



Salaspils 1. vidusskolas avīze
Nr. 160, Janvāris 2026

RAIMONDAM PAULAM – 90!



Everita
Roze 11.a

Izcilākajam latviešu populārās mūzikas autoram un pianistam Raimondam Paulam 12. janvārī apritēja deviņdesmitā dzimšanas diena. Komponista jubileja tika atzīmēta visā Latvijā, godinot Maestro nozīmīgo ieguldījumu latviešu kultūrā.

Sarunā ar žurnālu *Kas Jauns* komponists dalījās pārdomās par gaidāmajiem svētkiem, atzīstot, ka pats par jubileju īpaši nepriecājas:

“Par daudz jau ir. Par daudz. Tā jubileja, 90 gadi... Tas vispār ir šausmīgi. Vajag mazāk. Gribas daudz mazāku gadu skaitu! Jā,

bet nu jau ir daudz par vēlu.”

Tomēr, neskatoties uz to, ka komponists pats nebija sajūsmā par saviem svētkiem, Maestro savu 90. dzimšanas dienu nosvinēja kopā ar tuvākajiem radiem, draugiem un kolēģiem savā iecienītajā vietā – mūzikas namā *Daile*.

Godinot komponista talantu un svinot nozīmīgo jubileju, *Latvijas Sabiedriskais medijs* sagatavoja īpašu programmu. Tajā tika iekļauts 90 stundu ilgs Raimonda Paula radītās mūzikas maratons, jaunas dokumentālās filmas pirmizrāde, koncertieraksti, sarunas un cits jubilejai veltīts saturs. Savukārt *Latvijas Televīzija* aicināja ikvienu Latvijas iedzīvotāju dalīties ar savu mīļāko Maestro komponēto melodiju un to nodziedāt kopā ar ģimeni, draugiem, darba kolēģiem vai kora un ansambļa biedriem. Dzimšanas dienas nedēļā šie sveiceni tika apkopoti.

Arī Salaspils 1. vidusskolā 12. janvārī tika godināta Maestro jubileja. Starpbrīžos skanēja Raimonda Paula dziesmas, bet pulksten 10.00 visi skolēni, skolotāji un skolas darbinieki aplaudēja, kā arī vizuālās mākslas un kultūras pamatu stundās skolēni zīmēja un skicēja pianista portretus, izrādot cieņu izcilajam komponistam.

Skolotāji dalījās ar savām mīļākajām Raimonda Paula dziesmām: Aijas Belijas mīļākā R. Paula dziesma ir *“Laterņu stundā”* un *“Mēmā dziesma”*, skolotājas Evitas Pauriņas, Brigitas Mežgale-Turlajas - *“Mežrozīte”*, skolotājas Anitas Voras - *“Kad saule riet”*, skolotājam Ģirtam Griestiņam patīk vairākas dziesmas, kā, piemēram, *“Muļķes sirds”*, *“Laterņu stundā”* un *“Kapteinis Reinis”*, bet latviešu valodas skolotājai Laimai Pamiljanei *“Elēģija”*.

Novēlam Maestro Raimondam Paulam, lai vienmēr apkārt ir cilvēki, kas dāvā siltumu, lai katra diena nes prieku un piepildījumu mazos un lielos darbos!

Izmantotie avoti:

Santa Sergejeva. Maestro Raimonds Pauls svin 90: "Par daudz jau to gadu. Par daudz!". [Skatīts 20.01.2026]. Pieejams: <https://jauns.lv/raksts/izklaide/690742-maestro-raimonds-pauls-svin-90-par-daudz-jau-to-gadu-par-daudz>

Marta Kalniņa, Gita Vīksne. Maestro Raimonds Pauls dodas uz savas 90. jubilejas svinībām. [Skatīts 20.01.2026].

Pieejams:

<https://www.santa.lv/raksts/personibas/video-maestro-raimonds-pauls-dodas-uz-savas-90-jubilejas-svinibam-80142/>

Jānis Gaste. Mīļākās Maestro Raimonda Paula melodijas dzied visa Latvija – meklē savu sveicienu! [Skatīts 20.01.2026]. Pieejams:

<https://www.lsm.lv/raksts/kultura/muzika/19.01.2026-milakas-maestro-raimonda-paula-melodijas-dzied-visa-latvija-mekle-savu-sveicienu.a630616/>

Evija Zane Borovska, Elizabete Bērtule 11.a

BARIKĀDĒM – 35



18.01.1991. Ielu muzikants Imants Skuja spēlē saksofonu alejā pie Ministru padomes.

1991. gada janvāra barikādes kļuva par brīdi, kad Latvijas tauta parādīja, cik spēcīga tā var būt vienotībā. Cilvēki no visas Latvijas ieradās Rīgā, lai sargātu savu valsti, nevis ar ieročiem, bet ar drosmi, ticību un savstarpēju atbalstu. Aukstās ziemas naktīs pie uguns kuriem stāvēja skolotāji, strādnieki, studenti un ģimenes cilvēki, kuri visi saprata – šis ir izšķirošs brīdis Latvijas nākotnei.

Vēstures skolotāja Daina Tauriņa, uz jautājumu "Kurš barikāžu brīdis jums liekas vissvarīgākais?" atbildēja, ka grūti izvērtēt. Vissvarīgākais ir tas, ka cilvēki gāja ielās, pauda savu nostāju un bija gatavi aizstāvēties. Viņaspriekš, skolēniem ir grūti pilnībā izprast šādus vēstures notikumus, jo patiesu izpratni dod tikai personīga pieredze. Tāpēc nav slikti, ka jaunieši neizprot – svarīgākais ir interese un vēlme saprast.

Barikāžu notikumi būtiski ietekmēja Latvijas ceļu uz pilnīgu neatkarību, un tie joprojām ir svarīga mācība mūsdienu jaunajai paaudzei. Tie atgādina, ka brīvība nav pašsaprotama un ka sabiedrības vienotība var kļūt par izšķirošu spēku valsts liktenī.

Dārta Novika 11.b

Arhīva foto. Dainis Kārkluvāls



18.01.1991. Ar dzeloņdrātīm norobežoti Zviedru vārti no Torņa ielas puses. Kadrs uzņemts no smagā auto, kas aizšķērso iekļūšanu Vecrīgā.

JANVĀRA ATZIŅA...

Lai nāk, kas nāk.

Mēs stāvam te,

Jo nevar savādāk.

/"Nakts uz Barikādēm" Māra Zālīte/

IEPAZĪSIMIES - 1. E KLAŠE



Skolotāja Inga Kļaviņa un pirmais gads skolā 1.e klasei

Skolotājai Ingai Kļaviņai, pirms sākt strādāt "Salaspils 1.vidusskolā", bija liela darba pieredze ar bērniem, viņa nostrādāja 11 gadus pirmskolā kā audzinātāja. Darbs šajā skolā sākās ļoti neplānoti, jo iepriekšējā direktore Vera Kalniņa piedāvāja kā iespēju pamēģināt mācīt pirmās klases kā kaut ko jaunu. Jau sākumā bija skaidrs, ka skolas vide un pati skola ir atbalstoša un sniedz iespējas izaugsmei, tāpēc viņa šeit strādā jau ceturto gadu. Skolotājas ceļš pēc 12. klases veda uz Latvijas Universitāti, kur viņa ieguva bakalaura grādu "Pedagoģijas izglītības zinātnēs", kas deva viņai plašas iespējas. Pēc tam viņa iegūtās zināšanas papildināja praksē pirmskolas izglītības jomā, bet 2025. gadā viņa saņēma diplomu kā sākumizglītības skolotāja.

Inga Kļaviņa ir labsirdīga un izpalīdzīga, kas ir gatava palīdzēt gan skolēniem, gan kolēģiem, bet tajā pašā laikā viņa ir nosvērta un piesardzīga attiecībās ar apkārtējiem cilvēkiem, kas parāda atbildību un pārdomātu attieksmi pret cilvēkiem un darbu.

Viņa audzināmo klasi raksturo kā draudzīgu un izpalīdzīgu, skolēni ir gatavi viens otram palīdzēt un ir ļoti aktīvi. Pirmais semestris pārsvarā bija visu savstarpēja iepazīšanās, un sākumā tas bija mazliet grūti, bet pamazām visi iepazīnās un izveidojās uzticēšanās un drošības sajūta.

Visinteresantākais un sirsnīgākais pasākums pirmajā semestrī bija Ziemassvētku pasākums, kurā bija priecīga un laba atmosfēra. Bija spēles, rotaļas, un šis kopā pavadītais laiks saliedēja klasi un radīja labas un patīkamas atmiņas. Tas kļuva par skaistu pirmā semestra noslēgumu un labs sākums nākošajam semestrim.

Papildus 1.e klases mācīšanai viņa vada vienai ceturtajai klasei sociālās zinības un vēsturi, tomēr viņai labāk patīk mācīt mazāko klašu skolēnus. Viņa nevēlētos mācīt vecākus bērnus, bet viņai ir iespēja mācīt 4.- 6. klašu posmā, tāpēc jautājums par 1.e klases mācīšanu ilgāk par trīs klasēm vēl tiek apdomāts, ļaujoties ilgākam pārdomām.

Otrajam semestrim - lieli plāni un notikumi. Viens no tiem ir ciešā sadarbībā ar klases vecākiem noorganizēt Rīgas lidostas apmeklējumu, kura laikā skolēniem tiks prezentēta jauna iekārta, kas uzlabos lidostas darbību. Mācību gadu plāno noslēgt ar kopīgu pasākumu klases skolēniem un viņu vecākiem, kur būs iespējams atskatīties uz bērnu pirmajā skolas gadā paveikto.

Adele Tifanija Romano 12.b

IEPAZĪSTIES – MŪSU SKOLAS KĀPŠANAS SPORTA TALANTS



Boulderinga zāle - no Falkors Boulderinga Centrs (SIA Kāpšanas pasaule) tīmekļvietnes <https://www.boulderings.lv/>

Kāpšana ir sporta veids, kas prasa ne tikai spēku, labu koordināciju un izturību, bet arī drosmi, koncentrēšanos un neatlaidību. Mūsu skolā ir skolniece, kura šo sporta veidu apguvusi izcili un ar saviem sasniegumiem iedvesmo citus. Šajā rakstā iepazīsimies ar 6.e klases skolnieci Felīciju Enniju Juzlenko, kura aktīvi nodarbojas ar kāpšanas sportu un gūst panākumus sacensībās. Intervijas laikā Felīcija Ennija sīkāk pastāstīja par kāpšanas sporta niansēm (tās ir 3 disciplīnas – bouldering, jeb zemo klinšu kāpšana, grūtā kāpšana un ātruma kāpšana), kā arī par treniņu procesu.

Cik ilgi tu jau nodarbojies ar kāpšanas sporta veidu?

Ar kāpšanas sporta veidu es nodarbojos 7 gadus.

Kā tu uzzināji par šo sporta veidu, kāpēc nolēmi to izmēģināt?

Es par kāpšanas sportu uzzināju no tā, ka mums mājam ļoti tuvu atrodas kāpšanas zāle, tikai 1 minūtes attālumā. Es aizgāju uz to un izmēģināju kāpšanas sportu, man ļoti patika.

Kura no kāpšanas sporta disciplīnām (bouldering, ātruma kāpšana vai grūtā kāpšana) tev ir vistuvākā un kāpēc?

Man vistuvākā ir bouldering, jo zālē, kur es nodarbojos, ir tikai bouldering.

Vai tu trenējies visās kāpšanas sporta disciplīnās vai vairāk koncentrējies uz vienu no tām?

Es trenējos vairāk divās disciplīnās - grūtajā kāpšanā un boulderingā, bet vairāk jau koncentrējos uz boulderingu.

Cik bieži tu trenējies?

Nedēļā man ir tikai 2 treniņi, bet es braukāju vēl papildus pati pakāpt kaut kur.

Vai tu esi kāpusi arī īstos kalnos vai klintīs ārpus telpām?

Jā, es esmu kāpusi klintīs.

Vai ir kāds īpašs kāpiens vai trase, kas tev palikusi atmiņā?

Nav tāda, kas palicis atmiņā, jo, manuprāt, visi kāpieni un trases ir vienādi izaicinoši.

Kāda ir augstākā virsotne vai grūtākais maršruts, kurā tev līdz šim ir izdevies uzkāpt?

Grūtākie maršruti, ko esmu izkāpusi ir boulderingā 9A (grūtības līmenis), grūtā kāpšanā 7A (grūtības līmenis), bet ātruma kāpšanā – 7 sek.

Kurā kāpšanas disciplīnā tu jūties vislabāk, kādi ir tavi augstākie sasniegumi kāpšanas sporta veidā?

Es visās jūtos labi. Mani augstākie sasniegumi kāpšanā ir pievilksnās ar vienu roku, vairāki zelti arī ārpus Latvijas.



Kādi ir tavi mērķi kāpšanas sporta veidā nākotnē?

Pedalīties Olimpiskajās spēlēs.

Ko tu ieteiktu citiem skolēniem, kuri gribētu pamēģināt kāpšanas sporta veidu?

Es ieteiktu nebaidīties un iet pamēģināt! Iespējams, kādam tas iepatiksies un turpinās nodarboties ar kāpšanas sportu.

Renģe Miermīlīgais

AIZRAUŠANĀS -DAIĻSLIDOŠANA



Viktorija Bondare mācās 8.a klasē un nodarbojas ar daiļslidošanu. Viņai šajā sporta veidā ir vairāki sasniegumi, piemēram – sacensībās 10. janvārī Igaunijas galvaspilsētā Tallinā starp četrām 2011./2012. gada vecuma meitenēm viņa ieguva godalgoto 1. vietu.

Manuprāt, daiļslidošana ir aizraujošs sporta veids, un, lai uzzinātu vairāk par to, kā Viktorijai veicās, devos parunāt ar viņu.

Kāpēc tu izvēlējies tieši daiļslidošanu?

Mani aizrāva tas, kā meitenes slidoja ar skaistām kleitām, un es arī gribēju to darīt.

No cik gadu vecuma tu nodarbojies ar šo sporta veidu?

Es nodarbojos ar daiļslidošanu kopš 4 gadu vecuma.

Vai nodarboties ar daiļslidošanu ir grūti?

Es teiktu, ka visgrūtāk bija pašā sākumā, kad bija jāiemācās soļot pa ledu un lēni slidot, bet pēc pamatu iemācīšanās palika vieglāk.

Kas tev ir visizaicinošākais daiļslidošanā?

Man vislielākās grūtības sagādā labu rezultātu sasniegšana sacensībās.

Kas tev visvairāk patīk šajā sporta veidā?

Man ļoti patīk piedalīties sacensībās, jo tas man dod iespēju sacensties ar citām meitenēm un uzvarēt viņas.

Cik bieži notiek treniņi, ko jūs tajos darāt?

Man treniņi notiek 4 reizes nedēļā. Tajos mēs praktizējam dažādus lēcienus, griezienus un dejojām dažādas dejas.

Kurās valstīs esi piedalījies sacensībās?

Es esmu piedalījies sacensībās Latvijā, Lietuvā un Igaunijā.

Kādu mūziku tev patīk klausīties slidojot?

Man patīk klausīties episku un ātru mūziku.

Ko tu ieteiktu cilvēkiem, kuri vēlas nodarboties ar daiļslidošanu, bet nav par to pārliecināti?

Sākumā noteikti ir aiziet uz publisko slidotavu. Ja patīk slidot, tad nākamais solis ir iet uz treniņiem, lai saprastu, vai vēlas nodarboties ar daiļslidošanu dziļākā līmenī. No sākuma, visdrīzāk, nebūs vienkārši, bet galvenais ir nepadoties pie pirmajām grūtībām, censties no visas sirds, lai sasniegtu savus mērķus.

Liels, paldies, Viktorijai par jauko sarunu. Lai tev ir veiksmīgi treniņi un vēl daudzas uzvaras sacensībās!

Undīne Švirksta 8.c

NEAIZMIRSTAMŠ "SLEEPOVER" SKOLĒNU PAŠPĀRVALDEI

Salaspils 1. vidusskolas skolēnu pašpārvalde piedzīvoja



tiešām neaizmirstamu sleepoveru skolas telpās, un jāsaka godīgi – garlaicīgi nebija ne mirkli!

Vakars sākās īpaši iespaidīgi – mums bija teātra izrāde – tikai un vienīgi mums. Sajūta bija kā īstā teātrī, tikai daudz tuvāk un vēl interesantāk. Tas bija lielisks starts vakaram un uzreiz radīja patīkamu noskaņu.

Pēc tam sākās īstā jautrība – spēlējām dažādas spēles – gan galda, gan kustību, gan arī Xbox spēles. Smieklī un draudzīga atmosfēra valdīja visu vakaru. Protams, neaizmirsām arī par filmām – ieritinājāmies guļammaisos un baudījām kopīgu kino vakaru.

Īpašs notikums bija arī gardu picu cepšana. Katrs varēja izpausties kā īsts pavārs, izvēloties savas mīļākās piedevas. Skola smaržoja pēc picas, un garastāvoklis bija vienkārši lielisks.

Un ar to viss nebeidzās – paspējām arī apsveikt divus gaivīņniekus, kas vakaru padarīja vēl sirsnīgāku. Bija dziesmas, laba humora pilni novēlējumi un patiesa kopības sajūta.

Šis sleepover pierādīja, ka skolēnu pašpārvalde prot ne tikai strādāt, bet arī lieliski atpūsties kopā. Tā bija nakts, par kuru noteikti vēl ilgi runāsim un atcerēsimies ar smaidu!

Mārtiņš Razgals 9.e

EMĪLIJA LĪNE – "GADA BRĪVPRĀTĪGAIS"



2025. gada 7. decembrī kultūras namā "Rīgava" norisinājās pasākums – "Salaspils novada jauniešu gada balva 2025", kur mūsu skolas 9.b klases skolniece Emīlija Līne saņēma balvu "Gada brīvprātīgais". Uzzināju vairāk par viņas pieredzi kā brīvprātīgajai, kāpēc arī citiem ir svarīgi piedalīties brīvprātīgajā darbā.

Cik ilgi jau esi piedalījies

brīvprātīgajā darbā?

Brīvprātīgajā darbā es piedalos jau otro gadu. Šajā laikā esmu guvusi pieredzi dažādos pasākumos un projektos, kas man palīdzējuši attīstīt prasmes un labāk izprast jomas, kurās vēlos darboties.

Kādā organizācijā piedalies?

Man nav viena konkrēta organizācija, kas atbild par manu brīvprātīgo darbu. Es darbojos Salaspils 1. vidusskolas skolēnu pašpārvaldē un Salaspils novada jauniešu domē. Brīvprātīgo darbu veicu galvenokārt novada organizētajos pasākumos, arī dažādu biedrību rīkotajos projektos un aktivitātēs.

Turpinājums no 3. lpp ->

Kāda ir tava motivācija, lai strādātu brīvprātīgajā darbā?

Mana galvenā motivācija ir vēlme iegūt jaunas prasmes un izmēģināt dažādas jomas, kurās varētu strādāt nākotnē. Man ir svarīgi piedalīties dažādās aktivitātēs, lai labāk iepazītu sevi, savas intereses un saprastu, kas man visvairāk patīk un padodas.

Kāpēc citiem vajadzētu piedalīties brīvprātīgajā darbā?

Manuprāt, citiem vajadzētu piedalīties brīvprātīgajā darbā, jo tas ir ļoti labs veids, kā izmēģināt sevi dažādās jomās, piedalīties atšķirīgos projektos un iegūt jaunu pieredzi. Brīvprātīgais darbs palīdz atrast savu nišu un saprast, kurā jomā cilvēks vēlas darboties nākotnē.

Kāda tev sajūta bija, iegūstot balvu "Gada brīvprātīgais"?

Es jutos ļoti pagodināta un lepna par sevi. Man bija liela vēlme pateikties visiem, kas bija iesaistīti un devuši man iespēju piedalīties brīvprātīgajā darbā. Šī balva man deva milzīgu motivāciju turpināt darboties, darīt vēl vairāk un pat radīt pašai savus pasākumus, kuros varētu iesaistīties arī citi brīvprātīgie.

Paldies, Emīlija, ka dari tik vajadzīgu darbu! Lepojamies!

Sofija Volbeta 11.a

JAUNUMI SKOLAS ĒDNĪCĀ

Lasītāj, sveicieni jaunajā 2026. gadā!

Pagājušā gada novembrī tika ieviesta jauna pusdienu sistēma – lietotne Milly. Lai skolēns varētu saņemt kompleksās pusdienas, aplikācijā jānoskenē piešķirtais kods. Taču, atgriežoties skolā pēc ziemas brīvlaika, vai esi pamānījies jaunumus skolas ēdnīcā? No 5. janvāra skolas ēdnīcā ir pieejama brīvās izvēles ēdienkarte, kas sniedz skolēniem lielāku iespēju izvēlēties sev piemērotu maltīti. Šo pusdienu piedāvājumu pie kases var iegādāties ikviens skolēns vai skolotājs. Brīvās izvēles ēdienkartes variācijas mainās katru dienu. Pašlaik piedāvājums vēl tiek izstrādāts un testēts, lai noskaidrotu, cik daudzi skolēni izvēlas brīvās izvēles ēdienkarti un kuri ēdieni ir vispieprasītākie. Arī es vairākas reizes esmu izvēlējusies pusdienas no šīs ēdienkartes. Varu apgalvot, ka cena ir draudzīga un ēdiens – patiešām garšīgs. Pagaidām mani iecienītākie ēdieni ir cepti dārzeņi un pildīta paprika. Bet kā ir ar tevi, lasītāj? Vai jau esi izmēģinājis skolas ēdnīcas piedāvāto jaunumu? Turpināsim informēt par skolas ēdnīcu!

Marta Elīza Eisaka 12.a

REPRESIJAS PRET PROTESTĒTĀJIEM IRĀNĀ



<https://ej.uz/yk3f>

Pēdējos gados Irānā ir strauji pieaugusi sabiedrības neapmierinātība ar teokrātisko režīmu. Šī neapmierinātība ir pāraugusi plašos protestos, taču valdība cenšas tos apspiest ar brutāliem līdzekļiem, tāpēc Eiropas Parlamenta deputāti ir pieņēmuši rezolūciju, kas nosoda nežēlīgās represijas pret protestētājiem Irānā.

Rezolūcijā Eiropas Parlaments pieprasa atbrīvot žurnālistus, cilvēktiesību aizstāvjus un protestētājus, kas tikuši aizturēti. Tāpat detutāti nosoda Irānas režīma īstenotos pasākumus protestu apspiešanai, kas rezultējušies ar tūkstošiem nogalināto un aicina iekļaut Islāma revolucionāro gvardu korpusu teroristu organizāciju sarakstā.

Parlaments norāda, ka, lai normalizētu attiecības ar Irānu, vispirms jānotiek politiskajai atbrīvošanai un jāveic pasākumi, kas nodrošinātu cilvēktiesību ievērošanu un demokrātijas stiprināšanu.

Karļina Koršuna 12.b

KĀ IEGŪT PIRMO PIEREDZI UZŅĒMĒJDARBĪBĀ? SĀC JAU SKOLĀ!



Vai zināji, ka pirmos soļus uzņēmējdarbībā var spert vēl skolas laikā? To lieliski apliecina Salaspils 1. vidusskolas 12.b klases jaunieši – Marija, Darīna, Laura, Justs, Aivars, kuri decembrī piedalījās Junior Achievement Latvia skolēnu mācību uzņēmumu (SMU) Ziemas gadatirgos "Cits Bazārs" Jelgavā un Ogrē. Dalība JA Latvia Cits Bazārs tirdziņos jauniešiem ir daudz vairāk nekā tikai produktu pārdošana. Tā ir iespēja izmēģināt sevi uzņēmēja lomā, sadarboties komandā un iepazīt reālo darba vidi.



Jauniešu radītie produkti atrodami arī JA Latvia katalogā:

✦ KnotNot: <https://jalatvia.lv/katalogs/knotnot> (Marija Gerasimova, Laura Patenko, Darīna Sudnika)

✦ HoldMe: <https://jalatvia.lv/katalogs/holdme> (Justs Hugo Rūtiņš un Aivars Tupe)

Kāpēc ir vērts šādu pieredzi izmēģināt?

Dalība skolēnu mācību uzņēmumā ļauj jauniešiem:

- ✦ izmantot radošo domāšanu,
- ✦ attīstīt komunikācijas un sadarbības prasmes,
- ✦ iemācīties plānot laiku un finanses,

Turpinājums 5. lpp ->



Turpinājums no 4. lpp ->

- ◇ pārbaudīt savas idejas reālajā tirgū,
- ◇ saprast, vai uzņēmējdarbība var kļūt par nākotnes karjeras ceļu.

Kādas ir viena no dalībniekiem, Marijas Gerasimovas, atsauksmes par pieredzi? Viņa izlēma piedalīties, jo gribēja gūt reālo pieredzi par to, kas ir uzņēmējdarbība. Skolēnu mācību uzņēmumā viņa pilnveidoja tādas prasmes kā laika plānošana, konfliktu situāciju risināšana, spēja pielāgoties, komunikācija (uzbāzīgums). Domājot par nākotni, Marija gribētu savu biznesu. Uz jautājumu, vai tu ieteiktu citiem jauniešiem piedalīties Cits Bazārs, Marija atbild apstiprinot, "jo tā ir izcila iespēja iegūt vērtīgu pieredzi, kas var nodrēķināt nākotnē (gandrīz jebkurā sfērā)". Jāpiebilst, ka Marijas, Lauras, Darīnas komandas viens no mārketinga veiksmes elementiem *KnotNot* atraktīvais vienradzis, kurš ne tikai radīja tirdziņos īpašu noskaņu, bet piesaistīja arī apmeklētāju uzmanību, un komanda pelnīti saņēma atzinību "Labākā SMU pārdošanas komanda", kā arī gardu pārsteiguma balvu – picērijas dāvanu karti 200 eiro vērtībā.

Lielisks panākums un vērtīga pieredze topošajiem jaunajiem uzņēmējiem! Šie piemēri pierāda – karjera nesākas "kaut kad vēlāk", tā var sākties jau šodien, ja esi gatavs izmēģināt, mācīties un uzdrošināties.

Karjeras konsultante **Solveiga Kotāne-Daukste**

IEPAZĪSTIES! MŪSU VECĀKI!



Mūsdienās arvien biežāk tiek meklēti risinājumi, kas ļauj apvienot tehnoloģiju attīstību ar rūpēm par vidi. To izstrādē un ieviešanā būtiska loma ir cilvēkiem, kuri spēj ne tikai radīt idejas, bet arī uzņemties atbildību par to īstenošanu. Uzņēmuma vadītāja darbs apvieno stratēģisku domāšanu, zināšanas un spēju vadīt cilvēkus, lai inovācijas pārtaptu praktiskos risinājumos.

Kas slēpjas aiz uzņēmuma līdzīpašnieka un izpilddirektora profesijas? Kāds ir ceļš līdz šim amatam un kā norit ikdiena, vadot inovatīvu uzņēmumu? Atbildes uz šiem jautājumiem meklēju sarunā ar Lauras Jaško (7.e) tēti, kurš savu profesionālo darbību saista ar ilgtspējīgu lauksaimniecības tehnoloģiju attīstību.

Kāds ir Jūsu profesijas pilns nosaukums?

Uzņēmuma līdzīpašnieks un izpilddirektors. Mūsu uzņēmums ir izstrādājis un ražo inovatīvas nezāļu ravēšanas iekārtas dārzeņu audzētājiem, kas ar mākslīgā intelekta palīdzību spēj atšķirt kultūraugus no nezālēm un tad apstrādā nezāles ar augstas enerģijas lāzeru iznīcinot nezāli vai apturot tās augšanu. Šī tehnoloģija ļauj aizvietot ķīmiskos herbicīdus, kas ir biežāk izmantotā nezāļu iznīcināšanas metode.

Kā Jūs izvēlējāties savu profesiju?

Veidojot savu uzņēmumu un vadot darbinieku komandu, ir iespēja realizēt savas idejas, kas vienam pašam nebūtu pa spēkam. Pirms tam biju strādājis bērnu slimnīcā par ģenētiķi, farmācijas uzņēmumā kā patentu speciālists un par pētnieku universitātē.

Kur Jūs ieguvāt savu izglītību?

Esmu studējis bioloģiju un vides pārvaldību Latvijas Universitātē. Pirms tam mācījos Madonas pilsētas ģimnāzijā.

Vai Jūsu profesija ir pieprasīta darba tirgū?

Uzņēmuma izpilddirektors ir specifiska profesija jo saistās ar lielu atbildību. Labi vadītāji ir pieprasīti, bet salīdzinot ar citām profesijām retāk tiek sludināti atklāti konkursi uz vakanci. Biežāk talantīgus kandidātus uzrunā tiešā veidā vai uzņēmumā cilvēki uzkrāj pieredzi un "izaug" līdz izpilddirektora profesijai no citām amata pozīcijām.

Kur vēl var strādāt ar Jūsu izglītību?

Biologa izglītība dod plašas zināšanas par ekosistēmu, augu, dzīvnieku, mikroorganismu jomu, kā arī prasmes strādāt gan lauka apstākļos, gan laboratorijā. Ar biologa izglītību iespējams strādāt medicīnas iestādēs, pētniecībā, valsts pārvaldē, kā arī ar dabas aizsardzību un lauksaimniecību saistītās profesijās.

Kādi ir Jūsu pienākumi ikdienā?

Mani, kā uzņēmuma izpilddirektora galvenie pienākumi ir uzņēmuma ilgtermiņa stratēģijas izstrāde un biznesa mērķu definēšana, komunikācija ar investoriem, stratēģiskajiem partneriem un darbiniekiem, kā arī biznesa rādītāju pārraudzīšanā, lai pārliecinātos, ka uzņēmums virzās uz nosprausto mērķu sasniegšanu.

Kādi ir Jūsu profesijas priekšrocības un kādi ir trūkumi?

Izpilddirektora amatam ir liela atbildība, jo pieņemtie lēmumi var būtiski ietekmēt vai uzņēmums darbojas un attīstās labi vai arī ieguldītais darbs un resursi nenes plānoto atdevi. Pozitīvi ir tas, ka ir iespēja daudz apmeklēt citas valstis un tikties ar dažādu jomu profesionāļiem no visas pasaules.

Kam Jūs varat ieteikt izvēlēties šo profesiju?

Par uzņēmuma vadītājiem iesaku kļūt tiem, kam:

- patīk īstenot savas idejas.
- ir gana daudz pašpārlicinātības, lai aizstāvētu savu viedokli.
- ir prasmes pamanīt savas kļūdas un ātri no tām mācīties.
- patīk komunicēt un organizēt cilvēkus.
- nav bail uzņemties atbildību.

Paldies Lauras tētim par sadarbību un velīto laiku intervijai! Ja vēlies, lai arī par tavu vecāku profesiju uzraksta, droši dod ziņu e-klasē.

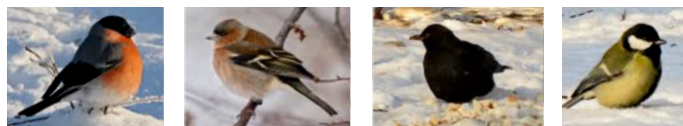
Marija Gerasimova 12.b

IEPAZĪSIM SKOLAS KABINETUS FIZIKAS KABINETS

Sveiks, lasītāj! Šodien vēlos pastāstīt par fizikas kabinetu, kas atrodas pirmajā stāvā. Ja mācies vismaz astotajā klasē, tad noteikti pazīsti mūsu fizikas skolotāju Ivetu Beļsku, jo viņa ir vienīgā fizikas skolotāja visā skolā. Skolotājas Ivetas kabinetā noteikti esi veicis kādu eksperimentu vai praktisko darbu, tie vienmēr ir interesanti.

Ieejot kabinetā, pretī atrodas skolotājas galds, bet labajā pusē 148. kabinets, kas "strādā" par skolotājas noliktavu. Tur ir atrodams viss, lai varētu veikt praktiskos darbus. Klasē galdi ir piemēroti eksperimentiem – ar speciālu virskārtu, lai netiktu sabojāti. Kabineta aizmugurē atradīs ko līdzīgu otrā stāva ķīmijas laboratorijai. Tā kā fizikas kabineta logi ir vērsti uz Ceru ielu, labi varam redzēt, kas notiek aiz loga! Kabinetā vienmēr ir laba gaisotne!

Matīss Začs 9.a



MOT – KAS TAS IR? KO TAJĀ DARA?

MOT stundas ir nodarbības, kurās skolēni mācās labāk saprast sevi un citus. Šajās stundās netiek rakstīti kontroldarbi, netiek liktas atzīmes. Galvenais ir sarunas un darbs kopā ar klasesbiedriem. MOT stundās skolēni mācās cienīt citus cilvēkus, runāt par savām emocijām un pieņemt atbildīgus lēmumus. Šīs nodarbības palīdz saprast, kā rīkoties sarežģītās situācijās un kā pateikt “nē”, ja kaut kas šķiet nepareizi.

MOT stundas notiek draudzīgā gaisotnē, kur ikviens var izteikt savu viedokli un justies droši. Tās palīdz veidot labākas attiecības klasē, stiprina pašapziņu un māca būt drosmīgam, godīgam un atbildīgam. MOT stundas ir svarīgas, jo tās dod prasmes, kuras noder ne tikai skolā, bet arī ikdienas dzīvē. Liela uzmanība tiek pievērsta savstarpējai cieņai un drošai uzvedībai gan skolā, gan internetā. Skolēni mācās, kā risināt konfliktus mierīgā veidā un kā atbalstīt klasesbiedrus grūtās situācijās.

MOT stundas rosina domāt par savām izvēlēm un to sekām, kā arī mudina uzņemties atbildību par savu rīcību. Šajās nodarbībās skolēni iegūst drošību paust savu viedokli un iemācās būt iejūtīgi pret citiem. Arī no mūsu skolas ir skolēni, kuri ir sertificēti jaunie MOTivātori. Viņi ir vadījuši 6. klasēm (šobrīd 7.) nodarbības, kur galvenais uzdevums bija viņus sagatavot un iedrošināt pāriet uz jauno, lielo skolas korpusu.

Krista Jerošceva, Luīza Rupeika 9.e

MANI MĀJDZĪVIEKI AKVĀRIJS, KURĀ DZĪVO ZIVIS



Sveiki, skolēni! Esam ātri ieskrējuši jaunajā 2026. gadā, un atpakaļ arī ir skolas avīze “Logs”. Šomēnes uzziņāsim vairāk informācijas par skolotājas Vēsma Madžules akvāriju zivīm.

Kā izveidojās ideja par akvāriju bioloģijas kabinetā, un vai jums patika to uzturēt kārtībā?

“Akvāriju es pārņēmu no viena radnieka, pie kura parasti braucu ciešos, esmu iemīļojusi skatīties uz zivtiņām.

Man šo akvāriju uzdāvināja, jo zināja, ka man patīk uzturēties pie ūdens. Sākumā sāku mācīties par akvārijiem - kā tos pareizi uzturēt un kopt. Kad atbraucu uz Salaspili, sarunāju ar skolas direktori Inesi Paideri par to, ka varētu savā darba kabinetā ielikt šo akvāriju. Tas patika visiem, it īpaši, maniem 12. klases skolēniem, kuri dāvināja zivtiņas un deva tām vārdus. Skolēni arī baroja tās manā prombūtnes laikā. Tas bija visas klases hobijs. Šī pasaule man tiešām patīk un relaksē.”

Cik un kādas zivju sugas mājā jūsu akvārijā? Cik ilgi jums ir akvārijs?

“Mājas akvārijā man ir saldūdens zivis, tās ik pa brīdim mēdz mainīties. Man ir 2 sugu samīņi corydoras un ancis-

trus kā arī sanitāri bocijas. Otrā akvārijā dzīvo ternēcijas, šķēpnesīši, labeo (tāda kā maza haizivs). Labeo bicolor mēdz trenkāt savas sugas, arī citu sugu zivis, taču vislabāk man patīk ternēcijas, jo tās vislabāk spēj pielāgoties dažādiem apstākļiem. Kopumā patīk visas zivis, ar tām ir viegli sadraudzēties. Un akvārijs manā īpašumā jau ir 9 gadus.”

Vai zivīm akvārijā tiek uzturēti līdzīgi apstākļi, kādus tās dabūtā dabā?

“Jā, jo ir svarīgi, no kurienes šīs zivis ir radušās, viņu dzimtie vides apstākļi, lai varētu noturēt šos dabiskos apstākļus, piemēram, temperatūru. Tāpēc man arī ir divi akvāriji, lai šos dabiskos apstākļus dažādu sugu zivīm būtu vienkāršāk uzturēt. Pazīmes, kas ir kā signāls, corydoras samīņi kļūst aktīvāki, kad peld uz augšu, paņem gaisu un nirst atpakaļ, kas nozīmē, ka pietrūkst skābekļa, jo siltākā ūdenī skābekļa daudzums samazinās. Būtībā šo akvāriju uzturēšana ir atkarīga no zivju sugām un vērojumiem.”

Kādu ieguvumu dod šis akvārijs?

“Noteikti tā ir vērošana, kā zivis savā starpā spēj sadzīvot, un ūdens skaņas (kā viļņi), kas man arī patīk brīvā dabā. Tā ir atpūta un relaksācija.”

Un kāpēc akvārijs vairs neatrodas skolā?

“Tāpēc, ka vasaras periodā ir atvaļinājums, tad man ir jānāk uz skolu, lai barotu zivtiņas, jo reizi dienā tām noteikti jābūt pabarotām. Vienu gadu nācu arī vasarā zivtiņas pabarot, bet, saprotot, ka skolā vasarā ir ļoti augsta temperatūra, zivtiņas bieži aiziet bojā. Ir žēl, ka zivtiņām jāaiziet bojā tikai tāpēc, ka nevaru šeit atrasties un sekot ūdens temperatūrai un apkopšanai. Mājās vasaras laikā lieku aukstuma elementus, tā atdzēsējot silto ūdeni, kas palīdz zivtiņām izdzīvot. Tāpēc saprotot, ka tas ir sarežģīti un zivtiņas iet bojā, tas šobrīd atrodas mājās nevis skolā.”

Ceru, ka šī mazā skolas nianse, akvārijs, ir devusi jums vairāk informācijas par zivtiņu dzīvi un to, kā tās uztur skolotāja Vēsma.

Elza Viļuma 9.c

MEDMĀSIŅAS IETEIKUMI DROŠĪBAI UN VESELĪBAI ZIEMAS LAIKĀ IR JANVĀRIS. AUKSTA ZIEMA. JĀĢĒRBJAS SILTI. ESI REDZAMS!

Vai janvārī skolā ir jūtams lielāks skolēnu iztrūkums gripas dēļ?

Šobrīd skolā nav novērojams īpaši liels skolēnu iztrūkums gripas dēļ. Lielāks saslimušo skaits bija jūtams decembrī, tieši pirms ziemas brīvlaika. Bieži gadījās situācijas, kad klasē saslima viens skolēns, kurš vēl pilnībā nevesels atgriezās skolā, un rezultātā īsā laikā saslima jau liela daļa klases. Tas apliecina, cik svarīgi ir skolā atgriezties tikai tad, kad ir pilnībā atvesēlojies, jo gripa ir ļoti lipīgs vīruss, kas viegli izplatās kolektīvā. Šobrīd daudzi skolēni jau ir izslimojuši un atgriežas mācībās.

Kā vislabāk pasargāt sevi no saslimšanas ziemas laikā – ko Jūs ieteiktu skolēniem?

Lai samazinātu saslimšanas risku, svarīgi ievērot vienkāršus, bet ļoti efektīvus ikdienas paradumus. Ikdienā jāveic fiziskās aktivitātes un kustības, kā arī jāuzturas svaigā gaisā, jo tas stiprina imūnsistēmu. Regulāri jāvēdina telpas. Ļoti nozīmīgs ir sabalansēts uzturs – jāēd daudz dārzeņu, augļu un citu veselīgu produktu, kam ir nepieciešamie vitamīni. Jāievēro roku higiēna – rokas obligāti jāmazgā

Turpinājums 7. lpp ->

Turpinājums no 6. lpp ->

pirms ēšanas, pēc tualetes apmeklējuma, pēc sabiedrisku vietu apmeklēšanas un pēc dzīvnieku glaudīšanas.

Vai tiešām palīdz tēja ar medu un citronu, kad sāk sāpēt kakls vai parādās iesnas?

Tēja ar medu patiešām var palīdzēt mazināt kakla sāpes, jo medus mīkstina kakla gļotādu un samazina kairinājumu. Tomēr jāņem vērā, ka citronā patiesībā nav tik daudz C vitamīna, kā bieži tiek uzskatīts. Daudz vairāk C vitamīna ir, piemēram, mežrozītēs un kivi. Īpaši ieteicama ir mežrozīšu tēja, jo tā palīdz stiprināt imunitāti un atbalsta organismu slimības laikā. Dzērieniem jābūt siltiem, ne pārāk karstiem un ne aukstiem, jo gan karsti, gan auksti dzērieni var kairināt kaklu. Silta tēja ir saudzīgākā kaklam.

Kā pareizi jāģērbjas aukstā laikā? Ko Jūs ieteiktu darīt, lai ziemā neslīdētu un neciestu uz ledus?

Ziemā ļoti svarīgi izvēlēties atbilstošu, siltu apģērbu, jo nosalšana var veicināt saslimšanu. Tajā pašā laikā nejadzētu ģērbties pārāk silti – ja cilvēks sasvīst un pēc tam uzpūš vējš, pastāv risks saaukstēties. Īpaša uzmanība jāpievērš apaviem – jāvalkā ziemas zābaki ar stabilu, neslīdošu zoli. Nav ieteicams staigāt ar vasaras apaviem, botām vai augstpapēžu apaviem. Skolā ļoti svarīgi ir lietot maiņas apavus, jo ilgstoša staigāšana zābakos var izraisīt kāju izsūtumu, ādas problēmas un sēnītes. Turklāt slapji apavi ienes telpās mitrumu un baktērijas, kas izžūstot var nonākt gaisā.

Kāpēc ir tik svarīgi lietot atstarotājus tumšajā laikā, īpaši ziemā?

Atstarotāju lietošana ziemas tumšajā laikā ir ārkārtīgi svarīga satiksmes drošībai. No autovadītāja skatpunkta daudzi gājēji un riteņbraucēji bez atstarotājiem vienkārši nav pamanāmi, neatkarīgi no apģērba krāsas – pat pilnībā baltā apģērbā cilvēku bieži vien ir ļoti grūti saskatīt. Īpaši bīstami ir riteņbraucēji, jo viņi pārvietojas ātrāk un var negaidīti parādīties no malas vai krustojumā. Atstarotāji, kas piestiprināti no vairākām pusēm, ļauj autovadītājiem laikus pamanīt cilvēku. Ja kāds nevēlas lietot atstarotājus, var izmantot gaismaņas, kurām jābūt gan priekšā, gan aizmugurē. Gājēji un riteņbraucēji, lietojot atstarotājus, var padarīt ziemas ceļus vairākas reizes drošākus un būtiski samazināt satiksmes negadījumu risku.

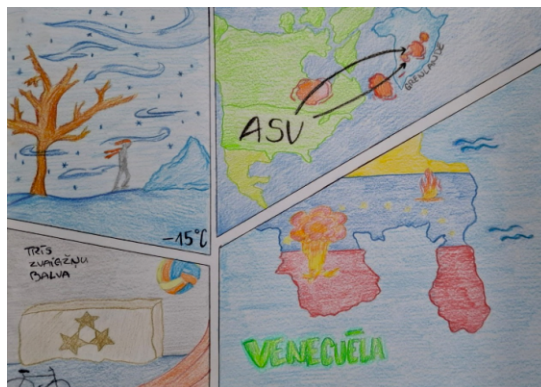
Elza Porniece 11.b



Latvijas Universitātes Eksakto zinātņu un tehnoloģiju fakultātes Ģeoloģijas nodaļa nosaukusi 2026. gada ģeovietu. Pavisam balsošanai tika piedāvātas 20 Latvijā esošas potenciālās ģeovietas. Šogad par Gada ģeovietu izvēlēta Salaspils karsta kritene Salaspils novadā, uz Salaspils pilsētas un Salaspils pagasta robežas. Vairāk lasīt: <https://eztf.lu.lv/par-mums/zinas/zina/t/107504/>

Salaspils karsta kriteni iekļaušanai sarakstā ieteica ģeogrāfs Jānis Kļaviņš.

Alise
Trapiņa
9.c



Elza
Viļuma 9.c
"Pasaule
manī".
Pasaules
aktualitātes
komiksā.

Rebeka
Dzene
11.a



Zīmējumus iesūtīja vizuālās mākslas skolotāja Aija Belija

Skolas avīze "Logs"

Iznāk kopš 2006.gada novembra

Skolas avīze „Logs”, Salaspils, Lauku iela 1, LV-2169

Atbildīgā par izdevumu: sk. B. Mežgale -Turlaja, rakstu korektore sk. A. Voras
Datorsalikums un makets SIA "Promostart", Bauskas iela 58a, Rīga.