



Salaspils 1. vidusskolas avīze
Nr. 156, Septembris 2025

RADOŠU IDEJU UN VEIKSMĪGU MĀCĪBU GADU VISIEM!



Salaspils 1. vidusskolā sācies jauns mācību gads – kopā esam 1438 skolēni un 122 pedagogi!

Filmas “Straume” iespaidā šī gada simbols būs kaķis, uzsverot vienu no režisora idejām: “Man bija svarīgi, lai kaķis saprot, ka tu nevari mūžīgi palikt tajā drošajā zonā, jo tas nav risinājums problēmām. Ir jāstājas pretī savām bailēm un jāizkāpj no komforta zonas.”

Tiks turpināta dalība starptautiskajā pārmaiņu procesā izglītībā “Līderis manī”, kura saturu padziļināti apgūs papildus klases stundās. Turpināsim iesaistīties arī pretbulinga programmā “KiVa”.

Skola turpina dalību praktiskās biznesa izglītības programmā “Junior Achievement Latvia”, kā arī skolēniem tiks piedāvāta iespēja darboties skolu uzņēmējdarbības projektā “Esi līderis!”

Lepojamies ar mūsu skolēniem un skolotājiem, jo aizvadītais mācību gads bijis īpaši bagāts ar sasniegumiem – neatlaidīgs skolēnu darbs un skolotāju atbalsts vainagojies ar 56 godalgotām vietām VIAA organizētajās novadu, valsts un atklātajās olimpiādēs.

Īpašs prieks par tiem četriem skolēniem, kuri izcīnījuši godalgotas vietas valsts līmeņa olimpiādēs! Tāpat lepojamies ar 2. vietu Starptautiskajā loģiskās un algoritmiskās domāšanas konkursā “Bebr[a]s” valsts kārtā, kur ik gadu piedalās vairāki tūkstoši Latvijas skolēnu.

Arī kopējie mācību rezultāti ir iedvesmojoši – 60% 7.–9.

JAUNS MĀCĪBU GADS SALASPILS 1. VIDUSSKOLĀ

1. septembris ir diena, kas ikvienam skolēnam, vecākam un skolotājam paliek īpaši atmiņā – tā iezīmē jaunu sākumu un ieejas vārtus jaunām zināšanām un piedzīvojumiem. Arī šogad Salaspils 1. vidusskolas svinīgais pasākums notika Salaspils stadionā, pulcējot lielu skaitu dalībnieku un viesu.

Organizatori bija padomājuši par visu – stadionā valdīja svētku noskaņa, svinīgās runas mijās ar muzikāliem priekšnesumiem, bet īpaša uzmanība tika pievērsta pirmklasniekiem, kuri šogad pirmo reizi uzsāka skolas gaitas.

klašu skolēnu un 64 % vidusskolēnu mācās ar vidējo vērtējumu 7 balles un augstāk. Tas apliecina gan skolēnu mērķtiecību un centību, gan skolotāju ieguldīto darbu!

261 skolēns tika uzaicināts uz ikgadējo Pateicības pasākumu – par godalgotām vietām dažādos konkursos, alternatīvajās olimpiādēs, koru skatēs, kā arī par aktīvu iesaisti skolas dzīvē. Šogad pirmo reizi 9. klašu skolēni priecēja sevi, vecākus un skolotājus, dejojot valsi, kas, pateicoties direktores vietnieka Ulda Tomasa Šimena neatlaidībai, kļuva par skaistas tradīcijas sākumu.

Lepojamies arī ar skolēniem, kuri vasarā Dziesmu svētku kopīgajā audumā iepina Salaspils 1. vidusskolas vārdu – dejojāju raito deju soli, folkloras kopas “Daugaviņa” dzīvīgo skanējumu un kora “Sonore” skanīgās balsis.

Ievērojami pieaudzis interešu izglītības pulciņu skaits – ja pagājušajā mācību gadā skolā bija 31 interešu izglītības pulciņš, tad šogad jau 46!

Sadarbībā ar Salaspils novada domi uzsākts darbs pie moduļu skolu ēkas projektēšanas Ceru ielas korpusam, nodrošinot papildu mācību telpas, jo ar katru gadu pieaug skolēnu skaits.

Stiprus spārnus mums visiem jaunajam lidojumam! Lai izdodas!

Ar veiksmes vēlējumiem – Salaspils 1. vidusskolas direktore **Inese Paidere** un **administrācija**.



Liela nozīme bija arī tehniskajam nodrošinājumam. Par to rūpējās Aleksejs Podžuks, Ritvars Platpīrs un Mārtiņš Razgals, kas gādāja, lai skaņa un mūzika stadionā skanētu nevainojami, ļaujot svētku brīdim būt patiesi izjustam.

Turpinājums 2. lpp ->

SEPTEMBRA ATZIŅA...

Zinātkāre ir gudrības sākums.

/Sokrats/



Īpašs paldies *direktores vietniecei audzināšanas darbā - Annai Romanovai*, kuras ieguldījums palīdzēja pasākumam noritēt raiti un svinīgi.

Pasākuma gaitā uzrunas skolēniem teica skolas vadība, uzsverot zināšanu nozīmi, mērķtiecību un sadarbību. Pasākuma noslēgumā skolēni devās satikt savus klases audzinātājus un iesoloja jaunajā mācību gadā ar enerģiju un iedvesmu.

Šis 1. septembris Salaspils 1. vidusskolā atgādināja, ka tikai kopā – skolēni, skolotāji, vecāki un atbalsta komanda – var radīt svētkus, kas paliek atmiņā un dod spēku jaunajam mācību gadam.

Mārtiņš Razgals, 9.e

SALASPILS 1. VIDUSSKOLĀ IZSKANĒJA VASARAS PĒDĒJĀS NOTIS

29. augustā Salaspils 1. vidusskolā valdīja īpaša noskaņa – skolēni, skolotāji un absolventi pulcējās uz balli “Pēdējā vasaras garša”. Tā bija iespēja vēlreiz kopā izbaudīt vasaras brīvības sajūtu, pirms atkal ienirt mācību gada darbos.

Par balles organizatorisko pusi rūpējās enerģiskā komanda, kas bija padomājusi gan par mūziku, gan par gaisotnes radīšanu. Par muzikālo piedzīvojumu gādāja DJ Ravy jeb Raivo Saulītis un Mārtiņš Razgals – viņi ar savu izvēlēto mūziku spēja aizraut visus dejotgribētājus. Paldies skolotājai Annai par atbalstu!

Ballē valdīja draudzīga, pozitīva un vasarīgi viegla atmosfēra – gluži kā nosaukumā solītā “pēdējā vasaras garša”. Pasākums kļuva par lielisku punktu uz īsās vasaras noslēgumam un deva priecīgu impulsu jaunajam mācību gadam.

Mārtiņš Razgals, 9.e

SARUNA AR IVANU – DRONU PRAKTIKI



1. septembrī virs stadiona lidinājās drons. Pēc tam mēs varējām no “augšas” vērties uz skolas pasākumu, kas notika stadionā. Man radās doma iztaujāt skolasbiedru, kurš šo pasākumu filmēja.

Kā tev vispār radās ideja par drona iegādāšanos?

Ideja par drona iegādi man radās, jo bērnībā man jau bija droni, bet tie bija vairāk kā rotaļlietas. Šoreiz vēlējos iegūt profesionālāku dronu, lai varētu filmēt un fotografēt daudz kvalitatīvāk.

Vai tu šo uzskatītu vienkārši par hobiiju, vai domā kā nākot-

nes profesiju?

Es to drīzāk redzu kā kaut ko pa vidu. Tas ir mans hobijs, kas man sagādā prieku un aizrautību, bet tajā pašā laikā es saskatu iespēju to attīstīt arī profesionālā virzienā, kurā es varēšu pelnīt naudu.

Cik ilgi jau nodarbojies ar dronu vadīšanu un filmēšanu?

Kā es jau minēju, ar droniem sāku darboties jau bērnībā, tāpēc pamata vadīšanas prasmes man bija sen. Taču tieši filmēšanas un kvalitatīvākas uzņemšanas prasmes ar dronu sāku attīstīt šovasar, kad iegādājos savu esošo dronu.

Vai drona vadīšana ir sarežģīta, kas jāzina, lai to darītu droši?

Salīdzinot ar savu bērnību, mūsdienu tehnoloģiju attīstība padarījusi drona vadīšanu daudz vienkāršāku, tāpēc mūsdienās lidot var gandrīz ikviens. Taču, lai to darītu kvalitatīvi un saprotami, ir jāattīsta savas prasmes un zināšanas.

Drošības ziņā ļoti noderīgi ir nokārtot atvērtās kategorijas eksāmenu Civilās aviācijas aģentūras vietnē, tas ir pilnīgi bez maksas, tur skaidri aprakstīti visi noteikumi, klasifikācijas un drošības prasības.

Kā tu apgūsti filmēšanu no gaisa – pats eksperimentē vai mācies no kādiem kursiem/video?

Konkrēti es apvienoju abus – vispirms skatos video sociālajos tīklos vai speciāli meklēju kādu jaunu tehniku, pēc tam to izmēģinu mājās ar tālvadības pulti. Kad kustības jau ir saprastas, dodos ārā un izvēlos kādu objektu vai vietu, kur praktiski pielietoju tehniku, pievienojot arī kaut ko savu. Tā pakāpeniski veidojas mans unikālais stils.

Vai Tu plāno, no kurām vietām un leņķiem filmēt, vai vienkārši skaties noteiktajā brīdī pēc sajūtām?

Jā, parasti es cenšos plānot savu maršrutu, bet neaizmirstu par improvizāciju. Kā piemēru varu minēt 1. septembri.

Dienu pirms pasākuma stadionā es iezīmēju iespējamos lidojuma maršrutus un iekļāvu tos scenārijā. Jau uz vietas es sāku ar teritorijas apskati apmēram stundu pirms filmēšanas, izmēģināju iepriekš izdomātos rakursus, bet pasākuma laikā arī improvizēju un eksperimentēju, lai iegūtu dabīgākus un unikālākus kadrus.

Ko tu ieteiktu citiem skolēniem, kas arī gribētu sākt darboties ar droniem?

Es ieteiktu vienkārši mēģināt, mēģināt un vēlreiz mēģināt, bet nebaidīties kļūdīties. Lidošana ar dronu ir aizraujoša pieredze, kad vari redzēt parastas vietas no putna lidojuma augstuma. Man liekas, ka galvenais, lai ir interese un pacietība, tad ar laiku tas var pārvērsties ne tikai hobijs, bet arī prasmē, kas atver pavisam jaunas iespējas nākotnē.

Estere Fevraļeva, 9.e

DZIESMU UN DEJU SVĒTKU AIZKULISES

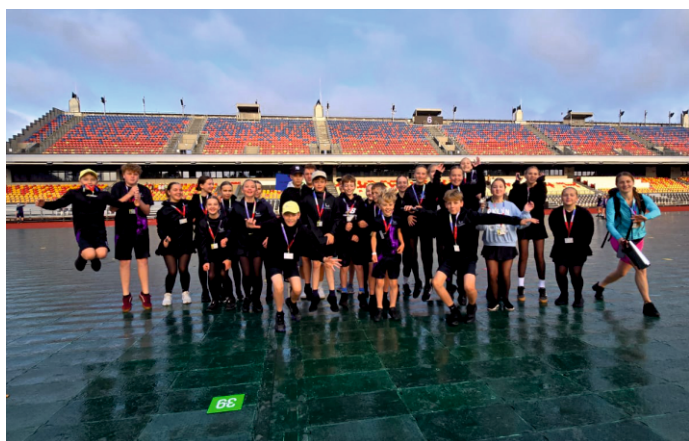
Šī gada vasarā notika XIII Latvijas Skolu un jaunatnes dziesmu un deju svētki, kuros piedalījās vairāk nekā 38 tūkstoši bērnu un jauniešu. Arī es piedalījos šajā pasākumā, un man tie bija pirmie Latvijas Skolu un jaunatnes dziesmu un deju svētki. Es Jums pastāstīšu par saviem iespaidiem. Manuprāt, šie Dziesmu un deju svētki bija neatkarīgi, jo visas nedēļas garumā nācās pielāgoties ļoti dažādiem laika pstākļiem, piemēram, ļoti karstā treniņā

Turpinājums 2. lpp ->



un vētras laikā.

Visvairāk man paliks atmiņā pirmais Deju lielkoncerts "Es atvēru laimes dārzu" Daugavas stadionā. Ārā bija vētra, un, kad devāties uz skatuvi, pastalas bija caurmirkušas, tās lipa pie skatuves. Lija stiprs lietus, un izdevīgāk tikt līdz laukuma vidum bija slīdot, kas drīzāk atgādināja hokeju. Koncerta vidū netālu iespēra zibens, un mūzika pārstāja skanēt tieši dejas vidū. Cietis esot viens no ģeneratoriem, tādēļ mūzika vairs neskanēja, bet gaismas gan spīdēja, jo tām bija cits ģenerators. Pēc brīža pie mums pienāca atbildīgie un paziņoja, ka koncertu atceļ. Šāda situācija, ka koncertu atceļ, notiek ļoti, ļoti reti. Koncertu atcēla galvenokārt 3 iemeslu dēļ – mūzika neskanēja, bija bīstami laika apstākļi (lietus, zibens un oranžais brīdinājums), daudzi bērni savainojās paslīdot. Ik pa laikam kādu dalībnieku no skatuves aiznesa uz nestuvēm. Tādēļ veidojās jauns raksts ar cilvēkiem koši oranžās vestēs. Vēlāk mēs devāties uz skolu, kur atpūtāmies.



Divi aktuālākie jautājumi, kurus uzdeva vecāki – vai mums pietika ūdens? Jā, mums ūdens pietika, pat bija pārāk daudz, jo vienmēr palika pāri. Daži pat veidoja savu "depozīta biznesu", vācot tukšās ūdens pudeles. Otrs jautājums – vai mēs bijām labi paēduši? Jā, mēs bijām arī labi paēduši. Bija tikai divas problēmas – gaļa vienmēr bija atrodama tikai mērcē, tēja vienmēr bija tikai ar cukuru. Personīgi es tēju dzeru bez cukura.

Dziesmu svētkos bija traki un jautri, bet tās ir manas atmiņas. Katram tās var būt savādākas. Piemēram, mana paziņa stāstīja, ka katru rītu viņus skolotāja modināja ar rokenrola mūziku. Es noteikti piedalīšos nākamajos Dziesmu un deju svētkos un ceru, ka jūs visus tur satikšu!

Reņģe Miermīlīgais
P.S. "“

P.S. "Logā" — nebijis gadījums. Parādījies raksts ar pseidonīmu. Lai tā būtu! Lasītājam vēlāk būs interesanti uzzināt, kurš paslēpies aiz šī vārda.

IEPAZĪSIMIES - 1. A KLASĒ



Šogad mācības 1. a klasē uzsāk divdesmit astoņi skolēni. Vēlējāties uzzināt, kā skolēni ir iejutušies skolā, kā jūtas viņu klases skolotāja Ilze Čudare, tāpēc devāties uz Lauku ielas korpusu apciemot 1. a klasīti.

Sākumā aprunājāties ar klases skolotāju:

Cik ilgi Jūs jau mācāt pirmās klases?

Īsti tā nevaru pateikt, jo skolā strādāju jau ļoti ilgi.

Kāpēc izvēlaties strādāt ar sākumskolas klasēm?

Ar šiem bērniņiem ir ļoti interesanti. Viņi atnāk atvērti, un tu viņiem vari dot daudz labu, pozitīvu lietu, un viņi tās visas ar lielu prieku uzņem. Tu šos bērniņus vari veidot un likt visus pamatiņus.

Kā Jūs raksturotu savu klasi?

Klase man ir ļoti brīnišķīga, darboties un visu izzināt gribošā, ļoti centīgi strādājoša. Vēl mācāties draudzēties, arī daudzas citas lietas, taču bērni ir patiesi jauki.

Vai, jūsuprāt, vieglāk ir strādāt ar jaunākiem vai vecākiem skolēniem?

Katrā vecumposmā savas grūtības un savs vieglums. Citiem varbūt šķiet, ka grūti strādāt ar jaunākajiem skolēniem, jo jāpievērš ļoti liela uzmanība. Viņi atnāk, nesaprazdami kādu grāmatu paņemt uz stundu, viņiem viss jārāda priekšā, piemēram, kurā līnijā rakstīt. Vecākiem skolēniem viss jau ir skaidrs, bet tur jau rodas citas problēmas. Tā kā nav, kur vieglāk vai grūtāk, jāskatās, kur vairāk patīk.

Vai 1. a klase jau ir iejutusies skolā?

Nu jau lēnām ir iejutušies. Vēl jau visu nezina, vēl jau daudz ko nezina, bet nu jau ir drošāki, vairs nav tik ļoti sabijušies kā pašā sākumā.

Ko Jūs novēlāt savai klasei?

Būt vienmēr draudzīgiem, izpalīdzīgiem, zināt gribošiem, lai nekad neapnīk mācīties!

Kad bijām pabeigušas sarunu ar skolotāju, devāties pie skolēniem un noskaidrojām, ka lielākajai klases daļai patīk skola un ka pēc bērnudārza neilgojas, taču patika, ka bērnudārzā varēja vairāk dziedāt, zīmēt, spēlēties, biežāk iet ārā un ēst brokastis. Klases mīļākās stundas ir sports, vizuālā māksla, latviešu valoda un angļu valoda. Daudzi skolēni nākotnē grib strādāt par zinātnieku, daži par dziedātāju, policistu, skolotāju, taču citi par mehāniķi un inženieri.

Paldies 1. a klases skolotājai un skolēniem!

Evija Zane Borovska, Elizabete Bērtule, 11. a



ADAPTĀCIJAS DIENA – PIEDERĪBAS SAJŪTA, PIRMIE SOĻI JAUNAJĀ POSMĀ

Arī šogad Salaspils 1. vidusskolā notika īpaša diena – adaptācijas diena 7. klašu skolēniem. Tā bija iespēja jauna-jiem skolēniem labāk iepazīt skolu, skolotājus un vienam otru, kā arī atrast savu vietu jaunajā posmā.

Direktores vietniece Anna Romanova uzsvēra, ka šīs dienas mērķis bija palīdzēt skolēniem iejusties un saprast, kā strādā skola. Viņa stāstīja, ka direktore runāja ar skolēniem par skolas vērtībām, audzināšanas un mācību darba vietnieki iepazīstināja ar atbildību mācību procesā, bet psihologs palīdzēja katram ieraudzīt savas stiprās puses klases kolektīvā. “Mēs gribējam, lai skolēni saprot – viņi šeit nav vieni, bet vienmēr ir pie kā vērsties pēc palīdzības,” teica Anna Romanova.

Pašpārvaldes pārstāvji iedrošināja pievienoties skolas dzīvei un būt aktīviem. Karjeras konsultante Solveiga Kotāne-Daukste uzsvēra, ka svarīgākais ir radīt drošības un piederības sajūtu. Viņa atzina, ka dažiem skolēniem tas izdevās uzreiz, viņi pat pieteicās skolēnu pašpārvaldē jau pirmajā dienā.

Sarunās ar 7. klašu skolēniem varēja just gan satraukumu, gan prieku. Dominika no 7.d teica, ka jūtas labi, jo skolā ir daudz mierīgāk un ērtāk, bet visvairāk viņai patika staigāt pa skolu un iepazīt jaunās telpas. Eva no 7.a sacīja, ka jūtas jau pieaugusi, lai gan dažreiz klasesbiedri esot pārāk skaļi. Viņasprāt, visinteresantākās bija sporta nodarbības. Ance stāstīja, ka cilvēki ir ļoti jauki un arī skolotājas ir superforšas. Viņa teica, ka bez adaptācijas dienas daudzas lietas skolā paliktu neskaidras. Dārta piebilda, ka, ienākot jaunajā skolas korpusā, jutās brīvāk un bija sajūsmināta, bet visvairāk viņai patika stundas ar jaunajām skolotājām, arī iespēja satikt jaunus draugus. Toms no 7.a atzina, ka patika iepazīstināt skolotājus ar sevi, bet visjautrākā situācija bijusi, kad Matvejs nokrita no krēsla.

Kā uzsvēra Solveiga Kotāne-Daukste, lai arī sākumā skolēni bija mazliet piesardzīgi, tomēr drīz kļuva redzams, ka viņi ir atvērti jaunajam posmam un gatavi iesaistīties. Adaptācijas diena palīdzēja labāk iepazīt skolu, skolotājus un klasesbiedrus, kā arī saprast, ka šeit katram ir vieta. Anna Romanova piebilda, ka šādās dienās galvenais ir atbalsts no visām pusēm – gan no skolotājiem, gan no pašpārvaldes, jo tieši tas rada drošību un drosmi uzsākt jauno posmu. Skolas pārstāvji ierosināja, ka turpmāk šādās dienās varētu iesaistīties arī 8. klašu skolēni, nododot simbolisku “stafetes kociņu” un daloties savā pieredzē.

Paldies visiem 7. klašu skolēniem, kuri atbildēja uz jautājumiem un dalījās iespaidos! No skolas avīzes komandas novēlam, lai šis mācību gads izdodas veiksmīgs, drosmīgs un piepildīts!

Krista Jerošceva, Luīza Rupeika, 9.e

JAUNA DIREKTORA VIETNIECE – LINDA KULBERGA

Mūsu jaunā direktores vietniece 7.–8. klašu posmā Linda Kulberga zina, kā tikt galā ar visām situācijām, palīdzēt skolotājiem un iedvesmot skolēnus. Šajā intervijā viņa stāsta par savu darbu, motivāciju un to, kas padara skolu aizraujošu katru dienu.



No kurienes Jūs nākat?

Esmu īsta kurzemniece daudzās paaudzēs. Mana dzimtā pilseta ir Liepāja. Tur esmu dzimusi, pavadījusi daļu no savas bērnības, mācījusies, studējusi, profesionāli augusi kā skolotāja.

Kāpēc izvēlējāties strādāt mūsu skolā?

Studējot LU magistratūrā, ļoti iepatikās Rīga. Rīgā ir labi, ja dzīvo un strādā vienā mikrorajonā, ja tā nav, man ir žēl sava laika, ko pavadu, sēžot sastrēgumos. Bet daudz būtiskāks aspekts ir tas, ka Rīgas skolās man pietrūka piederības sajūta skolai, saviem skolēniem, izglītības sistēmai.

Kāds ir jūsu darbs un galvenie pienākumi?

Esmu direktores vietniece izglītības jomā 7.-8. klašu posmā, paralēli tam palīdzu gan jaunajiem kolēģiem, gan pārējiem skolotājiem metodiskajos jautājumos, atbildu par olimpiāžu organizēšanu un norisi.

Kas nepieciešams, lai varētu strādāt šajā amatā?

Bagātīga pieredze kā skolotājai, drosmē pieņemt profesionālus izaicinājumus un tos sekmīgi realizēt, vēlme sevi nepārtraukti pilnveidot un iemācīties klausīties savu sarunas biedru.

Kas Jums vislabāk patīk šajā amatā?

Tu nekad nezini, kā beigsies tava darba diena. Tu uz darbu atnāc ar konkrētu darbu plānojumu dienai, bet dari pavisam kaut ko citu, jo ir situācijas, kuru risinājumi nav atliekami uz vēlāku laiku. Tas jārisina tūlīt un tagad.

Kā Jūs uzturat savu motivāciju un degsmi mācīt, saskaroties ar izaicinājumiem?

Līdz brīdim, kad sāku strādāt kā direktores vietniece, biju bioloģijas skolotāja, klases audzinātāja. Savus skolēnus rezultatīvi sagatavoju olimpiādēm, zinātniskās pētniecības lasījumiem, man bija fantastiskas audzināmās klases. Pateicoties saviem skolēniem, esmu tikusi pie tādām nominācijām kā “Lieliskais klases audzinātājs”, “Gada skolotājs”, “Ekstremālākā - skolotāja”, “Stingrākā skolotāja” utt. Tajās dienās, kad motivācija un vēlme strādāt skolā sāk izdzist, es atveru kasti un pārlasu skolēnu rakstītās vēstules.

Vai Jums ir kādi hobiji, kas palīdz uzlādēt enerģiju darbam skolā?

Skanēs dīvaini, bet es enerģiju smeļos dabā. Man patīk brīvdienās rīta agrumā iekāpt mašīnā un braukt dabā, lai dotos garākos pārgājienos. Tajā brīdī laika apstākļi man nav svarīgi. Svarīgi ir atgūt emocionālo līdzsvaru. Vēl man patīk taku skrējieni “Stirnu buks”. Jo lielāki dubļi trasē un stāvāki pauguri, kuru virsotnē jānokļūst, jo vairāk emociju. Pēc finiša tikai pozitīvas.

Kura ir mīļākā grāmata, un kāds būtu sapņu ceļojums?

“Vējiem līdzi”. Tā ir laikam no bērnības, jo savu pirmo romānu “Grāfs Monte-Kristo” izlasīju piektajā klasē. “Vējiem līdzi” ir arī mana mīļākā filma, jo varone Skārleta ar savu dzīves uztveri ir tāds tēls, kas palicis atmiņā. Sapņu ceļojums - es laikam vēlētos pastaigāt pa īstiem džungļiem. Vēl varētu aizbraukt ceļojumā, kur kāpt kalnos.

Kāds ir Jūsu padoms skolēniem un kolēģiem?

Nebaidīties pieņemt izaicinājumu, jo tajā brīdī, kad tev piedāvā kaut ko jaunu profesionālajā jomā, vajag teikt jā. Pēc tam, kad šis jā ir pateikts, tad var sākt domāt, kā to realizēt.

Paldies, skolotāj, ka ļāvāt ielūkoties jūsu dzīvē! Veiksmi jaunajā darbā!

**Dārta Novika 11.b,
Marija Gerasimova 12.b**

KARJERAS NEDĒĻA 2025

No 6. līdz 10. oktobrim skolā norisināsies Karjeras nedēļa. Tajā skolēniem ir iespēja iepazīt arvien jaunas ar karjeras izglītību saistītas tēmas: darba tirgus tendences, nākotnē pieprasītākās profesijas, skolā iegūto zināšanu un prasmju pielietojums izvēlētajā nozarē. Šī gada tēma ir "Zaļā karjera Tavai nākotnei", un katru dienu tiks apskatītas dažādas apakštēmas:

- 6. oktobris - Īdens diena
- 7. oktobris - Labo darbu diena
- 8. oktobris - Gaisa diena
- 9. oktobris - Zemes diena
- 10. oktobris - Cits citam diena



2) Tavas karjeras kods - karjeras forums

18. septembrī Salaspils 1. vidusskolā norisinājās karjeras forums 11.-12. klašu skolēniem.

Pasākumu organizēja un vadīja biedrības "Laiks jauniešiem" pārstāves, aicinot palīgā uzņēmējus un speciālistus, lai dalītos pieredzē un iedvesmotu jauniešus par iespējām pēc skolas.

Ar savu pieredzi dalījās:

Biedrības "Pilsēta cilvēkiem" pārstāve Gunita Piterāne, SIA "Korte" direktors Andris Puķītis, SIA "Koka" pārstāvis Normunds Guļajevskis, Nodarbinātības Valsts aģentūras pārstāve Oksana Ošupe, Biedrības "Mellene" pārstāve Anita Hanzena, Uzņēmuma "Pilsakmens" pārstāvis Rihards Mateisons. Skolēni uzzināja par jauniešu līdzdalības un mentoru programmām, brīvprātīgo darbu, pilsētvides nozīmi, kā arī uzņēmējdarbības iespējām.

Visus pieredzes stāstus vienoja kopīga atziņa: izmanto iespējas – tās veido Tavu nākotnes karjeru jau tagad!



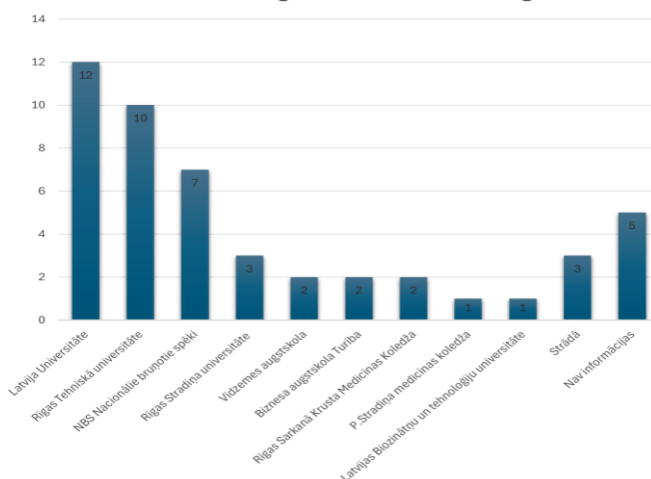
karjeras konsultante **Solveiga Kotāne-Daukste**

NO SKOLAS SOLA – NĀKOTNES PROFESIJĀ

Salaspils 1. vidusskolas 2024./2025. mācību gada absolventi (12. klases) izvēlējušies dažādus ceļus – lielākā daļa turpina mācības augstākajās izglītības iestādēs, daļa pievienojušies darba tirgum vai bruņotajiem spēkiem. Absolventu

atziņas atspoguļo gan lepnumu par skolā iegūtajām zināšanām, gan ieteikumus nākamajiem sekotājiem.

2024./2025. m. g. absolventu monitorings



Statistika par tālāko karjeru:

✓ Augstākās izglītības iestādēs studijas uzsākuši aptuveni 70% absolventi.

Populārākās izvēles:

Latvijas Universitāte – tiesību zinātne, vēsture, ģeogrāfija, matemātika, datorzinātne, biznesa vadība u.c.

Rīgas Tehniskā universitāte – datorsistēmas, mehatronika, elektronika, pilsētas ekonomikas inženierija u.c.

Rīgas Stradiņa universitāte, koledžs – multimediju komunikācija, radiogrāfija/radioloģija, ārsta palīgs, kosmetoloģija u.c.

Biznesa augstskola "Turība", Vidzemes Augstskola, Latvijas Biozinātņu un tehnoloģiju universitāte u.c.

✓ **Medicīnas un veselības aprūpes joma** – ~15% absolventi.

✓ **Militārais dienests (NBS/armija)** ~15% absolventi.

✓ **Darba tirgus** ~5% absolventi.

Komentāri, absolventu atziņas:

✓ Atzinība par skolotāju atbalstu un modernu mācību vidi.

✓ Vēlme, lai vidusskolā būtu vairāk praktisku, tehnisku nodarbību un iespēja apgūt padziļinātu matemātiku un valodu kursus.

✓ Aicinājums skolēniem būt aktīvākiem pašmācībā un izmantot papildus kursus.

✓ Pateicība par draudzīgo atmosfēru un skolotāju pretimnākšanu.

Lai veiksmīgs tālākais karjeras ceļš mūsu absolventiem!

Solveiga Kotāne-Daukste

ATZĪMĒJAM TĒVA DIENU!

Mums visiem labi pazīstama ir Māmiņdiens – svētki 10. maijā, kad mēs apsveicam mūsu mātes un vecmāmiņas. Bet vai zinājat, ka ir arī Tēva diena? Jā, kopš 2009. gada Latvijā septembra otrajā svētdienā oficiāli tiek atzīmēta Tēva diena, kad mēs apsveicam un godinām visus gādīgos Latvijas tēvus un vectēvus. Šogad šie svētki bija 14. septembrī. Latvijā tika atzīmēti jau septiņpadsmito reizi.

Šogad mēs astoto un deviņo klašu solēniem izveidojām aptauju par Tēva dienu ar šādiem jautājumiem: Vai jūs zināt, ka ir Tēva diena? Vai jūsu ģimenē šogad to atzīmēja? Ja jā, tad kā?

Aptaujā piedalījās 124 skolēni no astotajām un 30 skolēni no deviņtajām klasēm. Aptaujas rezultāti liecina, ka 112 no aptaujātajiem astoto klašu skolēniem zin, ka ir Tēva

Turpinājums no 5. lpp ->

diena, un 95 no viņiem savās ģimenēs šogad to atzīmēja. Devīto klašu skolēni visi zināja, kas ir Tēva diena, un 19 no viņiem to šogad svinēja. Aptaujāto vidū vispopulārākie veidi, kā svinēt Tēva dienu, bija šādi – uzdāvināt tētim kādu dāvanu vai kūku, doties uz restorānu, apsveikt tēti vai vienkārši pavadīt laiku kopā. Manuprāt, divi visinteresantākie veidi, kā atzīmēt Tēva dienu, bija doties kopīgā izbraucienā ar riteniem, kā arī brauciens ar kanoe laivām.

Tēva diena nav tikai svētki, bet arī lieliska iespēja aktualizēt tēva lomas nozīmīgumu ģimenē un plašākā sabiedrībā. Manā skatījumā, tie ir ļoti skaisti, nozīmīgi un ģimeniski svētki, kas bērniem jāpavada ģimenes lokā, priecājoties un esot kopā ar saviem tēviem.

Undīne Švirksta, 8.c

9. klasēm aptauju sagatavoja **Gerda Dinbire, 9. d**

SVEIKI, JAUNAJĀ MĀCĪBU GADĀ!

Šī gada avīzi iesāksim ar to, ka parunāsim par sportu, kā jau ļoti svarīgu un aktuālu tēmu bērnu vidū, un to, ko par sportu ikdienā un mācību stundās domā mūsu skolas skolotāji un paši skolēni. No mūsu skolas atbildes uz jautājumiem sniedza sporta skolotāja Liene Seile un sporta skolotājs Edgars Getmančuks.

Kā jūsuprāt sports ietekmē bērnu ikdienu?

“Ikdienas sports bērnam ietekmē viņa intelektuālo attīstību, ja bērns vairāk sporto, viņam labāk veiksies arī mācībās, jo viss ir saistīts ar sportu, kā saka: “Veselā miesā vesels gars.” Kustoties attīstās arī fiziskās īpašības, piemēram, koordinācija, stratēģiskā domāšana, var teikt, ka visa attīstība notiek caur sportu,” skolotājs Edgars Getmančuks

“Sports palīdz plānot, saprast lietas strukturēti, jo treniņā vai sporta stundā un mājās tev ir savs režīms, kuru tu ievēro, un, darot šīs lietas pēc sastādītā plāna, tu sāc iemācīties, kā plānot arī laiku ikdienā,” skolotāja Liene Seile

Cik ļoti nozīmīgas ir sporta stundas skolā? Vai jūtat, ka bērniem tās patīk un interesē?

“Jā, noteikti patīk. Tā kā es strādāju un pasniedzu stundas mazo korpusā, tad sports interesē. Visvairāk patīk spēlēt spēles komandā, kā arī individuāli, un tam ir ļoti liela nozīme,” skolotājs Edgars

“Sporta stundas skolā ir ļoti nozīmīgas, tās vajadzētu vairāk. Labi, ka ir trīs stundas nedēļā. Balstoties uz to, ka mēs zinām, ka pasaulē ir dažādas veselības problēmas cilvēkiem, kuras sākas jau no bērnu dienām, tad sports ir tas, kas ķermenim palīdz uzlabot veselību. Bērniem stundas patīk, taču uz katru klasi ir jāskatās atsevišķi, tāpēc nevar salīdzināt, kura klašu grupa vairāk tās izbauda,” skolotāja Liene

Kāpēc bērniem jau agrā vecumā ir svarīgi attīstīt fiziskas prasmes un nodarboties ar sportu?

“Svarīgi, jo caur sportu notiek prāta attīstība, emocionālā attīstība un empātija vienam pret otru. Sports māca mūs, kā uzvarēt, māca motivēt un arī zaudēt, māca un sagatavo mūs ikdienišķām lietām. Bērni mācās un attīstās caur sportu,” skolotājs Edgars

“Kustība ir dzīvība. Nevajag bērnu jau no mazotnes virzīt pretī kādam lielam sapnim vai trofejām, taču pats sākums noteikti būtu vispārīgā sagatavotība (VFS). Bērns sāk ar to, ka viņš iemācās rāpot, līdz ar to viņam jau ir gēnos būt kustībā. Tāpēc ir svarīgi, jo attīsta mūsu ķermeni, domāšanu, mugurkaulu, veselību, mēs paši sevi pasargājam no aptaukošanās un dažādām traumām, kustība ir vajadzīga,” skolotāja Liene

Aptaujājot dažus mūsu skolas skolēnus no 3. klases līdz pat 9. klasei esam uzzinājuši, ka bērniem un jauniešiem sporta stundās patīk visvairāk spēlēt dažādas spēles, piemēram, badmintonu (kas, starp citu bija vispopulārākā atbilde), izsītējus, volejbolu, zvejnieki tīklā, arī vienkārši komandu sporta spēles, veikt sev kādas iemīļotas aktivitātes.

Esam domājuši arī par to, kādu ietekmi sporta stundas atstāj uz jauniešiem. Apkopojot populārākās atbildes, esam secinājuši, ka sports palīdz kļūt stipram. Pēc sporta nodarbībām bērni jūtas noguruši, priecīgi un enerģiski. Ir arī skolēni, kuriem sporta stundas neko neizmaina ikdienā, un arī tādi, kurus skriešana nomoka.

Jaunieši uzskata, ka attīstīt fiziskās prasmes jau agrā vecumā ir svarīgi, jo tas palīdz uzturēt fizisko formu, palīdz nodedzināt liekos taukus, palīdz muskuļu un kaulu attīstībā, uzlabo sirds darbību, palīdz bērniem neklūt slinkiem un iemāca sava veida disciplīnu.

Tā nu esam noskaidrojuši, ka būt aktīvam nozīmē būt veselīgam. Novēlu katram atrast savu mīļāko aktivitāti, sporta veidu vai vienkārši hobiju un turpināt darboties!

Elza Viļuma, 9.c.

JAUNIE ES NOTEIKUMI



Eiropas Parlaments šomēnes pieņēmis jaunus noteikumus attiecībā uz tekstilizstrādājumu un pārtikas atkritumiem. Šos noteikumus

jau 2023. gada jūlijā ierosināja pārskatīt Eiropas Komisija, jo katru gadu Eiropas Savienībā tiek radīti gandrīz 60 miljoni tonnu pārtikas atkritumu un 12,6 miljoni tonnu tekstila atkritumu, tai skaitā arī 5,2 miljoni tonnu apģērba un apavu.

Pārtikas atkritumu samazināšanai atjauninātajos tiesību aktos ieviesti saistoši mērķi, kas jāsasniedz līdz 2030. gada 31. decembrim. Katrā valstī, tai skaitā Latvijā, atkritumu apjoms par 10% jāsamazina pārtikas apstrādē un ražošanā, bet par 30% uz vienu iedzīvotāju mazumtirdzniecībā, restorānos, ēdināšanas pakalpojumos un mājāsaimniecībā.

Savukārt, lai samazinātu tekstilizstrādājumu atkritumu daudzumu ražotājiem, kas pārdod tos Eiropas Savienībā, būs nepieciešams nosegt to savākšanas, šķirošanas un pārstrādes izmaksas. Šo vajadzēs veikt pēc speciāli izstrādātas shēmas, ko katra dalībvalsts izveidos 30 mēnešu laikā pēc noteikumu ieviešanas. Mazajiem uzņēmumiem jeb mikro-uzņēmumiem būs iespēja prasībām pielāgoties vēl papildus gada laikā.

Jaunais likums jāparaksta gan Eiropas Parlamentam gan Padomei. Pēc tā publicēšanas Eiropas Savienības dalībvalstīm 20 mēnešu laikā ir tas jāieviešo savos tiesību aktos.

Karlīna Koršuna, 12.b



Annija Fridrihsone, 9.e



Nikola Kalva 11.a

EIROPAS ČEMPIONĀTS BASKETBOLĀ



Vēl viens skolas gads ir pienācis, un šogad septembris ir ne tikai atnesis sev līdzīgu rudens sākumu un mācības, bet arī Eiropas čempionātu basketbolā. Tas šogad norisinājās Rīgā, un šodien 12. a klases skolēni Nikolass Dobrovolšis un Ričards Fridrihsone atklās savas pārdomas par čempionātu no basketbolistu skatupunkta.

Kā jūs vērtētu Latvijas basketbola komandas sniegumu šajā čempionātā?

Nikolass - Manuprāt, Latvijai vajadzēja nospēlēt daudz labāk tāpēc, ka viņi jau pasaules čempionātā pierādīja to, ka viņi ir reāli gatavi medaļām un tā piektā vieta iedeva to enerģiju viņiem. Kopumā viņi nespēja slikti, bet tajās spēlēs, kur viņiem reāli vajadzēja "vilkt ārā", viņi nevarēja līdz galam to parādīt. Komanda kopumā nebija līdz galam gatava komandas spēlei, un mums pietrūka daži spēlētāji kā Rodions Kurucs, jo viņš ir viens no tiem spēlētājiem, kas var nodrošināt aizsardzību, kā arī Andrejs Gražulis, kas arī varēja sagādāt pretestību pretiniekiem. Kopumā varēja redzēt, ka komanda bija satraukusies un nevarēja parādīt labāko sniegumu.

Ričards - Jā, es piekrītu Nikolasam. Viņi nebija sagatavojušies, un visvairāk komandai pietrūka Rodions Kurucs, aizsardzība.

Kas bija tavš mīļākais spēlētājs? Kāpēc?

Nikolass - Luka Dončičs tāpēc, ka pats redzēju dzīvā viņa spēli un man ļoti patika, kā viņš kustās ar bumbu, viņa domu gājieni uz laukuma. Skatoties uz viņa spēli, var redzēt, ka viņš reāli palīdz komandai izcīnīt tās labākās vietas. Protams, Slovēnijai nedaudz pietrūka, bet viss, ko viņš izdarīja uz laukuma, ir ļoti augsti vērtēts.

Ričards - Mans mīļākais spēlētājs ir Janis Adetokunbo tāpēc, ka viņa spēles stils ir līdzīgs manam stilam. Kaut gan trīspunktus bieži nemetu, bet es ļoti daudz eju caurgājienos, es iedvesmojos no viņa.

Kura, tavuprāt, bija interesantākā spēle? Kāpēc?

Nikolass - Manuprāt, interesantākā spēle bija par trešo vietu, kurā spēlēja Somija pret Grieķiju. Šo spēli es arī apmeklēju, tā spēle bija interesanta tāpēc, ka Grieķija parādīja ļoti augstas klases basketbolu ar bumbas kustību. Somija vienkārši mēģināja spēlēt līdz galam, kas beigās arī padarīja to spēli interesantu. Kopumā ļoti skatāms basketbols, un man ir prieks, ka Grieķija ieguva trešo vietu.

Ričards - Man arī interesantākā bija spēle par trešo vietu, kurā spēlēja Grieķija pret Somiju, jo skatījos klātienē. Tur spēlēja mans mīļākais spēlētājs Janis Adetokunbo.

Kādas bija tavas čempionāta uzvarētāju prognozes? Vai tās piepildījās?

Nikolass - Pa pusei, jo ļoti cerēju, ka Latvija saņems vienu no medaļām, bet es paredzēju, ka Vācija un Turcija spēlēs finālā. Turcija čempionāta sākumā nebija pretendente uz medaļām, bet man ļoti simpātizēja komanda. Manuprāt, medaļas saņēma tie, kas to pelnīja, bet gribētos, lai arī Latvija būtu to starpā.

Ričards - Manas prognozes bija tādas, ka Vācija būs pirmajā vietā, bet Serbija vai Latvija būs otrajā vietā. Es ļoti cerēju, ka būs Latvija, bet viņiem īsti neizdevās, jo nebija sagatavojušies. Es biju ļoti pārsteigts par Turcijas sasniegumu - respektu džekiem.

Vai šis čempionāts tevi iedvesmoja šī gada basketbola sezonai? Kā tā tiks aizvadīta?

Nikolass - Skatoties spēles, ir ļoti daudz, no kā mēs varējām pamācīties, jo tas bija augstākās klases basketbols. Es domāju, ka tas iedod papildus motivāciju strādāt tālāk, lai attīstītos. Viennozīmīgi, mums būs daudz labāka sezona, jo mums ir ļoti labi saspēlējusies komanda, mēs varam droši pretendēt uz medaļām.

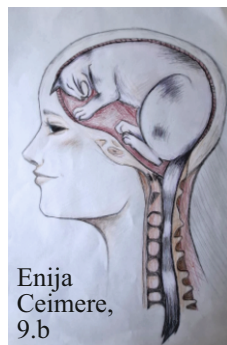
Ričards - Protams, šis turnīrs bija ļoti iedvesmojošs, jo visforšāk bija skatīties basketbola bumbas kustību, tas basketbolā ir ļoti svarīgi. Šajā sezonā mēs noteikti, es esmu drošs, katrā līgā dabūsim pirmo vietu.

Paldies par interviju. Novēlu basketbolistiem panākt mīlami pilnu sezonu Salaspils komandā.

Marta Elīza Eisaka, 12. a

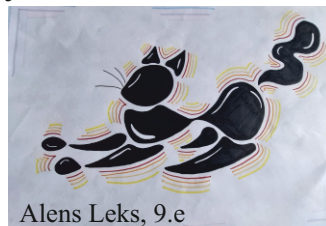
IEPAZĪSIM SKOLAS KABINETUS!

Sveiks, lasītāj!



Vai vari uzminēt, kurā kabinetā gaisā virmo prieks, centība, radošums, ir mākslinieciska atmosfēra? Tieši tā, tas ir 316. - vizuālās mākslas kabinets, kurā parasti saimnieko Aija Belija. Šeit vienmēr iztēle ir visspēcīgākā. Pat pašu blāvāko ideju spēsi pārvērst krāsainā un daiļā zīmējumā. Noteikti esi ievērojis, ka sienas klāj bērnu zīmējumi, kas sniedz spožu ideju, kad pašam tās aptrūkst, bet, manuprāt, tās vienmēr atnāk pašas no sevis. Vēlos teikt skolotājam Aijai lielu paldies par jaukā atmosfēru pavadītajām mākslinieciskajām stundām!

Matīss Začs, 9.a



PROJEKTA DARBS 12. KLASĒ – KAS TAS IR?

12. klasē skolēniem ir jāveic projekta darbs, kas ir nozīmīgs solis un sagatavošanās ceļš uz augstāko izglītību. Projekta darba mērķis ir iepazīstināt, dot priekšstatu par pētniecības procesu, attīstīt prasmi plānot un strukturēt darbu, kā arī sagatavot skolēnus akadēmiskajai videi. Tas būs īpaši noderīgi tiem, kas pēc vidusskolas plāno turpināt studijas augstskolā. Skolēni paši izvēlas, kādā formā veikt projektu - individuāli, pāri vai grupā līdz trim cilvēkiem. **Izņēmums** ir pētnieciskais darbs, jo tas tiek veikts individuāli.

Projekta darbu iespējams veidot vairākos virzienos:

- ✧ **Pētnieciskais darbs (PD)** – zinātniski pamatots pētījums par aktuālu problēmu ar secinājumiem.
- ✧ **Mākslinieciskās jaunrades darbs (JMD)** – radošs projekts mākslā, literatūrā vai mūzikā, kura rezultāts tiek publiski prezentēts.
- ✧ **Mācību uzņēmums (SMU)** – uzņēmējdarbības simulācija, kur skolēni izveido reālu produktu vai pakalpojumu, piedāvā to tirgū un gūst pieredzi.

Šogad projekta darbā ieviesti vairāki **jauninājumi**. Atzīme veidosies citādi nekā iepriekš – kopumā paredzētas sešas ieskaites (katra ar 5% svaru), pats darbs dos 50% no vērtējuma, aizstāvēšana – 15%, bet portfolio – 5%. Tāpat Turpinājums 8. lpp ->

skolēniem vairs nav obligāti jāizvēlas darba vadītājs, ja viņi ir pārliecināti, ka spēj patstāvīgi tikt galā, veicot nepieciešamos starppārbaudījumus. Tāpat tiks ieviests elektronisks žurnāls, kurā būs redzams, vai skolēns sadarbojas ar savu vadītāju.

Mainīta arī aizstāvēšanas kārtība – prezentāciju vietā būs jāveido **stenda referāts** jeb plakāts, kurā jāatspoguļo tikai galvenais: paveiktais darbs, secinājumi un rezultāti. Šāda pieeja palīdzēs izvairīties no daudz informāciju pārskopēšanas, pārāk gariem un saturā liekiem pārstāstiem un veicinās skaidrus, kodolīgus izklāstus. Aizstāvēšanai atvēlētas trīs minūtes.

Darba norisē svarīgi arī termiņi: **novembrī** paredzēta priekšizstāvēšana, bet gala darbs būs jāiesniedz līdz 6. martam. Vēlāk iesniegtie darbi netiks vērtēti.

Par šo procesu īpaši domā šī gada 12. klases skolēni, kuriem pašiem būs jāizvēlas projekta darba veids un jāorganizē aizstāvēšana. Es šobrīd mācos 12. klasē. Tas rada zināmu atbildību un satraukumu, bet tā arī ir iespēja pārbaudīt savas spējas, izvēlēties sev interesējošu virzienu un iegūt pieredzi, kas būs noderīga turpmāk.

Adele Tifanija Romano, 12.b

IEPAZĪSTIES! MŪSU VECĀKI!



Slimnīcas gaitēnos katrs solis stāsta savu stāstu – te kāds gaida uz pārbaudi, te kāds saņem tik gaidītu palīdzību. Medmāsu darbs nav tikai injekcijas un pārsēji; tas ir par cilvēku aprūpi, rūpēm un spēju būt klāt brīžos, kad tas visvairāk vajadzīgs. Viņas ir gan drošības sargi, gan psihologi, gan atbalsts, kad pacients jūtas neaizsargāts.

Bet kā rodas vēlme izvēlēties šo profesiju? Tas ir bērnības sapnis vai dzīves ceļa pavērsiens? Lai to noskaidrotu, uzdevu dažus jautājumus Alekseja (5. klase) mammai, kura savu aicinājumu atradusi rūpēs par citiem.

Kā jūs izvēlējāties savu profesiju?

Es savu profesiju izvēlējos tāpēc, ka bērnībā mani ļoti iedvesmoja vietējās poliklīnikas medmāsa – viņa vienmēr bija smaidīga, laipna un pretimnākoša. Atceros, kad viņa uz manas pacienta kartes uzlīmēja uzlīmi ar zaķīti. Tas radīja vēlmi būt līdzīgai viņai, arī man kādreiz rūpēties par cilvēkiem ar tādu pašu sirsnību.

Kur jūs ieguvāt savu izglītību?

Savu izglītību ieguvu Rīgas Medicīnas koledžā.

Kāds ir jūsu profesijas pilns nosaukums?

Ambulatora medicīnas māsa.

Vai šī profesija ir pieprasīta darba tirgū?

Jā, medmāsas profesija ir ļoti pieprasīta – gan ambulatorajās iestādēs, gan slimnīcās, jo pacientu aprūpe ir nepieciešama ikvienā veselības aprūpes posmā.

Kur vēl var strādāt ar medmāsas izglītību?

Ar māsas izglītību var strādāt stacionārā (slimnīcā), ģimenes ārsta praksē, ambulatorajās klīnikās, rehabilitācijas centros, sociālās aprūpes iestādēs, hospisos, skolās, privātajās

klīnikās, kā arī iesaistīties sabiedrības veselības projektos vai izglītībā.

Kādi ir jūsu pienākumi ikdienā?

Ikdienā nodrošinu pacientu aprūpi, veicu manipulācijas (injekcijas, pārsējus, mērījumus), sagatavoju pacientus izmeklējumiem, sniedzu izglītojošus padomus par slimību profilaksi un veselīgu dzīvesveidu, kā arī atbalstu pacientus emocionāli.

Kā jūs redzat medmāsas lomu veselības aprūpes sistēmā?

Māsa ir tilts starp ārstu un pacientu – viņa nodrošina nepārtrauktu aprūpi, skaidro un palīdz saprast ārstēšanas procesu, kā arī sniedz atbalstu pacienta ģimenei.

Ja jums būtu jāuzraksta viens teikums, kas apraksta, ko nozīmē būt medmāsai – kāds tas būtu?

Būt medmāsai nozīmē ar zināšanām, rūpēm un sirds siltumu palīdzēt cilvēkam atgūt vai saglabāt veselību.

Kādas ir profesijas priekšrocības, kādi ir trūkumi?

Priekšrocības – iespēja palīdzēt cilvēkiem, profesijas stabilitāte, dažādas darba iespējas, personīgā gandarījuma sajūta. **Trūkumi** – liela atbildība, emocionāls un fizisks nogurums, reizēm nepietiekams atalgojums.

Kam jūs ieteiktu izvēlēties šo profesiju?

Šo profesiju ieteiktu tiem, kuriem patīk palīdzēt cilvēkiem, kuri ir pacietīgi, atbildīgi, līdzjūtīgi un gatavi nepārtraukti mācīties.

Paldies Alekseja mammai par sadarbību un veltīto laiku intervijai! Ja vēlies, lai arī par tavu vecāku profesiju uzraksta, droši dod ziņu e-klasē.

Marija Gerasimova, 12.b

MĀJAS KAFEJNĪCU DIENAS



“Mājas kafejnīcu dienas” ir īpašs pasākums, kurā uz vienu vai divām dienām durvis apmeklētājiem ver improvizētas kafejnīcas, aicinot izbaudīt katru Latvijas reģionu caur kulināro piedāvājumu, tradīcijām un kultūru. Par šefpavāriem un viesmīļiem kļūst vietējie iedzīvotāji, kuri ikdienā parasti nedarbojas ar ēdināšanu vai viesu uzņemšanu,

bet šajās dienās cienā viesus ar savas ģimenes vai novada īpašajiem mājās gatavotajiem ēdieniem. Viens no šī pasākuma dalībniekiem bija 9. a klases skolnieks Matīss Začs, tāpēc devos pie viņa, lai uzzinātu vairāk par šo pasākumu:

Kas ir “Mājas kafejnīcu dienas”?

Mājas kafejnīcu dienas ir liels pasākums, lai pārbaudītu savas spējas gan virtuvē, gan viesmīļa lomā. Reizi gadā uz vienu vai divām dienām ir iespēja atvērt savu virtuvi, kā arī apmeklēt apņēmīgu cilvēku kafejnīcas. Šogad gan vairs nav iespēja apmeklēt mājas kafejnīcas, jo pasākums ir no jūnija līdz septembra sākumam. Jau vairākus gadus šis pasākums norisinās visā Latvijā.

Turpinājums no 8. lpp ->

Kāpēc tu tur piedalījies?

Godīgi sakot, uz šo jautājumu man ir grūti sniegt konkrētu atbildi, jo nav tāda viena noteikta iemesla. Galvenais ir pasākuma pievienotā vērtība, viss, ko tas sniedz.

Ko iegūsti no šī pasākuma?

Pasākums saliedē kolektīvu, sniedz jaunu pieredzi, jēgpilni aizņem brīvo laiku un, protams, veicina labas emocijas.

Vai tu jau iepriekš esi piedalījies? Ja jā, tad cik reizes?

Jā, mēs ar ģimeni mājas kafejnīcu dienās šogad piedalījāmies jau trešo gadu pēc kārtas.

Kā Tu uzzināji par "Mājas kafejnīcu dienām"?

Mēs ar mammu pirms četriem gadiem apmeklējām māju kafejnīcas Ogres novadā. Mums iepatikās ideja, atmosfēra, kopīgi izlēmām piedalīties un izmēģināt, uz ko esam spējīgi.

Vai Tu ieteiktu citiem to apmeklēt un piedalīties?

Es pavisam noteikti iesaku apmeklēt jebkuru mājas kafejnīcu, jo tā būs garda un neaizmirstama pieredze, bet pats svarīgākais - labi pavadīts laiks. Protams, ik vienam aktīvistam un apņēmīgam cilvēkam es iesaku izmēģināt savus spēkus un piedalīties mājas kafejnīcu dienā kā kafejnīcas saimniekam, šefpavāram vai viesmīlim, jo pieredze, emocijas un gandarījums būs neatkārtojami liels.

Paldies Matīsam Začam, ka pastāstīja vairāk par "Mājas kafejnīcu dienām" un ka padalījās ar savu pieredzi! Iesaku visiem kaut reizi piedalīties šādā pasākumā!

Evija Zane Borovska, 11. a



**Skolotāj, lai skaista
un prieka pilna
Skolotāju diena!**

EKO SKOLAS PASĀKUMA AINIŅAS



Skolas avīze "Logs"

Iznāk kopš 2006.gada novembra

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

Atbildīgā par izdevumu: sk. B. Mežgale -Turlaja, rakstu korektore sk. A. Voras

Datorsalikums, makets un iespiests tipogrāfijā "Promostart", Bauskas iela 58a, Rīga.