmējumi:**



Latvijas Republikā šajos svētkos obligāti jāizkar  
Latvijas valsts karogs



Svētku un atceres dienas- šajās dienās ieteicams  
izkārt Latvijas valsts karogs



Latvijas Republikā šajos svētkos obligāti jāizkar  
Latvijas valsts karogs sēru noformējumā



Svētku un atceres dienas- šajās dienās ieteicams  
izkārt Latvijas valsts karogs sēru noformējumā

Materiālu apkopoja Daugavpils pilsētas 1.pirmsskolas izglītības iestādes  
vadītājas vietniece Kristīna Ivancova



## JAUNAIS GADS



**Jaunais gads** ir svētki, kad tiek svinēts jauna kalendārā gada sākums. Antīkajā pasaulē Jaunais gads tika svinēts 1. martā, bet mūsdienās vairumā valstu, kur lieto Gregora kalendāru, to atzīmē **1. janvārī**. Jauno gadu sāk gaidīt jau vienu dienu iepriekš, tas ir, Vecgada vakarā. Tiklīdz pulkstenis sit pusnakti, tā Jaunā gada iestāšanās parasti tiek atzīmēta ar salūtu, šampanieša glāzi un/vai laimes liešanu. Papildus tam cilvēki viens otru apsveic ar frāzi "Laimīgu Jauno gadu!". Atsevišķās valstīs Jaunais gads tiek atzīmēts arī ar karnevālu.

### JAUNĀ GADA TICĒJUMI

- ❖ Vecgada vakarā vajag dziedāt un dancot, tad visu nākamo gadu klāsies labi.
- ❖ Vecgada vakarā jātur durvis un logi vaļā, lai vecais gads tiek projām.
- ❖ Ja kaķis jaungada naktī noķer peli, tad tanī mājā kāds puisis apprecēsies.
- ❖ Veca gada vakarā jātīra zivis un zvīņas vienmēr jānēsā naudas makā, tad visu gadu naudas netrūks.
- ❖ Ja Vecgada naktī tieši pulksten divpadsmitos ieskatās ūdens glāzē, tad tur var ieraudzīt sava izredzētā seju.
- ❖ Jo vairāk cilvēkus Jūs apsveiksiet, jo lielāka veiksmē Jūs sagaida Jaunajā gadā.
- ❖ Jaungada naktī nedrīkst strīdēties, citādi viss gads paiēs konfliktos.
- ❖ Jaungada naktī nedrīkst raudāt un žēlot sevi, citādi gads būs skumju un depresijas pilns.
- ❖ Ko jaungada naktī redz sapnī, tas nākamajā gadā piepildās.
- ❖ Par kuru puisi jaungada naktī sapņo, tas apprecēs.
- ❖ Ja Jaungada naktī piepildīsies kāda slepena vēlēšanās, jūsu vēlēšanās piepildīsies visu gadu.

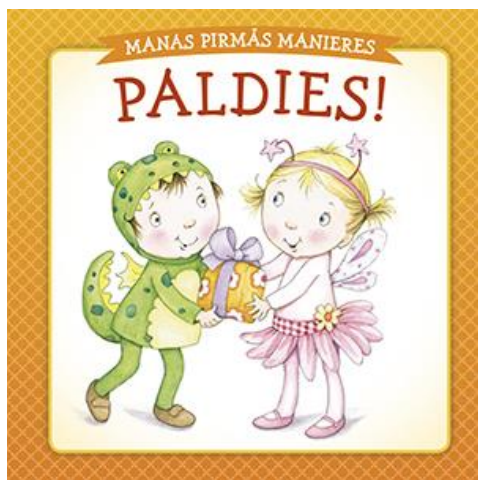
### DZEJOĻI PAR JAUNGO GADU

Zaķīts priecīgs lien no krūma,  
Līdz pat ļipai sniegos stieg.  
Tomēr dūšīgs cilpo ciemos:  
Jauns gads līksmi jāsatiek!

Vecais gads jau projām pošas,  
Māj ar roku ardievas.  
Jaunam gadam jaunas balvas,  
Jauni pārsteigumi būs.



# STARPTAUTISKĀ "PALDIES" DIENA



11.janvāris ir gada pats pieklājīgākais datums – šajā dienā atzīmē Starptautisko „paldies” dienu, šajā dienā būtu vēlams pateikt paldies tiem, kas atrodas jums blakus un visiem, kas jums daudz nozīmē.

Šie svētki ir sākušies pēc ANO un UNESCO iniciatīvas. Pēc psihologu domām, cilvēki lieliski apzinās labas uzvedības nozīmi, to nepieciešamību ikdienas dzīvē, bet lielāko tiesu pateicība tiek pausta, neaizdomājoties par tās jēgu. Tomēr pateicības vārdiem ir maģiska iedarbība, ar to palīdzību cilvēki dāvina prieku cits citam un pauž uzmanību, bez kuras nevar dzīvot neviens cilvēks.

Psihologi ir pārliecināti, ka pateicības vārdi ir mutiski glāsti un tie spēj nomierināt un sasildīt ar savu siltumu. Galvenais, lai paldies tiktu teikts no visas sirds. Un ne par velti kopš seniem

laikiem tautās eksistē ticējums – nedrīkst teikt paldies tajā mirklī, kad esi dusmīgs.

**Pirmsskolas izglītības iestāde var jums novēl šajā „paldies” dienā atcerēties savus mīļos un tuvos un no visas sirds pateikt viņiem paldies par visu, ko mēs uzskatām paši par sevi saprotamu bet, kas mums ikdienā dod spēku būt tādiem, kādi mēs esam.**

## KĀ PATEIKT VĀRDU "PALDIES" 51 VALODĀ?

**Afrikāņu** – dankie

**Albāņu** – faleminderit

**Angļu** –thank you

**Arābu** – shukran

**Armēņu** – Շնորհակալություն

**Bosniešu** – hvala

**Bulgāru** – благодаря

**Čehu** – děkuji

**Dāņu** – tak

**Ēbreju** – תודה / todah

**Franču** – merci

**Grieķu** – ευχαριστώ

**Havajiešu** – mahalo

**Hindi** –shukriya

**Horvātu** – hvala (HVA-la)

**Holandiešu** – danku

**Igauņu** – tänan

**Islandiešu** – takk

**Indonēziešu** – terima kasih

**Itāļu** – grazie

**Japāņu** – arigatō

**Jidiša** – a dank

**Kataloņu** – gràcies

**Kantoņu** – Mh'gōi

**Krievu** – спасибо

**Korejiešu** – 감사합니다

(gamsahamnida)

**Libāņu** – choukrane

**Lietuviešu** – ačiū

**Maķedoniešu** –

Благодарам

**Malajiešu** – terima kasih

**Maltiešu** – grazzi

**Mandarīnu** – Xièxiè

**Mongoļu** – Баярлалаа

**Norvēģu** – takk

**Poļu** – dziękuję

**Portugāļu** – obrigado

**Rumāņu** – mulțumesc

**Slovāku** – Ďakujem

**Slovēņu** – hvala

**Spāņu** – gracias

**Somu** – kiitos

**Tamilas** – nandri

**Taizemes** – kop khun

**Turku** – teşekkür ederim

**Ukraiņu** – Дякую

**Ungāru** – köszönöm

**Vācu** – danke

**Velsiešu** – diolch

**Zulu** – ngiyabonga

**Zviedru** – tack



## PASAULES SNIEGA DIENA



Pasaules Sniega diena (World Snow Day) ir Starptautiskās Slēpošanas federācijas (FIS) ikgadējs sniega festivāls bērniem un viņu ģimenēm, kas vienlaicīgi notiek dažādās vietās visā pasaulē. Pasaules Sniega diena būs **janvārī**. Tā ir daļa no FIS programmas „Vediet bērnus uz sniega”, kuras mērķis ir dot bērniem un viņu vecākiem iespēju iepazīt un arī izmēģināt visdažādākās aktivitātes uz sniega. Iespēja izbaudīt prieku un radīt patīkamas atmiņas, kā arī radīt iedvesmu turpināt nodarboties ar ziemas aktivitātēm arī nākotnē. Sniega dienas mērķis nav noskaidrot vai atlasīt nākamos čempionus, bet gan

dot iespēju bērniem un arī viņu vecākiem pārliecināties, ka aktivitātes uz sniega var kļūt par viņu ikdienu, kas sniedz pozitīvas emocijas un nodrošina veselīgu dzīvesveidu. Pasaules Sniega dienas starptautiskais moto: “Explore, Enjoy, Experience.”

### KĀ MĀJĀS UZBURT ZIEMAS NOSKAŅU JEB 8 VEIDI MĀKSLĪGĀ SNIEGA PAGATAVOŠANAI PAŠA ROKĀM?

- ❖ **Spīguļojošais sniegs.** Tas būs vēss, mīksts un pūkains. Lai pagatavotu šo sniedzīņu, tev būs nepieciešami divi iepakojumi kukurūzas cietes vai kukurūzas miltu, skūšanās putas un spīdumi. Visas sastāvdaļas tikai jāsamaisa un sniedzīņš gatavs.
- ❖ **Smaržīgais un lipīgais sniegs.** Būs nepieciešami sasaldēti baltu ziepju gabaliņi, sieram paredzēta rīve un spīdumi. Ielieciet ziepes uz nakti saldētavā. No rīta tās izņem un sarīvē. Rezultātā iegūsi mīkstu sniedzīņu, kam var pievienot spīdumus un piparmētras ekstraktu. Tas lieliski lips, tādēļ ar bērnu varēsi no tā izveidot sniegavīru vai jebkuru citu figūriņu.
- ❖ **Sniegs no skūšanās putām.** Būs nepieciešams viens flakons skūšanās putu, pusotra paciņa sodas un spīdumi, ja ir tāda vēlēšanās. Kādā traukā izpūt visas putas, pakāpeniski pievienojot sodu. Rezultātā iegūsi patīkamu sniega masu, no kuras varēsi arī veidot kādas figūras. Spīdumus var pievienot pēc vēlēšanās.
- ❖ **Sniegs no uzpūstā polietilēna.** Tev būs nepieciešams uzpūstais polietilēns (tas, kas tiek izmantots kā iepakojuma materiāls dažādai sadzīves tehnikai, stiklam, jaunu apavu iekšpusē) vai penoplasts un smalka rīve. Šī sniega pagatavošanai jāizmanto cimdi. Uz rīves sarīvē pamatmateriālu un, rau – sniegs gatavs! Mīksts sniega pārslas var virpuļot pa visu māju. Ja pievienosi spīdumus, sniegs būs vizuālojošāks. Arī ar šo sniegu vari darīt dažādas lietas, pirms tam to sajaucot ar PVA līmi, kas atšķaidīta ar ūdeni.
- ❖ **Sniegs no bērnu autiņbiksītēm.** Sagriez autiņbiksītes un izņem no tām nātrija poliakrilātu, ko pēc tam saplēš mazos gabaliņos. Iegūto masu ieliec traukā un pārlej ar ūdeni. Šķidrums jālej pakāpeniski, mazām devām, kamēr autiņbiksīšu pildījuma saplēstie gabaliņi nepārvēršas sniegā. Tikai nepārcenties, citādi sniegs būs pārāk mitrs. Lai tas izskatītos iespējami dabiskāks, trauku ieliec ledusskapī, bet ne – saldētavā.
- ❖ **Sarma no sāls** Tev būs nepieciešams rupjais sāls un ūdens. Gatavo koncentrētu sāls šķīdumu. Ielej katlā nedaudz ūdens un uzliec to karsēties uz mazas uguns liesmas. Ber sāli, kamēr tas vairs nešķīst. Tad katliņā, kur atrodas karstais sāls koncentrāts, mērc egļu, priežu vai jebkuru citu augu zariņus un atstāj uz kādu laiku. Kristālu veidošanās process notiks ātrāk, ja ūdens būs siltāks. Zariņus sākotnēji notecina un liek žāvēties uz četrām līdz piecām stundām. Sarma uz zariņiem ir garantēta. Ja sāls koncentrātam pievienosi kādas krāsvielas, sarma būs krāsaina.
- ❖ **Sniegs no PVA līmes un kartupeļu cietes** Darbam būs nepieciešamas divas ēdamkarotes kartupeļu cietes, tikpat daudz PVA līmes un vēl tikpat – sudraba krāsas. Rūpīgi samaisi (izšķīdini) visas sastāvdaļas. Šāds sniegs derēs, ja ir nepieciešams izrotāt kādu lietu ar apjomīgu baltu masu.
- ❖ **Gaisīgais un aromatizētais sniegs.** Tev būs nepieciešamas divas glāzes miltu, viena ceturtdaļa glāzes bērnu masāžas eļļa. Abas sastāvdaļas rūpīgi samaisa, un sniegs gatavs. Tas būs īpaši mīksts un ar patīkamu smaržu. Ar to varēs darboties pat bērni ar īpaši jutīgu ādu. No šī sniega var pagatavot jebkuru figūriņu, gluži kā no istā.

# 1991. GADA BARIKĀŽU AIZSTĀVJU ATCERES DIENA



ārkārtas stāvokli Latvijā un no Krievijas ievest PSRS regulāro karaspēku.<sup>[1]</sup> Kopš 1996. gada janvāra vairāk nekā 30 tūkstoši barikāžu aizstāvju ir apbalvoti ar Barikāžu dalībnieka piemiņas zīmēm.

**20. janvāris** — 1991. gada barikāžu aizstāvju atceres diena.

**Barikāžu laiks** ir vēsturisks apzīmējums 1990.gada 4.maijā atjaunotās Latvijas Republikas aizsardzības pasākumiem, kas tika organizēti Rīgā un citās Latvijas pilsētās no 1991. gada 13.līdz 27. janvārim. Plašākā nozīmē šis apzīmējums var tikt attiecināts uz laika periodu līdz 1991. gada 21. augustam, kad notika pēdējais OMON specvienību uzbrukums Jēkaba ielas barikādēm.

Barikāžu aizstāvju nevardarbīgā pretošanās ne tikai deva pretsparu OMON specvienībām, bet arī ar plaša starptautiskā atbalsta palīdzību novērsa PSRS vadības lēmumu izsludināt

## Barikāžu pieminēklis Vecrīgā



## Latvijas banka 2006. gadā izlaistās viena lata monētas Barikāžu laika piemiņai.





# LATVIJAS REPUBLIKAS STARPTAUTISKĀS (DE JURE) ATZĪŠANAS DIENA

Latvijas starptautiskā atzīšana *de iure* 1921.  
gada 26. janvārī

(No Latvijas Republikas ārlietu dienesta vēstures)

Īstenojot neatkarīgas Latvijas valsts dibināšanas ideju, tika uzsākta Latvijas ārpolitikas un diplomātiskā dienesta veidošana. 1917. gada 2. decembrī izveidotā Latviešu Pagaidu Nacionālās Padomes Ārlietu nodaļa Petrogradā nodibināja pirmos diplomātiskos sakarus ar rietumvalstu diplomātiskajiem pārstāvjiem. Nodaļa darbojās līdz Latvijas valsts proklamēšanai.

Par pirmo ārlietu ministru jaunajā valdībā izraudzīja Z. A. Meierovicu. Latvijas ārlietu dienesta īpatnība bija tā, ka Ārlietu ministriju nodibināja pēc pirmo diplomātisko pārstāvniecību izveidošanas. Sākotnēji ārlietu dienesta darbība norisinājās galvenokārt ārvalstīs, jo no 1918. gada novembra līdz 1919. gada jūnijam beigām gandrīz visa Latvijas teritorija bija okupēta. Latvijas diplomātisko pārstāvju delegācija darbojās Parīzes miera konferencē, ārzemēs tika dibinātas pirmās diplomātiskās un konsulārās pārstāvniecības un informācijas biroji. Ārlietu ministrs vadīja un veidoja ārlietu dienestu sadarbībā ar Pagaidu valdību, kura darbojās neokupētajā Latvijas daļā.

1919. gada augustā izveidoja Ārlietu ministriju. Sākotnēji tās struktūrā bija pieci departamenti, turpmākajos gados notika vairākas reorganizācijas. 1940. gadā Ārlietu ministrijā darbojās trīs departamenti - administratīvais, līgumu un politiskais.

Latvijas starptautiskā atzīšana *de iure* 1921. gada 26. janvārī kļuva par pamatu Latvijas diplomātu akreditācijai sūtņa statusā. Līdz tam vairākās Latviju *de facto* atzinušajās valstīs darbojās diplomātiskie pārstāvji. 1940. gadā Latvija bija pārstāvēta 25 valstīs.

Pēc okupācijas un inkorporācijas PSRS 1940. gadā daļa diplomātisko pārstāvju atteicās atgriezties Latvijā un turpināja darbību akreditācijas valstīs, pārstāvot pēdējo neatkarīgās Latvijas valdību un tās ārlietu dienestu.

Daudzas valstis neatzina 1940. gadā notikušo Latvijas aneksiju. Saskaņā ar starptautisko tiesību normām, Latvijas Republika turpināja pastāvēt *de iure*. Piecdesmit gadus (1940-1991) diplomāti ārzemēs nenogurstoši atgādināja pasaulei par Latvijas esamību un aizstāvēja tās intereses. Latvijas Republikas diplomātiskais dienests ārzemēs pastāvēja bez pārtraukuma līdz valsts neatkarības atjaunošanai un to vadīja pārstāvniecību vadītāji Londonā un Vašingtonā.





## METEŅI



Meteni, dažkārt saukti arī par Meteņdienu, ir vieni no **latviešu gadskārtām** jeb gadskārtu svētkiem, kas tradicionāli tiek svinēti **6. februārī**. Meteni ir nosacīts **viduspunkts starp Ziemassvētkiem un Lieldienām** jeb ziemas un pavasara saulgriežiem, kas iezīmē ziemas beigu tuvošanos un pavasara tuvošanos, līdz ar to Meteņus var dēvēt arī par **pavasara gaidīšanas svētkiem**. Jāpiemin, ka Meteņu svinēšanā ir saglabājušās senas vecā gada aizvadīšanas tradīcijas, jo senās indoeiropiešu tautas, tostarp senlatvieši, gadu miju svinēja mūsdienu februāra vidū, tāpēc Meteņus varētu dēvēt arī

par **senlatviešu Vecgada vakaru**.

Nereti Meteņus svin arī **7 nedēļas pirms Lieldienām**, uzreiz pēc Meteņiem aizsākot **katoļu lielo gavēni**, kas ilgst līdz pat Lieldienām. Ja Meteņi tiek svinēti saskaņā ar Baznīcas nostādņēm, tad tie ik gadu iekrīt kādā **februāra vai marta** sākuma datumā. Vienu vārdu sakot, tie, kas Meteņus svin saskaņā ar senlatviešu **Saules gada kalendāru**, Meteņus svin 6. februārī, bet tie, kas svin svētku saskaņā ar **kristiešu svētku kalendāru**. Meteni, atkarībā no kultūrvēsturiskā novada, **tiek saukti dažādos vārdos** – par Meteņiem, Vastlāviem, Lastvāgiem, Miesmešiem, Miezmežu dienu, Aizgavēni, Buduļu vakaru, Pīrāgu dienu, kā arī citādi. Jāmin arī fakts, ka senāk senlatviešu vārds “**meti**” apzīmēja **laika griežus**, tādēļ arī Meteņi, kas ir viens no laika griežu punktiem, ir nosaukti tieši tādā vārdā. Meteņos, kā jau laika griežos, **noslēdzās ziemas darbi, un sākās pavasara darbi**..

### SVĒTKU TRADĪCIJAS

- ❖ Meteņos bija jāēd un jādzer līdz mielēm.
- ❖ Šajā laikā tika kautas cūkas, tāpēc tradicionālie svētku ēdieni bija cūkas galva un plāceņi.
- ❖ Vecāki meta dāvanas saviem bērniem no istabas augšas, jo Laima meteņos no augšas metot savas dāvanas.

### TAUTASDZIESMA

Ap Meteni slaidi laižu,  
Lai liniņi gari aug;  
Ap Lieldienu šūpojos,  
Lai telītes barojas.

Nāc, māsiņa, ciemoties  
Metenīša vakarai:  
Būs pupiņas, būs zirnīši,  
Būs cūciņas šņukurītis.



## SV. VALENTĪNA DIENA



**Svētā Valentīna diena,** sarunvalodā vienkārši **Valentīna diena,** ir mīlestības svētki, kas katru gadu tiek svinēti 14. februārī. Šajā dienā mīļotie cilvēki ar apsveikumiem un dāvanām pastiprināti pauž savu mīlestību vienam pret otru.

Lai gan ir bijuši vairāki kristiešu mocekļi, kuriem vārds bija Valentīns, vistīcamāk Valentīna diena ir nosaukta par godu priesterim, kas bija moceklis aptuveni 270. gadā imperatora Klaudija II valdīšanas laikā. Saskaņā ar leģendu, priesteris rakstīja vēstules cietuma uzrauga meitai, ar kuru viņš bija sadraudzējies un kurā bija iemīlējis. Vēstules viņš esot parakstījis ar frāzi "no Tava Valentīna". Svētku pirmsākumi tiek saistīti ar romiešu svētkiem Luperkālījām (*Lupercalia*), kas svinēti februāra vidū. Šajos svētkos svinēja pavasara atnākšanu, tika veikti auglības rituāli, kā arī salozēja pa pāriem sievietes ar vīriešiem. 5. gadsimta beigās pāvests Gelasijs I pārdēvēja Luperkālījas par Svētā Valentīna dienu. Aptuveni 14. gadsimtā Svētā Valentīna diena kļuva

par romantikas dienu un ieguva tradīcijas, kas vairāk līdzinās mūsdienīgu Svētā Valentīna dienas svinēšanas tradīcijām.

### VALENTĪNDIENAS TICĒJUMI

- ❖ Pastāv ticējums, ka, Valentīndienā, nopūšot noziedējušas pienenes pūkas un pēc tam saskaitot nenopūstās, var uzzināt, cik bērnu būs dzīves laikā.
- ❖ Dažās valstīs jauna sieviete kā dāvanu no vīrieša Valentīndienā var saņemt kādu apģērba gabalu. Pastāv ticējums: ja viņa patur šo dāvanu, tad vēlāk apprecēsies ar tās dāvinātāju.
- ❖ Agrāk ļaudis ticēja: ja sieviete Valentīna dienā redz pār galvu pārlidojam sarkankrūtīti, viņa apprecēsies ar jūrnieku. Ja redz zvirbuli, tad apprecēsies ar nabadzīgu vīru un būs ļoti laimīga. Savukārt, ja sieviete Valentīndienā ierauga zelta monētu, viņa apprecēsies ar miljonāru.
- ❖ Dažās valstīs tic, ka nākamo bērnu skaitu var uzzināt arī tad, ja Valentīna dienā pārgriež uz pusēm ābolu un saskaita, cik tajā sēkliņu.
- ❖ Velsā bija paraža grebt koka karotes un pasniegt tās kā dāvanas 14. februārī. Izplatītākie greznojumi uz grebtajām karotēm bija sirsniņas, atslēgas un atslēgas caurumi. Šo greznojumu nozīme bija: «Atslēdz manu sirdi!»





# LIETUVAS REPUBLIKAS NEATKARĪBAS DIENA

**Lietuvos valstybēs atkūrimo diena!** Mūsu kaimiņvalsts neatkarības akts tika pieņemts 1918.gada 16.februārī, kad visi 20 Lietuvas padomes locekļi Jona Basanaviča vadībā parakstīja aktu, kas proklamēja neatkarīgas Lietuvas valsts atjaunošanu un demokrātiskas valsts izveidošanu ar galvaspilsētu Viļņu. Akta pieņemšana bija vairākus mēnešus ilga procesa rezultāts, kas aizsākās 1917.gada septembra Viļņas konferencē, kas izveidoja Lietuvas padomi.

## Lietuvas valsts himna

***Lietuva, Tėvyne mūsų,  
Tu didvyrių žeme,  
Iš praeities Tavo sūnūs  
Te stiprybę semia.***

***Tegul Tavo vaikai eina  
Vien takais dorybės,  
Tegul dirba Tavo naudai  
Ir žmonių gėrybei.***

***Tegul saulė Lietuvoj  
Tamsumas prašalina,  
Ir šviesa, ir tiesa  
Mūs žingsnius telydi.***

***Tegul meilė Lietuvos  
Dega mūsų širdyse,  
Vardan tos Lietuvos  
Vienybė težydi!***

Lietuva, Tēvija mūsu,  
Tu varoņu zeme,  
No pagātnes Tavie dēli  
Lai sev spēku smeļ.

Lai Tavi bērni iet  
Pa tikuma ceļiem vien,  
Lai darbojas Tavam labumam  
Un ļaužu labklājībai..

Lai saule Lietuvā  
Tumsas varu aizraida,  
Gaisma un taisnīgums  
Lai vada mūsu gaitas.

Lai mīlestība Lietuvai  
Deg mūsu sirdīs,  
Tās Lietuvas vārdā  
Vienotība lai zied!

## Lietuvas valsts ģerbonis



## Lietuvas valsts karogs



## Lietuvieši latvijū dainās

Leiši leiši mani brāļi,  
Garām manu sētu jāja!  
Mūžam leiši paliekat,  
Ja iekšā nenākat.  
26708-181

Ai Dieviņ, ai Dieviņ,  
Kur man citi bāleliņi?  
Cits krievos, cits leišos,  
Cits dziļāi Vāczemē.  
3839-379

Es gribēju leišu zemi  
Zilu guni dedzināt;  
Tikai vien iegādāju,  
Māsa leišu robežās.  
3841-379





# IGAUNIJAS REPUBLIKAS NEATKARĪBAS DIENA

24.februārī Igaunija svin valsts svētkus - Neatkarības pasludināšanas gadadienu. Svētku sarīkojumi šajā dienā tiek rīkoti visā valstī.

Igaunijas Republikas dzimšanas diena ir 1918. gada 24. februāris, kad Igaunijas glābšanas komiteja Tallinā pieņēma manifestu, kurā pasludināja neatkarīgu un demokrātisku republiku. Šajā dienā Igaunijas amatpersonas, diplomāti un patriotiski noskaņotie pilsoņi piedalās svinīgos pasākumos, godinot valsti tās pastāvēšanas gadadienā.

## Igaunijas valsts himna

**Mu isamaa, mu õnn ja rõõm,  
kui kaunis oled sa!  
Ei leia mina iial tääl  
see suure laia ilma pääl,  
mis mull' nii armas oleks ka  
kui sa, mu isamaa!**

**Sa oled mind ju sünnitand  
ja üles kasvatand.  
Sind tänan mina alati  
ja jään sul truuiks surmani!  
Mul kõige armsam oled sa,  
mu kallis isamaa!**

**Su üle Jumal valvaku,  
mu armas isamaa!  
Ta olgu sinu kaitseja  
ja võtku rohkest' õnnista,  
mis iial ette võtad sa,  
mu kallis isamaa!"**

Mana Tēvzeme, mana laime  
un prieks  
Cik skaista esi Tu!  
Nekas nav plašā Pasaulē,  
Ko tā var mīlēt dvēsele,  
Kā Tevi mana mīlākā,  
Tu dārgā Tēvija!

Es esmu tavā klēpī  
piedzimis  
Un arī uzaudzis.  
Tev vienmēr būšu pateicīgs,  
Līdz nāves stundai uzticīgs:  
Man esi visu svētākā,  
Tu, dārgā Tēvija!

Lai Tevi vienmēr sargā  
Dievs,  
Tu, mīla Tēvija!  
Lai laimi dod tev bagāti  
Un svētī visu žēlīgi,  
Ko vien tu darīt nodomā,  
Tu, dārgā Tēvija!

## Igaunijas valsts ģerbonis



## Igaunijas valsts karogs



## Igauņi latviju dainās

Tēvs man bija igauņīts,  
Māte bija čigāniete;  
Es, dēliņš, kā kundziņš  
Sarkaniem matiņiem.  
33527-63

Igaunīts mans vīriņš,  
Es igauņa līgaviņa;  
Igaunītis perģelēja,  
Es ar līdzi verģelēju.  
52871-560

Trīs rītiņus maltu gāju  
Ar igauņu meitiņām;  
Man izbira kviešu milti,  
Viņām auzu sēnaliņas.  
8022

# STARPTAUTISKĀ DZIMTĀS VALODAS DIENA



21. februārī pēc UNESCO iniciatīvas visā pasaulē atzīmē Starptautisko dzimtās valodas dienu, lai izceltu valodas nozīmi ikdienas komunikācijā, pašizpaušmē, sabiedrības veidošanā, zināšanu apgūšanā un tālākā nodošanā. Šajā dienā UNESCO aicina novērtēt valodu un kultūru daudzveidību, kas bagātina un saliedē sabiedrību

un veicina starpkultūru dialogu.

## VISS IZPLATĪTĀKĀS DZIMTĀS VALODAS MŪSU PIRMSSKOLĀ:

**Latviešu valoda** ir dzimtā valoda apmēram 1,7 miljoniem cilvēku, galvenokārt Latvijā, kur tā ir vienīgā valsts valoda. Lielākās latviešu valodas pratēju kopienas ārpus Latvijas ir Īrijā, Austrālijā, ASV, Zviedrijā, Lielbritānijā, Vācijā, Brazīlijā, Krievijā. Latviešu valoda pieder indoeiropiešu valodu saimes baltu valodu grupai. Senākie rakstu paraugi latviešu valodā — baznīcas dziesmu tulkojumi Vidzemes dialektā — ir no 1530. gada.

**Latgaliešu valoda** (*latgaļu volūda*, arī *latgaliņu volūda*) ir latviešu valodas paveids. Tā ir dzimtā valoda apmēram 165 000 cilvēku, galvenokārt Latvijā. Lielākās latgaliešu valodas pratēju kopienas ārzemēs ir Krievijā. Latgaliešu valoda pieder indoeiropiešu valodu saimes baltu valodu grupai.

**Krievu valoda** ir teritoriāli ļoti plaši izplatīta Eirāzijas kontinentā, un ir skaitliski lielākā no slāvu valodām. Krievu valoda pieder indoeiropiešu valodu saimei. Slāvu valodu grupā krievu valoda ir viena no trim šobrīd dzīvajām austrumslāvu apakšgrupas valodām — pārējās divas ir baltkrievu un ukraiņu. Rakstu pieminekļi austrumslāvu valodās pastāv kopš 10. gadsimta. Krievu valoda saglabā austrumslāvu valodām raksturīgo sintētiski-fleksīvo struktūru un slāvu valodām kopīgu vārdu krājumu, tomēr mūsdienu krievu valodā ir liels daudzums aizgūtu vārdu un zinātnisku terminu. Krievu valoda ir viena no ANO darba valodām Runātāju skaits: Dzimtā valoda: ap 164 milj. Otrā valoda: ap 114 milj. (2006)<sup>[1]</sup> Kopā: 300 - 350 milj.

**Poļu valoda** ir viena no rietumslāvu valodām. Tā ir Polijasvalsts valoda un viena no Eiropas Savienības oficiālajām valodām. Poļu valoda ir no indoeiropiešu valodu grupas, slāvu valodu apakšgrupas. Tā ir trešā izplatītākā slāvu valoda pēc runātāju skaita aiz krievu un ukraiņu valodām. Vislīdzīgākās ir čehu un slovāku valodas. Poļu valoda lielākoties tiek lietota Polijā. Gandrīz 97% no Polijas iedzīvotājiem ir norādījuši, ka viņu dzimtā valoda ir poļu valoda. Citās valstīs poļu valodu galvenokārt lieto attiecīgajās valstīs dzīvojošie poļi. Vislielākās poļu minoritātes ir Baltkrievijā, Ukrainā un Lietuvā. Salīdzinoši daudz poļu dzīvo un līdz ar to lieto poļu valodu arī Latvijā, Apvienotajā Karalistē, Rumānijā, Čehijā, Krievijā, Brazīlijā, Argentīnā, Amerikas Savienotajās Valstīs, Kanādā, Vācijā, Francijā, Austrālijā, Īrijā un Izraēlā. Runātāju skaits: 38,6 miljoni (2012. gadā)

## PAVASARIS



**Pavasaris jeb ziedonis** ir pārejas gadalaiks no ziemas uz vasaru. Šis gadalaiks ir laiks, kad daba pamostas un atdzīvojas no ziemas bargā sala. Astronomiskais pavasaris ziemeļu puslodēsākas pavasara ekvinokcijas brīdī (20. vai 21. martā) un ilgst līdz 21. jūnijam.

### PAVASARA TIPI

**Kalendārais pavasaris** — laika posms no 1. marta līdz 31. maijam ieskaitot.

**Astronomiskais pavasaris** — ziemeļu puslodē iestājas brīdī, kad saule šķērso debess ekvatoru pavasara punktā. Diena ar nakti ir vienādā garumā un diena pamazām kļūs garāka par nakti. Katru gadu astronomiskā pavasara iestāšanās laiks nedaudz atšķiras laika skaitīšanas sistēmas dēļ.

**Meteoroloģiskais pavasaris** — sākas, kad diennakts vidējā gaisa temperatūra ir stabili vienāda vai augstāka par 0 grādiem.

### VEICINI BĒRNA PATSTĀVĪBU – IESAISTI PAVASARA TĪRĪŠANĀ

- ❖ **Sastādi darbu** Lūdz viedokli katram ģimenes loceklim – arī pašiem mazākajiem, jautājot, ko katrs labprāt paveiktu. Iesaistot bērnu darbos, veicināsi viņa patstāvību un iniciatīvu. Tādā veidā visi ģimenes locekļi jutīsies iesaistīti procesā un veiks darbus ar lielāku apņēmību. Psiholoģiski uz papīra uzrakstītais šķiet “ar lielāku svaru” nekā mutiski pateiktais.
- ❖ **Risini uzdevumus komandā.** Kopā paveiktais spēj sagādāt prieku, turklāt pavasara tīrīšanas darbos strādāt komandā ir vieglāk nekā individuāli. Ļauj bērnam darboties – tā gan pašam, gan bērnam gandarījuma izjūta būs lielāka. Svarīgi izvēlēties vecumam atbilstošus darbus – mazākie spēs īslaicīgāk nodarboties ar kādu no vienkāršākiem uzdevumiem (notīrīt putekļus, sašķirot lietas, sagrābt lapas), skolas vecuma bērni tam varēs veltīt vairāk laika.
- ❖ **Tīri ar gaumi.** Lai bērnam (un arī pieaugušajiem) uzkopšana būtu vienlīdz patīkama un interesanta, katrs var uzvilkt spilgtu priekšautu, košus cimds un likt lietā krāsainas lupatiņas, birstes vai grābekļus. Jo trakulīgāk, jo jautrāk! Ļauj mazajam “sapucēt vecākus” un izvēlēties, ko pats vēlas vilkt.
- ❖ **Izvairies no ķīmijas!** Lai talka saistītos ar patīkamu pieredzi, izvēlies bērniem (uz sev) nekaitīgus, dabiskus tīrīšanas līdzekļus.
- ❖ **Ieskandini talku ar mīļākajām dziesmām!** Aicini bērnu izlemt, kuru dziesmu vai izpildītāju pavadībā darbosieties un atlasiet jaunas fona dziesmas labam noskaņojumam. Atbalsti un uzteic bērna izvēli – vai tas būtu Dona “Susuriņš”, Musiqq “Sekundes”, “Dino piedzīvojumu” vai “Lupatiņu” mēdiņš.
- ❖ **Garage sales jeb tiec vaļā no lūžņiem!** Vecās tehnikas izjaukšana, labošana un lietu kārtošana aizraus gan tēti, gan mazo. Vīrietim tā būs iespēja nodot zināšanas par tehniku un fiziku, kā arī bērnam uzticēt kādu azartisku un reizē atbildīgu darbiņu, piemēram, izjaukt detaļās kādu lampu vai sašķirot skrūvītes pēc lieluma. Salaboto tētis varēs atdot kaimiņam vai pārdot kādam, kam tas tiešām nepieciešamas.
- ❖ **Apbalvo sevi un palīgus!** Pēc paveiktā visiem mazajiem un lielajiem darba rūķiem sagādā jauku pārsteigumu – pastaigu, izbraucienu, kino vai gardu maltīti.

# STARPTAUTISKĀ HUMĀNĀS PEDAGOĢIJAS LABESTĪBAS STUNDU DIENA



3. marts ir Starptautiskās Humānas pedagoģijas apvienības Labestības stundu diena, un kopš 2011. gada, tajā piedalās arī Latvijas Humānas pedagoģijas asociācija, tās biedri un atbalstītāji.

Jau vairākus gadus vienā un tajā pašā dienā Zeme pārklājas ar zvaigžņotu Labestības stundu mirdzumu.

Pagaidām varbūt vēl ir grūti novērtēt visu šo brīnišķīgo kustību, bet tās nozīme, protams, ir ievērojama, jo tajā ir viss: skolotāju vienotības balss, mūsu centieni, mūsu radošums, un viss tas ir vērsts uz pašu vērtīgāko - cilvēka sirds un dvēseles

pilnveidošanu. Mūsu rokās ir nākotnes skaistums un šī brīža Patiesība, mūžīgo vērtību apstiprinājums un ticība, neuzvaramam labestības spēkam. Šīs stundas ir mūsu jūtu, pierdzes, meistarības kulminācijas punkts. Tas arī ir novērtējums Humānās pedagoģijas dzīvot gribas garam, tas arī ir starts jaunām iecerēm, jo „**Labu radīdams - radu Dzīvi!**”

Latvijas Humānās pedagoģijas asociācija rosina organizēt izglītības iestādēs Labestības stundas par tēmu:

**„Es nevaru pārveidot visu valsti, bet es varu savu Tēvzemi padarīt par vienu cilvēku labāku. Šis cilvēks varētu būt ES.”**

Labākam būt ir:

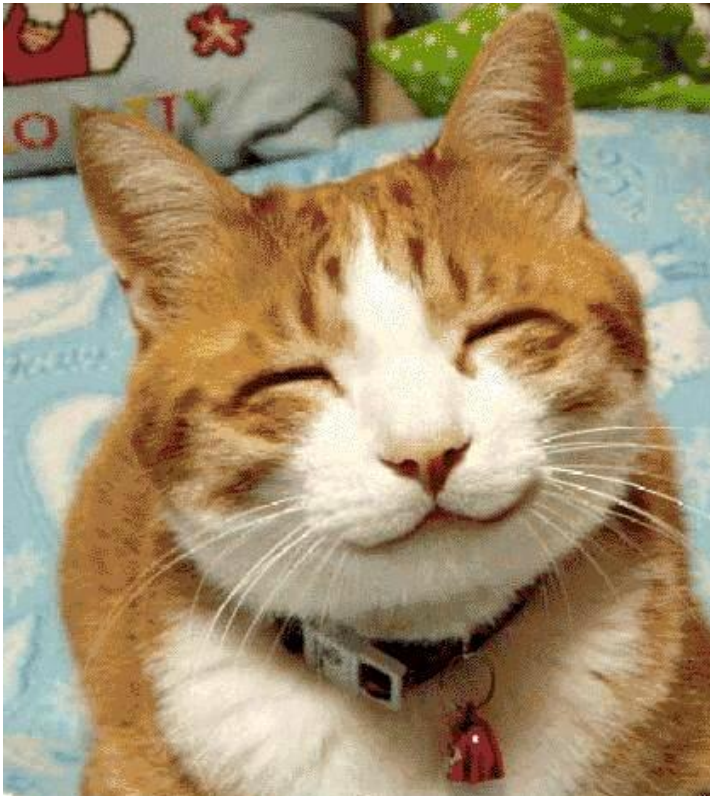
- Prast pārveidot naidu, dusmas, skaudību mīlestībā.
- Darīt savu darbu ar mīlestību, prieku, radošumu
- Cienīt otru cilvēku, viņa domas un jūtas.
- Būt godīgam.
- Saglabāt pašcieņu.
- Būt savas zemes patriotam.
- Atteikties no liekā.
- Būt līdzcieņīgam.
- Saglabāt optimismu.
- Draudzēties.
- Būt jaunam.



„Tas nav iespējams!” sacīja lemesls.  
„Tas ir neprāts!” iesaucās Pieredze.  
„Tas ir veltīgi!” asi atteica Lepnums  
„Bet tu pamēģini!” čukstēja Sirds



# VISPASAULES KAĶU DIENA



Mājdzīvnieki cilvēkiem parādījās civilizācijas pašos sākumos. Pirmais bija suns, pēc tam sekoja citi... Par to, kad blakus ļaudīm parādījās kaķi, zinātnieki strīdas vēl līdz pat šodienai; neapšaubāmi ir tas, ka viņi bija vieni no pirmajiem, kuri nāca palīgā cilvēkiem, palikdami praktiski nepieradināmi. Zemes virsū ap 80% cilvēku ir kāds mājdzīvnieks, dažreiz pat vairāki. Lielākā šo cilvēku daļa devuši priekšroku kaķiem. Pamatoti! Kaķi sāka dzīvot blakus cilvēkiem, kad parādījās paši pirmie pārtikas krājumi, kuri pievilināja grauzējus. Viss notika pats no sevis, bez cilvēku piepūles.

## INTERESANTI FAKTI PAR KAĶIEM

- ❖ Kaķi ir glābuši cilvēkus ugunsgrēkos, spēj brīdināt par zemestrīcēm un vulkānu izvirdumiem, spēj akli atgriezties mājās.
- ❖ Otrajā pasaules karā Anglijas dienvidu krasta gaisa telpu kontrolēja radari, brīdinot par ienaidnieku bumbvedēju uzlidojumiem. Taču vietējie iedzīvotāji drīz konstatēja, ka daudz drošāka brīdināšanas sistēma ir kaķi.
- ❖ Siāmas kaķu tumšo apspalvojuma vietu krāsa ir atkarīga no to dzīves vides temperatūras. Kaķiem no aukstākiem klimatiskajiem rajoniem šie plankumi ir tumšāki.
- ❖ Lionas (Francija) universitātes speciālisti nolēma saskaitīt, cik pasaulē ir mājas kaķu. Izrādījās ka uz mūsu planētas to ir aptuveni 400 miljonu un lielākā daļa no tiem tiek turēti ASV. Taču ir valstis, kur mājas kaķu gandrīz vispār nav, piemēram, Peru un Gabona.
- ❖ Ir aprēķināts, ka viens kaķis, medījot peles, gada laikā paglābj no tām 10 tonnas graudu. Anglijā valsts dienestā ir kaķi, kuri apsargā pārtikas noliktavas.
- ❖ Kaķa ikdienas aplaizīšanās nav saistīta tikai ar to tīrības izpausmēm. Tas saistās arī ar specifiskas vielas nolaizīšanas no spalvām, kas satur B vitamīnu, kas nepieciešams psihiska līdzsvara regulēšanai. Ja kaķim neļauj sevi aplaizīt, tas kļūst nervozs un var pat aiziet bojā.
- ❖ Kaķi spēj mērot ļoti lielus ceļus lai atgrieztos mājās. Brīnumains šķiet stāsts par vienu Ņujorkas kaķi. Tā saimnieks, pārceļoties no Ņujorkas uz Kaliforniju, nepaņēma līdzi kaķi. Pēc 5 mēnešiem saimnieks bija pārsteigts, ieraugot kaķi pie sava jauna mājokļa durvīm. Kaķis ienāca dzīvoklī un iegūlās sava iemīļotajā krēslā. Attālums starp Ņujorku un Kaliforniju ir 3500 km.
- ❖ Kaķi nav jāuzskata par ļoti izvēlīgu, ja tas pirms ēšanas ilgi apošņā ēdienu. Šinī gadījumā kaķa deguns ir kā termometrs.
- ❖ Kaķi labāk nekā suņi izšķir smaržas. Tāpēc britu armijā Pirmajā pasaules karā tika izveidots speciāls „kaķu korpuss”. Tā izveidotāji uzskatīja, ka ar kaķu palīdzību iespējams visātrāk konstatēt indīgo gāzu parādīšanos.

## STARPTAUTISKĀ SIEVIEŠU DIENA



**8.marts Starptautiskā sieviešu diena** ir starptautiska sieviešu solidaritātes diena, ko svin lielā daļā valstu (tajās, kur pie varas ir sociālistiskāspartijas, vai arī tām ir liela ietekme).

Šī diena veltīta visām sievietēm, neatkarīgi no to sociālā vai bioloģiskā statusa (Mātes diena ir veltīta tikai sievietēm mātēm, Svētā Valentīna diena — mīlētājiem).

### SIEVIEŠU DIENAS SVINĒŠANA

- ❖ Pirmo reizi Sieviešu dienu sāka svinēt ASV — 1909. gadā Amerikas sociālistiskā partija izsludināja februāra pēdējo svētdienu par Nacionālo sieviešu dienu. To svinēja līdz 1913. gadam.
- ❖ 1910. gada 27. augustā Kopenhāgenā notiekošajā Starptautiskajā sociālistiskajā sieviešu konferencē (Otrās internacionāles VIII kongresa ietvaros) vācu sociāliste Klāra Cetkina ierosināja sākt svinēt starptautisku sieviešu solidaritātes dienu. Viņu atbalstīja Vācijas sociāldemokrātu partijas Centrālās komitejas locekle Helēna Grinberga, apstiprinot 19. martu kā svinamo datumu. Jau nākamajā gadā 19. martu kā starptautisko sieviešu solidaritātes dienu plaši svinēja sociāldemokrāti un tiem simpatizējošie Vācijas impērijā, Austroungārijas impērijā, Dānijas karalistē, Šveicē.
- ❖ 1913. gadā starptautisko sieviešu solidaritātes dienu Vācijā svinēja 12. martā, Austroungārijas zemēs, Šveicē, Nīderlandē — 9. martā, Krievijas impērijā un Francijā — 2. martā.
- ❖ 1914. gadā lielākajā daļā Eiropas valstu šo dienu sāka svinēt 8. martā.
- ❖ 1921. gadā Padomju Krievijā II Komunistiskajā sieviešu konferencē nolēma atzīmēt starptautisko sieviešu solidaritātes dienu 8. martā, pieminot 1917. gada 8. martā Pēterburgā notikušo sieviešu streiku, kas aizsāka Februāra revolūciju.
- ❖ 1966. gada 8. maiju ar PSRS Augstākās padomes prezidija lēmumu Starptautisko sieviešu dienu izsludināja par valsts svētkiem un brīvdienu.
- ❖ 1975. gada 8. martā ANO sāka svinēt Starptautisko sieviešu dienu. 1977. gadā ANO Ģenerālā asambleja ar rezolūciju Nr. A/RES/32/142 ieteica dalībvalstīm katru gadu (datumu izvēloties atbilstoši vietējai kultūrai un paražām) svinēt Cīņas par sieviešu tiesībām un Apvienoto Nāciju organizācijas starptautiskā miera dienu, ko ANO piesaistīja 8. martam.
- ❖ Šobrīd oficiāli valsts svētki šī diena ir: Gruzijā, Albānijā, Armēnijā, Azerbaidžānā, Baltkrievijā, Bosnijā un Hercegovinā, Bulgārijā, Kamerūnā, Ķīnā, Kubā, Itālijā, Kazahstānā, Kirgizstānā, Maķedonijā, Moldovā, Mongolijā, Melnkalnē, Krievijā, Serbijā, Tadžikis tānā, Ukrainā, Uzbekistānā (sasaistot to ar Mātes dienu) un Vjetnamā.



# PASAULES ŪDENS DIENA



Kopš 1993. gada 22. martā ik gadu tiek atzīmēta Pasaules ūdens diena, organizējot dažādus izglītojošus un informatīvus pasākumus, lai pievērstu ikviena cilvēka uzmanību ūdens svarīgajai lomai mūsu dzīvē. Latvijā Pasaules ūdens diena tiek atzīmēta kopš 1996. gada. UNESCO LNK aicina ikvienu skolu, interešu apvienību un organizāciju visā Latvijā iesaistīties Pasaules ūdens dienai veiktajos pasākumos, kā arī pašiem kļūt par to organizatoriem, izmantojot dažādu ūdens

tematiku mācību stundās, iesaistoties dažādās iniciatīvās, veicot pētījumus un rīkojot izstādes, rosinot bērnu, jauniešu, sabiedrības izpratni par dzeramā ūdens nozīmi un ūdens nozīmi vispār, kā arī apzinoties draudus, kas ietekmē ūdens resursu izsīkšanu visā pasaulē.

## EKSPERIMENTI AR ŪDENI

### Krāsainie ziedi

Ziedi barojas no ūdens un absorbē to. Ja puķūdenim pievienosi krāsvielu, kas domāta ēdienam - ziedi pamazām pieņems krāsu.

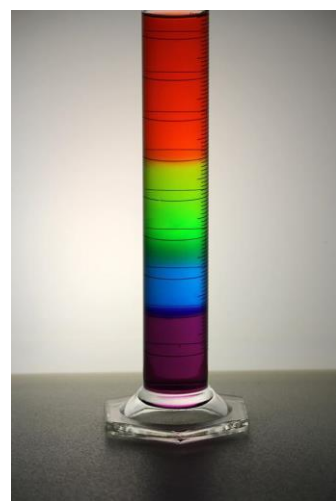
Šis ir labs veids kā puīši var izpatikt meitenēm - uzdāvinot mīļākās krāsas vai neatrodamas krāsas ziedus.



### Varavīksne

Domāju, ka visiem ir zināms, ka dažādiem šķīdumiem ir atšķirīgas masas. Piemēram eļļa ir mazāk blīva par ūdeni tāpēc peld virs tā. Pievienojot mājās atrodamajiem šķīdumiem tikai mazliet ēdiena krāsas (pirms tam izpētīt šķīdumu blīvumu) var izveidot skaistu varavīksni.

Starpcitu, ievietojot pudelē ar korķi iznāk laba dāvana.





# KOMUNISTISKĀ GENOCĪDA UPURU PIEMIŅAS DIENA

To nedrīkst aizmirst - 25. marts – Komunistiskā genocīda upuru piemiņas diena

1949. gada 25. martā notika visplašākā Latvijas iedzīvotāju izsūtīšana uz Sibīriju un citiem attāliem Padomju Savienības reģioniem.

1948. gadā komunistiskā partija gatavojās sākt veidot zemnieku kopsaimniecības pēc Krievijas parauga. Latviešu zemnieki nevēlējās labprātīgi atteikties no savas zemes. Izsūtīšana skāra galvenokārt turīgo zemnieku ģimenes, kurām bija labāk iekoptās saimniecības. Turklāt zemnieki bija galvenie nacionālo partizānu atbalstītāji.

25. martā uz Sibīriju deportēja aptuveni 44 000 cilvēku – ģimenes ar bērniem un sirmgalvjiem. Pretestība kolektivizācijai bija lauzta – mēnesi pēc izvešanas jau vairāk kā 70% zemnieku bija iestājušies kolhozos.

Pēc 1956. gada liela daļa izsūtīto tika atzīti par nevainīgiem un viņiem atļāva atgriezties Latvijā. Izsūtīšanas brīdī konfiscētais īpašums netika atdots un vajadzēja paiet vēl ilgiem gadiem, lai represētie atgūtu godīga cilvēka vārdu. 1949. gada 25. martā deportētie pilnībā tika rehabilitēti tikai pēc 1989. gada.

Pieminot 1949. gada deportācijas, aicinām noskatīties kādu no videofilmām, kas atspoguļo represēto tēmu un piedāvā iespēju arhīvā iepazīties ar šiem dokumentiem:

- **dokumentālā videofilma “Sibīrijas bērni”**, 2001. g., rež. Dz. Geka, filma vēsta par izsūtīto bērnu likteņiem Latvijā un Sibīrijā, sižets balstās uz izsūtīto bērnu un aculiecinieku atmiņām;
- **dokumentālā videofilma “Latvijas okupācija 3. daļa 1946.-1953. g”**, 2001. g., rež. Dz. Geka, filmā atspoguļotas arī 1949. gada represijas;
- **dokumentālā filma “Ardievu, divdesmitais gadsimt!”**, 2006. g., rež. U. Brauns, filma ir vēsturisko notikumu, saimnieciskās dzīves un cilvēku likteņu hronika no 1905. gada revolūcijas līdz trešajai Atmodai 1990. gados.



**Attēlā: No Latvijas PSR represēto personu grupa. KFPSR Omskas apg., Znameckas raj., 31.12.1949. Autors: Nav zināms**

# STARPTAUTISKĀ TEĀTRA DIENA



**27. marts- Starptautiskā teātra diena** Jau 50 gadus pēc Starptautiskā Teātra institūta (ITI UNESCO) iniciatīvas 27. marts tiek atzīmēts kā Starptautiskā teātra diena. ITI Nacionālie centri, aktieri, režisori, teātra darbinieki un cienītāji visā pasaulē atzīmē šos svētkus. Par godu Teātra dienai tiek organizēti visdažādākie pasākumi - gan starptautiski, gan nacionāli. UNESCO Latvijas Nacionālā komisija (LNK) aicina gan profesionālos

teātrus, gan amatieru teātrus, gan teātra mīlotājus, gan kritiķus, kā arī citus Latvijas iedzīvotājus 27. martā piedalīties plānotajos pasākumos un atzīmēt Starptautisko teātra dienu.

## KĀPĒC BĒRNIEM VAJADZĒTU APMEKLĒT TEĀTRA PULCIŅU?

- ❖ Teātris bērnu uztur garīgā un fiziskā formā. Aktierim jābūt izturīgam, smaidīgam, jābūt gatavam, ka visu laiku skatītāju uzmanība ir pievērsta viņam.
- ❖ Teātra nodarbībās bērns iemācās sevi pasniegt, kas lieti noder tālākā dzīvē komunikācijā ar apkārtējiem.
- ❖ Teātra izrādē nemitīgi notiek koncentrēšanās un domāšana, tādējādi izrādē piedalās gan bērna prāts, gan ķermenis, kas darbojas uz skatuves.
- ❖ Teātris attīsta radošo garu un iztēli. Iztēle ir visas dzīves mācība.
- ❖ Teātris palīdz attīstīt individualitāti, izteikt savas jūtas.
- ❖ Teātris māca vienkārši dzīvot, ko var pielīdzināt reālajai dzīvei, kad ir jāiet, jādara, jārunā, jābūt sabiedrībā.
- ❖ Teātris iemāca precizitāti, kārtību un *savākšanos*, jo teātris un mēģinājumi sākas noteiktā laikā, kurā ir jāieklaujas.
- ❖ Teātris veicina sabiedriskumu. Spēlējot uz vienas skatuves vienā izrādē bērni sadraudzējas uz visu mūžu. Jo vairāk mūsu bērnu bērnībā mēs atradīsim viņiem labus, intelektuālus draugus, jo labāka sabiedrība viņiem būs apkārt.
- ❖ Teātris var būt arī kā terapija, kādas emocionālas problēmas risinājums. Tas var palīdzēt pat vairāk kā psihologs, jo, esot uz skatuves, spēlējot etīdes, var uzzināt, kas uztrauc bērnu, par ko viņš domā, kas notiek viņa dzīvē.
- ❖ Izvēloties ledus teātri, papildu iepriekš minētajām priekšrocībām, iespējams nostiprināt arī veselību.
- ❖ Izvēloties teātra pulciņu ārpus skolas, ir lielas iespējas doties viesizrādēs uz ārzemēm.







## LIELĀ PIEKTDIENA



**Lielā Piektdiena**, vēl pazīstama kā **Svētā Piektdiena** un **Melnā Piektdiena**, ir kristiešu reliģiski svētki, kuros piemin Jēzus Kristus krustā sišanu un viņa nāvi Golgātā. Lielā Piektdiena ir daļa no Klusās nedēļas, kas ilgst no Pūpolu svētdienas līdz pēdējai sestdienai pirms Lieldienām. Lielajā Piektdienā baznīcās nenotiek Svētais vakarēdiens, tiek izdalīti Zaļajā Ceturtdienā konsekrētā maize un vīns, kā arī netiek spēlētas ērģeles un netiek zvanīti baznīcu zvani. Katoļi visā pasaulē šajā dienā iet Krusta ceļa 14 posmus, kas simbolizē Jēzus Kristus ceļu pretī nāvei. Lielajai Piektdienai raksturīga gavēšana un klusums.

Daudzās valstīs, arī Latvijā, Lielā Piektdiena ir oficiāla valsts brīvdiena.

Vispārpieņemtais Kristus krustā sišanas gads ir 33. gads, taču ir citi pieņēmumi, ka Kristus tika sist krustā 34. gadā.



## LIELDIENAS

Liieldienas - lielākie svētki kristīgajā pasaulē, kad tiek godināta Kristus augšāmcelšanās. Tāpat šī diena tiek atzīmēta arī tautas tradīciju garā - ar šūpošanas, olu ripināšanu un dziedāšanu..

Tieši uz Liieldienu svinībām bijusi vērsta visa iepriekšējā - Klusā, jeb Lielā nedēļa, kad ticīgie gatavojušies trim svētajām dienām jeb *Triduum*, kas iesākās ar dievkalpojumu ceturtdienas vakarā, turpinājās ar Krusta ceļa lūgšanu un dievkalpojumu piektdien, kurā tika pārdomātas Kristus ciešanas un nāve pie krusta, un kas noslēdzas sestdienas vakara dievkalpojumā, kad tika svinēta Liieldienu vigīlija jeb ieskaņa. Tad arī tika svētīta uguns un aizdegta Liieldienu svece - Kristus simbols, kā arī svētīts Kristības ūdens. Vigīlijas dievkalpojumā ticīgie atjaunoja kristības solījumus, kas pieprasa atsacīties no ļaunā un pastāvēt ticībā Dievam.

Liieldienu svētkos svinēto ieiešanu jaunajā dzīvē, kuru atnesa Kristus, augšāmceļoties no kapa, kristīgā baznīca svin 50 dienas - līdz pat Vasarsvētkiem.

Latviešu folklorā rodamas daudz un dažādas tradīcijas, ieražas un ticējumi par to, kas jādara Liieldienās, lai labi satiktu ar kaimiņiem un lai mājās valdītu labklājība un pārticība:

- ❖ Tā Liieldienās olas ir jāvēra katrai saimniecei, lai būtu laba satikšana ar saimi un kaimiņiem.
- ❖ Sīpolu mizās krāsotas olas būs dzeltenas vai brūnas, bet brūnums kļūs vēl spilgtāks, ja pie sīpolu mizām pieliek kafijas biezumus, savukārt alkšņu mizas dod brūni iesarkanu krāsu, bērzu lapas, mētras, sūnas dod dzeltenu zaļu, bet rudzu zāle - koši zaļu krāsu.
- ❖ Lai olas būtu raibākas, tās var vārīt krāsainās lupatiņās, vienā var iebērt putrimus, otrā ielikt kādu krāsainu dzīparu un notīt lupatiņu. Citām olām var pietīt bērzu lapiņas, egļu skujuņas un sūniņas vai mizas. Lai olas pēc krāsošanas būtu spodras, tās vēl karstas aprīvē ar speķa gabaliņu.

### LIELDIENU DZEJOĻI:

Glabāsim Liieldienu saulīti sirdīs,  
Glabāsim Liieldienu prieku arvien,  
Lai pazūd tumsa, kas dvēseles tirdī.  
Liieldienu saule lai atspīd arvien.

Šūpojies Liieldienās,  
Priecājies Liieldienās -  
Par baltiem pūpoliem,  
Par raibām oliņām.



## JOKU DIENA



**Joku diena** tiek svinēta dažādās valstīs 1. aprīlī. Tā nav nacionālā brīvdiena, taču šajā dienā cilvēki izjoko cits citu. Joku jeb smieklu diena, kad cilvēki savā starpā izspēlē dažādus jokus un sīkas blēdības. Par to, kā radās pirmā aprīļa joki un kāpēc cilvēki šajā dienā cenšas izjokot viens otru, vienotas teorijas nav. Saskaņā ar vienu no tām Joku diena saistīta ar pavasara iestāšanos, kad dabā ir mainīgi laikapstākļi – vienu dienu spīd saule, bet jau nākamajā snieg sniegs.

Mums visiem ir zināmas sen pārbaudītas patiesības – cilvēki, kuri smejas, ir simpātiski, smails uzpērk un valdzina, smieklis ir dvēseles un sirds atslēga uz gaišu dzīvi. Daudziem tas būs pārsteidzoši, bet, izrādās, smieklis ir veltīta īpaša zinātnes nozare – getoloģija, ar kuru nodarbojas Starptautiskā praktiskā un terapeitiskā humora asociācija, kas ir pasaulē lielākais smieklis pētīšanas institūts. Arī Latvijā smieklis terapija tiek praktizēta turpat desmit gadu. Psihologi iesaka sākt rītu nevis ar kriminālo ziņu lasīšanu, bet gan ar joku un anekdošu lappušu pārlaipošanu.

### BĒRNU ANEKDOTES

*Mūsdienu bērni  
bērnudārzā:*

Divi bērni bērnudārza sarunājas:  
– Un tavi vecāki kur iepazinās?  
Draugiem.lv vai facebook.com?

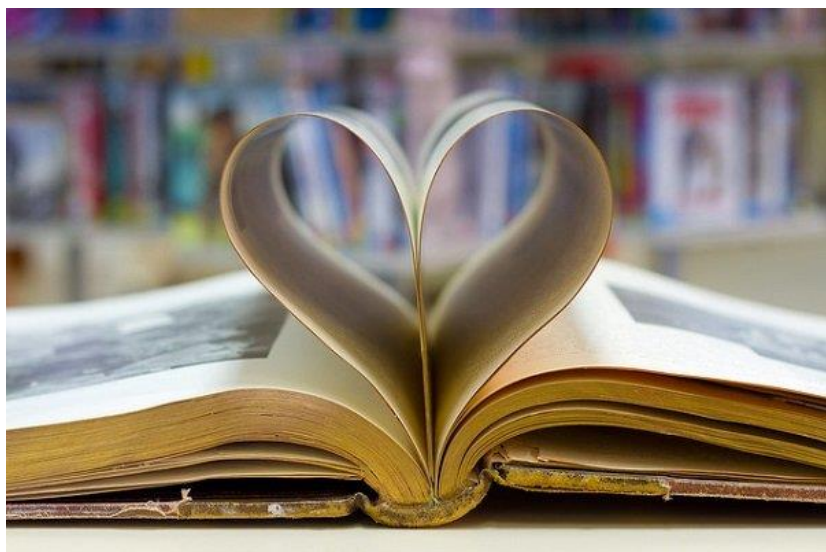
*Veikalā:*

Puisīt, Tu esi pārlicināts, ka Tevi mamma sūtīja pēc 5kg konfekšu un 200g kartupeļu?

Mūsdienu bērni 2 gadu vecumā prot: atbloķēt telefonu, atbloķēt planšetdatoru, ieslēgt datoru, ieslēgt televizoru... Ko es darīju 2 gadu vecumā? Ēdu smiltis.



## PASAULES GRĀMATU DIENA



**Pasaules grāmatu diena** ir ikgadēja starptautiska UNESCO organizēta svinama diena, kuras mērķis ir godināt autorus, kā arī aicināt cilvēkus vairāk pievērsties gan grāmatu lasīšanai, gan rakstīšanai. To visā pasaulē svin 23. aprīlī, izņemot Lielbritāniju un Īriju, kur to atzīmē marta pirmajā ceturtdienā.

### KĀ IEINTERESĒT LASĪT?

❖ **LASĪET BĒRNAM PRIEKŠĀ UN PĀRRUNĀJIET IZLASĪTO.** Amerikāņu filozofs Maikls Džurians (Michael Gurian) iesaka vecākiem savam pirmsskolas vecuma dēlam izveidot ikdienas lasīšanas rituālus, vispirms lasot priekšā, vēlāk, kad lasītprasme apgūta, kādu brīdi no kopējā lasīšanai atvēlētā laika ļaujot lasīt priekšā vecākiem.

❖ **VECĀKS UN BĒRNS TEKSTU LASA UZ PUSĒM.** Amerikāņu novelists Maikls Sulivans (Michael Sullivan) iesaka vecākiem lasīt kopā ar saviem dēliem, jo daudziem zēniem ir grūtības lasīt, bet stāsti joprojām šķiet vilinoši, tādēļ tēvs var izlasīt pusi teksta, bet dēls – otru pusi. Ja lasāmais materiāls ir pārāk grūts, bet stāsts – ļoti labs, to var vienkārši izlasīt priekšā, jo arī klausīšanās iedrošina zēnus lasīt.

❖ **PĀRTRAUCIET LASĪT VISINTERESANTĀKAJĀ VIETĀ.** Krievu literatūras skolēnu grāmatu autore Olga Kubasova (Ольга Кубасова) rekomendē izmantot lasīšanu ar turpinājumiem, kad skolotājs vai kāds no ģimenes skaļi lasa priekšā, bet pārtrauc lasīšanu pašā interesantākajā un aizraujošākajā vietā, piedāvājot bērnam pašam lasīt tālāk. **SMEJĒTIET KOPĀ PAR JOCĪGO.** Profesore Sarmīte Tūbele, atsaucoties uz vācu pētnieču Ingrīdas Nāgeles (Ingrid Nagele) un Renātes Valtinas (Renate Valtin) paustajiem uzskatiem, bērna ieinteresēšanai lasīšanā rekomendē smieties kopā ar bērnu, ja lasītais ir jocīgs, jo pozitīvās emocijas atbrīvo.

❖ **IZVEIDOJIET ĒRTU VIETU LASĪŠANAI.** Tā kā A. Ozolas pētījuma rezultāti apliecina, ka zēnu mājās visbiežāk nav piemērotas vietas, lai ērti lasītu, S. Tūbele iesaka zēnu vecākiem iekārtot īpašu stūrīti bērna istabā vai mājīgu un ērtu vietu lasīšanai kopējā dzīvojamajā platībā, turklāt, redzot, ka bērns lasa, – bez vajadzības netraucēt.

❖ **IEPLĀNOJIET VAKARU BEZ TELEVIZORA.** Pētījuma gaitā tika gūts secinājums, ka vecāku attieksme pret lasīšanu ietekmē arī bērnu attieksmi pret lasīšanu. Mainīt pieaugušo ieradumus ir sarežģīti, tomēr, pat ja tētim, esot mājās, labāk gribas pavadīt laiku pie televizora, varbūt ir iespēja vismaz vienu vakaru nedēļā televizoru izslēgt. Un varbūt tieši tad atrodas laiks kāda praktiska mērķa sasniegšanai sameklēt sev noderīgo rakstītā vārda pasaulē.

## KRĀSU DIENA



**27.aprīlī tiek svinēta vispasaules Krāsu diena!**

### **KĀDAS KRĀSAS IR JĀĢĒRBJ KATRĀ NEDĒĻAS DIENĀ?**

#### **PIRMDIENA**

Tā ir Mēness diena. Pirmā nedēļas diena atšķiras ar nestabilu un ļoti mainīgu noskaņojumu.

Labvēlīgās krāsas: sudrabetā,

baltā, dzeltenā, gaiši zilā

Ir pieņemami: rozā, zaļā, pelēkā, šokolādes, violetā, visi gaišie toņi

#### **OTRDIENA**

Marsa diena nes aktīvu enerģētiku un sāncensības garu ar vēlmi uzvarēt.

Labvēlīgās krāsas: sarkanā, brūnā

Ir pieņemami: gaiši zilā, pelnu, zelta, safrāna, visu toņu sarkanā

#### **TREŠDIENA**

Merkura diena atšķiras ar labvēlīgu atmosfēru. Merkura simbolizē aktīvu saskarsmi.

Labvēlīgās krāsas: pelēkā, dzeltenā

Ir pieņemami: zaļā, gaiši zilā, pelnu, zelta

#### **CETURTDIENA**

Jupitera diena izstaro ļoti pozitīvu enerģētiku. Tā ir veiksmes diena. Parasti visi laimīgie notikumi notiek tieši ceturtdienās.

Labvēlīgās krāsas: violetā, rozā, ceriņu, safrāna

Ir pieņemami: sarkanā, gaiši zilā, tumši zilā, zaļā, brūnā, baltā

#### **PIEKTDIENA**

Venēras diena nes mierīgu un harmonisku enerģētiku, taču no otras puses tai ir raksturīgi spēcīgi jūtu uzliesmojumi.

Labvēlīgās krāsas: gaiši zilā, tirkīzzilā, baltā, tumši zilā, rozā, sarkanā

Ir pieņemami: pelnu, zaļā, brūnā

#### **SESTDIENA**

Saturna diena ir papildīta ar noslēpumainu enerģētiku.

Labvēlīgās krāsas: melnā, tumši zilā, pelēkā

Ir pieņemami: brūnā, zaļā

#### **SVĒTDIENA**

Saules diena nes priecīgu enerģiju un radošumu.

Labvēlīgās krāsas: zelta, dzeltenā

Ir pieņemami: baltā, rozā, gaiši zilā, zaļā, visi gaišie toņi

# DARBA SVĒTKI



**Darba svētki**, starptautiski zināmi kā **Starptautiskā strādnieku diena**, ir strādnieku svētki, kurus organizē strādnieku kustība, anarhisti, sociāldemokrāti, sociālisti un komunisti Starptautisko strādnieku dienu svin **1. maijā**.

Dažās valstīs Darba svētkus atzīmē citās dienās, piemēram, Apvienotajā Karalistē un Īrijā Darba svētki tiek svinēti pirmajā maija pirmdienā, savukārt Amerikas Savienotajās

Valstīs, Japānā, Austrālijā un Jaunzēlandē tos svin citos mēnešos. Lielākajā daļā valstu Darba svētki ir brīvdiena, dažās valstīs 1. maijs ir brīvdiena citu svētku dēļ.

Lai gan pašlaik Darba svētkus atzīmē lielākajā daļā valstu, Aukstā kara laikā tos īpaši svinēja komunistiskajās valstīs. Arī pašlaik komunistiskajās valstīs, piemēram, Kubā, Ķīnā un Ziemeļkorejā 1. maijā notiek vērienīgas valsts atbalstītas svinības.

## TAUTASDZIESMAS PAR DARBA TIKUMS

Agri brāļu gaiļi dzied,  
Bet es agri necēlos;  
Zinaj' savu tikumiņu,  
Drīz darbiņu padariju.

Ai, dzīvite, ai, dzīvite!  
Pie dzīvites vajadzeja  
Vieglu roku, vieglu kāju,  
Laba gudra padomiņa.

Ai, rociņas, man' rociņas,  
Grūta darba ieradušas;  
Ne tās bēga kunga riju,  
Ne grūto dzirnaviņu.

Auga man gari lini,  
Mirka balti ezerā;  
Rībēt rīb man aužot,  
Skan vālite velejot.

Acis darba izbijās,  
Rokas darba nebijās,  
Rokas darba nebijās,  
Zinajās padarot.

Divi rokas, divi kājas,  
Tie bij mani četri kalpi;  
Kad tie četri piekusis,  
Nevienam nemīlešu.

## ASPRĀTĪGI CITĀTI PAR DARBU

1. Es mīlu darbu: tas paņem mani visu. Es varu stundām ilgi sēdēt un skatīties kā strādā citi.  
*/Džeroms K. Džeroms/*
2. Vienmēr pietrūkst laiks, lai padarītu darbu kā vajag, bet lai to atkal pārdarītu, vienmēr ir laiks.  
*/Zakon Meskimenal/*
3. Nekad neatliec uz rītdienu to, ko vari izdarīt parīt. */Alphonse Allais/*
4. Kas būtībā ir slinķis: tas ir parasts cilvēks, kas slinko pat tad, kad izliekas ka strādā. */Alphonse Allais/*
5. Darbs — pēdējais patvērums tiem, kuri neko neprot. */Oskar Wilde/*
6. Kas prot, tas dara, bet kas neprot, tas māca. */Shaw George Bernard/*
7. Kad divi dara vienu un to pašu, tad tas nav vairs viens un tas pats. */Terencijs/*
8. Vairums cilvēku ir gatavi ārkārtīgi smagi strādāt, lai tikai atrastu brīdi – nedaudz padomāt.  
*/Thomas Alva Edison/*
9. Nogurdina nevis pats darbs, cik domas par viņu. */Marcus Fabius Quintilianus/*
10. Es sāku no nulles un ar neatlaidīgu darbu sasniegzu nabadzības stāvokli. */Groucho Marx/*



# LATVIJAS REPUBLIKAS SATVERSMES SAPULCES SASAUKŠANAS DIENA

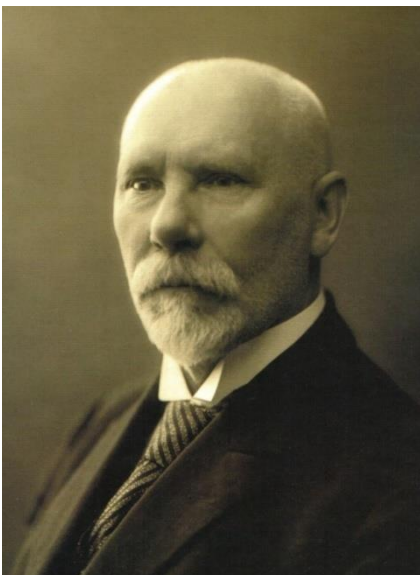


1920.gada 1.maijā uz savu pirmo sēdi sanāca pirmais Latvijas tautas vēlētais parlaments - Satversmes Sapulce.

Tās galvenais uzdevums bija izstrādāt un pieņemt Latvijas Republikas pamatlikumu - Satversmi, likumdošanas ceļā nostiprināt agrāro reformu, valsts simbolus un to lietošanu, veicināt Latvijas Republikas starptautisko atzīšanu, sagatavot Pirmās Saeimas vēlēšanas, kā arī veikt citus Latvijas valstiskuma nostiprināšanas uzdevumus.

Šajā dienā par Satversmes sapulces prezidentu tika ievēlēts Jānis Čakste (1859. - 1927.). J. Čakste ir arī pirmais Latvijas Valsts prezidents.

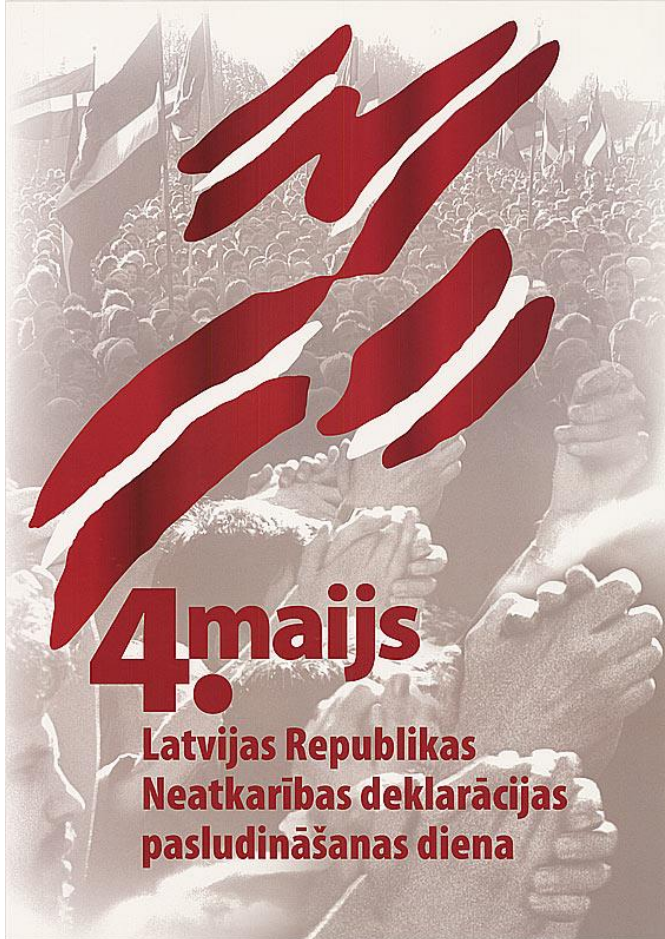
## PIRMAIS LATVIJAS VALSTS PREZIDENTS - JĀNIS ČAKSTE



Jānis Čakste bija Latvijas Republikas prezidents no 1922.gada līdz 1927.gadam. Viņš bija pirmais Latvijas Republikas prezidents un viņa uzdevumos ietilpa jaunās Latvijas valsts reprezentācija. Čakste apzinājās, ka demokrātiskas un mazas valsts prezidents nedrīkst pārspīlēt ceremonijas ar samākslotu teatrālismu, lai nekļūtu komisks, bet nedrīkst arī pārstāvēt savu republiku ar nolaistu galvu, vienkāršām manierēm un pašapziņas trūkumu, jo tad viņu un viņa valsti necienīs ne zemes iedzīvotāji, ne ārzemju pārstāvji, un laikabiedri liecina, ka viņam bija izdevies atrast zelta vidusceļu.



# LATVIJAS REPUBLIKAS NEATKARĪBAS ATJAUNOŠANAS DIENA



Ik gadu 4.maijs ir valsts svētku diena — šajā datumā 1990.gadā Latvijas PSR Augstākā Padome pieņēma deklarāciju "Par Latvijas Republikas neatkarības atjaunošanu" un pēc gadu desmitiem Padomju Savienības sastāvā Latvija atkal kļuva par brīvu un neatkarīgu valsti. Visā Latvijā 4.maijā tradicionāli notiek dažādi pasākumi.

1990.gada 4.maijā Latvijas PSR Augstākā Padome pieņēma deklarāciju "Par Latvijas Republikas neatkarības atjaunošanu", ar kuru atjaunoja 1922.gadā pieņemto Satversmi. Savukārt 1940.gada 17.jūnijā notikušo PSRS armijas ienākšanu Latvijā deklarācija pasludināja par starptautisku noziegumu, kas vardarbīgi pārtrauca Latvijas valsts eksistenci. Ar šo lēmumu AP atjaunoja Latviju kā neatkarīgu, demokrātisku valsti un noteica valsts

varas "de facto" atjaunošanai pārejas periodu, kas beidzās ar Latvijas Republikas 5.Saeimas sasaukšanu. Par to tika informētas toreizējās PSRS un citu pasaules valstu un tautu vadības.

Plaša un daudzveidīga Latvijas Republikas atjaunošanas svētku programma norisinās ik gadu. Notiek ekumeniski dievkalpojumi, pie Rīgas pils norisinās karoga pacelšanas svinīgā ceremonija. Nozīmīgākajos pasākumos piedalās valsts augstākās amatpersonas. Šajā dienā tiek pasniegti Valsts augstākie apbalvojumi. Visas dienas garumā notiek dažādi svētku koncerti, plašākās aktivitātes norisinās 11.novembra krastmalā.

*Par godu Latvijas republikas neatkarības atjaunošanas dienai izkrāšņo sevi un savus mīļos ar šīm Latvijas svētku piespraudēm. Piespraud šo aksesuāru pie sava svētku apģērba!*







## BALTĀ GALDAUTA SVĒTKI



**4.maijs** ir jaunākā valsts svētku diena Latvijas vēsturē, kurai atšķirībā, piemēram, no 18.novembra savu tradīciju īsti nav, tādēļ aicinām turpināt 2016. gadā iesākto tradīciju 4. maijā – Latvijas Republikas Neatkarības atjaunošanas dienā – kopā ar saviem tuvajiem svinēt **Baltā galdauta svētkus**. Ja iepriekš neesat svinējuši šos svētkus, tad piedāvājam dažus ieteikumus, kuros varat smelties idejas savas ģimenes 4. maija svētku tradīciju veidošanā:

- Rīta agrumā, kopīgi ar visu ģimeni apmeklējiet dievkalpojumu baznīcā, lai izjustu mieru sirdī, rastu atvieglojumu no ikdienas rūpēm un raizēm;
- Svētku noskaņu varat radīt ar baltu sveču iedegšanu, kas simbolizētu gaišu, baltu nākotni un domāt gaišas domas, par sevi, savu ģimeni un Latviju.
- Kopā ar domubiedriem apceļojiet dzimtā novada nozīmīgākās kultūrvēsturiskās vietas (pilis, pieminekļus, utt.), lai iepazītu un izzinātu mūsu valsts kultūrvēsturisko mantojumu;
- Varat radīt paliekošu vērtību- stādīt kokus savas mājas pagalmā, atjaunot stādījumus (augļu dārzu, rožu stādus utml.) dzimtas mājā. Lai no mazām domām, izaug lieli darbi;
- Smelieties spēku no tuvumā augoša dižozola, kas ir mūsu tautas spēka un mūžīgas dzīves simbols. Sadodieties rokās ap ozolu un nodziediet kādu mūsu tautas spēka dziesmu;
- Darbojieties virtuvē visa ģimene kopā, uzcepjiet svētku kliņģeri, plātsmaizi vai kūku, un pacienājiet ar to radus, kaimiņus vai draugus;
- Pulcējieties savu māju ābeļdārzā vai senču namā, lai uzklātu svētku galdu. Balts galdauts latviešiem jau vēsturiski ir simbols kopīga galda klāšanai un svinēšanai. Tas noteikti ir kopā būšanas prieks un piederības sajūta.
- Lai visu sirdis būtu piepildītas ar svētku noskaņu, apmeklējiet Latvijas Neatkarības atjaunošanas gadadienai veltītus kultūras pasākumus tuvākajā apkaimē. Ja tomēr nav iespējas tos apmeklēt, dziediet un dejojiet paši – improvizējot.
- 

**Veidojiet arī jūs savas dzimtas tradīcijas! Dokumentējiet savus svētkus fotogrāfijās.**

**Uzklāsim baltus galdautus un svinēsim mūsu brīvību!**







# NACISMA SAGRĀVES DIENA UN OTRĀ PASAULES KARA UPURU PIEMIŅAS DIENA



Šajā dienā atminas to vēsturiski tik svarīgo dienu, kad 1945. gada 8. maijā nacistiskā Vācija parakstījusi aktu par kapitulāciju, kā rezultātā Eiropā beidzās no 1939. līdz 1945. gadam ilgušais Otrais pasaules karš.

Uzvaras cena pār nacismu bijusi ļoti augsta, jo pasaule bija zaudējusi aptuveni 50 miljonus karavīru un mierīgo iedzīvotāju, savukārt par nacionālsociālisma upuriem kļuva ebreji, čigāni, poļi un

citā tautību cilvēki. Arī Latvija bija starp cietušajām zemēm, zaudējot daudz tās paaudzes cilvēkus, kas dzīvojuši, kas dzīvojuši valsts neatkarības laikā. Daļa Latvijas augstākās un izglītotākās sabiedrības tika izvesta uz Sibīriju, daļa bija spiesta bēgt uz Rietumiem.

Pēc tam, kad Latvija 1940. gadā okupēta un pievienota Padomju Savienībai, daudz latviešu Sarkanās armijas rindās cīnījies pret vāciešiem, kuri tās teritorijā iebruka 1941. gada 22. jūnijā. Otrā pasaules kara laikā Sarkanajā armijā cīnījās ap 100 000 latviešu, no kuriem karā krituši aptuveni 35 000 – 45 000 latviešu karavīru.

Tomēr daudz latviešu karavīru cīnījies arī Vācijas pusē, viņu mērķis bija sakaut Padomju Savienības karaspēku, kam par iemeslu bija 1940. – 1941. gada padomju okupācijas varas represijas un Latvijas iedzīvotāju izsūtīšana uz tālākajiem Padomju Savienības nostūriem. Vācijas karaspēka vienību rindās cīnījies ap 150 000 latviešu, tostarp 80 000 viņu kaujās krita vai pazuda bez vēsts.

1944. gada decembrī, Kurzemē, vācu karaspēka 19. divīzija, kuras rindās bija latvieši, cīnījās pret Sarkanās armijas 130. Latviešu strēlnieku korpusu, kā rezultātā brālim bija jāšauj uz brāli, bet dēlam uz tēvu. Latviešu karavīri krita, cīnoties divu pasaules lielvaru – Vācijas un PSRS armijās. Viņi, citu tautību un zemju karavīru, kā arī karā mirušie mierīgie iedzīvotāji, ir Otrā pasaules kara upuri, kurus ik gadu piemin 8. maijā.

## KĀ ATZĪMĒ?

Šajā dienā Valsts augstākās amatpersonas noliek ziedus pie Brīvības pieminekļa, Brāļu kapos un citās atceres vietās, teic svinīgas runas. Arī citviet Latvijā tiek sakoptas Otrā pasaules kara upuru piemiņas vietas, organizēti svinīgi piemiņas pasākumi, aizdegta sveces.



## EIROPAS DIENA



Eiropas diena, ko ik gadu atzīmē **9. maijā**, ir veltīta mieram un vienotībai Eiropā. Šajā datumā tiek atzīmēta nu jau vēsturē iegājušās Šūmana deklarācijas gadadiena. Francijas ārlietu ministrs Robērs Šūmans 1950. gadā Parīzē teica runu, kurā ierosināja Eiropā ieviest jaunu politiskās sadarbības veidu, kas padarītu karu starp Eiropas valstīm neiedomājamu.

Viņa ideja bija tāda, ka jāizveido Eiropas institūcija, kas apvienotu un pārraudzītu ogļu un tērauda ražošanu. Nebija pagājis ne gads, kad tika parakstīts līgums par šādas iestādes izveidi. Šūmana priekšlikumu uzskata par pašreizējās Eiropas Savienības pirmsākumu.

Atzīmējot Eiropas dienu, ES iestādes maija sākumā Briselē un Luksemburgā ver durvis plašai sabiedrībai. Arī ES biroji Eiropā un citur pasaulē organizē dažnedažādus pasākumus visu vecumu cilvēkiem.

### KĀ SVIN?

Ik gadu šajā dienā tūkstošiem cilvēku apmeklē ES iestādes, piedalās diskusijās, dodas uz koncertiem un citiem pasākumiem, šādi uzzinot vairāk par ES.







# MĀTES DIENA

**Mātes diena jeb māmiņas diena** ir starptautiski svētki par godu māmiņām, kas Latvijā tiek svinēta otrajā maija svētdienā.

Šajā dienā apsveikumus saņem māmiņas atšķirībā no starptautiskās sieviešu dienas 8. martā, kad tiek sveiktas visas sievietes. Mātes dienā tiek sveiktas ne tikai māmiņas, bet arī vecmāmiņas. Mātes diena dažādās valstīs tiek svinēta atšķirīgos datumos. Latvijā un Igaunijā mātes diena tiek svinēta otrajā maijasvētdienā, bet, piemēram, Lietuvā — pirmajā maija svētdienā, Krievijā — pēdējā novembra svētdienā.

Pirmo reizi Mātes diena maija otrajā svētdienā tika svinēta 1908. gadā ASV, kad svētdienas skolas skolotāja Anna Rīsa Džārvisa no Rietumvirdžīnijas, godinot savu māti, rīkoja baznīcu dievkalpojumus.

## TOP 3 IDEJAS DĀVANĀM MĀTES DIENĀ!

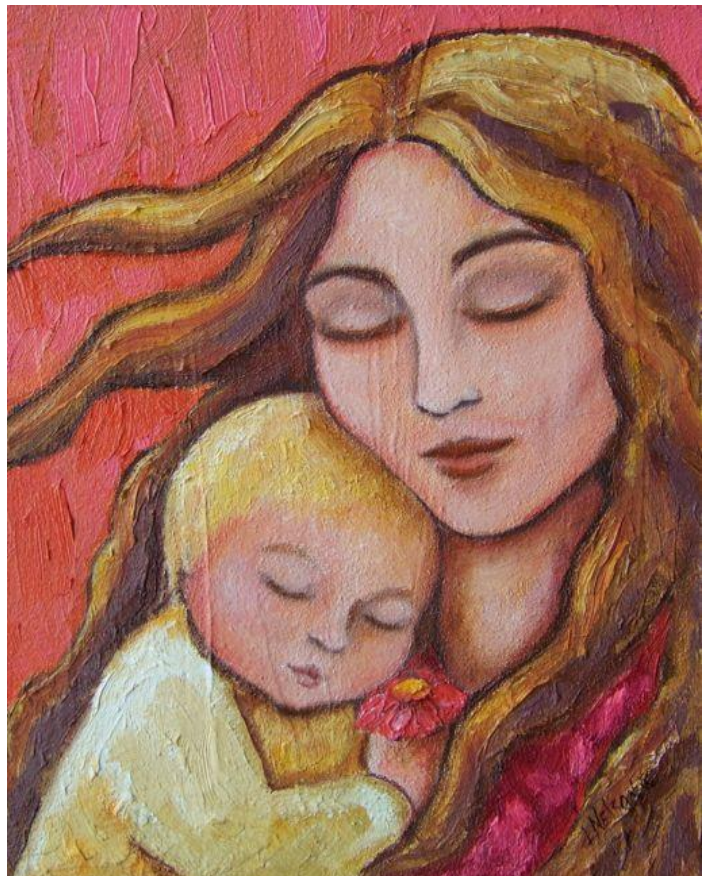
- **Dāvana savām rokām** Atvēli laiku un pagatavo savām rokām māmiņai, kādu dāvanīņu vai zīmējumu. Māmiņa būs priecīga!
- **Pastaiga, brauciens vai pikniks** Tas ir burvīgs veids, kā palutināt mammu. Tas ir brīdis jūsu sarunām un abu atpūtai
- **Fotosesija atmiņām** Noorganizējiet ģimenes fotosesiju salonā vai vēl labāk dabā, kādā pļavā vai mežā.

## DZEJOLIS MĀTES DIENĀ:

Ļuj man Tevi māmuliņ,  
Tavā dienā godināt,  
Paldies teikt par katru rītu,  
Kad nāc dienai modināt.

Tavi vārdi - silti vārdi,  
Ietin sirdi maigumā,  
Tavi vārdi - spēka vārdi,  
Palīdz dienu spraigumā.

Tavi vārdi - gudri vārdi,  
Liek mums augot padomāt,  
Tavi vārdi- spēka vārdi,  
Mūzam paliks padomā.





## STARPTAUTISKĀ ĢIMENES DIENA



Ģimenes diena kā oficiāli svētki Latvijā tiek svinēti salīdzinoši nesen – kopš 2008. gada. Ik gadu šo dienu atzīmē **15. maijā**, tajos godinot ģimeni un aicinot iedzīvotājus aizdomāties par tās lielo nozīmi cilvēku ikdienā, attiecībās un dzīvē, kā arī vairāk laika un uzmanības veltīt vecākiem, brāļiem, māsām un bērniem – saviem ģimenes locekļiem. Starptautiskajā ģimenes dienā

sabiedrība aicināta rūpēties par ģimenes vērtībām, novērtēt tās nozīmību.

Apvienoto Nāciju Organizācija Starptautisko ģimenes dienu sāka atzīmēt jau pirms 20 gadiem. Ik gadu otrajā maija svētdienā iedzīvotāji tiek aicināti atkārtoti apzināties, ka ģimene ir nozīmīga vērtība mūsu ikdienā un mūsu tuvajiem dažkārt ir nepieciešama uzmanība.

Aicinu ikvienu rūpēties par ģimenes vērtībām un novērtēt tās nozīmību, jo ģimene ir pamats ne tikai valsts attīstībai nākotnē, bet arī pamats kultūrvēsturiskā mantojuma saglabāšanai

Lai šajos svētkos cilvēki varētu kopā pavadīt laiku, dažādas organizācijas un institūcijas aicina apmeklēt pasākumus un radošās aktivitātes, kas tuvākajās dienās norisināsies visā Latvijā.

### ATZĪMĒ ĢIMENES DIENU! - 10 LIELISKAS IDEJAS KOPIĢĀM BRĪVDIENĀM

- ❖ Ikgadējais ģimenes foto, sastājoties pēc auguma un vecuma.
- ❖ Nedēļas nogalē kopīgi pagatavojiet svētku pusdienas!
- ❖ Bilžu vakars ar ģimeni un draugiem.
- ❖ Labo darbu diena dzīvnieku patversmē.
- ❖ Vecvecākiem par prieku.
- ❖ Dzimtas stāstu grāmatas veidošana.
- ❖ Izmēģiniet receptes no omes pūralādes.
- ❖ Ģimenes dienā saceriet savas ģimenes himnu!
- ❖ Ģimenes vai dzimtas sporta diena.
- ❖ Ģimenes koku stādīšana.



# UGUNSDZĒSĒJU UN GLĀBĒJU DIENA

Atzīmējot Ugunsdzēsēju un glābēju dienu un ugunsdzēsības Latvijā gadadienu, Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests (VUGD) jau sesto gadu pēc kārtas **17.maijā** rīko Atvēro durvju dienu visās VUGD daļās un posteņos.



Vai zini, kā aizrit ugunsdzēsēju glābēju ikdienu?  
Esi kādreiz bijis ugunsdzēsēju depo, tuvumā aplūkojis  
ugunsdzēsēju tehniku un sēdējis ugunsdzēsēju mašīnā?  
Vai esi uzvilcis ugunsdzēsēju „darba tērpu”?

## NĀC CIEMOŠ PIE UGUNSDZĒSĒJIEM GLĀBĒJIEM

VUGD  
ATVĒRTO  
DURVJU  
DIENA



17.maijā  
🕒 10.00–19.00!

Atnāc un ugunsdzēsēji glābēji Tev izrādīs savu depo, tehniku, aprīkojumu un pastāstīs par savu darba dienu, kā arī atgādinās Tev par drošības noteikumiem un iespējām kļūt par ugunsdzēsēju glābēju!

Plašāku informāciju meklē [www.vugd.gov.lv](http://www.vugd.gov.lv)

### Interesanti fakti par ugunsdzēsēju glābēju ikdienu.

Katru dienu visā Latvijā uz izsaukumiem gatavi doties vairāk nekā 230 specializētie transportlīdzekļi, kā arī dežurē 466 ugunsdzēsēji glābēji. Ugunsdzēsēja glābēja ekipējums sver 12 kg — piedūmotā vidē (ar masku un saspīstā gaisa balonu) 22 kg. 92 daļās un posteņos strādā 2427 ugunsdzēsēji glābēji. Populārākais vārds dienestā ir Jānis. Vidējais vecums 37 gadi. Jaunākajam ugunsdzēsējam glābējam ir 19 gadi, vecākajam 55 gadi. Ugunsdzēsējs glābējs ir profesija, kas nereti tiek pārmantota no paaudzes paaudzē — septiņas dzimtas turpina darbu dienestā jau trešajā un ceturtajā paaudzē.

## VASARA

**Vasara** ir gadalaiks mērenajā joslā starp pavasari un rudeni. Vasara ir karstākais gadalaiks ar visgarākajām dienām. Latvijas klimatu nosaka tās ģeogrāfiskais stāvoklis, zemes virsmas formas un augsnes sega. Valdošās ir mēreno platuma grādu gaisa masas (pārsvārā — no Atlantijas okeāna, retāk — kontinentālās). Līdz ar to valsts teritorijā visa gada gaitā, arī vasarā, ir jūtama jūras klimata ietekme. Tās rezultāts — maigāks klimats ar ievērojamāku mākoņu daudzumu, mazāku saules spīdēšanas ilgumu, zemāku gaisa temperatūru nekā caurmērā vidējā platuma grādos.



Meteoroloģiskā vasara savu ceļu pāri Latvijai sāk jūnija pirmajā dekādē no valsts dienvidaustrumiem, bet visvēlāk — tikai jūlija pirmajās dienās — vasaru sāk just Kurzemes ziemeļos — jūras piekrastes rajonos. Augusta otrās dekādes beigās pirmās no vasaras atvadās Vidzemes un Alūksnes augstienes, bet visilgāk — līdz pat septembra pirmajām dienām — vasaras siltumu jūt Kurzemes rietumos jūras piekrastē. Tādējādi meteoroloģiskā vasara ir īsāka par kalendāro un astronomisko vasaru un ilgst vidēji no 60 dienām Vidzemes centrālajā augstienē līdz 80 dienām Zemgalē un Latvijas dienvidaustrumos.

### VASARAS TIPI

- Kalendārā vasara — laika posms no 1. jūnija līdz 31. augustam ieskaitot.
- Astronomiskā vasara
- Meteoroloģiskā vasara — periods, kad diennakts vidējā gaisa temperatūra ir stabili vienāda vai augstāka par +15 °C.

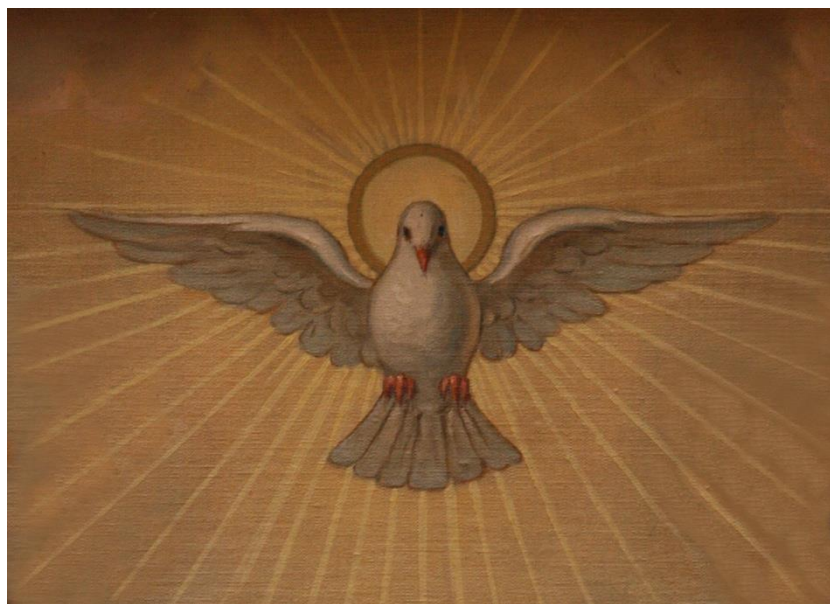
### VASARAS ĒNU SPĒLE

Bērniem ļoti patīk ēnu spēles — gan skatīties, kā pieaugušie tās rāda, gan pašiem mēģināt. Attēlā idejas, kā parādīt zaķi, krabi, suni, gaili, indiāni, vāveri, krokodilu, balodi, bulli, alni, ziloni un gliemezi. Ēnu spēles Bērniem ļoti patīk ēnu spēles — gan skatīties, kā pieaugušie tās rāda, gan pašiem mēģināt. Attēlā idejas, kā parādīt zaķi, krabi, suni, gaili, indiāni, vāveri, krokodilu, balodi, bulli, alni, ziloni un gliemezi.





# VASARSVĒTKI



Vasarsvētkus svin 50-tajā dienā pēc Lieldienām, kas parasti iekrīt laikā no 10. maija līdz 13. jūnijam. Tie ir trešie lielākie kristīgie svētki pēc Lieldienām un Ziemassvētkiem.

Bībele stāsta, ka Vasarsvētku dienā Jēzus mācekļi bija sapulcējušies, kad pār viņiem tika izliets Svētais Gars. Apustuļi darbos šis notikums aprakstīts neparastos tēlos, t.i., ka namā, kur viņi sēdēja, “nāca rūkoņa, it kā pūstu stiprs vējš, (...) un parādījās uguns mēles.”

Turklāt ļaudis, kurus līdz tam šķīra atšķirīgas valodas un pat domāšana, piepeši spēja viens otru saprast.

Vētra un uguns izsaka to, kādas izmaiņas rada Svētais Gars - Trīsvienīgā Dieva Trešā Persona. Svētais Gars vieno cilvēkus, saista kristiešus pie kristīgās kopības un dod spēku sludināšanai.

## LATVIEŠU FOLKLORĀ AR VASARSVĒTKIEM SAISTĀS DAŽĀDAS TRADĪCIJAS UN TICĒJUMI

- ❖ Vasarsvētkos nedrīkst ēst gaļu, jo tad lopi sprāgstot
- ❖ Vasaras svētku rītā agri jāiet uz upi mazgāties, kas tek pret rītiem, lai nekad neaizgulētos un nenāktu miegs.
- ❖ Savukārt ar bērzu zariem un meijām, ar ko tiek rotātas istabas un saimniecības ēkas, tā ienesot tajās pavasarīgu dvesmu, saistās tāds ticējums: "Kas Vasaras svētku meijas velk gar zemi, tad dabon kašķi"
- ❖ "Vasarsvētku meijas jāliek šķūnī zem siena - tad siens nepelē".
- ❖ Sestdienā pirms Vasarsvētkiem meitas sendienās tīrīja un kopa māju un pagalmu, kā arī pušķoja visu ar bērziem, ievu un pīlādžu ziediem un citiem zaļumiem.
- ❖ Meijas tika liktas gan mājas, gan saimniecības ēku durvju priekšā un pie vārtiem, tās nesa istabās, klētī, kūtī, rijā.
- ❖ Puķes un meijas lika pie katras gultas - veselībai, labklājībai un labai saimniekošanai.
- ❖ Gan zālēm, gan meijām, ja tās saglabāja un izžāvēja, piemita dziednieciskas īpašības.
- ❖ Tāpat tautas gudrība vēsta - ja pērkons ruc pirms Vasarsvētkiem - būs auglīga vasara.





## STARPTAUTISKĀ BĒRNU AIZSARDZĪBAS DIENA

Bērnu diena ir bērniem veltīta diena, kas globāli tiek atzīmēta dažādās valstīs dažādos datumos. (ard) ierosināja šādu dienu atzīmēt jūnija pirmāk novadīja tieši bērniem veltītu



Kopš 1950. gada katru gadu 1. jūnijā daudzās valstīs atzīmē **Starptautisko bērnu aizsardzības dienu**. 1954. gadā Apvienoto Nāciju Organizācija (ANO) ieteica atzīmēt **Vispasaules bērnu dienu**. ANO piedāvādāja šo dienu svinēt 20. novembrī, jo šajā datumā Ģenerālā asambleja

pieņēma Bērnu tiesību deklarāciju un Bērnu tiesību konvenciju.

### 6 IDEJAS BĒNU BALLĪTEI

**1. Ņem vērā gan bērna vajadzības, gan intereses!** Vissvarīgākais bērnu ballītes organizēšanā, ir radīt prieku bērniem. Ballītes tēma, svinību vieta, atrakcijas, ēdieni un viesi jāizvēlas tādi, lai bērniem būtu prieks. Pārāk daudz cilvēku vai vecāku draugi, iespējams, nebūs īstie viesi šai ballītei.

**2. Organizē pasākumu atbilstoši bērna dienas ritmam!** Atceries – tie ir svētki mazajam, nevis pieaugušajiem. Rēķinies, ka bērniem visvairāk un pozitīvākā enerģija ir dienas pirmajā pusē, kā arī – 4-5 stundas ir ilgs laika posms bērniem.

**3. Plāns ir karalis!** Līdz cikiem tiek gaidīti viesi? Cikos un līdz cikiem paredzētas atrakcijas vai kādas radošas izklaides? Kad ēdīs kūku? Līdz cikiem noritēs ballīte? Izveido plānu! Ļauj bērnam iesaistīties plāna veidošanā vai lūdz, lai paši sastāda plānu. Tas sniedz bērniem daudz lielāku sakārtotības sajūtu, iespēju Tev atpūsties un, galvenais, atcerēties, kāpēc visi sanākuši.

**4. Izveido ielūgumu ballītei!** Uzraksti ielūgumu (kaut vai elektroniski). Tā būs jauka piemiņa viesiem. Labais stils ir ierakstīt ielūgumā ne tikai ballītes sākuma laiku, bet arī paredzamo beigu laiku, kas ļauj ģimenēm ar bērniem plānot savu dienu, bērnu ēšanas vajadzības u.tml.

**5. Izvēlies tēmu!**

Ja bērniem patīk sports, organizē to kādā vietā, kas piedāvā sporta atrakcijas. Ja patīk radošas aktivitātes, ejiet uz muzeju, zinātkāres centru „Zili brīnumi” u.tml. Savukārt ballīte dārzā vai parkā ir bez maksas! Ja svētkus rīko mājās, kas noteikti nav sliktāk, arī tad padomā par pasākuma tematiku. Tas atstās labas atmiņas gan jubilāram, gan viesiem. Arī fotogrāfijas izdosies skaistas!

**6. Iekļaujiet dažādas aktivitātes!** Spēles, rotaļas, atrakcijas.

### DZEJOĻI PAR BĒRNIEM

Tā sacīja meža māte,  
Pa siliņu tecēdama:  
Pūt, vējiņ, nelauz koku,  
Mans bērniņš šūpulī.

Tev rūpēties vajadzēs,  
Tev pieskatīt vajadzēs,  
Par Dieva dāvanu un  
svētību,  
Par bērniņu Tavu.

Lai aug mazais  
puisēniņš  
Tā kā stalts ozoliņš;  
Paaugsies, tad būs viņš  
Meitām siržu lauzējiņš.

Vēl vēlētos mazo brēkuli  
Uz rokām paucināt,  
Bet viņš jau pats grib  
kājām iet,  
Viņš pats grib visu zināt.



# KOMUNISTISKĀ GENOCĪDA UPURU PIEMIŅAS DIENA



Daugavpilī  
A. Pumpura skvērā  
piemiņas akmens  
“Nevainīgajiem sarkanā  
terora upuriem”.

1941. gada naktī no 13. uz **14. jūniju** notika Latvijas iedzīvotāju masveida izvešana uz PSRS Sibīrijas, Tālo Austrumu un Tālo Ziemeļu apgabaliem.

1940. gada 16. jūnijā Padomju Savienība izteica Latvijas Republikas valdībai ultimātu, kurā pieprasīja Latvijas valdības atkāpšanos un neierobežotu PSRS karaspēka kontingenta ielaišanu valstī. Latvijas valdība prasības pieņēma. 1940. gada 17. jūnijā PSRS karaspēks šķērsoja Latvijas robežu un okupēja visu tās teritoriju.

Jau 1939. gada oktobrī bija izdota pavēle “Par pretpadomju elementu izsūtīšanas operācijas izpildes kārtību no Lietuvas, Latvijas un Igaunijas”, izsūtīto saraksti sastādīti 1941. gada janvārī. Izsūtīšanas akciju veica Latvijas PSR Valsts drošības tautas komisariāta operatīvā grupa kopā ar vietējiem padomju varas pārstāvjiem, miliciju un kompartijas biedriem. Pēc sastādītajiem sarakstiem bija paredzēta arī otra izvešanas akcija, to realizēt nepaspēja, jo 1941. gada 22. jūnijā sākās vācu armijas uzbrukums Latvijas teritorijai.





# LATVIJAS REPUBLIKAS OKUPĀCIJAS DIENA



Latvijas Republikas okupācijas diena (**17. jūnijs**) ir Latvijas Republikas atceres diena.

1940. gada 17. jūnijs ir viena no traģiskākajām dienām Latvijas vēsturē. Dienu iepriekš PSRS Latvijas Republikai uzstādīja ultimātu: nomainīt valdību un ielaist Latvijas teritorijā neierobežotu Sarkanās armijas vienību skaitu. Dažu stundu laikā Latvijas prezidentam Kārlim Ulmanim bija jāizšķiras par valsts likteni. Viņš izšķīrās par padošanos.

1940. gada 17. jūnijā Latvijā no Krievijas un Lietuvas ienāca PSRS karaspēks. Sākās okupācijas laikmets, kas ilga pusgadsimtu un atnesa Latvijas tautai neizsakāmus zaudējumus. Tajā pašā dienā Padomju Savienība okupēja arī Igauniju.

Sarkanās armijas vienības, ienākot Latvijas teritorijā, devās uz visām lielākajām pilsētām un militāri svarīgākajām vietām. Bija redzams, ka karaspēka izvietošana ir bijusi rūpīgi izplānota. Rīgā padomju bruņutanku vienības ienāca ap pusdienlaiku un nekavējoties novietojās pie dzelzceļa stacijas, pasta un telegrāfa centrāles, Prezidenta pils un citām valsts pārvaldes ēkām. Tajā pašā laikā padomju lidmašīnas nolaidās galvenajos Latvijas lidlaukos. Tūlīt pēc tanku novietošanās pie pasta un telegrāfa ēkas, kur atradās arī Rīgas radio raidītājs, padomju virsnieki aizliedza radiofona vadībai pārraidīt jebkādus paziņojumus vai citu informāciju, atļaujot vienīgi muzikālus raidījumus.

1940.gada 17.jūnija vakarā Latvijas sūtnis Maskavā F.Kociņš pavadīja stacijā PSRS valdības priekšsēdētāja vietnieku, ārlietu tautas komisāra vietnieku Andreju Višinski, kas Kremļa uzdevumā devās uz Rīgu, lai vestu sarunas ar Ulmani par jauno Ministru kabineta sastādīšanu. Višinska virsvadībā valdību sastādīja PSRS sūtniecībā. Uz turieni gāja paši vai tika aicināti cilvēki, kuriem pēc vietējo krievu diplomātu un Maskavas pārstāvja domām varēja droši uzticēt ministra portfeļus.



# MEDICĪNAS DARBINIEKU DIENA



Jūnija mēneša trešajā svētdienā tiek atzīmēta Medicīnas darbinieku diena.

Mediķu misija ir nenovērtējama – tās ir nemitīgas rūpes par cilvēku veselību, nepieciešamības gadījumā glābjot pacientu dzīvības. Paldies visiem, kas ir izvēlējušies pildīt šo misiju un sirsnīgi sveicam kolēģus un visu Ventspils un Talsu mediķu saimi Medicīnas darbinieku dienā!

## 7 ieteikumi, kā palīdzēt bērniem pārvarēt bailes no potēm

**Vakcinācija var pasargāt bērnu no dažādām saslimšanām, bet pats potēšanas process var būt visai sāpīgs. Vai Tavs bērns baidās no potēm?**

**Pasaki taisnību** „Ja bērns jautā, vai jūs dosieties pie ārsta pēc potes, nenoliedz to, ja patiešām tā būs,” Paskaidro, ka pote ir kaut kas, kas viņu aizsargā un paskaidro, ka tas nav sods, bet veids, kā viņu pasargāt. Tāpat nesaki: „Tas nesāpēs!”, jo sāpes vienalga būs, jo bērns mācās no Tevis, ka Tu mānies, tāpēc vari zaudēt bērna uzticēšanos. Tā vietā labāk godīgi saki: „Jā, tas sāpēs, bet tikai dažas sekundes.” Kad procedūra ir galā, parādi, ka esi priecīga, ka beidzot viss ir galā.

**Nestāsti par gaidāmo notikumu pāragri** Ja vizīte pie ārsta ir paredzēta pēc nedēļas, muļķīgi būtu nedēļu iepriekš bērnam stāstīt par gaidāmo poti. „Pasakot par došanos pie ārsta pārāk ātri, bērns, iespējams, visu nedēļu būs nemierīgs,” novērojumos dalās pediatre. Turklāt jāatceras, ka ne katrā ārsta vizītē nepieciešams veikt vakcināciju, tāpēc ja īsti nezini, vai šajā reizē gaidāma pote vai nē, vari atklāti pateikt par savu neziņu arī bērnam. Atceries: runājot pārāk daudz par potēm, bērns sāks baidīties no ārsta vizītēm, pat ja tā būtu tikai profilaktiska apskate.

**Novērs fiziskas sāpes** Pediatre ir dzirdējusi ieteikumus arī par atsāpinošu līdzekļu lietošanu pirms potes, kas var novērst sāpes potes vietā, tāpēc noteikti vari pavaicāt savam ārstam par šādu iespēju. „Lai bērnam vakcinācijas ilgums būtu pēc iespējas īsāks, turi mazuļa rociņu, izmanto grabulīti, pastāsti kādu joku vai rādi smieklīgas mīmikas,”

**Zini īsto laiku, kad aiziet** Ir mammas, kuras ļoti saasināti uztver ikvienu ārsta pārbaudi vai vakcināciju, tāpēc reizumis māmiņa savu bērnu uztic māsiņai vai ārstam, kamēr tiek veikta vakcinācija vai mamma atrodas ārsta kabineta kādā no stūriem, uzturot acu kontaktu ar mazuli. Šeit noteikti arī darbosies teiciens- ja māmiņa ir mierīga, arī mazulis būs mierīgāks.

### **Sniedz tūlītēju mierinājumu**

Pēc potes ieteicams uzreiz paņemt bērnu klēpī uz pāris minūtēm un nomierināt, sevišķi, ja bērns potes laikā sācis histēriski raudāt.

**Pārdomā, kā atlīdzināt bērnam** Eksperti ir vienprātīgi- reizēm pat neliela dāvana (konfekte vai suliņa) var mazināt sāpes. „Nelielas veltes saņemšana uzreiz pēc vakcīnas novirza bērna domas un jau pēc brīža viņš jau sāk smaidīt.”

**Vēro, kādas ir potes blakusparādības** Pēc vakcīnas veikšanas apjautājies ārstam vai medmāsai par iespējam blaknēm pēc vakcinācijas. Parasti pie blakusparādībām pieskaita nelielu drudzi, sāpes, jutīgumu potes vietā, taču, ja bērnam novēro kādu retu, bet nopietnu blakusparādību, piemēram, alerģisku reakciju, grūtības elpot, krampjus, nekavējoties zvani ātrajai medicīniskajai palīdzībai.

# VAROŅU PIEMIŅAS DIENA (CĒSU KAUVAS ATCERES DIENA)



*I  
gaunijas armijas bruņotais vilciens  
Cēsīs 1919. gada 6. jūnijā. Fotografijas  
autors nezināms. Fotografijas oriģināls  
atrodas Latvijas Kara muzeja fondos.*

Cēsu kaujas bija svarīgs Latvijas vēstures pagrieziena punkts, kad 1919. gada jūnijā apvienotais latviešu un igauņu karaspēks sakāva vācu landesvēru. Latvijas vēsturē šīs kaujas ir nozīmīgas arī ar to, ka aizstāvēt Latvijas tikko iegūto neatkarību kaujās devās Cēsu un Valmieras skolnieki. Kopā ar igauņu karavīriem pēc vairāku dienu smagām kaujām no 19. līdz **22. jūnijam**, tika izcīnīta uzvara un landesvēra karaspēks bija spiests atkāpties līdz pat Jelgavai. Šo uzvaru ievadīja Cēsu Skolnieku rotas varonība 1919. gada 6. jūnijā. Ja kaujas pie Cēsīm tiktu zaudētas un Latvijas armija sakauta, tad vāciešiem būtu brīvs ceļš uz Igaunijas iekarošanu.

Pirmās cīņas pret latviešiem un igauņiem vācieši uzsāka jau 1919. gada jūnija sākumā. Cēsīs iesoļoja kāda vācu landesvēra nodaļa, un lai arī Zemitāna brigādes štābs, kas arī bija izvietojies šajā Latvijas pilsētā, viņiem tur neatļāva palikt, bija skaidrs, ka vācieši ar to nesamierināsies. Šī iemesla dēļ strauji tika papildinātas Cēsu pulka rindas, pulkā iesaistoties brīvprātīgajiem, tostarp Cēsu un Valmieras vidusskolu audzēkņiem. 6. jūnijā, atkārotā vācu uzbrukuma laikā tas tomēr nespēja sakaut vāciešus un bija spiests atkāpties. Kaujas starp vācu armiju un latviešu – igauņu karotājiem norisinājās ar mainīgām sekmēm vienas vai otras puses labā.

Pēc vairāku dienu smagām kaujām no 19. līdz **22. jūnijam** pie Cēsīm t.s. *Niedras valdības* spēki tika sakauti un bija spiesti atkāpties. No pilnīgas sagraves tos paglāba tikai sabiedroto misijas iejaukšanās.

3. jūlijā Strazdumuižā tika noslēgts Strazdumuižas pamiers. Saskaņā ar tā noteikumiem, sakautie *landesvēristi* un Dzelzsdivīzijas karavīri bez kaujas atstāja Rīgu un atkāpās uz Jelgavu, bet t.s. *Niedras valdība* atkāpās, atzīstot K. Ulmaņa kabineta leģitimitāti. Vēlāk visiem Vācijas pilsoņiem vajadzēja atstāt Latviju, bet Baltijas landesvērs atkal tika iekļauts Latvijas armijas sastāvā.

Ik gadu 22. jūnijā, pieminot minētos notikumus, atceres pasākumi un ziedu nolikšana kritušo karavīru piemiņai notiek tādās vietās kā Amata, Priekuļi, Pārgauja un Cēsīs. Cēsīs ziedi tiek nolikti gan pie Cēsu pulka skolnieku rotas pieminekļa, gan Brāļu kapu pieminekļa Lejas kapos. Atceres pasākumos, kā ierasts, piedalās arī Igaunijas vēstnieks vai kāda no igauņu augstākajām valsts amatpersonām.



## LĪGO UN JĀŅU DIENA



Jāņi jeb Līgo svētki ir latviešu gadskārtas svētki, ko svin vasaras saulgriežos, dienā, kad ir visīsākā nakts un visgarākā diena. Lai gan īsākā nakts parasti ir 21. vai 22. jūnijā, publiskas brīvdienas — Līgo diena un Jāņu diena ir 23. un 24. jūnijā. Dienu pirms Jāņiem sauc par Zāļu dienu vai Līgo dienu. Daļa latviešu diasporas Sibīrijā — 19. gadsimta latviešu kolonistu pēcteči Jāņus svin pēc vecā stila 6. un 7. jūlijā.

Tie ir latviešu tautas lielākie un tradīcijām bagātākie svētki, kurus svin visas paaudzes un

visas sabiedrības grupas. Vēsturiski Līgo svētki asociējas ar vasaras saulgriežiem, taču datumu nesakritības dēļ saulgriežu svinēšana dažkārt tiek nodalīta no Jāņu dienām.

### LĪGO SVĒTKU TRADĪCIJAS:

- Mājās un sētas sakopšana
- Jāņuzāļu plūkšana un to pielietojums
- Vainagu pīšana
- Jāņuguns kuršana
- Jāņabērnu sasaukšana
- Dziesmu dziedāšana
- Papardes zieda meklēšana
- Siera siešana
- Alus brūvēšana
- Lauku apskriešana
- Peldēšanās un mazgāšanās rasā
- Dejošana ap ozolu
- Negulēšana Jāņu naktī
- Iešana pirtī



### TAUTASDZIESMAS :

Ai bagāta Jāņa diena,  
Atved man arājiņu;  
Ja ved jaunu, tad ved skaistu,  
Ja ved vecu, tad bagātu!

Ai Jānīša vakariņš,  
Ozuliņa tērētājs!  
Grib dārziņi, tīrumiņi,  
Grib meitiņas vainaciņu.

Ai Jānīti, ai Jānīti,  
Ko tu laba mums atnesi?  
Puišiem tukšas alus kannas,  
Meitām ziedu vainadziņus.





# EBREJU TAUTAS GENOCĪDA UPURU PIEMIŅAS DIENA



Šodien Latvijā tiek atzīmēta Ebreju tautas genocīda upuru piemiņas diena, pieminot vairāk nekā 70 000 Latvijas ebreju, kas tika iznīcināti 1941.-1945.gadā nacistu okupētajā Latvijā.

Ebreju tautas genocīda upuru piemiņas diena tiek atzīmēta, atceroties 1941. gada notikumus, kad **4. jūlijā** nacistu atbalstītāji nodedzināja Lielo Horālo sinagogu Rīgā, Gogoļa ielā, kopā ar lūgšanas namā esošajiem cilvēkiem.

Pēc kara sinagogas drupas tika nolīdzinātas un tur ierīkoja skvēru, bet Atmodas laikā šajā vietā tika izveidots memoriāls.

Blakus sinagogas drupām tika atklāts piemineklis Žanim Lipkem un visiem ebreju glābējiem holokausta laikā. Uz pieminekļa ir iemūžināti 270 cilvēku vārdi, kuri, riskējot ar savu dzīvību, izglāba no nāves vairāk nekā 400 ebreju.

Ar Jāņa Britāna atmiņām par holokaustu Aknīstē var iepazīties Latvijas vēsturnieku komisijas rakstu 23.sējumā, atmiņu aprakstā "Liecnieku vairs nav..." (331.-340.lpp.)





# VISPĀRĒJIE LATVIEŠU DZIESMU UN DEJU SVĒTKI



**Vispārējie latviešu Dziesmu un Deju svētki** ir tradicionāls kultūras notikums Latvijā. Šie svētki ir latviešu nacionālās identitātes sastāvdaļa, parasti tie notiek reizi piecos gados Rīgā. Kopš 1873. gada šie

svētki ir notikuši 25 reizes, tradicionāli tos sauca par Vispārīgajiem latviešu dziedāšanas svētkiem, bet pēc Latvijas okupācijas oficiāli pārdēvēja par Padomju Latvijas dziesmu (un deju) svētkiem. Kopš 1990. gada tos atkal sauc par Vispārējiem latviešu Dziesmu un Deju svētkiem un tajos piedalās aptuveni 30 000 dalībnieku, tostarp kori, deju kolektīvi, pūtēju orķestri, folkloras grupas, etnogrāfiskie ansambļi, tautas mūzikas ansambļi, lauku kapelas, koklētāju ansambļi, lietišķās un tēlotājas mākslas studijas, vokālie ansambļi, amatierteātri un ārvalstu kolektīvi. Latviešu Dziesmu un Deju svētkos notiek ne tikai uzstāšanās, bet arī sacensības, kurās tiek noskaidroti laureāti. Visnozīmīgākā loma svētkos ir korim un deju kolektīviem. Starpposmā no vieniem svētkiem līdz nākamajiem notiek repertuāra sagatavošana un skates, kurās nosaka nākamo svētku dalībniekus. Parasti pēdējās Dziesmu un Deju svētku dienas rītā notiek svētku gājiens, kurā piedalās visi to dalībnieki, savukārt vakarā Mežaparka estrādē notiek noslēguma koncerts.



# JŪRAS SVĒTKI



Jūras svētki jeb **zvejnieku svētki**, neskaitot vasaras saulgriežus – Jāņus, ir lielākie latviešu vasaras svētki, kas **kopš 1936. gada**, pirmās brīvvalsts laika tradicionāli tiek svinēti **jūlija otrajā sestdienā**, bet oficiāli **12.jūlijā** Latviešiem, kā jau tautiešiem, kuru **zeme atrodas pie jūras**, šie svētki ir īpaši nozīmīgi un iecienīti. Šī iemesla dēļ jūlija otrās nedēļas nogale ir laiks, kad šie svētki ar plašu un krāšņu vērienu tiek atzīmēti vairākās **Latvijas piejūras pilsētās un ciemos**, piemēram, Ventspilī, Liepājā, Kolkā, Rojā, Pāvilostā, Salacgrīvā, Engurē,

Mērsragā, Nīcā, Lapmežciemā, Mellužos, Ainažos u.c. vietās. Šo svētku vēstures, popularitātes un mēroga dēļ tie ir uzskatāmi par **latviešu kultūrvēsturiskajiem svētkiem**.

## JŪRAS SVĒTKU TRADĪCIJAS

Citas šo svētku tradīcijas ir saistītas dažādu **jūras velšu gatavošanu un ēšanu, tirdziņu organizēšanu**, kuros iegādājami dažādi amatnieku darinājumi un zivju delikateses, dažādiem **koncertiem**, kā arī citām **atrakcijām**. Svētku koncerts tradicionāli tiek organizēts, kā jau jūras svētkos pienākas, **jūrniecības un zvejniecības tematikā**, gadu no gada pārsteidzot svētku svinētājus ar oriģinālām tematikas interpretācijām un idejām. **Visā Baltijas jūras piekrastē**, sākot no Igaunijas pierobežas un beidzot ar Lietuvas pierobežu, jūras svētki tiek svinēti ar dažādām brīvdabas **izrādēm, koncertiem, sporta spēlēm, sacensībām, atrakcijām, kā arī nakts zaļumballi** līdz pat rīta gaismai.

## TAUTASDZIESMAS PAR JŪRU

Div' brālīši dravinieki  
Tek gar jūru raudādami:  
Jūra nesa ozoliņu  
Ar visāmi bitītēm.

Jūra krāca, jūra brēca,  
Ko tā bija ierijusi?  
Ierijusi zelta laivu,  
Div' sudraba irējiņus.

Jūra, jūra, ko tu krāci,  
Māte, māte, ko tu raudi?  
Jūra krāca smalka tīkla,  
Māte raud auklējuma.

Bite kļiedza, bite sauca:  
Jūras mala aizdegusi;  
Bitīt, melu nemelo,  
Jūrmalā gruži gruzd.

Ai, zaļā līdaciņa,  
Nāc ar mani spēlēties:  
Tu dziļā jūriņā,  
Es – ozola laiviņā.

Vidū jūras uz akmeņa –  
Tur sarkanās ogas aug;  
Tur Saulīte raudājusi,  
Tur birušas asariņas.



## ANNAS UN JĒKABA DIENA



Latviešu tautas ticējumos **26.jūlijs** - Annas diena - ir saimnieču diena, kurā ēd jaunus kartupeļus un burkānus, jauno rudzu maizi, kā arī pareģo laika apstākļus, vēsta Diānas Karašas grāmata "Latviskās sadzīves tradīcijas un godi".

Annas diena senlatviešiem bijusi arī tirgus diena, un, tāpat kā **24.jūlijā** svinētā Jēkaba diena, šī

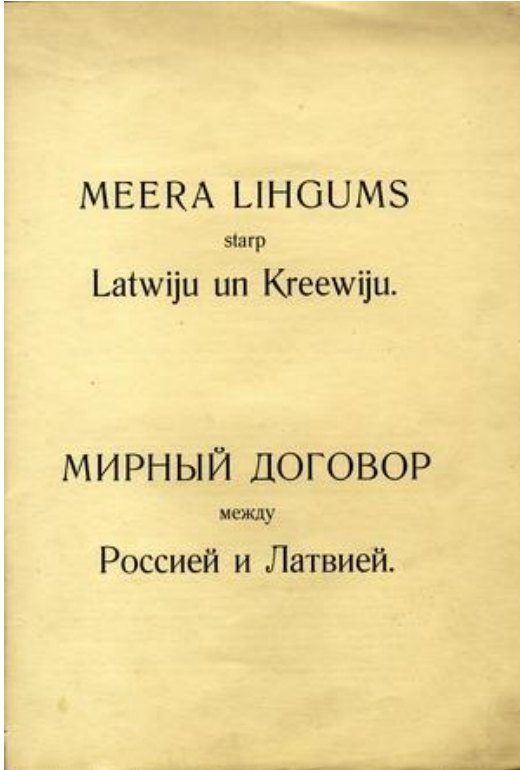
bijusi arī kāzu diena, kad jaunais saimnieks veda mājās jauno saimnieci. Savukārt ticējumi par laika pareģošanu liecina - ja Annas dienā līst lietus, tad līs vēl divas nedēļas, rudens būs slapjš, būs daudz sēņu, bet nebūs riekstu. Savukārt, ja pēc Annas dienas salīst siens, tas tik un tā nesapūs, "kaut vai ūdens pa dakšu kātu tecētu".

### ANNAS DIENAS TICĒJUMI

- ❖ Annas dienā ēda jaunu rudzu maizi. /M. Āboliņa, Aumeisteri./
- ❖ No Annas dienas drīkst ēst jaunus kartupeļus. /K. Jansons, Plāņi./
- ❖ Pēc Annas dienas siens kaudzē vairs nepūst, ja kaudzi metot ūdens gar dakšas kātu tecētu. /K. Jansons, Plāņi./
- ❖ a Annas dienā līst lietus, tad to rudeni nav riekstu,jo tad visi paliek melnām iekšām. /E. Stīpniece, Vērene./
- ❖ Kad Annas dienā lietus līst, tad rieksti neizdodas. /P. Š., Ropaži./
- ❖ Ja Annas dienu līst lietus, tad būs tārpaini rieksti. /A. Ratniece, Pabaži./
- ❖ Kad Annas dienā lietus līst, tad būs slikti rieksti. /P. Š., Rīga./
- ❖ Ja Annas dienā lietus līst, tad riekstiem nav kodolu. /J. A. Jansons, Nītaure./
- ❖ Ja Annas dienā līst lietus, tad tai gadā riekstu nav. /K. Viegļais, Krape./
- ❖ Ja Annas dienā lietus līst tad rudenī būs daudz sēņu, bet rieksti būs tārpaini, un otrādi. /A. Bulēne, Turaida./
- ❖ Ja Annas dienā līst lietus, tad būs tārpaini rieksti. /A. Tidriķe, Pabažu jūrmala./
- ❖ Ja Annas dienā līst lietus, tad būs slapjš rudens. /A. Miglava, Rūjiena./
- ❖ Ja Annas dienā līst lietus, tad lišot vēl divas nedēļas. /Z. Grīnberga, Sigulda./
- ❖ Ja Annas dienā nosit zirnekli, tad aitas sprāgst. /A. Broža, Naukšēni./
- ❖ Ja pa Annām vanagi ap kādām mājām laidelējas, tad tais mājās būs kāzas. /R. Eglentāle, Reņģe./
- ❖ Ja deviņas dienas pēc Annas dienas uzsnieg sniegs, tad deviņas dienas priekš Jūrģiem tas nokusīs. /A. Bērziņa, Aloja./
- ❖ Ja Annas dienā uzsnieg sniegs, tad Pēteros būs lietus. /A. Bērziņa, Aloja./



# LATVIJAS BRĪVĪBAS CĪNĪTĀJU PIEMIŅAS DIENA



Vēsturnieks 20. gadsimtā par Latvijas brīvību izcīnītas daudzas kaujas, kas prasījušas daudzu cīnītāju dzīvības. Par šo cīnītāju piemiņas saglabāšanu diskusijas, pat atsevišķu sabiedrības grupu konfrontācijas pa laikam uzplaiksna atkal no jauna. Arī atjaunotās Latvijas parlaments laiku pa laikam izdara korekcijas svinamo un atceres dienu kalendārā. Tādēļ dažkārt šo svētku nozīme lielāki sabiedrības daļai ir nezināma un neizprotama.

Jau drīz pēc Brīvības cīņām – 1921. gadā, Latvijas Satversmes sapulce par Latvijas brīvības cīnītāju dienu noteica 22. jūniju. Tā bija diena, kad igauņu un latviešu karaspēks 1919. gadā Cēsu kaujās sakāva vācu landesvēru. Satversmes sapulcē par šo likumprojektu referēja Dzērbenē dzimušais Lāčplēša Kara ordeņa kavalieris, deputāts Markus Gailītis. Viņš argumentēti izklāstīja, kāpēc parlamenta kara lietu komisija vienbalsīgi atbalstījusi tieši šo datumu par visas valsts Brīvības cīnītāju piemiņas dienu.

Šo dienu katru gadu 22. jūnijā atzīmēja līdz pat 1934. gadam, kad notika arī pēdējās lielās svinības sakarā ar Cēsu kauju 15. gadadienu. Tolaik tauta zināja, kas pieminams, kas godināms un kur izcīnītas liktenīgās kaujas.

Pēc Kārļa Ulmaņa 1934. gada 15. maija apvērsuma mainījās vairāku Latvijas vēstures notikumu interpretācija. Pie šādiem notikumiem pieskaitāmas arī 1919. gada Cēsu kaujas. Nedz Ulmanis, nedz viņa tuvākais līdzgaitnieks ģenerālis Jānis Balodis nebija tieši piedalījušies Cēsu kauju uzvaras izcīnīšanā. Tas bija viens no J.Zemitāna Brīvības cīņās komandēto „ziemeļnieku” un J.Baloža pakļautībā bijušo „dienvidnieku” savstarpējo nopelnu neatzīšanas momentiem. Šeit jāņem vērā specifiskie apstākļi Latvijā šo kauju laikā, kas atstāja iespaidu uz Cēsu kauju vēstures izpēti, novērtējumu un piemiņas saglabāšanu.

1934. gadā K.Ulmaņa valdība 22. jūniju svītroja no oficiālo svinamo dienu saraksta. 1934. gada 1. novembrī laikrakstā „Valdības Vēstnesis” izsludināja 25. oktobrī Ministru prezidenta K. Ulmaņa un iekšlietu ministra V. Gulbja parakstītos „Pārgrozījumus likumā par Latvijas brīvības cīnītāju piemiņas dienu”, nosakot, ka: „ 11. augusts ir Latvijas brīvības cīnītāju piemiņas diena. Ja 11. aug. iekrīt darba dienā, tad piemiņas dienu svin svētdienā pēc 11.augusta”. Ne likumā, ne arī citādi oficiāli pārgrozījumu motīvi netika doti.

11. augusts bija diena, kad 1920. gadā Rīgā tika parakstīts Latvijas un Padomju Krievijas miera līgums. Šī diena tika uzskatīta arī par Latvijas 1918. – 1920. gada Brīvības cīņu uzvarošu noslēgumu.

Pret Latvijas brīvības cīnītāju piemiņas dienas datuma maiņām K.Ulmaņa valdīšanas laikā atklāti iebilst nevarēja. Negatīvu vērtējumu šīs likuma izmaiņas dažkārt izpelnījās tikai pēc Otrā pasaules kara latviešu trimdas publikācijās.

Atjaunotās Latvijas „Likumā par svētku un atceres dienām” (ar 1998. g. grozījumiem) par atceres dienu noteikts gan 22. jūnijs – Varoņu piemiņas diena (Cēsu kauju atceres diena), gan 11. augusts – Latvijas Brīvības cīnītāju diena, taču diskusijas par „īsto” Brīvības cīnītāju dienu joprojām turpinās arī Saeimā.

11. augustā pieminēsim Latvijas brīvības cīnītājus, kuri atdusas gan Cēsu Lejas kapos, gan citviet Latvijā.

# 1991.GADA 21.AUGUSTS – KONSTITUCIONĀLĀ LIKUMA „PAR LATVIJAS REPUBLIKAS VALSTISKO STATUSU” PIENĒMŠANAS DIENA



**1991. gada 21.augustā** Latvijas Republikas Augstākā padome, 111 deputātiem balsojot par, 13 – pret, pieņēma konstitucionālo likumu „Par Latvijas Republikas valstisko statusu”. 21.augusts ir datums, kas mūsu valstij atnesa faktisko neatkarību un starptautisko atzīšanu, aizsāka valsts neatkarības reālas atjaunošanas ceļu, atjaunoja Satversmi un nošķīra Latvijas tiesību telpu no PSRS tiesību telpas.

Konstitucionālo likumu Latvijas Republikas Augstākā padome pieņēma laikā, kad Padomju Savienībā notika valsts apvērsuma mēģinājums. OMON kaujinieki jau bija ieņēmuši Latvijas TV centru, Latvijas radio namu, telefona centrāli un telegrāfa staciju, lekšlietu ministriju, izdemolējuši Latvijas Tautas frontes mītni. Visā PSRS teritorijā bija ieviests ārkārtas stāvoklis.

Šajā politiski neskaidrajā un bīstamajā laikā Latvijas Republikas Augstākās padomes deputāti spēja sapulcēties uz sēdi, sagatavot un pieņemt Konstitucionālo likumu. 1991. gada 21.augusta sēdē debates par Konstitucionālā likuma tekstu pārtrauca paziņojums, ka mūsu Augstākajai padomei tuvojas OMON bruņutransportieri. Šādos apstākļos Augstākās padomes deputāti turpināja apspriest Konstitucionālā likuma tekstu un nobalsoja par tā pieņemšanu.

Konstitucionālais likums grozīja Latvijas Republikas neatkarības atjaunošanas de facto procesu, atsakoties no 1990.gada 4.maijadedklarācijā „Par Latvijas Republikas neatkarības atjaunošanu” noteiktā pārejas perioda. 1990. gada 4.maijā atjaunot Latvijas Republikas neatkarību de facto vēl nebija iespējams, jo visi finanšu, militārie un administratīvie varas resursi bija Maskavas rokās. Tobrīd nebija arī neatkarīgas valsts likumdošanas bāzes. Soli pa solim – tāds bija vienīgais iespējamais Latvijas neatkarības atjaunošanas ceļš.



## STAĻINISMA UN NACISMA UPURU ATCERES DIENA



**23.augusts - Staļinisma un nacisma upuru atceres diena ar 2009. gada 16.jūlija Saeimas lēmumu ir oficiāla atceres diena, taču Likums par Latvijas valsts karogu šajā dienā pagaidām neparedz obligātu valsts karoga izkāršanu sēru noformējumā.**

2009.gada 16.jūlijā Saeima ārkārtas sesijā, steidzamības kārtā grozot likumu «Par svētku, atceres un atzīmējamām dienām», 23.augustu noteica par staļinisma un nacisma upuru atceres dienu. Eiropas Parlaments, 2008.gada septembrī pieņemot un izsludinot attiecīgu deklarāciju, aicinājis Eiropas Savienības valstu parlamentus pasludināt 23.augustu par staļinisma un nacisma upuru atceres dienu. Tā ir diena, kad tika noslēgts Molotova - Ribentropa pakts, ar kura slepenajiem papildprotokoliem Eiropa tika sadalīta divās interešu sfērās.

«Abu režīmu agresijas ietvaros veiktās masu deportācijas, slepkavības un paverdzināšana ir klasificējamas kā kara noziegumi un noziegumi pret cilvēci,» lēmuma pieņemšanas dienā pērn uzsvēra par likuma projekta virzību atbildīgās Cilvēktiesību un sabiedrisko lietu komisijas priekšsēdētāja Ingrīda Cīrcene. Latvija ir viena no Eiropas Savienības dalībvalstīm, kas no Molotova - Ribentropa pakta ir cietusi visvairāk, un tādēļ nav pieļaujams, ka liktenīgie augusta notikumi un to izraisītās sekas tiktu aizmirstas, norāda likumprojekta autori.

# DRĪZ KLĀT 1. SEPTEMBRIS – ZINĪBU DIENA!



Vasara paskrēja nemanot un daudziem jāturpina pirmsskolas gaitas vai jāiet uz skolu.. Lai bērns pirmskolā, skolā un ārpus mācībām būtu drošībā, iesakām ik dienu ievērot dažus drošības principus:

Pirmsskolas vecuma bērnus ieteicams vienmēr pavadīt uz pirmsskolu, kā arī atnākt uz pirmsskolu pakaļ. Ja tas kādreiz nav iespējams, vēlams sadarboties ar citiem vecākiem, lai bērns vienmēr būtu drošībā.

Bērnam vēlams pastāstīt, ka nomaldīšanās

gadījumā ceļu labāk jautāt veikala pārdevējam vai policistam, nevis nejaušam garāmgājējam. Tāpat der atgādināt, ka nedrīkst sēsties svešās automašīnās, runāt ar šaubīgiem cilvēkiem un pieņemt ēdienu vai dzērienu no nepazīstamiem cilvēkiem.

Jāiemāca bērniem neuzticēties un atteikties svešiniekiem, kuri lūdz iedot mobilo telefonu, lai kādam piezvanītu. Bieži laupītāji izmanto šādu labsirdību.

Tie zagļi, kas uzdarbojas sabiedriskās vietās ir glēvi un bailīgi, tādēļ par upuriem parasti izvēlas vājākus par sevi cilvēkus, tai skaitā, bērnus. Bērniem vērts atgādināt, ka savas personīgās mantas un jo īpaši maks un mobilais telefons nav nevienam jāizrāda. Šīm lietām jāatrodas drošā vietā - mugursomā vai noslēdzamās kabatās.

Lai izvairītos no sadursmēm un nepatīkamām situācijām kāpņutelpā, bērnam jāiemāca novērtēt situāciju. Ja kāpņutelpā drūzmējas cilvēki, vai notiek kaut kas aizdomīgs, bērnam jādodas uz sabiedriskām vietām, piemēram, veikalu, bērnu rotaļu laukumu un jāzvina vecākiem.

Vecāki bieži sajūsminās, ka viņu atvases prot pastāstīt, kur strādā mamma un tētis, tomēr vienmēr mazajiem jāatgādina, ka ne pirmsskolā, ne uz ielas nedrīkst stāstīt par ģimenes finansiālo stāvokli, iegādātajām vai uzdāvinātajām mantām un plānotajiem ceļojumiem.

Vecākiem jāiemāca bērniem apieties ar kabatas naudu. Ja arī nauda tiek izsniegta nedēļai, jāparūpējas, ka ik dienu uz pirmsskolu tiek ņemta līdzī vienai dienas naudas daļa, nevis visas nedēļas. Tad arī zagļu interese būs ievērojami mazāka.

**Mums rūp Jūsu drošība !**



## ZINĪBU DIENA

Mīļie vecāki, šodien ir patiešām īpaša diena, kas atmiņām pilna noteikti katram no mums. Bet atcerieties, vēl īpašāka šī diena ir mūsu bērniem, kas satraukušies, apbruņojušies rudenīgiem ziediem, sapucējušies, dodas uz pirmsskolu, lai iepazītos ar pirmsskolas izglītības skolotājām un auklīti, jaunajiem grupas biedriem, lai satiktu jau sev zināmos.. Un Zinību diena ir pavisam citādāka kā mūsu bērnībā, lai arī ir emocijas, kas katru gadu septembrī pie mums atgriežas.

Viss pirmsskolas izglītības iestādes kolektīvs mazajiem pirmsskolniekiem novēl atrast īsto motivāciju mācīties, atrast vēlmi sapņot un piepildīt savus sapņus.

Jau atkal pīlādži sārto  
un dzērvēs aizbēg no salnām.  
Bet mums vēl daudz jāsakārto,  
lai kāpt varam zinību kalnā.

Un ejam mēs septembrim pretī  
pārpilni vasaras spara.  
Un skola mums panāks pretim,  
lai ātrāk satikties varam.

**Priecīgu un pozitīvām emocijām pilnu Zinību dienu!**





## ZINĪBU DIENA



Zinību diena jeb, kā tā plašāk zināma, **1. septembris** ir svētku diena, kurā tiek svinēta skolas gaitu uzsākšana vai atsākšana pēc vasaras brīvlaika. **Zinību dienā tiek svinēts mācību gada sākums**, jo valstīs, kas svin šos svētkus, līdz ar 1. septembri sākas mācību gads. Varētu teikt, ka šie svētki ir kas tāds, kas mūs atšķir no citu tautu kultūrām, līdz ar to tie ir uzskatāmi arī par neatņemamu Latvijas kultūras vēstures sastāvdaļu.

Zinību dienas jeb 1. septembra pirmsākumi meklējami **Padomju Savienībā**, 1984. gadā, kad, balstoties uz PSRS Augstākās Padomes Prezidija 1984. gada 15. jūnija noteikumiem Nr. 373-11 "Deklarācija par 1. septembri – Zinību dienu kā valsts svētkiem", **1. septembris tika pasludināts par Zinību dienu. Latvijā tai ir oficiāli svinamās dienas statuss.**

Šie ir nozīmīgi svētki **skolēniem, studentiem, skolotājiem, kā arī pasniedzējiem**. Īpaši būtiski šie svētki ir **pirmklasniekiem**, kas vēl tikai uzsāk mācības skolā – pirmklasniekiem tas ir īpašs, svinīgs, satraucošs un priecīgs brīdis, kurā ne vien tiek satikta pirmā/-ais audzinātāja/-s, klasesbiedri un skolasbiedri, bet tiek pasniegta arī **pirmā ābece**, kas simboliski atzīmē bezrūpīgās bērna dienu beigas un skolas gaitu sākumu, kas ar gadiem, arvien augstāk un augstāk vedīs zinību kalnā.

1. septembris tradicionāli tiek atzīmēts ar **svinīgu pasākumu**, uz kuru ierodas ne vien skolēni un skolotāji, bet nereti arī to vecāki, jo arī viņiem līdz ar mācību gada sākumu ikdienā ieviešas ievērojamas pārmaiņas. Nereti pirms 1. septembra svinīgā pasākuma tiek organizēts arī **gājiens**, kurā piedalās it visi skolēni, studenti, skolotāji un pasniedzēji. Zinību dienas svinības, tāpat kā ikviens svinīgs pasākums, nekādi neiztiek bez skolas vadības **uzrunas un vēlējumiem**, kā arī neliela **svētku koncerta**. Ļoti bieži svinīgā pasākuma laikā tiek ievērots **līniju princips**, kurā 1. līnijā stāv attiecīgi 1. klases skolēni, bet pēdējā līnijā stāv vecāko klašu skolēni. Neskatoties uz mūsdienu modes pastāvīgi mainīgajām tendencēm un niansēm, 1. septembrī dominē galvenokārt **klasiskā stila apģērbs baltās un melnās krāsas salikumā**.

Latvijā pastāv arī tāda 1. septembra tradīcija, kurā **pirmklasniekus svinību vietā svinīgi iaved vecāko klašu skolēni**, kuriem konkrētais mācību gads ir pēdējais bezrūpīgais gads pirms eksāmenu kārtošanas un iestāšanās vidusskolā. Pēc pirmklasnieku ieviešanas seko īpašs brīdis jeb **Pirmais zvans**, kad pirmklasnieks iezvana pirmo mācību gada zvanu. Savukārt mācību gada beigās notiek **Pēdējais zvans**, kad 9. un 12. klašu skolēni iezvana pēdējo sava mācību gada zvanu, lai gatavotos eksāmeņiem un pēc tiem iestātos vidusskolās un augstskolās.

## RUDENS



**Rudens** ir viens no gadalaikiem mērenajā joslā. Tas iezīmē pāreju starp vasaru un ziemu. Rudens ir gadalaiks, kas Zemes ziemeļu puslodē iesākas, kad Saule savā redzamajā kustībā pa ekliptu šķērso debess ekvatoru rudens punktā, un beidzas, kad Saule nonāk ziemas saulgriežu punktā.

Par rudens sākumu vēstī pirmās salnas. Rudens īpatnība ir mākoņains laiks, ilgstošs, smidzinošs lietus, migla. Rudenī pastiprinās vēja ātrums, plosās vētras. Taču var būt arī skaidrs un saulains laiks, kad temperatūra

dienā var pacelties pat līdz 20 C. To dēvē par atvasaru.

Astronomiskais rudens sākas rudens ekvinokcijas brīdī (22. vai 23. septembrī).

### RUDENS TIPI

- **Kalendārais rudens** — laika posms no 1. septembra līdz 30. novembrim ieskaitot.
- **Astronomiskais rudens** — ziemeļu puslodē iestājas brīdī, kad saule šķērso debess ekvatoru rudens punktā.
- **Meteoroloģiskais rudens** — sākas, kad diennakts vidējā gaisa temperatūra ir stabili vienāda vai zemāka par +10 grādiem un beidzas aktīvas veģetācijas periods.

### RUDENS BAUDĪŠANA KOPĀ AR BĒRNU: TOP IDEJAS LAIKA PAVADĪŠANAI AR BĒRNU

- ❖ **Doties ekspedīcijā:** rudens ir skaists laiks, kad vērot koku krāsošanos dabā, ko var apvienot ar došanos ekspedīcijā – kādas jaunas vietas izpētē – ūdenskritums, pastaigu taka, jebkas, kas ģimenei ir tuvs un interesants. Bērnu priekam līdzī var paņemt ābolus, pašcepto plātsmaizi, karsto šokolādi un uztaisīt pikniku jauniepazītajā vietā.
- ❖ **Sajūtu taku apmeklēšana:** Sameklējiet savai dzīvesvietai tuvāko un izbaudiet bērna prieku un paši atceraties bērnību, kad varēja kāpt kokos, brist ūdeņos, dubļos un staigāt pa dažādiem materiāliem.
- ❖ **Sajūtu taku var izveidot** arī paši – salasīt čiekurus, kastaņus, jūrmalas oļus un citus materiālus, salikt auduma maisos, sašūt kā spilvenus un veidot istabā pastaigu taku
- ❖ **Doties sēņot** – ir bērni, kas ir sajūsmā par sēņošanu un katru atrasto sēni
- ❖ Arī rudens ir brīnišķīgs laiks, lai **dotos uz parku** pabarot pīlītes vai gulbjus.
- ❖ Kopā ar bērnu **uztaisīt ābolu ievārījumu**, izdekorēt burciņu ar paštaisītu etiķeti un pēc tam Ziemassvētkos atbilstoši noformētu uzdāvināt saviem mīļajiem.
- ❖ **Gatavot krelles**, rokassprādzes un vainadziņus no kastaņiem un zīlēm – vecāku uzdevums ar īlenu vai citu instrumentu sataisīt caurumus un tad bērns var radoši izpausties. Bērnam var mācīt arī veidot ritmu un kompozīciju, liekot kastaņus un zīles noteiktā secībā.
- ❖ **Veidot zīmējumus un svētku kartītes** – rudenī iespējams salasīt dažādas lapas un ziedus un veidot herbārijus vai apsveikuma kartītes
- ❖ **Izrotāt telpas** – no lapām un dabas materiāliem var veidot dažādas kompozīcijas
- ❖ **Burtu veidošana** – mazāki bērni no kastaņiem var mācīties likt savu burtiņu
- ❖ **Ritma veidošana** – ar dabas materiāliem var veidot ritmu – likt divas zīles, vienu kastani vai divas dzeltenas lapas, trīs sarkanas – tas veicina gan bērna loģiku, gan izpratni par matemātiku.

## TĒVA DIENA



Tēva diena ir **starptautiska mēroga** svētki, kas tiek svinēti **par godu visiem pasaules tēviem**, tādējādi godinot tēva nozīmīgo lomu kā ģimenē, tā arī sabiedrībā.

Galvenā šo **svētku ideja**, kas ir palikusi nemainīga kopš to pirmsākumiem, ir **pateikties tēviem** par viņu devumu ģimenei un ieguldījumu bērnu audzināšanā, kā arī **stiprināt tēvu un viņu bērnu ģimeniskās saites**.

Mūsdienās, kad tradicionālais ģimeņu modelis ir krietni pamainījies, viens no šo **svētku mērķiem** ir popularizēt ideju, ka **būt tēvam ir moderni**,

**pagodinoši un ar to ir jālepojas**, bet tajā pašā laikā arī atgādināt vīriešiem par **pienākumiem un atbildību**, kas saistās ar vecāku lomu.

Tēva diena tiek svinēta **septembra otrajā svētdienā**, līdzīgi kā Mātes diena maija otrajā svētdienā, līdz ar to **katru gadu šie svētki iekrīt citā datumā**.

### TĒVA DIENAS TRADĪCIJAS

Ņemot vērā to, ka Latvijā Tēva diena tiek atzīmēta pavisam neilgu laiku, šo svētku laikā **nav novērojamas nekādas īpašas un unikālas tradīcijas**, tomēr latvieši cenšas **mācīties no citām pasaules valstīm**, kur šie svētki tiek svinēti krietni ilgāku laiku. Tēva diena Latvijā ar katru gadu **iegūst arvien lielāku sabiedrības atsaucību** un līdztekus Mātes dienai pakāpeniski kļūst par **nozīmīgiem ģimenes svētkiem**, līdz ar to, domājams, ka arī Tēva diena ar laiku iemantos kādas, tikai tai raksturīgas tradīcijas.

Līdz šim Latvijā Tēva diena ir tikusi svinēta tikai **ģimeņu ietvaros**, bet ir rīkoti arī vairāki **publiski pasākumi un sabiedriskās aktivitātes**, kas, gadiem ejot, kļūst arvien vairāk un daudzveidīgākas, piemēram, koncerti, gājieni, kā arī sporta aktivitātes.

Parasti šajā dienā **tēviem tiek teikts paldies**, pateicoties un apsveicot tos **mutiski vai uzdāvinot kādu dāvanu**. Pateicības vārdus tēviem visbiežāk saka viņu **bērni, kā arī sievas**, bet īpašos pasākumos tos mēdz teikt arī citas personas





# STARPTAUTISKĀ RAKSTPRATĪBAS DIENA



ANO sistēmā viens no būtiskākajiem vispasaules attīstības uzdevumiem ir veicināt rakstpratību sabiedrībā, t.i. prasmes lasīt, rakstīt un rēķināt, mūžizglītības kontekstā un sabiedrības labklājības celšanā. Lai izceltu šī mērķa dažādos aspektus, kā arī regulāri izvērtētu tā progresu kopš 1966. gada ik gadu **8.septembrī** tiek atzīmēta Starptautiskā rakstpratības diena.

## KĀ MAZULIM IEMĀCĪT RAKSTĪT?

- ❖ **Kādā vecumā?** Jau 12 - 13 mēnešu vecumā bērns spēj satvert zīmuli un novilkt pirmās līnijas uz lapas. Vecumā no 2 - 5 gadiem bērns pakāpeniski, aizvien labāk un labāk, iemācās vilkt līnijas un attēlot dažādus objektus. Šajā vecumā bērns jau patstāvīgi spēs uzrakstīt savus pirmos burtiņus, vai pat savu vārdu!
- ❖ **Kā attīstās rakstīt māka?** Parasti pirmā dzīves gada beigās bērns spēj rociņās noturēt zīmuli. Pirmās līnijas viņš zīmēs ap 12-13 mēnešu vecuma, tomēr jāatceras, ka katram bērnam šī attīstība notiek individuāli. Lielākā daļa pusotrgadnieku labprāt zīmē un ķēpājas ar krāsām uz papīra. Tie ir viņu pirmie mākslas darbi! Pakāpeniski bērns sāks zīmēt aizvien lielākus objektus, arvien skaidrāk apjaušot attēlojamā objekta līnijas un apveidus. Šajā laikā bērnam ļoti patiks krāsas! Līdz ar trešo dzīves gadu bērns spēs uzzīmēt taisnas līnijas, un, kas pats galvenais, spēs paņemt zīmuli vai pildspalvu rakstīšanai paredzētā pozīcijā! Pirmsskolas vecuma bērni (līdz 4-5 gadu vecumam) jau mācēs uzrakstīt dažus burtus, vai pat savu vārdu! Alfabetu bērnam var sākt mācīt jau no 2 gadu vecuma. Ja mācības notiek rotaļu veidā, ļoti pakāpeniski, bērni alfabētu apgūst viegli un bez pūlēm. Vecākiem nevajadzētu burtiņu rotaļas bērnam uzspiest, bet nogaidīt, līdz bērns pats izrādīs interesi par tām. Uzspiešana radīs tikai nepatīku, kas vēlāk var atstāt negatīvu iespaidu uz bērna lasītprasmi
- ❖ **Kas tālāk?** No 2 līdz 5 gadu vecumam bērns sāks zīmēt ģeometriskas figūras - ar krītiņu vai zīmuli spēs novilkt apli, horizontālas līnijas un attēlos cilvēku aprises. Uzsākot skolas gaitas, bērns apgūs rakstītprasmi, taču svarīgi apzināties, ka bērnam, lai iemācītos rakstīt, ir jāiziet visi iepriekšējie posmi un jāspēj pēc iespējas precīzi uzzīmēt lielākus priekšmetus un to apveidus.
- ❖ **Vecāku uzdevums** Jau no bērna pirmā dzīves gada vecākiem viņa pūles un centieni zīmēt, turēt rokās krītiņus un darboties ar tiem, ir jāatbalsta un jāiedrošina! Zīmēšana veicinās bērna spējas, un tas notiek pat tad, ja bērns it kā tikai ķēpājas. Pirmie darba rīki ir vaska krītiņi. Tie nav tik asi, kā zīmuli, un nesavainos bērnu. Sākotnēji bērns nezīmēs tikai uz papīra lapas sev priekšā. Viņam interesantas šķitīs arī sienas un grīda. Tāpēc noderīgi būs krītiņi, kurus viegli nomazgāt un lielas papīra lapas. Nevajadzētu bērnu iegrozot viņa pirmajos zīmēšanas mēģinājumos, tāpēc jārada maksimāli ērta vide brīvām bērna radošām izpausmēm. Pirmo burtiņu mācīšanas iniciatīvai būtu jānāk no paša bērna. Vecāki var ieinteresēt bērnu par viņa paša vārdu - ar kādu burtu sākas bērna vārds? Kāds burts ir pirmais mammītes vai tēta vārdā? Palēnām bērnam radīsies liela interese atpazīt savu burtiņu apkārtējā vidē. Tam noderēs gan krāsaini bilžu alfabēta klucīši, gan vienkāršas, ikdienišķas lietas. Pats galvenais priekšnoteikums veiksmīgai burtu mācīšanai, ir vecāku neuzspiedošā attieksme. Pētījumi rāda, ka pirmsskolas vecuma bērnam itin viegli iemācīt alfabētu, taču svarīgi, kā tas ticis darīts! Ja bērns ir piespiests mācīties, viņš alfabētu apgūs, tomēr vēlāk, skolā, negatīvā pieredze un iekšējā pretestība radīs traucējumus bērna atmiņā un spējā uztvert mācību vielu. Tāpēc- burtu rotaļas lai notiek tikai ar prieku! Vēl viens svarīgs priekšnoteikums ir vecāku runāšana ar bērnu. Ik vakara pasaciņas lasīšana, kopīga grāmatiņu skatīšanās, sarunāšanās pilnos teikumos un pareizi izrunājot vārdus tikai veicinās bērna attīstību. Valodas prasmi bērns sākotnēji apgūst tieši no vecākiem, tāpēc būtiski, cik literāri pareizā un bagātā valodā ikdienā sarunājamies ar saviem ģimenes locekļiem
- ❖ **Kad kļūt uzmanīgiem?** Lai gan katrs bērns attīstās individuāli, un arī zīmēšana un rakstīšana katram var kļūt aktuāla savā vecumā, tomēr vecākiem jābūt uzmanīgiem gadījumā, ja bērns 15 - 16 mēnešu vecumā vēl netur krītiņu un nemaz necenšas neko uzzīmēt. Par to būtu jāziņo pediatram. Parasti priekšlaikus dzimušie bērni zīmēt uzsāk nedaudz vēlāk, nekā citi bērni.

## **EIROPAS SPORTA NEDĒĻA**



### **KAS IR EIROPAS SPORTA NEDĒĻA?**

Eiropas Sporta nedēļa ir jauna Eiropas Komisijas iniciatīva, lai rosinātu sportu un fiziskās aktivitātes Eiropā. Tās ietvaros tiks organizēti jauni pasākumi un izmantotas esošās iniciatīvas, kas jau tagad veiksmīgi īstenotas Eiropas, valsts, reģionālā vai vietējā mērogā. Eiropas mēroga kampaņa ne vien iedvesmos eiropiešus būt aktīviem (#BeActive) sporta nedēļā, bet arī mudinās tādiem būt visu gadu.

### **KĀPĒC NEPIECIEŠAMA EIROPAS SPORTA NEDĒĻA?**

Sports un fiziskās aktivitātes ievērojami sekmē Eiropas iedzīvotāju labklājību. Tomēr fiziskās aktivitātes līmenis pašlaik nav īpaši augsts un dažās valstīs pat pazeminās. Eiropas Sporta nedēļas mērķis ir mainīt šo situāciju. Nepietiekama fiziskā aktivitāte ne tikai negatīvi ietekmē sabiedrību un cilvēka veselību, bet arī rada ekonomiskas izmaksas. Turklāt sportošana var veicināt iecietību eiropiešu vidū un radīt pilsonības izjūtu. Sporta kā sociālās integrācijas līdzekļa lomas stiprināšana palīdzēs risināt pašreizējās problēmas Eiropas sabiedrībā.

### **KĀDS IR EIROPAS SPORTA NEDĒĻAS MĒRĶIS?**

Eiropas Sporta nedēļas mērķis ir veicināt sportošanu un fiziskās aktivitātes un vairo izpratni par to daudzajām priekšrocībām. Nedēļa domāta ikvienam — neatkarīgi no vecuma, izcelsmes vai fiziskās sagatavotības. Sporta nedēļai būtu jāsavied kopā iedzīvotāji, valsts iestādes, sporta kustības, pilsoniskās sabiedrības organizācijas un privātais sektors. Pievēršot īpašu uzmanību vietējā līmeņa iniciatīvām, sporta nedēļa iedvesmos eiropiešus regulāri būt aktīviem (#BeActive) un sniegs tiem iespēju ikdienā vairāk nodarboties ar sportu un fiziskām aktivitātēm.



## BALTU VIENĪBAS DIENA



Baltu vienības dienu atzīmē, pieminot 1236. gada **22.septembra** vēsturiskos notikumus, baltu tautām – lietuviešiem un zemgaļiem Saules kaujā sakaujot Zobenbrāļu ordeni.

13. gadsimtā Baltijas zemēs iebruka krustneši no Rietumeiropas, - ordenim un bīskapam izdevās pakļaut igauņu un lībiešu zemes, kā arī lielāko daļu latgaļu zemju, Savukārt 13. gadsimta 30. gados iekarota Kursas un Zemgale. 1236. gadā plaši krustnešu pulki nepacietīgās alkās sirot un laupīt ieradās Rīgā, laupīt un dedzināt bija plānots arī zemaišu zemēs, tāpēc 2000 – 3000 vīru lielais karaspēks gatavojās iekarot Lietuvu.

Taču žemaiši bija izstrādājoši plānu vācu sakaušanai – ņemot vērā, ka karavīra svars kopā ar bruņām pārspēja 150 kilogramus, krustneši ar zirgiem tika ielenkti purvainā apvidū, kur viņiem būtu grūtāk cīnīties. 22. septembrī, kad krustneši gribēja atstāt nometni, izrādījās, ka tā ir lietuviešu ielenkta – tā nu sirotājiem nebija citas izvēles, kā karošana pavisam neizdevīgā vietā. Lietuviešiem cīņā pievienojās arī zemgaļi, bruņoti ar zobeniem, šķēpiem, lokiem un kaujas cirvjiem. Nonāvējot zirgus vai tiem iestiegot purvā bruņotie krustneši kļuva par kājniekiem, kam smagās bruņas turklāt arī traucēja bēgt. Lietuviešiem izdevies nogalināt aptuveni 50 ordeņa brāļus.

Vēstures pētnieku vidū nav vienprātības par kaujas norises vietu – vieni apgalvo, ka hronikās minētā Saule ir Vecsaule netālu no Bauskas, pēc otras daļas domām – minētā vieta ir Šauļi Lietuvā. Lai arī vēstures hronikās informācija par minēto notikumu nav pilnīga, ir skaidrs, ka lietuvieši un zemgaļi cīņā pret krustnešiem apvienojās arī citās kaujās.

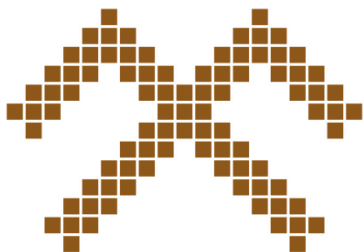
1973. gadā, godinot baltu tautas vēsturi, netālu no Šauļiem Lietuvā atklāts Saules kaujas piemineklis.

### KĀ ATZĪMĒ?

Dažādi piemiņas pasākumi šajā datumā notiek gan Jonišķu rajonā Lietuvā pie Saules kaujas piemiņas akmens, gan Latvijā, pasākumos uzstājoties Latvijas un Lietuvas valsts amatpersonām un diplomātiem. Pasākumu laikā tiek teiktas svinīgas runas par baltu tautu vienotību, dejotas latviešu un lietuviešu tautas dejas, dziedātas tautas dziesmas.



## MIĶEĻI



Miķeļi jeb, kā tie vēl tiek saukti, Miķeļdiena ir **latviešu rudens saulgrieži**, kas, balstoties uz senču kalendāru, tika svinēti laikā **ap 21. – 23. septembri**, proti, laikā, kad **dienas ilgums bija astronomiski vienāds ar nakts ilgumu**. Senatnē Miķeļi tika svinēti **trīs dienu garumā**, katrā dienā veicot noteiktas, rituālas darbības. Mūsdienās

Miķeļi nemainīgi tiek svinēti **tikai vienu dienu – 29. septembrī**. Jāpiemin, ka sākotnēji **rudens saulgrieži, Apjumības un Miķeļi** bija trīs, jēgas un satura ziņā atšķirīgi notikumi, kas tika svinēti atšķirīgos laikos, tomēr laika gaitā tie visi tika **apvienoti ar Miķeļiem**, lielā mērā saplūstot arī to tradīcijām. Miķeļi, līdzīgi kā citi saulgrieži, tiek atzīmēti arī **citās pasaules malās**, tomēr šo svētku nozīme un tradīcijas atkarībā no tautām un to kultūrām ievērojami atšķiras.

### KO ĒD MIĶEĻOS?

Miķeļdienā klāts balts vai dzeltens galdauts, vai arī nebalināta lina galdauts. Galds rotāts labības kūlīšiem, vārpu vainagiem un pīlādžu zariem.

Miķeļu pirmā diena noslēdzās ar mielastu laukā pie ugunskura, bet otrajā dienā rīkotais svētku mielasts īpaši bagāts bija ražas ienākšanās dēļ. Miķeļdienā uz galda nekā netrūka un valdīja pārticība, jo tikko ir beidzies ražas novākšanas laiks. Svētku galdam tika kauts gailis, sivēns vai auns, ceptas karašas, vārīti kāposti un brūvēts alus. Mielastam saimniece cepusi īpašu jumju maizi, bet saimnieks alus iesalam ņēmis graudus no katras sējamās labības. Vispirms no maizes klaipa pa riecienam griezuši saimnieks un saimniece, tad pārējie saimes ļaudis.

### SVĒTKI TAUTASDZIESMĀS:

Miķeļam gaili kāvu  
Deviņiemi cekuliem,  
Lai tas man jaunu gadu  
Rudzus, miežus audzināja.

Jānīts meta siena kaudzi,  
Jēkabiņš rudzu kaudzi,  
Miķelīts nokliedzās  
Auzu kaudzes galiņā.

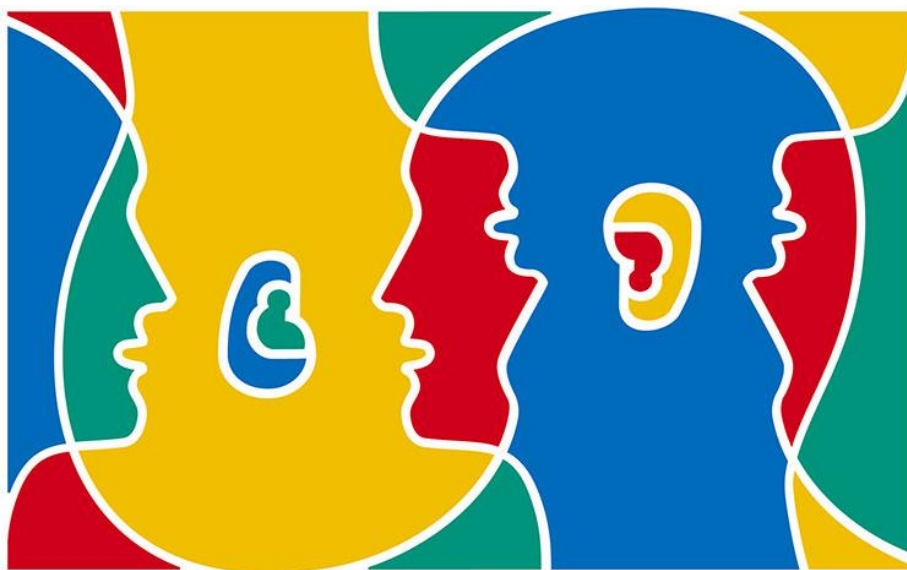
Miķeli gaidīju  
Kā savu brāli:  
Tas deva malciņu,  
Tas kumosīņu.

### MIĶEĻDIENAS TICĒJUMI

- Miķeļdienas rīta nevajagot kult, jo peles klausoties un uz turieni, kur dzird kuļam, ziemā aizejot dzīvot.
- Ja Miķeļdienā no meža pārnes skujas, tad mājās nākot čūskas.
- Ja Miķeļos vērpj, aitas neizdodoties labas.
- Ja Miķeļos tiek noņemti kāposti, tie ir cieti vai sūri.
- Ja Miķeļos ozoliem vēl ir zīles, būšot dziļi Ziemassvētki.



## EIROPAS VALODU DIENA



### PAR KO IR RUNA?

**Eiropas Valodu diena** ir gadskārtējs pasākums, kas notiek **26. septembrī**. Tajā cildina valodu daudzveidību šajā pasaules daļā,

- kurā lieto vairāk nekā **200** Eiropas valodu,
- **24** oficiālās ES valodas,

- aptuveni **60** reģionālās un mazākumtautību valodas, vēl daudzas citas, kurās runā atbraucēji no citām pasaules malām.

### KĀPĒC ATZĪMĒT ŠO DIENU?

Tā ir iespēja:

- ❖ akcentēt plašo **valodu dažādību** Eiropā,
- ❖ veicināt **kultūras un valodu daudzveidību**,
- ❖ mudināt visu vecumu cilvēkus **apgūt svešvalodas** – zinot vismaz vienu svešvalodu, ir vieglāk atrast darbu un saprasties ar citiem, un tas palīdz attīstīties uzņēmumiem.

### KAS TO RĪKO?

Eiropas Valodu dienu izsludināja Eiropas Komisija un Eiropas Padome, kas pārstāv 800 miljonus eiropiešu no 47 valstīm. Piedalās daudzi valodu un kultūras institūti, apvienības, augstskolas un it īpaši skolas. Pirmo reizi Valodu dienu atzīmēja 2001. – **Eiropas Valodu gadā** –, un kopš tā laika to atzīmē katru gadu.

### KAS PLĀNOTS EIROPĀ?

Svešvalodu nodarbības, spēles, sarunas, konferences, radoraidījumi, konkursi u.c. pasākumi visā Eiropā – vai nu pašā Valodu dienā, 26. septembrī, vai arī kādu laiku pirms vai pēc tam.

Nāciet atzīmēt Eiropas Valodu dienu kopā ar mums! Sīkāku informāciju par pasākumiem jūsu valstīs var atrast:

- ❖ Eiropas Komisijas (un dalībvalstu partneru) organizēto pasākumu sarakstā,
- ❖ Eiropas Valodu dienas
- ❖ vietnē, kuru uztur Eiropas Padomes Moderno valodu centrs un kurā ir ziņas par vēl citiem pasākumiem, ko organizē skolas un citas organizācijas.
- ❖ Portāls “School Education Gateway” – valodu apguve

# STARPTAUTISKĀ VECO ĻAUŽU DIENA



**1. oktobris** mūsdienās nu zināms ne vien kā oktobra pirmā diena, bet arī kā **Starptautiskā veco ļaužu diena**, kas nereti tiek saukta arī par **Pasaules veco ļaužu dienu**.

Starptautiski atzīmējamās dienas statusu 1. oktobrim piešķīra **ANO Ģenerālā asambleja**, 1991. gadā izsludinot to par Starptautisko veco ļaužu dienu.

**Šīs dienas mērķi ir pievērst sabiedrības uzmanību:**

- ❖ iedzīvotāju novecošanās problēmām;
- ❖ veco ļaužu dzīves grūtībām;
- ❖ vientuļajiem vecajiem cilvēkiem.

## 20 FORŠAS IDEJAS, KO DARĪT VECVECĀKIEM KOPĀ AR BĒRNU

- ❖ **Tarkšķēšana.** Runājam ar bērnu ļoti ātri. Kurš to spēs ilgāk? No 3 gadu vecuma.
- ❖ **Ātrās apjēgšanas spēle.** Viens no spēles dalībniekiem ātri nosauc kādu vārdu. Otram jāpasaka, kas viņam ar šo vārdu saistās. Pēc tam mainās lomām. No 4 gadu vecuma.
- ❖ **Veterinārā slimnīca.** Liekam mīkstās mantiņas gultā un ārstējam: liekam apsējus, dodam zāles, mērām temperatūru, liekam kompreses u.tml. No 3 gadu vecuma.
- ❖ **Grimējamies.** Pie spoguļa krāsojamies ar dabiskām krāsām. No 4 gadu vecuma.
- ❖ **Dodam vārdus.** Katram pirkstiņam izdomājam smieklīgu vārdu. No 2 gadu vecuma.
- ❖ **Noturam līdzsvaru.** Uz sāniem izstieptām rokām ejam pa pašu paklāja maliņu. No 3 gadu vecuma.
- ❖ **Sitam vārtos.** Ar virvi uz paklāja iezīmējam vārtus. No noteikta attāluma metam uz paklāja balonus vai pingpong bumbiņas. Par katru trāpījumu pa vārtiem pienākas punkti. No 3 gadu vecuma.
- ❖ **Izdomājam stāstus par cilvēkiem.** Skatāmies pa logu un izdomājam ko interesantu par tiem, ko redzam ārā. No 4 gadu vecuma.
- ❖ **Spoku spēle.** Visi apsedzamies ar baltiem palagiem un virpuļojam pa istabu kā spoki, izdvešot biedējošas skaņas. No 4 gadu vecuma.
- ❖ **Spēlējam paslēpes.** Viens slēpjas, otrs meklē. No 2 gadu vecuma.
- ❖ **Darinām spēļu naudu.** Zem papīra paliekam monētu. Ar mīkstu zīmuli švīkājām virs monētas. Izgriežām spēļu naudu. No 5 gadu vecuma.
- ❖ **Traipu zīmējumi.** Uzšļakstām tušu vai akvareļkrāsas uz papīra. Pārlokām papīru, saspiežot krāsu, tad atkal atveram. No 3 gadu vecuma.
- ❖ **Taisām kolāžas.** No avīzes vai žurnālu lapām izgriežām vai izplēšām gabaliņus. Līmējam no tiem krāsainas kolāžas. No 3 gadu vecuma.
- ❖ **Mājiņa no kastes.** Taisām mājiņu no kurpju kastes. Ieliekam tajā izgrieztas mēbeles. No 5 gadu vecuma.
- ❖ **Māte un bērns vai tētis un mazulis.** Maināmies lomām: lieli spēlē bērnus, mazie – pieaugušos. No 2 gadu vecuma.
- ❖ **Zīmējam roku.** Liekam plaukstu uz papīra un ar zīmuli apzīmējam tās kontūras. Izgriežām un izkrāsojam. No 5 gadu vecuma.
- ❖ **Lienam uz muguras.** Noguļamies uz muguras un pa istabu pārvietojamies, cenšoties neaizķert priekšmetus. No 4 gadu vecuma.
- ❖ **Spēlējam princeses un prinčus.** Pagatavojam "zelta" kroņus no papīra un velkam galvā. No 3 gadu vecuma.
- ❖ **Izdomājam stāstus.** Viens sāk izdomātu stāstu, cits to turpina. No 4 gadu vecuma.
- ❖ **Papildinām zīmējumu.** Lapas vidū viens uzzīmē punktu, nākamajam zīmējums jāpapildina. Un tā turpinām, mainoties. No 4 gadu vecuma.





# PASAULES SKOLOTĀJU DIENA



5 October 2012  
[www.5oct.org](http://www.5oct.org)



**5.oktobris - Pasaules skolotāju diena** Kopš 1994. gada UNESCO aicina visā pasaulē kopīgi atzīmēt Pasaules skolotāju dienu, lai sveiktu skolotājus un izceltu viņu nozīmīgo lomu kvalitatīvas izglītības nodrošināšanā. Dienas mērķis ir pateikties skolotājiem un visiem apmācītājiem par ieguldīto darbu katra individuālajā un visas sabiedrības attīstībā. UNESCO LNK šīs dienas ietvaros uzsver skolotāju svarīgo lomu zināšanu nodrošināšanā, attieksmju veidošanā un vērtību uzstādīšanā, kas ir būtiskākie aspekti pasaules izpratnes veidošanā un spējā vadīt pārdomātas pārmaiņas

## KĀDAM IR JĀBŪT LABAM SKOLOTĀJAM?

Skolotāja profesija ir vienlīdz aizraušā un arī visnotaļ prātīga nodarbošanās. Labi mācīt nozīmē ne tikai motivēt skolēnus mācīties, bet arī iemācīt viņiem, **kā mācīties**, un darīt to tā, lai mācīšanās process būtu: svarīgs, jēgpilns, neaizmirstams.

Tas nozīmē – **būt aizrautīgam** savā darbā un ar savu aizrautību *aplīpināt* arī citus, īpaši jau skolēnus! **Labs skolotājs ir kā diriģents un skolēni ir viņa orķestris. Katrs skolēns spēlē citu instrumentu, turklāt atšķirīgā prasmes līmenī.** Skolotāja darbs ir **attīstīt šīs prasmes** un panākt, lai visi instrumenti saliedētos vienotā skanējumā un kopā radītu mūziku!

**Labs skolotājs** ne vienmēr ir pakļauts noteiktai dienas kārtībai un ne vienmēr ir stingrs un nelokāms, bet spēj būt: kustīgs, mainīties, reaģēt un pielāgoties mainīgiem apstākļiem. eksperimentēt,

**Labi mācīt** nozīmē: rūpēties un audzināt, attīstīt prātu un talantus, pārzināt savas profesijas noslēpumus; daudz lasīt, būt kompetentam, savienot teoriju ar praksi, konsultēties un sadarboties ar citiem praktiķiem, klausīties, jautāt, būt atsaucīgam, būt atbrīvotam, atcerēties, ka katrs bērns ir atšķirīgs, mudināt bērnus būt izciliem, saglabājot cilvēcību, respektējot citus, vienmēr rīkoties profesionāli.

**Labai mācīšanai piemīt stils.** Efektīvi mācīt nenozīmē stāvēt kā pielīmētam, ar abām rokām iekrampēties mēbelēs, acis nenolaist no projektora attēla un klusi pie sevis kaut ko bubināt. **Labs skolotājs pārvalda telpu un jūt katru skolēnu tajā.**

Laba mācīšana nozīmē **pie dzīvot prieku**, un tās patiesais apbalvojums ir jūtams tad, kad: skolotāja acis *saslēdzas* ar pēdējā solā sēdošo skolēnu acīm un redz, kā veidojas viņu domas, kā skolēni kļūst labāki; kad enerģisks smaids bērna sejā nozīmē, ka pēkšņi viss kļuvis skaidrs; kad skolēns saka, ka tikšanās ar skolotāju ir mainījusi viņa dzīvi vai tas, ko skolotājs iemācījis, ir bijis visnoderīgākais skolēna dzīvē.

**Labs skolotājs nestrādā naudas dēļ, bet tāpēc, ka viņam patiesi patīk darīt savu darbu un viņam tas ir vajadzīgs. Labs skolotājs nevar iedomāties sevi darām ko citu!**

## PUTRAS DIENA



**10.oktobris** ir Starptautiskā Putras diena. Programmas mērķis ir popularizēt putras kā mūsdienīgu ēdienu un radīt jaunas putras ēšanas tradīcijas. Graudaugi ir viena no nozīmīgākajām produktu grupām, tāpēc ir svarīgi, lai bērni un vecāki mainītu savus ikdienas paradumus un daudz biežāk ēstu graudaugu ēdienus, it īpaši veselīgās putras. Pēc uztura speciālistu ieteikumiem graudaugiem būtu jābūt aptuveni pusei mūsu uzturā.

### RECEPTES

#### ❖ BIEZPUTRA AR ROZĪNĒM, KANĒLI UN PIENU

320 kkal, 4 g tauki (apelsīns ~ 120 kkal)

##### Nepieciešams:

50 g auzu pārslu, 200 ml piena ar samazinātu ( 2%) tauku saturu, 1 ēdamkarote ar kaudzi (30 g) rozīņu bez kauliņiem, Šķipsna malta kanēļa

**Pagatavo:** Katliņā ieber auzu pārslas un ielej pienu. Maisot vāra uz nelielas uguns, līdz sabiezē. Biezputru noņem no uguns un tajā iemaisa rozīnes. Pārlej bļodā un pārkaisa ar kanēli. Desertā apēd vienu apelsīnu!

#### ❖ ČETRU GRAUDU BIEZPUTRA

360 kkal, 3 g tauki (ābols ~ 80 kkal )

##### Nepieciešams:

100 ml četru veidu graudu pārslu, 100 ml ūdens, 100 ml piena ar samazinātu tauku ( 2%) saturu, Sāls un medus pēc garšas

**Pagatavo:** Uzvāra ūdeni, pievieno četru veidu labības graudu pārslas, uzvāra, pievieno pienu un atkal uzvāra. Vārošu biezputru 3 minūtes maisa, pievieno tējkaroti medus un sāli pēc garšas un 2 minūtes atstāj zem vāka. Pasniedzot pievieno viena vidēji liela ābola šķēlītes.

Ēd kopā ar nesaldinātu pienu vai tēju.

#### ❖ RĪSU BIEZPUTRA AR BUMBIERIEM

400 kkal, 10,5 g tauku(bumbieri ~ 160 kkal)

##### Nepieciešams:

4 ēdamkarotes biezputras rīsu, 100 ml ūdens,300 ml piena ar samazinātu tauku ( 2%) saturu, 1 tējkarote eļļas, Sāls un cukurs pēc garšas, 2 bumbieri

**Pagatavo:** Uzvāra ūdeni, pievieno rīsus un vāra uz lēnas uguns, līdz ūdens izvārījies un rīsi ir gandrīz gatavi. Pievieno pienu, sāli un cukuru, eļļu un zem vāka vāra līdz gatavībai.

Pasniedz ar sagrieztiem bumbieriem.

# TĪRO ROKU DIENA



15.oktobrī tiek atzīmēta Tīro roku diena. Kaut arī dzīvojam 21.gs., ievērot absolūtu sterilitāti ikdienā nav iespējams pat slimnīcās, tāpēc roku higiēnai ir ļoti

būtiska loma ikviena cilvēka dzīvē. Piedāvājam praktiskus padomus, kā ievērojami samazināt saskari ar dažādiem mikroorganismiem ikdienas gaitās un mazināt to negatīvo ietekmi uz veselību.

Mazgājiet rokas regulāri – pirms un pēc ēšanas, pēc labierīcību apmeklēšanas, slimu cilvēku aprūpes, mājdzīvnieku mīlošanas, ēst gatavošanas, rokdarbiem, remontdarbiem u.tml.

## MAZGĀJIET ROKAS PAREIZI:

- ❖ Lai kārtīgi nomazgātu rokas, atbrīvojiet tās no rotaslietām un gredzeniem.
- ❖ Saslapiniet rokas un paņemiet ziepes.

## KĀ PAREIZI MAZGĀT ROKAS?

- ❖ Mazgā rokas ar siltu, tekošu ūdeni un ziepēm,
- ❖ rūpīgi ziepē visas plaukstu virsmas, pirkstus, to starpas, arī plaukstu locītavas un nagus,
- ❖ pēc mazgāšanas rokas rūpīgi nosusini, vislabāk ar vienreiz lietojamu papīra salveti,
- ❖ lai rokas nekļūtu pārlietu sausas, lieto rokas kopjošu krēmu pēc katras mazgāšanas reizes.



## ATGĀDINĀM, KAD JĀMAZGĀ ROKAS:

- ❖ pirms ēšanas vai ēdiena gatavošanas,
- ❖ pirms brūces pārsiešanas vai slimnieka/ zīdaiņa aprūpes,
- ❖ pirms kontaktlēcu ielikšanas/ izņemšanas,
- ❖ pēc atgriešanās mājās no rotaļām pagalmā, sabiedriskā transporta lietošanas, veikalu u.c. sabiedrisku vietu apmeklēšanas,
- ❖ pēc tualetes apmeklējuma,
- ❖ pēc autiņbikšu mainīšanas,
- ❖ pēc deguna šņaukšanas, klepošanas, šķaudīšanas,
- ❖ pēc atkritumu iznešanas,
- ❖ pēc saskarses ar jēlu gaļu vai zivīm,
- ❖ pēc slimnieka aprūpes.



# ROBEŽSARGU DIENA



7.novembrī  
Mūsdienās  
Robežsargu dienu  
atzīmē visā Latvijā  
un īpaša tā ir Valsts  
robežsardzes  
koledžas  
Robežsargu skolas  
kadetiem un  
absolventiem.

1919. gada  
7.novembrī Latvijas  
armijas  
virspavēlnieks izdeva

pavēli par robežapsardzības posteņa izveidošanu pie armijas štāba. Pēc nedēļas, 15. novembrī, stājoties spēkā pavēlei, sāka Latvijas robežu apsardzība. Šī diena arī uzskatāma par Robežsardzes dibināšanas dienu. Vispirms robežu apsargāja karaspēka vienības, pēc tam robežapsardzību pārņēma Iekšlietu ministrijas Administratīvā departamenta Robežapsardzības nodaļa. Jaunajam dienestam pirmie gadi bija ļoti grūti. Taču vēlāk, īpaši kopš tās vadībā 1928. gadā stājās nākamais robežsardzes ģenerālis Ludvigs Bolšteins un tā tika militarizēta, Robežsardzes attīstība notika strauji. Līdz Latvijas okupācijai 1940. gada 17. jūnijam, izveidotā Robežsargu brigāde bija pilnveidojusies un kļuvusi par labi organizētu dienestu ar dzelzs disciplīnu. Latvijas brīvvalsts robežsargi godprātīgi un uzticīgi sargāja Latvijas robežu.

Latvijas Valsts robežsardze tika atjaunota 1991. gada 13. decembrī ar Latvijas Republikas aizsardzības ministra parakstīto pavēli par septiņu robežsargu bataljonu formēšanas uzsākšanu un Rīgas atsevišķā robežkontroles punkta izveidošanu. Šodien vairāk kā 700 profesionālu robežsargu ik diennakti dodas sargāt valsts robežu. Kopš Valsts robežsardzes atjaunošanas agrāko vagoniņu vietā ir uzbūvētas modernas, Eiropas standartiem atbilstošas ēkas, ir jaunākā tehnika, sakaru līdzekļi, apmācīti dienesta suņi, izstrādāti normatīvie akti. **Robežsargu dienā sveicam visus, kuri ikdienā atbild par drošību uz mūsu valsts robežām, kā arī novēlu panākumus visiem Valsts robežsardzes koledžas Robežsargu skolas kadetiem.**



# MĀRTIŅI



**Mārtiņi** jeb **Mārtiņdiena** ir seni latviešu ziemas sagaidīšanas svētki, kad beidzās pieguļas un ganu laiks. Pēc Saules kalendāra Mārtiņdiena iezīmē viduspunktu starp rudens saulgriežiem (Miķeļiem) un ziemas saulgriežiem (Ziemassvētkiem) un tiek svinēta novembravidū. Mārtiņos beidzās Veļu laiks un sākās Sala laiks, kad staignāji kļuva izbraucami un varēja gaidīt zirgos sēdošu bruņotu vīru sirojumus.

## MĀRTIŅDIENAS TICĒJUMI

- ❖ Ja Mārtiņa diena jauka un skaidra, tad ziemā būs liels sals.
- ❖ Mārtiņdienā jāmin mīklas, lai aug gari lini.
- ❖ Ja Mārtiņa diena ir miglaina, tad ziema būs silta.

## MĀRTIŅDIENAS TAUTASDZIESMAS

Zeme rīb, rati kladz,  
Kas to zemi rībināja?  
Nu atbrauca Mārtiņdiena  
Deviņiem kumeļiem.

Mārtiņš bija labs vīriņš  
Par visiem vīriņiem:  
Ne ruden, pavasar,  
Pašā maizes laiciņā.

Mārtiņam gaili kāvu  
Deviņiem cekuliem,  
Lai tas manu jaunu gadu  
Rudzus miežus audzināja.

Ūsiņš nāk, Ūsiņš nāk,  
Mārtiņš nāk vēl labāk:  
Ūsiņš nāk zaļu lauku,  
Mārtiņš rudzu apcirknīti.

## MĀRTIŅDIENA CITU TAUTU TRADĪCIJĀS

Mārtiņbērnu gājiens ar laternām Holandē Mārtiņa dienas tradīcijas pazīstamas daudzu Eiropas valstu iedzīvotājiem. Vācieši šos svētkus dēvē par *Martinstag*, angļi par *Martinmas*, zviedri par *Mårtensafton*, dāņi par *Mortensdag*, somi par *Martinpäivä*, igauņi par *Mardipäev*. Kopš viduslaikiem šie svētki saistījās ar zirgu kultu un bruņinieku tradīcijām. Austrijā, Vācijā un Nīderlandē Mārtiņu vakarā notiek svinīgi bērnu gājieni ar svecēm un laternām. Tradicionālā svētku maltīte šajā dienā ir cepta zoss







**Lāčplēša diena** ir kopš 1920. gada **11. novembra** rīkota Lāčplēša Kara ordeņa svētku un pasniegšanas diena, kas vēlāk kļuvusi par visu Latvijas brīvības cīņās kritušo varoņu piemiņas dienu. Viena no pazīstamākajām Lāčplēša dienas tradīcijām, kas aizsākusies 1988. gadā, ir svečīšu aizdedzināšana pie Rīgas pils mūra 11. novembra krastmalā.

1919. gada 11. novembrī, Bermontiādes laikā, Latvijas Bruņotie spēki ar Rīgas līcī izvietoto franču un britu kuģu artilērijas atbalstu pēc gandrīz mēnesi ilgušām cīņām Pārdaugavā sakāva Pāvela Bermonta-Avalova komandēto un Rīdigeru fon der Golca atbalstīto Rietumkrievijas Brīvprātīgo armiju. Lai gan pilnībā no Latvijas iebrucējus izdevās padzīt tikai gada beigās, Rīgas atbrīvošanu 11. novembrī simboliski uzskata arī par uzvaru Latvijas brīvības cīņās

**KĀ SVIN?** Ar patriotiskām janiešu spēlēm, karavīriem veltītiem pasākumiem, piemiņas brīžiem karavīru atdusas vietās, un lāpu gājienu atzīmēja Lāčplēša diena.

## KAS IR LĀČPLĒSIS?

**Lāčplēsis** ir simbolisks latviešu tēls, kas ir aprakstīts literatūrā un filmās. Lāčplēša vārds un tēla elementi ir sastopami arī plašākā latviešu kultūrā. Viens no pazīstamākajiem darbiem, kurā aprakstīts Lāčplēsis, ir Andreja Pumpura varoņeposs "Lāčplēsis". Lāčplēsis ir balstīts uz latviešu teikas tēla. Lāčplēsis simbolizē tautas diženumu, bet viņa varonība simbolizē cilvēka drošsirdību aizstāvēt dzimteni no iebrucējiem. Ir sastopama varoņa vārda variācija — Lāčausis. Šis vārds radies no viņa cepures lāča ausīm, viņa pārspēka slepenais avots.







18.NOVEMBRIS

DAUDZ LAIMES, LATVIJA!

**Latvijas valsts pasludināšana 1918. gada 18. novembrī** ir konstitucionāls tiesību akts, ar kuru Tautas padomes priekšsēdētāja vietnieks Gustavs Zemgals paziņoja, ka suverēnā valsts vara Latvijā ir pārgājusi Tautas padomes rokās. Pirmais Latvijas Ministru Prezidents Kārlis Ulmanis paziņoja par Pagaidu valdības nodomiem un uzdevumiem.

18. novembra vakarā Tautas Padomes un Pagaidu valdības vārdā Kārlis Ulmanis un Gustavs Zemgals griezās pie Latvijas pilsoņiem ar uzsaukumu, kurā Tautas Padome pasludina, ka Latvija ir patstāvīga, neatkarīga, demokrātiski-republiska valsts, kuras Satversmi tuvākajā nākotnē noteiks Satversmes sapulce un, ka Tautas Padome kā augstāko izpildu varu Latvijā ir nodibinājusi Latvijas Pagaidu valdību.

#### LATVIJAS SIMOBOLI

Latvijas ģerbonis



Latvijas karogs



Latvijas himna

„Dievs, svētī Latviju,  
Mūs' dārgo tēviju,  
Svētī jel Latviju,  
Ak, svētī jel to!  
Kur latvju meitas zied,  
Kur latvju dēli dzied,  
Laid mums tur laimē diet,  
Mūs' Latvijā!”



*Par godu Latvijas Republikas proklamēšanas gadadienai izkrāšņo sevi un savus mīļos ar šīm Latvijas svētku piespraudēm. Piespraud šo aksesuāru pie sava svētku apģērba 18. novembra svinībās!*

DAUGAVPILS



## DAUGAVPILS IR DAUDZVEIDĪBA

**Daugavpils** ir pilsēta Latvijā, viena no deviņām republikas nozīmes pilsētām valstī. Tās kopējā platība ir 72,48 km<sup>2</sup> un iedzīvotāju skaits 2016. gada 1. janvārī bija 95 467. Tā ir Latvijas otra lielākā pilsēta pēc iedzīvotāju skaita pēc Rīgas. Daugavpils atrodas Latgalē, valsts dienvidaustrumos pie Daugavas. Pilsēta ir izvietota Austrumlatvijas zemienesdienvidaustrumu malā. Pilsētas lielākā daļa atrodas senās Daugavas gultnē,

kas tās teritorijā ir šaura. Pilsēta izvietojusies Daugavas abos krastos. Upes garums pilsētas teritorijā ir aptuveni 16 km. Daugavpils ir Latgales plānošanas reģiona lielākā pilsēta, rūpniecības, izglītības centrs, kā arī nozīmīgs kultūras, sporta un atpūtas centrs. Pilsēta ir arī nozīmīgs sociāli ekonomiskās attīstības centrs Baltijā.

### DAUGAVPILS CITI NOSAUKUMI:

latgaliešu: *Daugpiļs*

igauņu: *Väinalinn*

somu: *Väinänlinna*

vācu: *Dünaburg*

krievu: *Двинск,*

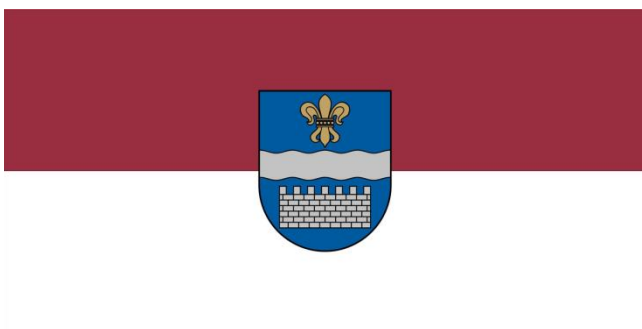
*Борисоглебск*

poļu: *Dyneburg, Dzwiniów,*

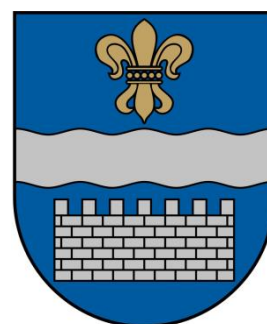
*Dźwińsk*



Daugavpils karogs



Daugavpils ģerbonis



# ZIEMA



**Ziema** ir aukstākā gada sezonas polārajā un mērenajā klimatā, starp rudeni un pavasari. Ziema ir izskaidrojama ar to, ka Zemes ass puslode ir vērsta prom no Saules. Dažādas kultūras definē dažādus datumus, kā ziemas sākumu, un dažas definīcijas definē atkarībā no laika apstākļiem.

Kad ziemeļu puslodē ir ziema, dienvidu puslodē ir vasara, un otrādi. Daudzos reģionos, ziema ir saistīta ar sniega un sala temperatūrām. Ziemas saulgrieži ir brīdis, kad saules paaugstināšanās attiecībā uz Ziemeļpola vai Dienvidpola ir visvairāk uz negatīvo vērtību (tas ir tad, kad saule

ir vistālākajā apvāršņa malā, mērot no pola), kas nozīmē, ka šī diena ir visīsākā diena un visgarākā nakts.

## ZIEMAS TIPI

- **Kalendārā ziema** — laika posms no 1. decembra līdz 28. februārim (garajā gadā 29. februārim) ieskaitot.
- **Astronomiskā ziema** — sākas ziemas saulgriežos (21. vai 22. decembrī) un beidzas ar pavasara ekvinokciju (19., 20. vai 21. martā).
- **Meteoroloģiskā ziema** — periods, kad diennakts vidējā gaisa temperatūra ir stabili vienāda un zemāka par 0 grādiem.

## SPĒLES BĒRNIEM ZIEMĀ

**„Soli pa solim”** Sākumā bērnam var pastāstīt, ka mežā vilki pārvietojas baros, kopā, bet tomēr viens aiz otra. Pēc tam piedāvāriet bērnam jautri izskrieties ar nosacījumu - viens otru ķer, cītīgi lecot pirmā skrējēja pēdās. Pēc tam kopīgi varat pētīt, kādas pēdas esat izveidojuši.

**„Šaujām mērķi”** Ja sniegs ir mitrs, no tā var izveidot daudz sniega pikus, un var sarīkot kārtīgu izšaudīšanos. Kā tieši? Nu - bērnam ir daudz jākustas, bet te skriet nevajadzēs, šī būs iespēja attīstīt bērna spēju koncentrēties un koordinēt kustības vienlaikus. Sākumā vajadzētu no sniega uzbūvēt kādu mērķi, pēc tam jāsapatavo kaujas arsenāls. Kad ir pietiekoši daudz sniega pikus, izvēlamies vietu, kur nostāties un šaujām! Metam mērķi, kamēr tas sabrūk, redzēsiet, būs jautri!

**„Darbs ar lāpstu”** Ja vasarā ar lāpstiņām rakājāties pa smiltīm, ziemā noderēs sniegs! Noderēs tieši smilškastei paredzētās lāpstiņas, un pirms pastaigas kopā varat ar lāpstiņām patīrīt kādu taciņu pie mājas, kāpņu telpas vai rotaļu laukumā. Ja bērnam šī nodarbe patīk, var iegādāties jau lielāku bērnu lāpstiņu un lielās kupenās uz sacensībām rakt bedres. Tādās bedrēs un tuneļos bērns var noslēpties, viņam patīks! Bet, ja mamma aizraksies pie bērna pa otru tuneļa pusi, viņam būs vēl lielāks prieks un pārsteigums!

**„Apsedzam kokus”** Te arī noderēs lāpsta un sausāks sniedziņš. Pastāsti bērnam, ka ziemā Ziemassvētku vecītis ļoti priecājas, ja visapkārt ir tīrs, balts sniedziņš. Viņš rūpīgi aptin katru kociņu ar sniega segu, lai tas nesaltu. Piedāvā bērnam un viņa draugiem apbērt visus sētas kociņus ar sniega mētelīšiem. Var apbērt arī zālīti, kas izlīdusi ārā no sniega. To pašu var darīt ar krūmiņiem.





# PRET LATVIEŠU TAUTU VĒRSTĀ TOTALITĀRĀ KOMUNISTISKĀ REŽĪMA GENOCĪDA UPURU PIEMIŅAS DIENA



Katru gadu decembra pirmajā svētdienā Latvijas kalendārā tiek atzīmēta pret latviešu tautu vērstā totalitārā komunistiskā režīma genocīda upuru piemiņas diena. Atšķirībā no citām upuru piemiņas dienām, šī diena ir veltīta 1937.-1938. gadā bojā gājušo Padomju Savienības (Krievijas) latviešu piemiņai. Pēc Austrumu latviešu biedrības iniciatīvas šo dienu kā atceres dienu staļiniskā režīma represijās cietušajiem apstiprināja Latvijas Saeima 1998. gada 17. jūnijā, Valsts prezidents attiecīgos grozījumus likumā apstiprināja 1998. gada 8. jūlijā.

Represijas pret Padomju Savienībā dzīvojošiem latviešiem PSRS represīvās iestādes izvērta t.s. Lielā terora gados (1937.-1938. gadā). Ilgu laiku kā Austrumos, tā Rietumos 1937.–1938. gada Lielais terors Padomju Savienībā tika aplūkots tikai kā boļševiku partijas vadošo kadru, kā arī PSRS saimnieciskās, militārās un intelektuālās elites vajāšana un iznīcināšana. Pēdējos gados secināts, ka Lielais terors faktiski ir sācies ar masu politisko represiju izvērsanu, kuru mērķis bija arī izdomātās nacionālo mazākumtautību „piektās kolonnas” likvidācija.

Arī pret PSRS dzīvojošajiem latviešiem 1937. gada **3. decembrī** tika uzsākta īpaša Latviešu operācija, kura, tāpat kā citas nacionālās operācijas pret PSRS dzīvošajām mazākumtautībām, turpinājās līdz 1938. gada novembra vidum. Šajā laikā vairāk nekā 22 000 latviešu tika represēti, no viņiem vairāk nekā 16 000 latviešu – nošauti. Šī ir viena no vistraģiskākajām latviešu tautas 20. gadsimta vēstures lappusēm, ko vairāki autori un publicisti ir nosaukuši pat par genocīdu. To var kvalificēt arī kā noziegumu pret cilvēci un kā etnisko tīrīšanu.

Arī Padomju Savienībā dzīvojošie latvieši bija latviešu nācijas daļa. Latvijas iedzīvotāju un latviešu tautas dzīvā spēka zaudējumi 20. gadsimtā ir viens no atslēgas jautājumiem Latvijas 20. gadsimta vēsturē – līdzās zaudējumiem Pirmajā pasaules karā, Brīvības cīņās (Neatkarības karā), Otrajā pasaules karā, 1941. gada 14. jūnija un 1949. gada 25. marta deportācijās.

# POLICIJAS DARBINIEKU DIENA



5. decembrī policijas darbinieki svin savus profesionālos svētkus, pieminot datumu, kad 1918. gadā tika pieņemts lēmums par Latvijas policijas dibināšanu. Ar 1992. gada 1. septembra grozījumiem likumā "Par policiju" pirmo reizi tiek noteikts, ka policija sastāv no Valsts policijas un pašvaldības policijas, laika gaitā policijas sastāvs tiek papildināts ar Drošības policiju un Ostas policiju

## "Supervaronim nepazust!"

ir sociālā kampaņa, kuras mērķis ir mudināt sabiedrību apzināties kopīgo atbildību par mūsu bērniem un viņu drošību.

Ar šo kampaņu mēs vēlamies aicināt gan vecākus, gan skolotājus runāt ar bērniem jau kopš mazotnes par jautājumiem, kas saistīti ar viņu drošību un rīcību dažādās situācijās. Jo ikviens bērns, kurš zina, kā rīkoties, nokļūstot ķezā, ir Supervaronis! Zināšanas par pieciem ar drošību saistītajiem jautājumiem, kļūst par bērna superspējām, kas viņu var aizsargāt, un ļauj vienmēr justies drošam.



- Kāds ir palīdzības tālruna numurs?
- Kur ir tavas mājas?
- Kā sauc tavus vecākus?
- Kāds ir vecāku telefona numurs?

Jāatceras, ka svarīgāk par pareizo atbildi ir zināšanas un izpratne par to, lai bērns zina, kā rīkoties nokļūstot ķibelē.

## ADVENTE



**Advente** jeb **advents** (latīņu: *adventus* — ‘atnākšana’) ir Ziemassvētku gaidīšanas laiks, kas sākas no ceturtās svētdienas pirms Ziemassvētkiem. Advente ir kristiešu liturģiskā gada sākums.<sup>[1]</sup> Advente tiek saistīta ar gavēni, mieru, klusumu un pārdomām. Šajā laikā no egļu zariem pītājā adventes vainagā tiek dedzinātas četras sveces, kuras tiek pakāpeniski iedegtas gaidīšanas nedēļas svētdienās. Adventes laika liturģiskā krāsa ir violeta vai zila. Latviešu valodnieks Jānis Endzelīns piedāvājis adventes laiku dēvēt vīriešu dzimtē, proti, par adventu, bet katru tās svētdienu sievietes dzimtē — par adventi. Tomēr mūsdienās galvenokārt ieteiktā pamatforma ir advente.

### KĀ UZTAISĪT ADVENTAS VAINAGU?

**Pamatnes veidošana:** Lai izveidotu vainaga formu, nepieciešama stingra pamatne. Tās izveidošanā vari izmantot: salmus vai garus, sausus zāles stiebrus, kurus sakārtot vienādā biežumā un stingri nosiet ar stiepli vai diegu, izveidojot „trupiņu”, lokanus un elastīgus zarus, kurus nostiprināt, izveidojot apaļa formu. Vari izmantot, piemēram, skujkoku, kārkla vai lazdas zarus, veikalā vari iegādāties apaļu metāla rāmi, kuru varēsi izmantot arī nākamajos gados. Jārēķinās, ka pamatne būs masīvāka un smagāka.

**Izmantojamie materiāli:** Vainaga izgatavošanā vari izmantot visas tev pieejamās dabas veltes: egļu vai priežu skujas, sūnas, lapegļu čiekurus. Vainaga veidošanā vari izmantot sausus zāles stiebrus un salmus.

**Rotāšanas knifi:** Pēc vainaga formas izveidošanas, klāt radošā daļa – dekorēšana. Kreļļu virtenes, pērlītes, lentas, mākslīgais sniedzīņš, spīdumi. Izmanto arī dabas veltes, piemēram, brūkleņu lapiņas, kaltētas ogas. Salmu/zāles stiebru vainagus dekorē ar maziem čiekuriem, kanēļstandziņām, žāvētiem citrusaugļiem un banānu ripiņām, valriekstu čaulām, ozolzīlēm, kastaņu cepurītēm, ķērpjiem, magoņu galvām utt. Čiekurus vari nopūst sudraba, zelta krāsā un aplīmēt ar pērlītēm.

**Sveces un to stiprinājumi:** Atceries sarūpēt četras sveces. Šobrīd veikalos var iegādāties dažādas formas sveces: garākas, mazas un apaļas, kantainas, trīsstūru sveces u.c.

Lai novērstu sveču apgāšanos, labāk tās nostiprini ar stieplēm vai pielīmē pie pamatnes ar līmes pistoli. Tāpat vari izmantot neuzkrītošus svečturus.

**Nopērc pamatni un izrotā pats:** Tirdziņos ir iespēja iegādāties gatavu Adventes vainagu. Tavā pārziņā paliek rotāšana pēc savas gaumes.



# PIPARKŪKAS



Piparkūku dzimtene ir Tuvie Austrumi, kur tās cepa jau pirms 5000 gadu. Ļaudis ticējuši, ka piparotajiem medus raušiem piemīt īpašs spēks un tos izmantojuši, lai atvairītu dēmonus, pielabinātos dievībām un dotu līdzīgu mirušajiem aizsaulē.

Eiropā piparkūkas pazīstamas kopš 992. gada, kad Francijā to pagatavošanu sāka mācīt armēņu mūks Nikopoles Gregorijs. Mūki piparkūkas gatavojuši eņģeļu un svēto formās, un šīs piparkūku formas bijušas populāras līdz pat mūsdienām.

Gadsimtiem ilgi pipari bija dārgas garšvielas, kuras lietot varēja atļauties tikai turīgi pilsoņi. Turklāt tas bija statusa jautājums: ja saimnieki to varēja atļauties, tad arī viesiem to bija jāļauj sajūst gan ceļot priekšā piparotus cepumus, gan arī vīnam kādu piparu klāt piešaujot.

Pirmie 14 oficiāli atzītie piparkūku cepšanas meistari Eiropā savu amata ģildi izveidoja 1643. gadā Vācijā. Divus gadus vēlāk tika izdoti speciāli „piparkūku statūti”, kas strikti reglamentēja ar piparkūkām saistītos jautājumus un, piemēram, noteica, ka pārdot piparkūkas ir tiesības tikai tiem, kam pieder sava krāsns.

Anglijas karaliene Elizabete I valdīšanas laikā lūdza, lai uz svētkiem tiktu izgatavoti piparkūku cilvēciņi par godu viņas viesiem, kuriem šīs piparkūkas arī tika dalītas. Tā radās piparkūku vīriņš. Savukārt piparkūku mājiņa radās 19. gadsimtā, ļaudīm iedvesmojoties no Hansa Kristiana Andersena pasakas „Ansītis un Grietiņa”.

Piparkūku sastāvā neatsverama nozīme ir garšvielām. Piemēram, medus piparkūku sastāvā ietilpst: kanēlis, muskatrieksts, krustnagliņas, ingvers, kardamons, koriandrs, melnie pipari, smaržīgie pipari un pūdercukurs. Izgaršojot piparkūkas gabaliņu, varam apzināties, ka patiesībā mums mutē šajā brīdī ir pa kripatai gandrīz no visiem zemeslodes nostūriem.

## PIPARKŪKU RECEPTE

### SASTĀVDAĻAS:

- 3 glāzes kviešu miltu;
- 2 glāzes cukura;
- 1 glāze skābā krējuma;
- 4 olas;
- 1 tējkarote cepamā pulvera;
- 2/3 no cieto piparkūku mīklā minēto garšvielu daudzuma.

### PAGATAVOŠANA:

1. 1/2 glāzes cukura ar 1/2

glāzes ūdeni uzvāra, līdz cukurs izkūst un kļūst brūns.

2. Tad pievieno pārējo cukuru un karsē, līdz cukurs izkūst, pievieno garšvielas, miltus, krējumu, sakultas olas, cepamo pulveri.

3. Masu labi saul, lej uz plāts 2 cm biezumā un cep mērenā siltumā. Kad gatavas, sagriež vēlamajos gabaliņos.





## ZIEMASSVĒTKI



**Ziemassvētki** jeb **Ziemsvētki** ir ikgadēji svētki, kuros atzīmē ziemas saulgriežus un Jēzus Kristus dzimšanu. Lielākajā daļā pasaules kristiešu ziemassvētkus svin no 24. līdz 26. decembrim (24. decembrī ir Ziemassvētku vakars, 25. decembrī — Pirmie Ziemassvētki, bet 26. decembrī — Otrie Ziemassvētki). Kristietībā pieņemts, ka Jēzus Kristus ir dzimis 25. decembrī, tomēr daļā pareizticīgo baznīcu šo datumu aprēķina pēc Jūlija kalendāra, tāpēc vairums pareizticīgo Ziemassvētkus svin 6., 7. un 8. janvārī.

### MŪSDIENU LATVIEŠU TRADĪCIJAS

Tradicionāli latviešu rotājumi Ziemassvētkos ir **Puzuri** un **Ziemassvētku egle**, kā arī eglu zari un rotājumi, kas izgatavoti no putnu spalvām un olām, salmiem, smilgām, augļiem, dārzeņiem un ogām. Tiek dāvinātas dāvanas, kuras parasti novieto zem eglītes. Lai saņemtu dāvanu bieži vien tiek prasīts noskaitīt dzejoli vai nodziedāt dziesmu. Pieņemts, ka dāvanas nes Ziemassvētku vecītis, kuram reizēm palīdz rūķīši. Bērnu svinības Ziemassvētku laikā bieži norit ar pārgērbšanos par meža zvēriem un rūķiem, kas ir seno tradīciju patapinājums.

### KĀ PAGATAVOT PUZURI?

Puzuri ir tradicionāli latviešu istabas rotājumi, kurus gatavo no niedrēm vai salmiem, labības stiebriem, smilgām izrotājot ar papīru, spalvām, krāsainiem dzīpariem, olu čaumalām, ēveļskaidām vai citiem dabas materiāliem. Senāk ar puzuriem pušķoja svinību (arī kāzu) telpas. Tos pakāra virs ēdamgaldā, šūpuļa un citās vietās.

