

Rēzeknes novada
pašvaldības iestādes
"Nautrēnu pagastu apvienība"
Ilzeskalna pagasta pārvalde

ILZESKALNA ZIŅAS

2019. Nr.5. (septembris - oktobris)



***Dzīvo kur dzīvodams, bet
nesaki nekad, – te esmu mājās,
te esmu atradis jaunu dzimte-
ni. Jo zini: dzimtene ir tikai
viena, – kur esi dzimis, kur
dzimuši un mūžu nodzīvojuši
tavi vecāki, tavi senči, paau-
džu paaudzes.***

(J. Jaunsudrabiņš.)

***Kaut uz brīdi, bet sanāksim kopā!
Sanāksim kopā***

***18.novembrī plkst.11.00
Ilzeskalna tautas namā,***

***lai vienotos sveicienā mūsu
Dzimtenei svētku dienā.***

***Pagodināsim tos pagasta iedzīvotā-
jus, kuru devums sabiedrības labā
šajā gadā ir bijis īpašs, kopā noska-
tīsimies***

***filmu „Dvēseļu putenis”, tā ir
vēsturiska kara drāma pēc strēlnie-
ka Aleksandra Grīna romāna motī-
viem, kas ved 100 gadus senā pagāt-
nē. Sešpadsmitgadīgais Artūrs dodas
strēlniekos un kopā ar draugiem cī-
nās par brīvību – pat tad, kad ne-
viens nezina, kurā pusē tā meklēja-
ma. Saviļņojošais stāsts ļauj skatītā-
jam pieaugt kopā ar Artūru un jaun-
dibināto Latvijas valsti, vērojot dzīvi
ierakumos zēna acīm, pašreizējīgi
stājoties pretī ienaidniekam, meklē-
jot istu mīlestību un mācoties novēr-
tēt brīvības cenu.***

Neizpaliks arī svētku torte!

Ieeja - brīva

Kā sevi pasargāt no pārtikas izraisītām saslimšanām

Dažādi pārtikas piesārņotāji, tostarp salmonellas, ar neapbruņotu aci nav saskatāmi, tie konstatējami veicot laboratorisko izmeklēšanu, gatavojot, jāpatur prātā piesārņojuma risks.

Lai pasargātu sevi no pārtikas izraisītām saslimšanām, jāievēro daži vienkārši padomi:

Jāmazgā rokas (pēc tualetes apmeklējuma; pirms gatavošanas; pēc darbībām ar jēlproduktiem);

Uzglabājot pārtikas produktus, jēlprodukti jānošķir no citiem pārtikas produktiem;

Gatavojot, jāievēro tieši tas pats princips – jēlprodukti (gala, zivis, olas) nedrīkst nonākt saskarsmē ar citiem pārtikas produktiem, tāpēc to apstrādei jāizmanto atsevišķi virtuves piederumi – dēļi, trauki, naži, bet galda virsma pēc jēlproduktu apstrādes, ir rūpīgi jānotīra;

Dzīvnieku izcelsmes jēlprodukti (gala, zivis, olas) pareizi jāapstrādā – kārtīgi jānovāra vai jāizcep.

PVD atgādina, ja būsi uzmanīgs, izvēloties, gatavojot un pasniedzot pārtiku, pasargāsi savu un tuvinieku veselību.

Uzsākts 2019./2020.gada gripas sezonas monitorings. Kas ir gripa?

Gripa ir akūta elpceļu vīrusu infekcija, kas skar augšējos elpceļus un reizēm plaušas. Gripa izplatās katru sezonu rudens-ziemas perioda, to pārslimo no 5 līdz 10% iedzīvotāju. Visbiežāk gripa norit viegla vai vidēji smaga forma. Taču gripa var izraisīt komplikācijas, kas īpaši bīstamas cilvēkiem ar hroniskām saslimšanām. Gripas sezona parasti sakas novembrī un pakāpeniski pieaugot, intensitāti visbiežāk sasniedz janvāra beigās vai februāra sākumā. Katra sezona ar kaut ko atšķiras no iepriekšējām.

2018.-2019. gada sezonā gripas epidēmijas intensitāte bija vidēja, biežāk slimoja bērni un pusau-

dži. Visvairāk no gripas cieš vecāka gadagājuma cilvēki, jo šajā vecuma grupā ir vairāk hroniskas saslimšanas, kas var paasināties gripas infekcijas gadījumā un pat izraisīt nāvi. Pagājušajā sezonā gripa un tās radītās komplikācijas bija iemesls 86 nāves gadījumiem. Uzsākts 2019./2020.gada gripas sezonas monitorings

Sagaidām, ka šajā sezonā cirkulēs mums jau pazīstami gripas vīrusi, kas izplatījās iepriekšējās sezonās, taču, kuri no tiem būs dominējošie, šobrīd spriest par agru. Parasti jau sezonas sākumā tiek ziņots par grupveida saslimšanas gadījumiem iestādēs. Arī šajā sezonā jau oktobra sākumā esam saņēmuši informāciju par pirmajiem laboratoriski apstiprinātiem gripas gadījumiem. Tika saņemti paziņojumi par vairākiem saslimšanas gadījumiem Rīgas pirmskolas izglītības iestādēs bērniem, kur, veicot izmeklēšanu, noteikti dažādi elpceļu infekciju izraisītāji, t.sk. B tipa vīrusi.

Šajā sezonā Latvija ir pieejamas dažādas pretgripas vakcīnas, kuras pasargā no vīrusiem

Atgādinām, ka šajā sezonā valsts apmaksā vakcīnu pret gripu bērniem no 6 – 23 mēnešu vecumam un grūtniecēm. Vakcinēties visiem iedzīvotājiem, īpaši tiem, kam ģimenēs ir mazi bērni, grūtnieces, veci cilvēki vai personas ar hroniskām saslimšanām.

Visefektīvākais veids, ka pasargāt sevi un savu ģimeni no saslimšanas ar gripu, ir vakcinācija. Speciālisti iesaka vakcināciju pret gripu neatlikt uz decembri - janvāri, bet veikt to oktobri - novembri. Vakcinēties vajadzētu visiem, taču īpaši svarīga vakcinācija pret gripu senioriem, cilvēkiem ar hroniskām slimībām neatkarīgi no vecuma, maziem bērniem un grūtniecēm. Nepieciešams vakcinēties katru sezonu arī dažādu profesiju pārstāvjiem - veselības aprūpes speciālistiem, kas ikdiena strādā ar slimniekiem, ka arī tiem strādājošajiem, kuri ikdiena sastopas ar lielu cilvēku daudzumu, piemēram, veikalos un citu sabiedrisko iestāžu darbiniekiem.



Enģeļa Pasts gatavojas Ziemassvētkiem

Jau sesto gadu pēc kārtas notiks sociālais projekts “Ziemassvētku vecīša darbnīca”, kura laikā mums visiem būs iespēja sarūpēt pārsteigumus un apdāvināt sociālās aprūpes centros mītošos cilvēkus. Katru gadu šis projekts ir iepriecinājis ļoti daudzus seniorus (2018. gads – 6800 cilvēki), kā arī cilvēkus ar īpašām vajadzībām, un radījis neaizmirstamus brīžus un patiesu prieku.

Šis gads nebūs izņēmums, jau šobrīd Enģeļa Pasts un sociālās aprūpes centru komandas gatavojas šim pārsteigumu pilnajam laikam. Ziemassvētku vecīša darbnīcu plānots atvērt novembra vidū, jo līdz tam daudz darbiņi darāmi, lai pēc tam jau mēs visi varētu radīt pārsteigumus un prieku.

Šogad projektā piedalīsies vairāk nekā 7000 cilvēku, kuri par mājām sauc sociālās aprūpes centrus. Ticu, ka mēs visi kopā spēsim sarūpēt dāvanīgas līdz 21. decembrim, un tās saņems pilnīgi visi projektā esošie cilvēki.

Diemžēl, ļoti daudz cilvēku vairs nav starp mums, iespējams, arī to, kuriem jūs sūtījāt dāvanīgas pagājušajā gadā. Kā arī šogad pievienojušies jauni cilvēki, kurus liktenis aizvedis uz aprūpes centriem un tagad tās ir un būs viņu mājas. Tikai mēs visi kopā spējam padarīt viņu ikdienu gaišāku, svētkus priecīgākus un radīt to, kas mums ir pa spēkam – radīt prieku!

Dāvanīgas vēlamais saturs būs redzams projekta, ka tas bija arī 2018. gada nogale.

Līga Ūzulniece, Enģeļa Pasts vadītāja

Asins donoru diena Rogovkā un Čornajas pagastā

Šī gada 2. decembri no plkst. 9.00 līdz 12.00 Valsts asinsdonoru centrs (VADC) rīko izbraukumu Rēzeknes novada Nautrēnu pagasta Rogovkas doktorātā. Savukārt 3. decembri no plkst. 9.00 līdz 12.00 asinsdonori tiek gaidīti Čornajas doktorātā, Čornajas pagastā.

Lai garajās ziemas brīvdienās, kas mūs sagaida decembra izskaņā, Valsts asinsdonoru centrs spētu nodrošināt ārstniecības iestāžu pieprasījumu pēc asinīm un asins komponentiem, līdz Ziemassvētkiem, papildus ierastajai donoru plūsmai, asinis nepieciešams ziedot vel 1500 donoriem.

Mēs ļoti ceram uz Tavu atsaucību jo tikai Tu vari uzdāvināt dzīvību – dāvanu, kurai nav vērtības!

VADC atgādina, ka par asins donoru var kļūt personas vecuma no 18 līdz 65 gadiem. Ķermeņa svaram ir jābūt virs 50 kg. Asins nodošana nav vēlama pēc nakts maiņas, saspringta darba vai emocionāla pārdzīvojuma.

Izsmeljošāku informāciju par asins ziedošanu var uzzināt, zvanot pa bezmaksas informatīvo tālruni 8000 0003, mājas lapa www.donors.lv.



29.novembrī plkst. 19.00

Ilzeskalna tautas namā

Zemnieku rudens balle

un

Tautas muzikantu saiets

- ◆ *Darba rūķu pagodināšana*
- ◆ *Uzstāsies deju kolektīvi no kaimiņu novadiem, spēlēs un dziedās tautas mūzikas meistari no tuvākas un tālākas apkārtnes*
 - ◆ *Jāpieteic galdiņus*
 - ◆ *Ieeja - brīva*



15.decembrī tautas namā tiks atklāta ikgadējā Ziemassvētku laika izstāde “Es daru tā...”. Aicinām piedalīties! Labprāt tiks apskatīti, arī nopirkti jūsu pašu darinātie telpu rotājumi, rotaslietas, saimniecībā noderīgas lietišas, adījumi un tamborējumi, pašu cepti našķi, arī dārzā veiksmīgi izaudzētās rudens balvas.

Priecāsimies par jūsu piedāvājumiem un aktīvu līdzdalību!



Rudenīgie darbi, kas derīgi ne vienam vien gadam

Šajā rudenī liels darbs padarīts

Ilzeskalna centrā. Pēc gariem vairām nekā 25 gadiem ir tīrīts lielsais centra dīķis. Jāatzīst, ka tik ideāli, kā gribētos, tas gan nav, jo ūdenstīlpe ir liela, tehnikas un finansiālās iespējas tomēr ir ierobežotas.

Labi jau būtu pilnībā izplēst to salu, bet pagaidām tādas iespējas nav. Vismaz aizaugušie krasti ir iztīrīti. Pavasarī saraktā zeme tiks izlīdzināta, uzsēts zālājs. Tīrot dīķa gultni nekādi īpaši dārgumi netika atrasti, kaut kāds velosipēda rāmis, dēļi un dažādas metāla druzas. Skaistākais un interesantākais tomēr šeit ir dabas veidojumi. Piemēram gliemenes. Grūti pat iedomāties, ka šajā vietā mītošo gliemeņu izmēri var būt 16 - 18 cm. Bet tā tas ir!

