



3x3 Baldonē

2025. gada 20. - 27. jūlijs

Saieta vadmotīvs - **Avots**

IEVIRŽU APRAKSTI

Aicinām katru saieta dalībnieku izvēlēties vienu rīta un vienu pēcpusdienas ievirzi, kuru apmeklēt nedēļas garumā. Pievakares ievirzes būs kā darbnīcas, kurās katru vakaru būs iespēja darīt kaut ko citu. Pieteikšanās uz tām notiks, ierodoties uz vietas saietā.

RĪTA ROSME

Katru dienu cits vadītājs



Maksimālais dalībnieku skaits - nav limits

Rītus sāksim ar izkustēšanos svaigā gaisā, lai pamodinātu savu ķermeni un prātu. Katru rītu, cita trenera vadībā, iestiepsimies, palocīsimies, nedaudz pameditēsim, arī palēkāsim un paskriesim. Uz rīta rosmi nav jāpiesakās, pamosties, pamodini savus kaimiņus un nāc ārā! Ja tev ir savs vingrošanas paklājiņš, droši ņem līdzi.

Rīta ievirzes Bērniem un jauniešiem 10.15 - 12.30

LAIMES BĻODA (0-2 GADI KOPĀ AR VECĀKIEM/U)

Kristīne Reikmane, Laura Eglīte-Jefanova



*Maksimālais dalībnieku skaits
- līdz 6 ģimenēm 1 reizē*

Rīts kopā ar mammām un mazuļiem, lai pārrunātu aktuālo, relaksētos silto graudu bļodā. Reizē ar ģimeni un bērniem, katra vecāka dzīvē ienāk daudz un dažādu emociju un domu. Ne vienmēr tas ir viegli, reizēm šķiet, ka tik grūti, kā ir man, nav nevienam. Mēs krītam un mācāmies piecelties. Mēs kašķējamies un niķojamies, bet tā mēs arī mācāmies savaldīt savas emocijas. Svarīgi nav tas, cik mums ir kļūdu vai cik reizes pakrītam, bet gan tas, kā mēs ar tām tiekam galā.

Siltums, drošība, iekļūstīgs atbalsts - tas viss tik ļoti ir nepieciešams mūsdienu vecākam, kamēr bērni ir mazi. Nāc uz ikrīta atbalsta grupām sarunās par Tev aktuālo, lai to saņemtu!

AVOTIŅŠ (3-5 GADI)

Inguna Žogota, Vija Vīgante



Katru dienu nodarbosimies ar "Avota radīšanu" mākslā, zīmēsim latvju rakstus, vērsim pērlītes, gatavosim rotaļlietas, stāstīsim un klausīsimies avota stāstus, veidosim kolāžu "Avota dzīve". Dosimies pastaigās un būsim mazie dabas pētnieki. Spēlēsim spēles, iesim rotaļās, būs dažādas kustību aktivitātes. Ja iespējams, var paņemt līdzī avota krāsas lupatiņas vai aplikācijas papīru.

Maksimālais dalībnieku skaits - 12

AUGSTĀK PAR ZEMI! (5-7 GADI)

Audris un Līga Ločmeļi



Kopā ar bērniem pētīsim un izzināsim pasauli, eksperimentēsim un veidosim radošus darbiņus. Muzicēsim un mēģināsim arī paši pagatavot mūzikas instrumentus. Dosimies laukā, spēlēsimies un draudzēsimies!

Maksimālais dalībnieku skaits - 15

LEGO ROBOTIKA (7-12 GADI)

Gundega Stūrīte



Ja tev patīk darboties ar Lego un nebaidies no datorpeles, tad esi gaidīts nodarbībās, kur būs iespēja darboties ar Lego robotikas komplektiem "Spike Essential". Konstruēsim dažādus modeļus gan pēc dotajām instrukcijām, gan radoši būvēsim paši. Mācīsimies tos savienot ar datoru, programmēsim, testēsim, uzlabosim un pārveidosim izveidotos robotus.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 8*

KERAMIKA (7-12 GADI)

Madara Atiķe un Anna Bartkeviča



Keramikas nodarbība ir iespēja radoši izpausties, veidojot unikālus mākslas darbus no māla. Procesā iespējams iepazīt dažādas tehnikas, piemēram, podniecību vai figūru veidošanu ar rokām. Tā ir ne tikai relaksējoša, bet arī izglītojoša pieredze, kas ļauj attīstīt prasmes un iztēli. Šādas nodarbības bieži vien rada arī prieku par pašu rokām radīto rezultātu.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 20*

EJAM DABĀ! (7-12 GADI)

Baiba un Rolands Auziņi



Iesim ārā dabā - pāgājienos pa mežu un iespējams arī purvu. Iepazīsim dabu ap mums, papētīsim, kas dzīvo mazās upītēs. Nedaudz orientēsimies, spēlesim spēles un labi pavadīsim laiku svaigā gaisā!

Maksimālais dalībnieku skaits - 15-20

KOKA DARBI TĒVIEM UN DĒLIEM (7-12 GADI)

Jānis Grantiņš



Ja tev ir dēls un abiem patīk arī koks, tad šī ir īstā vieta.

Kopā darbosimies-katrs, kurš jau drīkst varēs sev uzmeistarot tieši sev radītu alus kausu, bet mazākajiem dalībniekiem būs iespēja uztaisīt sev kādu koka auto. Palīdzēšana abos virzienos OBLIGĀTA!!

*Maksimālais dalībnieku skaits
- 10 bērni+10 pieaugušie*

IZAUGSMES CEĻOJUMS JAUNIEŠIEM "IESPĒJU AVOTA MEKLĒJUMI" (13-17 GADI)

Kristīne Vilcāne



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 20*

Pasaule ir pilna iespēju un izaicinājumu. Kā neapmaldīties? Kā stiprināt prasmi saskatīt iespējas, kā atklāt un izmantot savus iekšējos resursus. Kā pārvarēt izaicinājumus? Dosimies izaugsmes ceļojumā, lai meklētu atbildes uz jautājumiem, kas pavada jauniešus ceļā uz pieaugušo dzīvi. Meklēsim dažādos virzienos: atklāsim emocionālās labbūtības resursus, apgūsim finanšu prasības zināšanas, sajūtīsim dabas spēku, sapņosim un definēsim mērķus, sadarbosimies un atbalstīsim viens otru. Kas to zina, kur ceļš aizvedīs?



Rīta ievirzes
Pieaugušajiem un jauniešiem no 13 g.
10.15 - 12.30

SPĒKA AVOTI LATVIJAI UN KATRAM NO MUMS

Līga Meņģelsone



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 20*

Lai mēs katrs atsevišķi un visa Latvija kopā būtu spēcīgi un pašpietiekami, mums jāatrod veidi kā to realizēt dzīvē. Kā veidot stipras kopienas, stipras biedrības, kur varam gan radīt kopējo sabiedrisko labumu, gan radīt jaunas darba vietas, tā stiprinot savu kopienu. Nāc un liksim plānu kopā!

RUNAS MĀKSLA
(NO 15/16 GADIEM UN PIEAUGUŠIE)

Ārija Liepiņa-Stūrniece



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 16*

Mēs mērķtiecīgi (bet ar prieku!) mācīsimies novērtēt un apzināties savu ķermeni, apgūsim dziļās elpošanas līdz plaušu pamatnēm prasmes, strādāsim ar runas artikulācijas aparāta vingrinājumiem, zināmus jautrības brīžus "ķersim" no "mēles mežģiem", meklēsim savu krāšņāko, bagātāko balss reģistru. Sešās nodarbībās centīšos saprast katra audzēkņa problēmas, lai varētu piedāvāt visprecīzāko ceļu to risināšanai. Mācīsimies runāt dzeju, prozu, tautas dziesmas, uzzināt tās būtiskās lietas, kuras jāapgūst un jāliek lietā publiskajā runā. Apgūsim prasmes runāt mikrofonā. Gatavosim priekšnesumu saieta noslēguma koncertam.

DZIMTA KĀ RESURSU AVOTS

Aloida Jurčenko



Maksimālais dalībnieku skaits - 30

Apzinot "dzimtas spēku" kā mūsu fiziskā un garīgā spēka avotu, nedēļas laikā pievērsīsimies jautājumiem:

Kas ir "dzimtas spēks"?

Kas veido "dzimtas spēku" un kā tas izpaužas?

Kas ir dzimtas programmas, kā rodas un kā tās var mainīt, lai turpmāk paši spētu veidot savu likteni savā un dzimtas pēcteču labā?

Dalīsimies personīgajā dzīves pieredzē un ar praktisku vingrinājumu palīdzību meklēsim atbildes uz ievirzes dalībnieku jautājumiem.

MĪĻOTAVA: PIESKĀRIENI. KLĀTESAMĪBA. KONTAKTS. TUVĪBA. DROŠĪBA. (18+ GADI)

Jolanta Bogustova



Maksimālais dalībnieku skaits - 30

Ievirze 18+, kur trennēsim tuvības un ķermeņa apzinātības prasmes, kas uzlabo savstarpējo kontaktu, palīdz vienam otru iepazīt no jauna un labāk sajust sevi pašu. Vairosim klātesamību, interesi un drošību, mazināsim vientulību, aizvainojumus. Mācīsimies labāk apzināties savas emocijas, vēlmes un vajadzības. Pētīsim, pēc kādiem pieskārieniem ilgojos un tik pat svarīgi, ko nevēlos - prast to cieņpilni komunicēt. Mācīsimies atpazīt savu patieso Jā un Nē. Tas palīdzēs būt saprotamākam pašam sev, vairoš drosmi būt patiesākam, baudu, prieku un uzticību mijiedarbībā ar otru. Ievirzes ietvaros pārrunāsim personiskās robežas un seksuālās uzvedības drošības aspektus - gan pašam, gan kā par to runāt ar bērniem, kā mācīt atpazīt nedrošus pieskārienus un uzvedību, kā sevi sargāt.

Ievirze piemērota introvertiem un cilvēkiem ar traumatisku pieredzi. Var nākt viens pats vai pāri.

MANA MĀJA - MANA PILS

Juris Grīnvalds



Šajā ievirzē runāsim par to, kas tad īsti ir LABA māja, no kā tā sastāv, pēc kādiem kritērijiem izvēlēties būvmateriālus un kādi materiāli tiek ražoti Latvijā. Dalīsimies katrs savā pieredzē par to kādus izvēlēties pamatus, no kā taisīt sienas un ko darīt ar jumtu, siltināt vai nesiltināt, kas ir gudra māja un daudz ko citu par mūsu mājām. Šī būs saruna par to, kā savu māju padarīt par savu pili!

Maksimālais dalībnieku skaits - 20

ROTU KALŠANA PIEAUGUŠAJIEM

Uldis Melbergs un Andris Gobiņš



Aproču, gredzenu, saktu gatavošana no bronzas un sudraba. Par sudrabu jāmaksā 1,50 eiro gramā. Vienojoties varēs gatavot arī ko citu, vadoties no iespējām, materiāla esamības un laika limita.

Maksimālais dalībnieku skaits - 15

LATVIEŠU SKATUVISKĀ DEJA

Edžus Arums



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 20*

Latviešu skatuves dejas kustībai Latvijā ir ļoti svarīga loma un vieta daudzu Latvijas cilvēku dzīvēs. Tā ir mūsdienu Latvijas kultūras telpas neatņemama un unikāla sastāvdaļa. Deja domā, deja stāsta, deja piedzīvo, deja saglabā un rada. Ķermenis, ritms, ornamenti, simboli, rituāls, apziņa un kopā būšana. Kolektīvā doma un enerģija, kas bagātina katru individu. Zināšanas, kas tiek ieliktas kustībā, spontānā kustība, kas tiek apzināta - viss ir svarīgs un nepieciešams ikdienas izdzīvošanas ābecei.

Dejot ir laime! :)

NEIROGRAFIKA - MANS CEĻŠ PIE SEVIS

Jana Zeltiņa



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 10*

Neirografika ir radoša zīmēšanas metode, kas palīdz izpaust iekšējos procesus, mazināt stresu un atrisināt dažādas dzīves situācijas. Tā apvieno mākslu un psiholoģiju, ļaujot ar līniju un formu palīdzību simboliski strādāt ar savām emocijām, domām un apziņas blokiem. To var izmantot kā pašizziņas, meditācijas vai pat terapijas rīku, un zīmēšanai nav vajadzīgas nekādas priekšzināšanas - galvenais ir ļauties procesam!

ŠUJAM SENO APĢĒRBU

Vija Liepa



Nāk tie, kuri nebaidās darba. LĪDZI ŅEM AUDUMU UN PIESKANĪGU DIEGU!!! Ja ir, tad ērtības labad adatu, grieznes, mērlenti un kniepadatas. Senajiem tērpiem audums pelēki baltos toņos, mūsdienu tērpiem - pēc gaumes un patikšanas. Ja nezini, kāds un cik daudz audums nepieciešams, līdz 1. jūlijam sazinies ar mani vija.liepa@inbox.lv.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 10 līdz 12*

ZĀĻU SIEVAS PADOMI

Līga Reitere



Aicinu sievas iebrist plāvā, iepazīt augus, pagatavot receptes, dziedināt sevi un citus. Katrā nodarbībā dosimies dabā un lasīsim zālītes, plūksim puķes un pīsim dažādus vainagus, gulēsim zālē un klausīsimies kā zeme elpo. Katru reizi būs sava tēma: Augu mācība, Savvaļas aptieka, Skaistumkopšana, Ziedu pirts, Ziedu vainagi, Zaļās receptes. Dalībniekam līdzī jāņem: nazis, pakulu vai lina auklas kamols, auduma kuļģene, ērti apavi.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 30*

LATVISKĀ VIRTUVE

Ulvija Brīvlauka un Ieva Kuške



Klāsim galdus, sekojot gada ritam. Gatavosim senus rituālos gadskārtu ēdienus, kā arī jaunāku laiku "riktes". Lai darbi labāk veicas, ievīsim arī atbilstošas dziesmas un kādu rotaļu.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 20*

MEDĪBAS, MEDĪBU SAIMNIECĪBA UN TĀS KOPŠANA (18+ GADI)

Toms Grīnvalds



Medības, meža zvēru pētišana, iepazīšana un meklēšana ir mūsu asinīs. Esam dzīvojuši saskaņā ar dabu vairākus tūkstošus gadu. Dosimies mežā, sajūtīsim zvēru tuvumu, meklēsim tos un iepazīsim medību tradīcijas. Ievirze 18+.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 9*

GLEZNOŠANA

Iveta Rozenberga

Mākslai vajag telpu un šogad mākslas telpa būs Baldonē. Nāc gleznot! Radīsim kompozīcijas ar krāsām uz audekla.



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 20*

DZIMTAS IZPĒTE NO AVOTIEM INTERNETĀ

Raimonds Jaks

Šī ievirze tev palīdzēs noskaidrot vairāk par taviem senčiem, viņu dzīvi un izcelsmi. Smelsimies dokumentus no interneta avotiem, noskaidrosim tavu senču vārdus, dzīves vietas un nodarbošanās. Varbūt izdosies apstiprināt vai sagraut senas dzimtas leģendas un atrisināt neatminētas dzimtas mīklas. Paņem līdzi savu datoru vai planšeti.



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 10*

**Pēcpusdienas ievirzes
Bērniem un jauniešiem
14.00 - 16.30**

PIEDZĪVOJUMU AVOTA PRIEKOS UN KRĀSĀS (3-5 GADI)

Laura Skušķe, Baiba Krūmiņa



Vairāk vai mazāk ar bērniem spēlēsimies, ja laiks mūs lutinās, dosimies pastaigās, spēlēsim stafetēs, un piedzīvosim kopā būšanu.

Izveidosim katrs savu personalizētu krekliņu, termoplēves tehnikā.

Lūgums vecākiem parūpēties par kokvilnas krekliņu apdrukai. Nav nepieciešams krekliņu pirkt speciāli šai ievirzei - saudzēsim dabu, apdrukāsim kādu bērnam jau mīļu krekliņu, piešķirot tam jaunu dzīvi.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 10 līdz 12*

BIODEJA BĒRNIEM KOPĀ AR VECĀKIEM (5-7 GADI)

Ilze Akmentiņa



Biodeja nodarbība bērniem ar vecākiem ir neverbāla vecāka un bērna (cilvēka un cilvēka) satikšanās "šeit un tagad", kurā caur deju, rotaļu un mijiedarbību ir iespējams jaunā kvalitātē iepazīt vienam otru, savas sajūtas un vajadzības. Biodanza ienes vairāk siltuma un mīluma savstarpējās attiecībās. Biodanza aizved dalībniekus atpakaļ pie sajūtām. Pēc dejošanas turpinām izteikt savas sajūtas ar krāsām. Tādā veidā top brīnišķīgi zīmējumi (refleksijas), ko bērni un vecāki kopā var ik pa brīdim pārskatīt un atgriezties tā brīža piedzīvotajās sajūtās.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 15*

DABAS TŪRISMS (7-12 GADI)

Juris Žilko



Iesim dabā un apgūsim pamatiemaņas, kuras nepieciešamas dabas tūrismā - ugunsкура kuršana, zaru būdas celšana, ūdens vākšana, tūrisma mezglu siešana un pielietošana praksē. Mācīsimies orientēties pēc kartes un objektiem dabā.

Maksimālais dalībnieku skaits - 15

LEĻĻU TEĀTRIS (7-12 GADI)

Laila un Jānis Kirmuškas



Viss par un ap leļļu teātri! Kā top lelles? Vai tu vari ar katru roku darīt citu darbu? Un cik balsīs tu māki runāt? Kopā mēs radīsim un rādīsim savu stāstu. Viss plūst un mainās!

Maksimālais dalībnieku skaits - 15

KOKAPSTRĀDES IEVIRZE (7-12 GADI)

Jānis Atis Krūmiņš



Ievirzes mērķis - Iedrošināt koka darbus veikt arī ārpus kokapstrādes darbnīcu telpām.

Ievirzes uzdevums - Izgatavot dažādus kokmateriālu priekšmetus no dabā izvēlētajiem kokmateriāliem.

Izgatavosim dažādas āra un galda spēles, apgūsīm to noteikumus un uzspēlēsim. Ja paspēsīm, tad plānā būs arī koka rotaļlietu un saimniecībai noderīgu koka priekšmetu izgatavošana.

Maksimālais dalībnieku skaits - 20

"CIKU CAKU" (7-12 GADI)

Sandra Stare



Kopīga darbošanās mammām un meitām.

Šūšanas ievirze paredzēta meitām ar mammām, lai kopīgi darinātu tautastērpu savām lellēm.

Maksimālais dalībnieku skaits - 20

KINO (13-17 GADI)

Zane Ozoliņa



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 9 līdz 12*

Šajā ievirzē jaunieši apgūs filmu veidošanas pamatus, sākot no idejas avota meklēšanas līdz gatavas īsfilmas radīšanai. Kopā izzināsim, kā avoti - dabā, kultūrā un pašu pieredzē - var kļūt par iedvesmu stāstiem, ko izstāstīt ar kameru. Praktiski darbosimies ar scenārija izstrādi, filmēšanu un montāžu, lai saieta noslēgumā varētu prezentēt pašu radītus darbus. Ievirze ir piemērota gan tiem, kam jau ir pieredze, gan tiem, kas pirmo reizi vēlas iejusties filmas autora lomā. Nāc un atklāj savu radošo "avotu"!

TU ESI LATVIJA! (13-25 GADI)

Ansis Bogustovs



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 20*

Es esmu Latvija! Ne katram Latvijā šis ir viegli publiski pasakāms. Kaut kas liekas grūts un pārāk skaļš? Tikai dabiskais kautrīgums?

Mums - 3x3 saimē: "Es esmu Latvija", ir īpaši godājams un daudzcināms dvēseles stāvoklis un dzīves prasmes. Tomēr pasaules drošākās alianses dalībvalsts - Latvija pēdējā laikā ar katru dienu ar vien vairāk zaudē drošības sajūtu. Vienlaikus, kopš Krievijas iebrukuma Ukrainā, esam kļuvuši krietni skaļāki starptautiskajās organizācijās. Šajā ievirzē mēģināsim ķermeniski un ar prātu sajust, kas ir manis paša spēks un nespēks, lai savu enerģiju spētu no valsts un pasaules kritizēšanas pārvērst konstruktīvā pašiniciatīvā, sabiedriskā un politiskā aktīvismā. Īpaši aicinu pievienoties ievirzē - gados jaunus cilvēkus.

Pēcpusdienas ievirzes
Pieaugušajiem un jauniešiem no 13 g.
14.00 - 16.30

KOKLES SPĒLE

Katrīna Liepa, Austrā Apsīte



Iespēja apgūt kokles spēles pamatus, iemācīties kādu jaunu vai sen zināmu dziesmu ar kokles pavadījumu. Spēlēt kokli var ikviens, nav nepieciešamas zināšanas mūzikā. Šoreiz ievirzē gaidīsim pieaugušos koklēt gribētājus bez priekšzināšanām.

Aicinām ņemt līdzi savu kokli, ja tāda ir, bet saieta vadītāji būs sagādājuši dažas kokles tiem, kuriem savu instrumentu vēl nav.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 15*

LATVIEŠU GODI

Dace un Valdis Purvinski



Latvieša dzīvē ir trīs godi: krustabas, vedības un bedības. Viņš pats apzināti piedalās tikai vienā no tiem. Mums kopā būs iespēja izdzīvot, klausīties stāstus un izdziedāt visus trīs godus. Aicināsim izprast latviešu godu būtību un iekļaut tos savā un savu dzimtu dzīves ritā.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 30*

ĢIMENŲ SEMINĀRS

Māra Tupese, Līga Ruperte



Ģimeņu seminārā uzzināsim ko un kā darīt un runāt lai mājās visi justos līdzvērtīgi, pieņemti un mīlēti. Iepazīsimies ar komunikāciju mākām, kas palīdz veidot savstarpējās attiecības ne tikai ģimenē, bet arī ārpus tās. 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.

Maksimālais dalībnieku skaits - 20

CIEMOS PIE ĶEKAVAS NOVADA SAIMNIEKIEM

Dace Kampāne



Iespēja iepazīt Ķekavas novada saimniekus, kuri ar atbildību un lepnumu rūpējas par sevi, savu sētu, savu zemi un savu Latviju. Šī ir tikšanās ar cilvēkiem, kuri iedvesmo un sniedz vērtīgas atziņas par patiesām saimnieka rūpēm un mīlestību pret dzimteni.

Maksimālais dalībnieku skaits - 30

CELU JOSTU UN APAUDU DARINĀŠANA

Inese Krūmiņa



Iepazīsimies ar senāko horizontālās aušanas tehniku: aušanu ar celiem (celu galdiņiem, celu dēlīšiem). Tiksim skaidrībā par diegu skaitu, velku diegu skaitu, garumiem, krāsām un kvalitāti. Savērsim velkus. Audīsim celaines, sākot no vienkāršām, turpinot ar sarežģītākām, arī ar ģeometrisko rakstu. Rakstu iemācīsimies arī modelēt. Līdzī jāņem laba tiesa pacietības un prasme skaitīt līdz 4.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 15*

SENO ĀDAS APAVU DARINĀŠANA

Agrita Krieviņa-Siliņa



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, piem., diegu vaskošanu.

Dalībniekiem vajadzīga laba griba, stipras rokas un pacietība.

Par materiāliem papildus maksa. Zābaku darināšana sākas no pirmdienas, pastalu - no ceturtdienas.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 15*

KORIS

Rita Birzule



Dziesma ir spēka avots mūsu dvēselei! Tā mierina, spēcina un iedvesmo! Ļausimies kopīgam priekam, izdziedot zināmo un ne tik zināmo, kopā nopietnāk un nenopietnāk!

Ja vēlies, ņem līdzi arī savus mūzikas instrumentus, radīsim kopā!

*Maksimālais dalībnieku
skaits - nav limita*

VESELĪBAS UN ĢIMENISKUMA AVOTS PIRTĪ

Danuta Kiopa



Pirts ievirzē iepazīsim un izzināsim latvisko pirts tradīciju. Mācīsimies kā savai veselībai izmantot uguni, ūdeni, gaisu un zemi dažādās tās izpausmēs. Lūkosim, ko pirts sagatavošanas un procesa laikā tajā var darīt lieli un mazi.

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 30*

VĒSTURES AVOTS

Alberts un Liene Rokpeļņi



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 30*

Vēsture ir pieredzes un izziņas avots, kas veido mūsu katra pasaules izpratni. Savukārt uz vēstures avotiem balstās pagātnes stāsti, ko dzirdam šodien. Nedēļas laikā dalīsimies savā vēsturnieku/pētnieku pieredzē, iepazīstot dažādus vēstures avotu veidus. Piedāvājam palīdzēt atmaskot kādu mītu vai senu viltus ziņu, balstoties uz pagātnes liecībām, pētot dokumentus un priekšmetus, arī izmantojot mūsdienu tehnoloģiju iespējas. Pētīsim avotus, apkoposim un kritiski vērtēsim informāciju, lai radītu katrs kādu vēstures stāstu.

TAVS DĀRZS TAVS PRIEKA AVOTS

Laura Grīga



*Maksimālais dalībnieku
skaits - 15*

Izveidot (teorētiski uz papīra ar zīmēšanu un kolāžas principu) savu vēlamo sapņu dobi. Iemācīties teorētisko pamatu. Tā var būt pavisam neliela augu kompozīcija, kā arī plaša dobe ar bagātīgu stādījumu. Ja tavs dārzs atrodas ēnainā vietā vai pilnā saulē, tas ir pelnījis foršas idejas kā to padarīt vēl interesantāku! Kā arī ja esi iesācējs un jūti, ka darbošanās dārzā ir tavs prieka avots, piesakies! Lai katra novadā būtu par vēl vienu radošāku dārznieku vairāk!

SOMA KĀ MANS SPOGULIS

Dace Bērziņa



Meklēsim ceļu pie sevis, pie tā avota, kas ir katrā no mums, pie avota-sākotnes, kas mudina dzimt mums Pašiem - ES ESMU. Radīsim katrs savu somu, to somu, kura atgādinās par kādu īpašu vietu/trauku, kurā ir viss nepieciešamais. Vai vienkārši - radīsim tamborēto lupatu somu. Viss ir mūsu pašu rokās - cik dziļi gribam ienirst esības avotā....

*Maksimālais dalībnieku
skaits - 20*



Pievakares ievirzes (katru vakaru var izvēlēties citu nodarbi)

Visiem

17.15 - 18.45

APVĀRSNIS

Katru dienu cits viesis



Apvārsnis ir iespēja paplašināt savu redzesloku, baudot tikšanās ar interesantiem cilvēkiem - profesionāļiem savā jomā. Runāsim par visdažādākajām tēmām.

Pirmdiena - Paralimpiskais čempions Rihards Snikus

Otrdiena - 14. Saeimas deputāts Raimonds Bergmanis

Ceturtdiena - SEB bankas prezidente Ieva Tetere

Piektdiena - aktieris Mārcis Maņjakovs

Maksimālais dalībnieku skaits - nav limits

AKTĪVI PĀRGĀJIENI DABAS TAKĀS

Anita Elksne



Pārgājienos mērosim 5-7 km, baudot gleznaino Riekstu kalna apkārtni, raitā solī.

Dalīšos pieredzē labas stājas, gaitas iemaņu veidošanā. Vēlami ir ērti sporta apavi.

Maksimālais dalībnieku skaits - 20

LĀZERGRAVĒŠANA Mārtiņš Jankovskis



Maksimālais dalībnieku skaits - divas ģimenes vienlaicīgi 30-45 minūtes var darboties reizē.

Lāzergravēšanas uz koka - pamati, iespēja pašiem izmēģināt izveidot savu vai ģimenes simbolu uz koka - no dizaina izveides, līdz pat gatavam produktam.

PORCELĀNA APGLEZNOŠANA - DEKOLĒŠANA Jānis Ronis



Maksimālais dalībnieku skaits - vienā nodarbība līdz 10 dalībniekiem

Trauku izvēle apgleznošanas nodarbībai ar Jāni Roni. Ievirzes laikā būs iespēja apgleznot Jāņa Roņa radītus vienīgās Porcelāna fabrikas Latvijā ražotos baltā porcelāna traukus.

Katrs dalībnieks iepriekš pats izvēlas trauku, kuru vēlēšies apgleznot.

Apskati piedāvājumu šeit:

<https://shop.porcelanadarbnica.lv/lv/collections>

Izvēlies vienu trauku un nosūti tā informāciju Jānim uz e-pastu: porcelanaronis@gmail.com.

Jānis traukus paņems līdzīgi uz saietu, un tos varēsiet iegādāties par 30% zemāku cenu nekā norādīts mājaslapā.

AKTĪVĀS ATPŪTAS, SPORTIŅA VAKARS

Dace Cīrule



Maksimālais dalībnieku
skaits - līdz 50

Dažādas netradicionālas sporta spēles - Mīnusu turnīrs, volejbola laukumā - Mamanets, 3*3 basketbols u. c. dažādas lielās spēles un aktivitātes ikvienam vecumam un fiziskai sagatavotībai. Kā piemēram Riču- raču, cirks, dambrete, u. c. "Lidojošie šķīvīši". "Pingpongs". "Makšķerēšana". "Pievelc tuvāk".

4 KĀJAS 2 SIRDIS Alise Kluce, Olga Šellere



Maksimālais dalībnieku
skaits - vienā reizē līdz 10

Olga trenē gan bērnus, gan pieaugušos ar sirsnību, mieru un patiesu mīlestību pret dzīvniekiem. Viņas vadībā dalībnieki ne tikai iemācās jāt, bet arī iemācās ieklausīties, sajust un būt klātesoši - gan sadarbībā ar zirgu, gan pašiem ar sevi.

Kas Tevi sagaida šajā programmā:

- Draudzīga iepazīšanās ar zirgiem.
- Jāšanas pamati bez stresa.
- Zirga kopšana un ikdienas rituāli.
- Ieskats jāšanas sporta pasaulē!
- Noslēguma izjāde.

Kam programma paredzēta?

Bērniem (no 3 gadu vecuma), pusaudžiem, vecākiem un vecvecākiem. Nav vajadzīga iepriekšēja pieredze, tikai vēlme iepazīt un izjust. Viss notiek drošā, uzraudzītā vidē, ar cieņu pret zirgu un cilvēku.

Vienas nodarbības cena 20 EUR/personai.



SAIETA AVĪZE "AVOTS"

Redaktore Anita Brauna

Viss jaunākais un svarīgākais par saieta dzīvi! :)
Avīzē darbosies Lolita Lūse, Eva Eglāja, Uldis Mauriņš, Jānis Supe.



SAIETA TV

Dīvs Reiznieks, Dzintars Rožkalns, Dita Nitiša,
Arnolds Auziņš

Ik rītu video par svarīgāko vakardien.



MODRĀ ACS

Fotogrāfes: Kristīne Valdmāne-Makrekova,
Andra Eglīte

Fotogrāfa kamera noķer ne tikai smaidu, bet arī to
sajūtu, kas paliek sirdī.



SKAŅA

Andis Zvīgulis

Brīvais mikrofons - Dainis Kažoks

Skaņu studija palīdz visiem runātājiem un
dziedātājiem tapt dzirdamiem gan Brīvajā mikrofonā,
gan citās saieta norisēs.

DAUDZINĀJUMS



25. jūlija vakarā piedzīvosim DAUDZINĀJUMU, rituālu, kurā visi, visi kopā sanākot, ar vārdu, dziesmu, kustību un savu enerģiju, šogad daudzīnāsim Avotu. Daudzinājuma rituāls norisināsies Vanagkalnā. Šajā vakarā uzvelc savas goda drānas - savu tautastērpu, baltu kreklu vai citu gaišu apģērbu.

BRĪVAIS MIKROFONS



Vai gribi dziedāt, dejot, deklamēt, spēlēt vai parādīt kādu knifu, ko proti vislabāk? Šī ir tava skatuve! Lieli un mazi, drosmīgie un tie, kuri baidās no skatuves - visi laipni aicināti uzstāties ar moto: "Kā protu, tā daru!"

VAKARA PASACIŅA

Laila un Jānis Kirmuškas



Katrs vakars 3x3 saietā noslēdzas ar vakara dziesmu, pēc kuras pasaku stāstītāji Laila un Jānis iepriecinās gan mazus, gan lielus klausītājus ar brīnumiem un piedzīvojumiem bagātām pasakām.

EKSKURSIJA



23. jūlijā dosimies ekskursijās pa novadu gan ar autobusu, gan kājām, gan riteņiem (saviem vai nomas). Ja kādā no ekskursiju maršrutiem būs brīva vieta, laipni aicināti arī vietējie dalībnieki.



DANČI

Dančos piedalās visi, neatkarīgi no vecuma, dzimuma, priekšzināšanām. Baldonē būs gan Mazie danči, gan Lielie danči.



MAZIE DANČI (22.00-23.00)

Ilga Reizniece

Mazos dančus bērni vecumā līdz 12 gadiem danco līdz 23.00.



LIELIE DANČI (23.00-...)

Ēriks Zeps un citi muzikanti

Lielos dančus dejo tie, kuri vecāki par 13 gadiem un tik ilgi, lai būtu mundri nākamās dienas ievirzēs.



SADZIEDĀŠANĀS (NĪKŠANA)

No plkst. 22.00-...

Dziesmoti vakari un pat naktis, kuros dzied zināmas dziesmas un priecājas par dzīvi un kopābūšanu. Nāc un dziedī līdz!