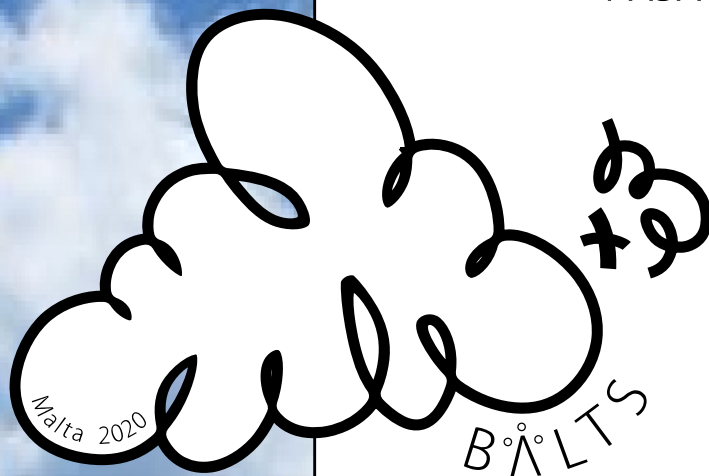




RĪTA ROSME 8.00 - 8.40 MOSTIES AR SMAIDU (Ivonna Pīrāgs)

Smieklu joga ir smieklus izraisošu vingrinājumu un jogas dziļās elpošanas apvienojums ar vieglu staipīšanos, aerobiskām kustībām un pat nelielu lēkāšanu, kas savukārt palīdz smieties sirsnīgi un dabiski bez piepūles.

RĪTA IEVIRZES 10.15 – 12.45

AR MAZUĻIEM

NODARBĪBAS JAUNAJIEM VECĀKIEM - LAIPNI LŪGTI VECĀKU PASAULĒ! (Sarmīte Bambāne, Andželika Kāle)

Nodarbību laikā meklēsim atbildes uz jautājumiem:

- kā piedzimst mamma?
- kā saprasties ar mazuli?
- kā nepazaudēt sevi, kļūstot par vecāku?
- kā mainās pāra attiecības pēc mazuļa piedzimšanas?

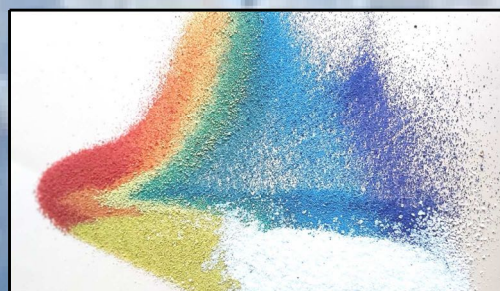
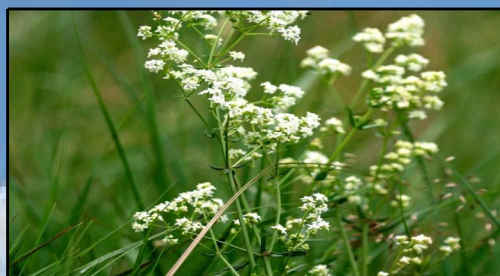
PAŠIEM MAZĀKAJIEM

ES DABĀ, DABA MANĪ (Sanita Ozoliņa-Žubule, Lauris Žubulis)

Iesim ārā un pēfīsim, kur esam nokļuvuši. Meklēsim atbildes uz visiem - lieliem un maziem KĀPĒC. Ļausim dabai mūs pārsteigt un baudīsim visu, ko apkārtne mums sniegs. (3-4 gadi)

AMATS VISA PAMATS...? (Inese Grīnvalde)

Kopā ar septiņām varavīksnes krāsām stāstīsim pasaku; iepazīsim amatus; ciemosimies; domāsim; jautāsim; meklēsim atbildes; sagaršosim; saskafīsim; sasmaržosim; spēlēsim spēles; darbosimies ar krāsainajām smiltīm. Padzīvosim zili, zaļi un citās krāsās, un noskaidrosim, vai BALTS ir VARAVĪKSNE? (5-7 gadi)



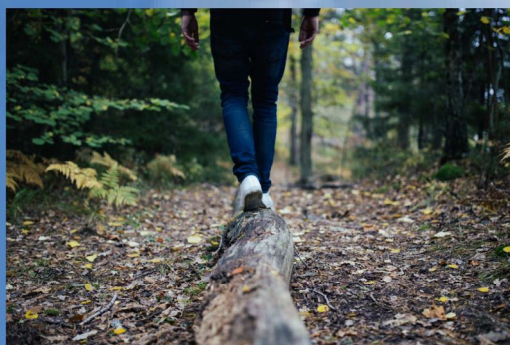


IEPAZĪSTI SPORTU UN MŪZIKU CAUR ROTAĻĀM! (Emīls Spulle un Līta Spulle)

Atfīstīsim un pilnveidosim fizisko sagatavotību caur dažādām rotaļām un stafetēm. Katru dienu veltīsim divas stundas, lai atfīstītu kādu konkrētu darbību, piemēram, mācīsimies pareizi lekt, mest, ripināt, ķert, skriet, rāpot utt. Nometnes noslēgumā rīkosim īstas sacensības ar stafetes elementiem, lai demonstrētu iegūtās zināšanas par pareizi izpildītiem vingrojumiem.

(6-8 gadi)

BĒRNIEM 7-13 GADI



MEKLĒJOT LĪDZSVARU (Ronda un Atis Ķeņģi)

Ieklausies, sasmaržo, sajūti un ieraugi to, kam citi paaugstināt garām. Uzdārksties doties dabā un pamodināt savas maņas! Divu izaugsmes treneru vadībā atradīsi līdzsvaru starp dabu un cilvēku. Būs piedzīvojumi, spēles, *balansa lentas*, eksperimenti un sarunas. Rezultātā Tu zināsi, kā dzīvot saskaņā ar sevi un apkārtējo pasauli, pieņemt dabai draudzīgākus lēmumus, būt drosmīgākam un mērķtiecīgākam.



KUSTĪBA < UZMANĪBA (Jānis Grūtups)

Šajā ekrānu laikmetā mācīsimies saskatīt viens otru, koncentrēsimies, pētīsim savu kustību. Bumbiņas ņemsim palīgā, bet pamatā darbosimies ar acīm.



SENO LATGAĻU KOKA IEROČI (Gatis Kubliņš un palīgs)

Vispirms sadraudzēsimies ar koku. Iepazīsimies. Ieraudzīsim un sajūstīsim koku, atradīsim savu koku mežā, savu koka talismanu, kas tevi gudri vadīs kļūt par koka darbu meistaru atbilstoši savām prasmēm un spējām. Kas būtu Tev atbilstošākais koka ierocis? Vai tā būtu seno latgaļu runga vai zobens ar vairogu kā seno latgaļu karavīriem, varbūt šķēps, kaujas cirvis vai paša izgatavota kaķene?



JAUNIEŠIEM NO 13 GADIEM

APGŪSTI IMPROVIZĀCIJAS TEĀTRI (Dita Nitiša)

Improvizācijas teātra nodarbībās apgūsim, kā droši riskēt un priecāties kļūdīties, mazināsim satraukumu uzstāties publikas priekšā. Šī būs iespēja nedēļas garumā izpaust savu radošumu, iejusties dažādos tēlos un kopīgi veidot improvizētus stāstus.

PIEAUGUŠAJIEM UN JAUNIEŠIEM NO 13 GADIEM

ĢIMEŅU SEMINĀRS (Līga Ruperte, Māra Tupese)

Ģimeņu seminārā mācīsimies, ko un kā darīt un runāt, lai mājās visi justos līdzvērtīgi, pieņemti un mīlēti. Iepazīsimies ar saskarsmi, kas palīdz veidot pozitīvas savstarpējās attiecības katram ģimenes loceklim ar visiem pārējiem. Runāsim par partnerattiecībām, bērnu audzināšanu un visu citu, kas semināra dalībniekiem būs aktuāls. Seminārs domāts kā tiem, kuriem jau ir ģimenes, tā arī tiem, kuri ģimenes dibinās nākotnē. Iegūtās saskarsmes mākas būs pielietojamas ne tikai ģimenē bet arī citās situācijās.

VĪRU SPĒKS (Jānis Atis Krūmiņš)

Ievirzes mērķis - skaidrāk izprast, kāds ir vīrieša patiesais dzīves ceļš. Ielūkosimies vīriešu būfībā, apzināti ieejot tagadnē un iepazīstot katram sevi kā patiesi klātesošu būtni. Noskaidrosim, kā vīrietim apzināties savu vērtību situācijā, kad viņa vērtību vairs nenosaka ieņemamais amats, finansiālais vai sociālais stāvoklis. Pievērsīsim uzmanību tēva nozīmei ģimenes dzīvē. Izzināsim pusaudžu veiksmīgākos atfistības nosacījumus. Ieskatīsimies arī vīru ceļa gājumā vēstures lappusēs. Apzināsimies vīru spēku un gudrību, kā svarīgu posmu Latvijas valsts neatkarības garantam.

ZENTAS MAURINĀS BALTĀS DRĀNAS UN BALTAIS LATVIEŠU FOLKLORĀ (Austris Grasis)

Mana balta māmulīte, mani balti audzināja... Kā mēs to varam tulkot citās valodās, lai arī vācietis, anglis vai zviedrs saprastu to, kas katram latvietim ir pašsaprotams?





RUNAS MĀKSLA (Ārija Liepiņa – Stūrniece)

Mācīsimies novērtēt un apzināties savu ķermeni, apgūsim elpošanas līdz plaušu pamatnēm prasmes, strādāsim ar runas artikulācijas aparāta vingrinājumiem, jautrības brīžus „ķersim” no „mēles mežģiem”, meklēsim savu krāšņāko, bagātāko balsis reģistru.



KADRIĻAS (Sandra Stare)

Kadriļa (franču *Quadrille* no spāņu *cuadrilla* – burtiski "četrus cilvēkus grupa") – tautas un balles pāru dejas. Franču izcelsmes dejas, kas radušies 18. gs. beigās un bijusi ļoti populāra līdz pat 19. gs. beigām Eiropā. Šo deju izplatība, sevišķi Latgalē, norāda uz to, ka tās bijušas ļoti iecienītas tautā. Sākotnēji kadriļas bija inteliģences balles dejas, bet jau 19. un 20. gadsimta mijā tās dejotas it visur – godos, ballēs, krogos un danču vakaros un zaļumballēs.



LINA KREKLA DARINĀŠANA (Jolanta Brīnuma)

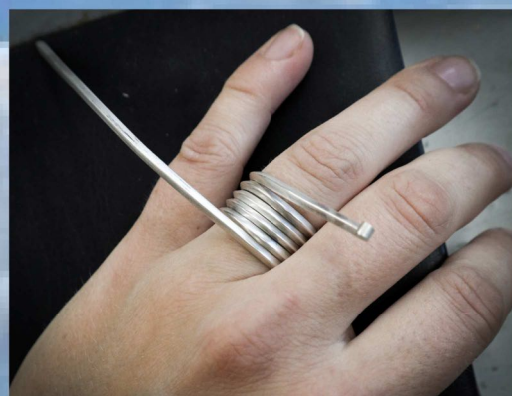
"Ai, lini, mani lini,

Manas pašas garumiņu!

Tur būs man smalki krekli,

Tur baltie paladziņi.

Balts lina kreklis, ar ko rotāties ne tikai svētku reizēs, bet arī ikdienā. Iedvesmu smelsimies no vēsturisko tērpu pūralādes. Šūsim vienkāršus etnogrāfiskos lina kreklus, īsākus garākus, kā pamatu senajam tērpiem.



IZKAL PATS SEV ROTAS !

Rotu kalšana pieder pie latviskā dzīvesveida. Darbojoties šajā ievirzē, Latvijas Amatniecības kameras vadībā būs iespēja apgūt vai papildināt iemaņas kāda gredzentiņa, piekariņa, apročītes vai saktas darināšanā no metāla, t.sk. nosudraba (sudrabs par maksu). Kā ornamentus rotās cenšimies izmantot latvijuzīmes un rakstus. Interesentiem tiks piedāvāta iespēja darināt rotas no dzintara.



MANA VESELĪBA - MANA ATBILDĪBA (Anīta Elksne)

"Cilvēkam tāpat kā jebkurai dzīvai būtnei, veselības pamats ir kustībā. Tapēc katram pašam ir jāprot rūpēties par savu kustību sistēmu - locītavām un muskuļiem. Ķermenis ir arī māja, kurā dzīvo mūsu baltā dvēselīte, un šī māja ir jāprot uzturēt un stiprināt. Kopā veiks muskuļu testus, mācīsimies pareizi pildīt vingrojumus, ar kuru palīdzību var uzturēt labu ķermeņa veselību."



LATVIJAS TĒLS - 50 BALTU GALDAUTU NOKRĀSAS (Inga Oliņa)

Simtgade nosvinēta, vai tās ietekme ir izmērāma? Vai piederību, mīlestību, atbildību pret savu valsti var izmērīt? Ko radījām, ko sasniedzām, ko atstājām? Simtgades svinību veiksmes stāsts - plānveida operācija vai laimīga sagadīšanās? Vai Latvijai ir tēls, kā mēs sevi redzam un vai mūsu redzējums sakrīt ar ārpasauli? Svinību anatomija visās tās nokrāsās.



BALTĀS UN NEBALTĀS DIENAS INFLANTIJĀ (Agris Dzenis)

Inflantija jeb Poļu Livonija ir Latgale Polijas - Lietuvas valsts sastāvā no 1562. līdz 1792. gadam, kad izveidojās Latgales unikālā kultūrvide un iedzīvotāju etniskās grupas. Ielūkosimies rakstītajos vēstures avotos par kariem un sērgām, tiesām un sodiem, miestiem un ciemiem, pagāniskajiem un kristīgajiem ticējumiem, precībām un dzemdībām, jezuītiem un vecticībniekiem, īstenajiem latviešiem, ebrejiem un baltkrieviem, ikdienu un svētkiem Latgalē "poļu laikos".



LABS MEDNIEKS - LABS CILVĒKS (Jāzeps Korsaks)

Medības kā dzīvesveids, darbs, sports un valsts attīstības virzītājspēks. Medības kā zināšanas par visu, kas notiek dabā ap mums un kā tas ietekmē jebkuru. Medību ieroči un rīki. Likumdošana. Mednieku labākie palīgi medību suņi, šķirnes. Suņu pielietošanas īpatnības un specifiskums dažādos medību veidos.

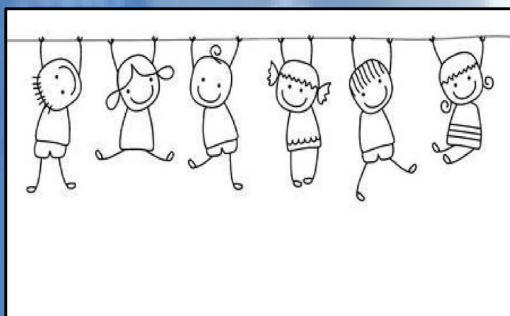
PĒCPUSDIENAS IEVIRZES

14.00 – 16.30

PAŠIEM MAZĀKAJIEM

DARBĪGĀS ROCIŅAS (Laura Skušķe, Ieva Skušķe)

Darbosimies gan telpās, gan svaigā gaisā. Krāšosim, līmēsim un zīmēsim. (3-4 gadi)



FOLKLORA BĒRNIEM (Sarmīte Sedlīņa, Baiba Indrēvica)

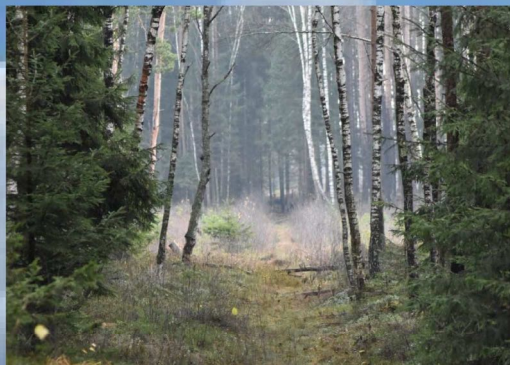
Kopā draudzīgā saimē izdzīvosim balto dziesmās, rotaļās, dančos, stāstos un pasakās, muzicējot un radoši darbojoties. (5-7 gadi)

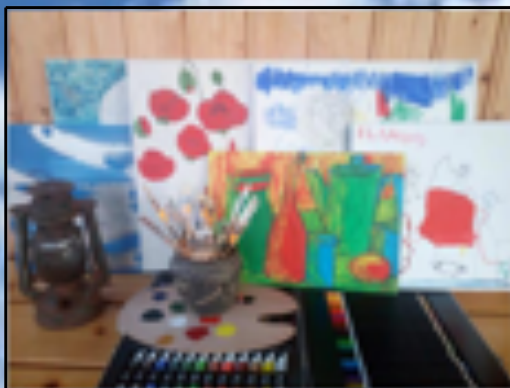


BĒRNIEM 7-13 GADI

VILKU MĀCĪBA (Toms Eduards Grīnvalds)

Dosimies mežā, būvēsim apmetni, gatavosim ieročus un citus nodeīgus instrumentus. Gatavojieties būt ārā jebkuros laikapstākļos - neaizmirstiet par lietus mēteljiem, ūdensnecaurlaidīgiem apaviem, siltām drēbēm. Nav sliktu laikapstākļu, ir tikai nepiemērots apģērbs. Nometnes noslēgumā dosimies nakts piedzīvojumā ar pašiem drosmīgākajiem.





NĀC SAPNOT UN ZĪMĒT ! (Iveta Rozenberga)

Aizver acis un iedomājies pasauli kā Imanta Ziedoņa pasakā: visa pasaule ir balta. Dūmi no skursteņiem kāpj balti, mamma klāj baltu galdaugu, ēdam tikai baltu maizi, dzeram baltu pienu, vistiņa izdēj baltu olu, balts gailis dzied baltu dziesmu. Vai vari ar baltu otiņu uzzīmēt baltu dienu bez nevienas krāsainas svītriņas? Nāc mēģināsim!



PATĪ MĀKU BIZI PĪT (Dārta Elīna Vītoliņa, Baiba Poriķe)

mums jā mācas tos kopt un sargāt. Kopā mācīsimies, kā ikdienā varam matiņus skaisti savākt un pašas ar tiem tikt galā. Pīsim, veidosim un mēģināsim saprast, kādēļ mums reizēm nesanāk iecerētais rezultāts.



ROTKALŠANA BĒRNIEM (Oskars Rozenblats)

Ievirzē būs iespēja darboties ar rotkaļu instrumentiem. Izgatavosim vienkāršus gredzenus, kulonus, būs arī iespēja radoši izpausties un radīt savu pienesumu izgatavotajā rotaslietā.

JAUNIEŠIEM NO 13 GADIEM



POLITIKA JAUNIEŠIEM (Zelma Sergejeva)

Var teikt, ja tu neveido politiku, tā veido tevi - nosaka kā tu iegūsi izglītību, ceļosi, maksāsi nodokļus un kā varēsi novietot auto uz ielas. Šķiet, politika ir pastāvējusi kopš pastāv cilvēki, un nekur tā arī nepazudīs. Apskatīsim to nacionāli, starptautiski un idejiski!

PIEAUGUŠAJIEM UN JAUNIEŠIEM NO 13 GADIEM



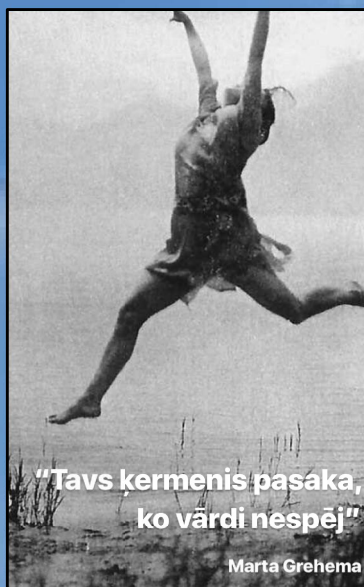
IZPRAST PASAULI PASAKĀS (Laila Kirmuška, Jānis Kirmuška)

Pieaugušais un pasakas. Pasakas var stāstīt, klausīties, rādīt, radīt, rakstīt... Kādas iespējas bērniem paver pasakas? Brīnišķīga iespēja radoši izpausties, atklāties, saprasties.



GADSKĀRTU UN GODU ĒDIENI (Rīta Siņavska)

Gatavosim tādus gadskārtu ēdienus kā, piemēram, siesim Jāņu sieru, cepsim maizīti, kuru noēst ar zaļumu sviestu, speķa pīrādziņus, zirņu pikas, kā arī latgaliešu ēdienus, piemēram, buļbešņikus, murcovku, zakusku, kļockas ar dūšām, Aulejas kļockas... Kopā pagatavosim rozītes, smilšu mīklas cepumus, *riekstiņus*, biezpiena bumbiņas, ķimeņu standziņas, vafeles u.c.



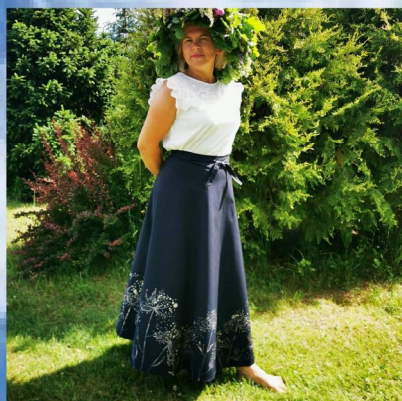
DEJAS UN KUSTĪBAS - "BALTĀKAM" ĶERMENIM UN "BALTĀKĀM" DOMĀM (Inga Liepiņa)

Deju un kustību terapija ir veselības aprūpes joma Latvijā un tā tiek pielietota, lai uzlabotu veselību. Tā balstās izpratnē par ķermeņa un prāta savstarpējo mijiedarbību. Saieta laikā ievirzē būs iespēja atgūt vai nostiprināt kontaktu ar savu ķermeni un emocijām, apzināt un attīstīt savus resursus, radošo potenciālu, nostiprināt pašapziņu, apgūt trauksmes mazināšanas tehnikas un ļauties kustības dziedinošam spēkam. Lai piedalītos ievirzē, nav jāprot dejot!

BOLTA EIMU AR DZĪSMENI (Biruta Ozoliņa)

Tautas dziesmas, baltas dziesmas. Dziedāsim, klausīsimies teicēju balsis ierakstos, ieklausīsimies un analizēsim, kas raksturīgs viņu dziedājumā. Meklēsim veidu, kā dziesmas pašiem izdziedāt, lai tās atbalsojas tautas dvēseles dziļēs glabātajos avotos, un, lai tām būtu mājvieta katram savas dvēseles klusākajā telpā, kur mājā visi šai pasaulē un dzīvē gūtie iespaidi. Lai Bolta Eimu!





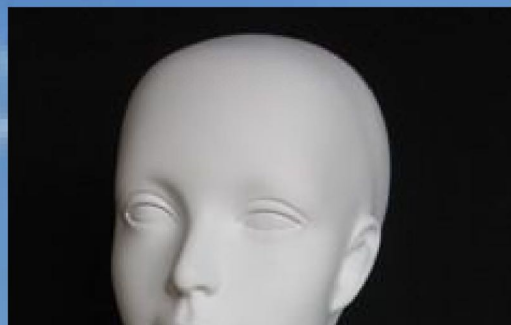
IZRAKSTI SAVUS BRUNČUS (Ieva Hofmane)

Ievirzes laikā katra dalībniece uzšūs sev apliekamos kokvilnas vai lina brunčus. Lai padarītu tos īpašus un atšķirīgus, pašas veidos brunču zīmējumu kompozīcijas. Meklējot ierosmi no dabas vai etnogrāfijā, audumi tiks izrakstīti balināšanas tehnikā.



SAVA CILTSKOKA VEIDOŠANA (Egils Turss)

Par iespējām internetā atrast informāciju par senčiem - kur un kā meklēt, kā labāk izmantot atrasto informāciju tālākai pētniecībai, kā pareizi "izlasīt" digitalizētās baznīcu grāmatas, par citiem internetā pieejamajiem resursiem, kā arī par ciltškoka veidošanai izmantojamām programmām.



TEĀTRIS VISĀS TĀ IZPAUSMĒS (Kārlis Tols)

Caur teātra mākslas paņēmieniem un meistarklasēm radīt improvizētus un iestudētus priekšnesumus, lai pietuvotos un atklātu to, kas mūsos un mūsu senčos ir bijis, ir, un paliks BALTS. Mūsdienās teātris vairs neturas pie konkrētas formas, kā arī teātra mākslā ir novērojama daudzu citu mākslu simbioze. Radīšanas procesā dalīsimies savās pieredzēs un sajūtās, savienosim kopā mūsu talantus un prasmes, lai saprastu, kāds tieši IR, kā izskatās, kā skan, kā smaržo mūsējais BALTS. Nekas nav tikai "balts" vai "melns", tāpēc galvenais uzdevums šajās meistarklasēs būs saprast kādi esam mēs paši mijiedarbībā ar saietu vadmotīvu, kas ir mums gan sakrāls, gan fīrs, un vieno mūsu cilti kopš senseņiem laikiem.



PODNIECĪBA LATGALĒ

Latgale ir slavēta ar podnieku dzimtām, kur māla meistari profesiju manto no paaudzes paaudzē. Strādāsim ar mālu un taisīsim noderīgas lietas, ko pārvest mājas piemiņai. Kopā mācīsimies mālu izmīcīt, veidot no tā dažādas formas, izmantojot tikai savu pirkstu veiklību. Meklēsim dabā instrumentus, lai podiņiem iezīmētu neatkārtojamus rakstus. Ar akmens vai stikla oļa palīdzību pulēsim podiņus līdz spīdumam.



BALTU PIRTS (Nellija un Andris Kiščenki)

Baltu pirts - mūsu senču mantojums - kā dzīves neatņemama sastāvdaļa. Kāpēc mūsu platuma grādos tā ir tik nepieciešama? Pirts kā veselības iemesisojums: viss, kas mums nepieciešams, ir dabā mums blakus. Runāsim arī par baltu zīmju izmantošanu pirtī.



KOKAPSTRĀDE (Viktors Koroļonoks)

Koka interjera un saimniecībā nodeīgu lietu izgatavošana - tā ir koka otrā dzīve, iespēja ienākt mājās gaismekļa, plaukta, skapīša, virtuves piederumu veidolā. Kokam kā dzīvam materiālam ir sava enerģētika, aura. Darbnīcā piedāvāju izgatavot katram savu gaismekli - "Jāņu nakts ugunsgrāvis". Lai Jāņu nakts baltā gaisma vairo baltas domas arī tumšajos ziemas vakaros!



SIEVIETES SPĒKS, TĀ AVOTI (Inese Krūmiņa)

Dalīsimies domās par mūsdienu sieviešu stiprajām un vājajām pusēm, "zīmēsim" sievietes ideālo modeli. Pārrunāsim, ko esam saņēmušas instinktīvajā (arhetipiskajā), dzimtas un kultūras mantojumā, un, kā šīs trīs vienības mijiedarbojas. Meklēsim iedvesmas un spēka avotus katra sev un kopībā. Runāsim par mīlesfības plūsmu un inciāciju, dzīvību, nāvi, misiju un citām eksistenciālām tēmām. Dalīsimies sajūtās un atklāsmēs.



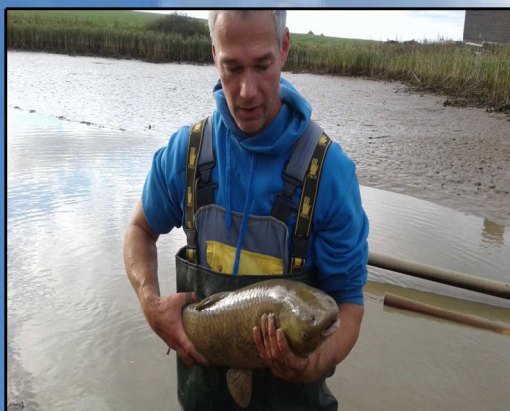
SAJŪTU BUNGU DARBNĪCA (Ilze un Sergejs Bušjevi)

Bungas ir instruments, kas palīdz mūsu tautai mosties un uzsākt savu Gaismas ceļu. Bungas kā pērkonis veic cilvēkā emocionālo izlādi un atbrīvo no iekšējās spriedzes. Sajūtu bungu darbnīcā būs iespēja iepazīties ar Sajūtu bungām, sajūst bungu radīto vibrāciju un skanējumu, kā arī pašiem radīt savas īpašās bungas. Katrs varēs izveidot savu bungu riņķi no sagatavēm un personalizēt to, iededzinot tajā kādas zīmes vai rakstus. Tālākais darbs būs ar bungu ādu, to apstrādājot un uzvelkot uz riņķa.



MĒS VISI ESAM NESADERĪGI (Gita Meldere)

Personību sadarbība ir nevis vispārpieņemams fakts, bet vērā ņemams sasniegums. Tas rodas no katra cilvēka zināšanām par sevi un citiem, kā rezultātā var tikt radītas jēgpilnas uzvedības paraugu izmaiņas. Ievirzes laikā, interaktīvi darbojoties, gūsiet ieskatu par sevi un citiem.



DĪĶIS, KĀ MAZDĀRZIŅŠ (Raivis Apsītis)

Apskatīsim un runāsim par dažādiem dīķu veidiem un to izveidošanu, par piemērotas vietas nolūkošanu, par zivīm, kādas tajos var audzēt, par zivju barošanu, zivju ziemošanu, dīķu uzturēšanu. Mēģināsim ieklausīties kā dīķis elpo, kā viņš dzīvo, mēģināsim dīķi saskatīt kā veselu dzīvu organismu, vienotu, pašpietiekamu sistēmu, kurā ieklausoties var gūt daudz vērtīgu atziņu, gūt redzējumu no cita skatu punkta. Zivju audzēšana, kā harmoniskas dzīves sastāvdaļa, jo zivis, dīķis un ūdens tajā ir arī sava veida meditācija.



SENO ĀDAS APAVU DARINĀŠANA (Agrita Krieviņa)

Ievirzē iepazīsimies ar 10.-14. gs. ādas apaviem Latvijā: vēsturi, veidiem, apavu darināšanas posmiem un praktisku apavu šūšanu. Ņemsim mērus, veidosim izklājumus, piegriezīsim, šūsim. Iemācīsimies dažādas ādas savienošanas tehnikas un darba paņēmienus. Daļībniekiem vajadzīga laba griba, stipras rokas un pacietība.

PIEVAKARES IEVIRZES

16.45 – 18.00

(katru dienu var izvēlēties citu!)

VISIEM VISIEM

APVĀRSNIS (katru dienu cits lektors)

Katrai vietai ir īpašs stāsts, kuru veido un turpina stāstīt tās iedzīvotāji paudžu paaudzēs. Visas nedēļas garumā klausīsimies novadnieku stāstus un iepazīsim maltiešus mazliet tuvāk.

APVĀRSNĪTIS (pievakares pasākums bērniem)

Kurš saka, ka tikai lielie vēlas uzzināt kaut ko jaunu? Katru vakaru aicināsim visus mazos skrējējus, rāpotājus un auļotājus uz pievakares pasākumu tieši viņiem. Par to, kas tad īsti notiks "Apvārsnītī", varēsi uzzināt tikai pats - atnākot un izbaudot aktivitāšu dažādību.

PIESKĀRIENA IEDZĪVINĀŠANA IKDIENĀ (Evita Kubliņa)

Topi balts ar pieskārienu - tik maigu un vieglu kā tauriņa lidojums! Tauriņu pieskāriena masāžas spēj strauji atjaunot cilvēkos dabiskās enerģijas plūsmu. Tauriņu pieskāriena masāža ir Evas Raihas dāvana cilvēcei un tā ir pašpalīdzības metode, kuru var izmantot jebkurš, palīdzot dziedināt citam citu, justies laimīgiem, tīriem un baltiem.

VAKARĒŠANA

Kad diena jau rit uz otru pusi, ir laiks atvilkt elpu, mierīgi pasēdēt, patērēt, izkustināt rokas, lai radītu kaut ko skaistu. Kopā ar vietējām rokdarbniecēm gausā manierē tapināsim, veidosim, radīsim un izbaudīsim.





SADZIEDAMI, MĒS, MĀSIŅAS !

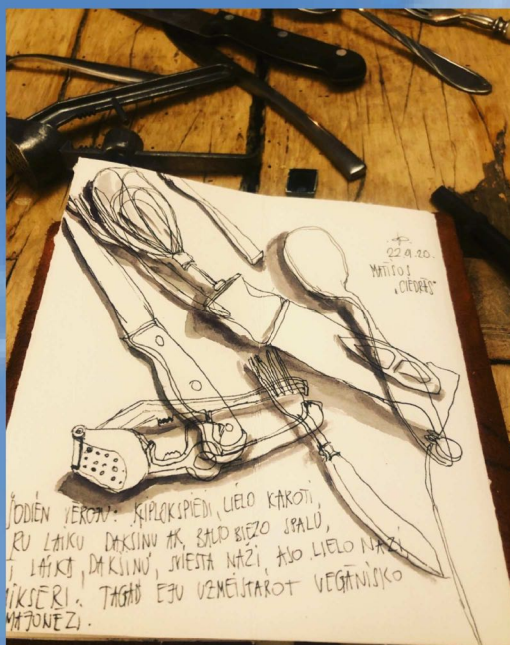
(Gerda un Gundega Grūtupas)

Tā kā mēs abas esam māsas un mums, tomēr, ir spēcīga saikne, gribam parādīt, ka katrā brāļu vai māsu duo, trio, kvartetā vai vēl vairāk, ir savs kopīgs spēks un enerģija, ko jūt tikai otrs. Mūsu plānos ir dažādas spēles un pārbaudījumi, kas saistās ar brāļu un māsu uzticību, zināšanām vienam par otru un arī jaunatklāsmi par katru. Mācīsimies saprasties caur skaņu, dziesmu, jo tas ir tas, kas laikam mūsos arī "spēkojas", vieno, urda - tā ir pamatdoma, ko vēlamies sniegt arī citiem brāļiem un māsām.



BALTIE PRĀTI (Biruta Elīza Kirmuška)

Paskatīsimies, paklausīsimies, padomāsim – prāta spēles jautrās noskaņās! Balto prātu vakaros, kad satiekas balto domu cilvēki, tiek likti prāti kopā, lai atšķetinātu uzdevumus, mīklas. Komandām būs iespēja sacensties gan viktorīnas spēlē, gan foto orientēšanās sacensībās un atklāt Maltu.



PILSĒTVIDES ZĪMĒŠANA (Daina Domašūte)

Zīmēsim viegli to, ko redzam un jūtam. Izpaužīsimies ar ūdenskrāsām, tušu, žagariņiem rapidogrāfiem. Būs prieks, kāda jauna iemaņa un jauka kopā būšana.



ŠMAKOVKAS TRADĪCIJAS LATGALĒ (Jānis Krivtežs)

Šmakovka ir latgaļu stiprais, alkoholiskais dzēriens, kas jau izsenis ir darināts Latgales pusē. Tā kā Latgalē ir dzīvojušas daudzas tautas, un katrās mājās šmakovkas taisīšana ir unikāls, radošs process, laika gaitā ir tapis varens recepšu krājums. Izpētīsim šmakovkas - Latgalē senākā alkoholiskā dzēriena, kas ir reģiona kulinārais mantojums - vēsturi un uzzināsim, kā ar tradīcijām var pelnīt naudu un taisīt biznesu. Latgalē ir četri šmakovkas muzeji, ikviens no tiem ir savdabīgs un atšķiras no pārējiem.