



Pasaules latviešu 3x3 saiets Strenčos

2026.gada 12.-19. jūlijs

Mundram dienas iesākumam

Visiem

Rīta vingrošana

Dažādi vadītāji

Elpo, kusties un sajūti! Kā sevi atjaunot un iesākt enerģijas pilnu dienu. Palīdzēsīm savam prātam, ķermenim un garam būt līdzsvarā un harmonijā.



Rīta ievirzes

Bērniem un jauniešiem



Laimes bļoda, siltie graudi bēbīšiem (0-2 g.v. kopā ar vecākiem)

Inese Grīnvalde

Audzināt bērnus nav tikai laime, bieži tas ir arī uztraukums, bailes, neziņa. Tāpēc arī pieaugušie ir pelnījuši sasildīties siltos graudos. Te būs vieta sarunām, diskusijām, atbalstam, padomiem, idejām un tam, ko "atļaus" mūsu mazākie saietā dalībnieki. Lai augtu kopā ar bērniem, nepieciešama drosme un vīrišķība, tāpēc īpaši gaidīti arī tēti! :)

Mazie amatnieki (3-4 g.v.)

Laura Skušķe, Gundega Būtnāre

Draudzēsīsimies, draiskosīsimies un rotaļāsimies. Lasīsim pasakas, domāsim pasakas. Izgaršosim, pagaršosim, pētīsim. Dauzīsīsimies, kā arī apgūsīsim dažādas spēles tehnikas. Sākot no praktiskiem, sadzīvei noderīgiem darbiņiem, līdz smieklu un prieka pilnām spēlēm.





Mazie izlūkotāji (5-6 g.v.)

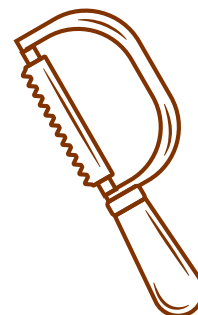
Anna un Vendija Rozenblatas

Izlūku ievirzē iesim izlūkot, kas notiek mūsu 3x3 teritorijā. Lūkosim to, ko gribēsim izlūkot. Noteikti jāuzzina, kur dodas Vilku mācības bērni, kādus rokdarbus veic lieli cilvēki, kur ciemā ir bibliotēka un, protams, kur var atrast saldējumu.

Rotkalšana bērniem (7-13 g.v.)

Oskars Rozenblats

Kopā apskatīsim, aptaustīsim un gatavosim! Senu senās rotas - kā tās tapa un kā varam uztaisīt šodien?



Ejam mežā (7-13 g.v.)

Kārlis Taukačs



Uz vietas nesēdēsim! Iesim dabā, parkā, mežā. Kopā mācīsimies un iepazīsim dabas piedāvātās iespējas. Mācīsimies apieties ar izdzīvošanas instrumentiem, taisīsim lokus un apmetni, mācīsimies apieties ar uguni un sapratīsim galvenās lietas, kas jāievēro, lai dabā justos labi un pārlicinoši. Neiztiksim arī bez dabas daudzveidības pētīšanas un taustīšanas. Sapratīsim dabas procesus, lai kopā varētu saplūst ar dabu un tur justos kā mājās.* Dalībai ievirzē nepieciešams laikapstākļiem piemērots apģērbs.

Keramika (7-13 g.v.)

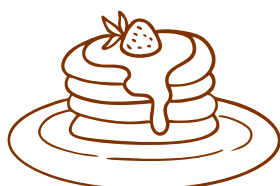
Madara Atiķe

Iepazīsim dažādas krāsas mālus ar kuriem veidosim miniatūras magnētus, vēja zvanus, un eļļas lampas.



Jauniešu brokastis (13-18 g.v.)

Klāra Sidoroviča



Ievirzē gatavosim ēst, spēlēsim spēles un runāsim par aktuālām tēmām jauniešu vidū. Piemēram, par mūziku, politiku, modi un citām aktualitātēm, ko jaunieši būs gatavi apspriest, baudot gardas pašu gatavotas brokastis.

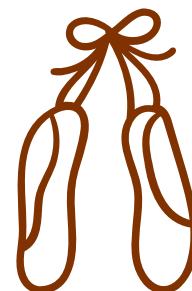
Rīta ievirzes

Pieaugušajiem (no 13 g.v.)

Ādas apavi

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.



Lina krekli, vamži, galvas auti

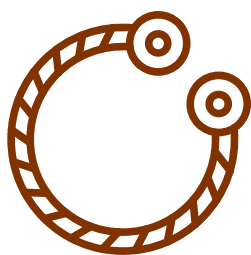
Vija un Ieva Liepas

Dalīsimies ar savām zināšanām, lai Tu varētu uzšūt kādu sev nepieciešamu senā tērpa detaļu no 4 piedāvātajām - lina kreklu, vilnas vamzi, kapuci vai vīriešu cepuri. Materiālu izmaksas sedz dalībnieks. Vilnas audumus vamzim vai kapucei jāpasūta audējai iepriekš. Kreklam var sagādāt savu audumu. Saziņai vija.liepa@inbox.lv

Celošana

Inga Geduševa

Celošana - viens no senākajiem jostu un apaudu izgatavošanas veidiem. Ievirzes laikā iepazīsimies ar celu dēlīšiem un diegu veidiem, zīmēsim tehniskos zīmējumus vienkāršām celainēm, veidosim krāsu salikumus, vilksim diegus celos un radīsim katrs savu jostu, jostiņu vai grāmatzīmi.



Rotkalšana

Uldis Melbergs, Klinta Rautiņa

Rotu izgatavošana no misiņa un sudraba.

Dzimtas spēks

Aloīda Jurčenko

Katrā cilvēkā mājo visu spēku avots. Kā koks, kurš caur saknēm saņem augšanai nepieciešamās barības vielas, tā cilvēks, ar mātes un tēva starpniecību, saņemam spēku, ko mūsu priekšteči nodod nākamajām paaudzēm.

Nedēļas laikā runāsim par senču spēku, dzimtas atmiņu, sirdsapziņu „mīlestības kārtību” un citām nozīmīgām vērtībām, kas ir mūsu fiziskā un garīgā spēka avots.

Ar praktisku vingrinājumu palīdzību meklēsim atbildes uz aktuāliem jautājumiem kā arī dalīsimies personīgajā dzīves pieredzē.





Sarunas par diasporu

Kārlis Rokpelnis

Šajā ievirzē ieklausīsimies un dalīsimies zināšanās par tautiešiem, kuri izklidēti plašajā pasaulē, un par diasporas kopienām, to vēsturi, tagadni un nākotnes iecerēm. No Latvijas izceļojušie ir izveidojuši spēcīgas kopienas pat vistālākajos pasaules nostūros, pielāgojušies mītnes zemēm un vienlaikus ietekmējuši tās. Tautieši ārzemēs, reemigranti un imigranti arī turpina pārveidot sabiedrību Latvijā. Ievirzes dalībniekiem būs iespēja dalīties savā migrācijas pieredzē un ieklausīties citu stāstos, kopīgi pārdomājot, ko varam mācīties cits no cita un kā pielāgoties nemitīgi mainīgajiem pasaules vējiem.

Runas māksla

Elīna Apsīte

Šī ievirze būs citādas skatuves runas nodarbības. Daudz darbosimies ar savu ķermeni, elpu, klusuma un miera punkta atrašanu sevī. Sarunāsimies par jēgu, tās rašanos telpā starp vārdu un kontekstu. Par atskaites punktu ņemsim latviešu tautasdziesmas, klasiku un pašu radīto tekstu.



Zīmēšana, gleznošana

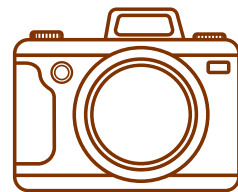
Armands Sidorovičs

Par gleznotājiem nekļūsim, bet pamēģināt var! Meklēsim skaistākos skatus, kas katram var būt savi: kādam - upe Gauja; kādam - raibā govs.

Fotografēšana

Varis Sants

Atklāt sevī radošumu fotografējot. Kā neapmaldīties dažādu sociālo mediju uzspiestajās klišējās fotografējot, kā praktiski fotografēt ar filmaparātu, digitālo, spoguļkameru un telefonaparātu, kā apstrādāt, arhivēt un nepazaudēt bildes, kā pilnveidot, izlolot un ierāmēt izstādīšanai savu pirmo izstādes darbu.



Laikmetīgā deja

Eva Krūmiņa



Laikmetīgā deja ir kā saruna bez vārdiem. Iedomājies, ka cilvēks ar kustībām izstāsta to, ko reizēm grūti pateikt skaļi — sajūtas, spriedzi, prieku, apjukumu.

Laikmetīgajā dejā nepastāv konkrētu atpazīstamu soļu sekvences, kā tas ir klasiskajā baletā. Dejojotāji var krist, slīdēt, skriet, apstāties pilnīgā klusumā.

Katrs priekšnesums ir atšķirīgs, jo tas rodas no cilvēka un viņa pieredzes. Tāpēc laikmetīgā deja bieži liek ne tikai skatīties, bet arī just un domāt līdzī.

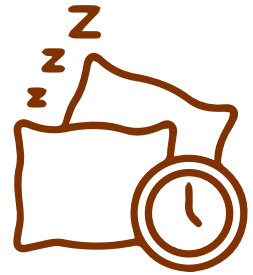
Pēcpusdienas ievirzes

Bērniem un jauniešiem

Čučumuiža (visi vecumi)

Strenču 3x3 darba grupa

Lai vakarā ne pa jokam izdancotos un izdziedātos, ir jāvelta laiks mazai atpūtiņai, kas ir pelnīta pēc kārtīgām rīta ievirzēm un pusdienām. Šajā ievirzē mēs visi - gan lieli, gan mazi, kopā atpūtināsim prātus, pirkstus, kājas, mēles un arī actiņas, ja, nu, nogurums darīs savu.



Mazie izlūkotāji (5-6 g.v.)

Malte Šute, Dārta Auziņa

Atpūtīsimies kustībā – sportosim, skriesim un spēlēsimies. Radošajās nodarbēs darbosimies ar dabas materiāliem, krāsām un kustību spēlēm. Pētīsim Strenčus, izmēģināsim jaunas lietas un mācīsimies būt kopā. Laiks būs piepildīts ar kustību, darbošanos, mazajiem atklājumiem un mierīgiem kopā būšanas brīžiem.

Koka darbi (7-13 g.v.)

Gints un Ralfs Malzubri

Izmantosim fantāziju un praktiskās iemaņas, radot jaunas un noderīgas lietas no koka. Strādāsim ar dažāda veida materiāliem, slīpēsim, zāgēsim, kalsim, līmēsim un krāsosim. Ja Tev mājās ir savs iemīļotais kokapstrādes instrumentu komplekts, tad droši ņem to līdzi, kā arī vari nākt ar savām idejām!



Zaļa daba (7-13 g.v.)

Līga Reitere

Brienam pļavā un iepazīstam augus! Kuri augi ir ēdami un kuri indīgi, kuri aizsargājami un kuri invazīvi. Kā pagatavot Zaļās receptes. Kādas spēles spēlēt kopā ar zāļu sievu.

Tūrisms (7-13 g.v.)

Juris Žilko ar ģimeni

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



Jauniešu klubs (13-18 g.v.)

Oskars Lācis



Šī būs vieta, kur jauniešiem būt un iepazīt citus caur dažādiem radošiem, saliedējošiem un izzinošiem uzdevumiem un aktivitātēm. Mācīsimies strādāt komandā, ieklausīties viena otrā un izzināt ne tikai sevi, bet citam citu. Ja meklē vietu, kur izpausties, uzzināt un iepazīt, tad nāc uz Jauniešu klubu!

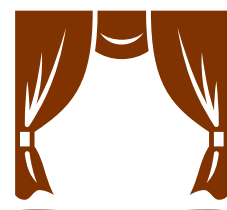
Pēcpusdienas ievirzes

Pieaugušajiem (no 13 g.v.)

Improvizācijas teātris

Kirmušku ģimene

Improvizācijas teātris - nekas nav iestudēts, viss notiek šeit un tagad. Izaicināt sevi radoši un paskatīties uz pasauli ar aizrautību!



Latviskā virtuve

Ieva Kuške, Ulviņa Brīvlauka



Gatavosim tradicionālus un mazliet ne tik tradicionālus latviskus ēdienus.

Gatavosim latviskajām gadskārtām raksturīgus ēdienus, katrai gadskārtai sava raksturīgā ēdienkarte. Nedaudz ieskatīsimies arī tajā, kādas receptes latvietis ir noskatījis no muižu galdiem.

Koka darbi - alus kauss

Jānis Grantiņš

Ja arī tev gribas savu īstu alus kausu (sulas krūzi), droši piesakies - gatavosim uzlabotu mūsdienu variantu- ar nerūsējošā tērauda oderi un ozolkoka ārpusi- no ārpuses īsts ozolkoka kauss, bet vieglāk kopjams un ar termokrūzes efektu!

Vari ņemt arī kādu mazu ķiparu līdzi, uztaisīsi kopīgi arī viņam(ai) kādu noderīgu rotaļlietu.

Bērni var nākt tikai tad, ja nāk arī pieaugušais.



Alus darīšana

Lauris Cekuls



Mācīsimies baudīt(nevis dzert) alu, apgūsim pamatiemaņas gan vārīšanā, gan garšu pasaulē. Nu un protams plāpāsim.

Mezglošana

Tatjana šķubure



Mīļi aicināti uz mezglošanas (macrame) ievirzi! Jūs apgūsiet jaunu vai sen aizmirstu rokdarbu tehniku. Jaunās prasmes dos iespēju arī pēc nodarbībām pastāvīgi mezgлот skaistas un praktiskas lietas mājas interjeram, dārzam un dāvaniņas svētkiem.

Apgūsim svarīgākos pamatmezglus un mezglosim pirmos darbiņus, bet, kuri jau zin pamatus - radīsim jaunus, interesantus darbus.

Pie saimniekiem

Andris Tomašūns, Mārtiņš Gaigals



Apciemosim novadā cilvēkus, kas ar savu dzīves attieksmi, darbību rāda, ka ir saimnieki savai dzīvei. Tiksimies ar viņiem un priecāsimies par viņu panākumiem.

Pirts mācība

Inese Krūmiņa

Pirts ievirzē iepazīsimies ar pērtuvi, pirtnieku darba metodēm un palīglīdzekļiem - augu slotiņām, skrubjiem, medu, u.c, runāsim un praktiski izmēģināsim gan pērienu, gan darbu ar dažādu temperatūru ūdeni. Mēģināsim saprast, ar ko pirts rituāls atšķiras no "parastas pēršanās", runāsim par fizioloģiju un mazliet arī par psiholoģiju un pirts rituāla garīgajiem aspektiem. Siesim slotas, laistīsimies ar ūdeni, pērsimies un uzdziedāsim.



Vīru spēks

Jānis Atis Krūmiņš



Ievirzes mērķis - skaidrāk izprast, kāds ir vīrieša patiesais dzīves ceļš. Ielūkosimies vīriešu būtībā, apzināti ieejot tagadnē un iepazīstot katram sevi kā patiesi klātesošo 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 attīstības nosacījumus. Ieskatīsimies arī vīru ceļa gājumā vēstures lappusēs. Apzināsimies vīru spēku un gudrību kā svarīgu posmu Latvijas valsts neatkarības garantam.

Digitālā pratība

Mārtiņš Liepa

Tāpat kā jāmazgā rokas, arī internetā jāievēro dažādas procedūras, lai pasargātu sevi un citus. Šis būs ieskats kiberdrošībā ar praktiskiem padomiem. Dalīsimies ar pieredzi, meklēsim risinājumus problēmām, atbildēsim uz jautājumiem. Populārzinātniskā veidā aplūkosim sarežģīto. Būs interesanti un noderīgi.



Ģimeņu seminārs

Līga Ruperte, Māra Tupese, Dora Rimkus



Ģimeņu seminārā mēs mācīsimies, kā varam uzlabot ģimenes gaisotni un dinamiku, lietojot vienkāršus, bet ļoti efektīvus psiholoģiskus paņēmienus. Paskatīsimies uz ģimenes struktūru un mijiedarbību un pārrunāsim, kā varam panākt, lai katrs ģimenes loceklis justos pieņemts, mīlēts un drošs. Paskatīsimies, kā veidojas cilvēku pašcieņa un kā pieaugušo pašcieņa un audzināšana ietekmē viņu bērnu attīstību. Mācīsimies par to, kā bērnu attīstības posmi parādās uzvedībā un kā vecāki var sekmīgi nospraust robežas bērna nefarīvai uzvedībai, nesagraujot viņa pašcieņu. Mūsu ievirze ir vērsta uz mijiedarbību ar dalībniekiem. Katrs dalībnieks piedalās ar savām domām un jautājumiem. Ievirzi vadīs Dr. Līga Ruperte, kura piedalīsies attālināti caur Zoom. Māra Tupese, kurai ir maģistra grāds grūti audzināmo pusaudžu pedagogijā un psiholoģijā, būs ievirzē, uz vietas, moderēs Dora Rimkus.

Pievakares ievirzes

Visiem

Sporta spēles

Bruno Silva

Šajā ievirzē ikvienam būs iespēja aktīvi izkustēties un izbaudīt kustību draudzīgā atmosfērā. Spēlēsīm dažādas gan pazīstamas, gan mazāk zināmas sporta spēles, attīstīsim koordināciju, veiklību un sadarbības prasmes. Nodarbības ir piemērotas visiem – neatkarīgi no vecuma, fiziskās sagatavotības vai iepriekšējās pieredzes sportā. Galvenais uzsvars būs uz pozitīvām emocijām, kustību, prieku un kopā būšanu.



Danči ģimenēm un tiem, kas vēlas iemācīties



Katrīna un Rota Liepas

Iesim rotaļās, spēlēsim spēles, dancosim labi zināmus un mazāk pazīstamus dančus.

Apvārsnis

Dažādi runātāji

Sarunas un aktivitātes, kas ļaus paplašināt savu redzesloku. Katrā Apvārsnī viesosies cits runātājs. Tiks runāts gan par sabiedrību, gan politiku, gan mums pašiem.



Gongi

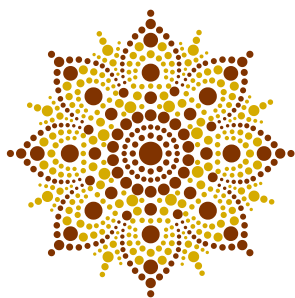
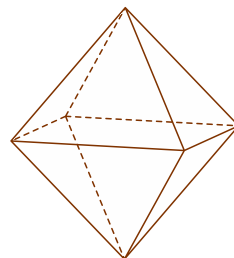
Ilze Riceva

Ķermeņa un nervu sistēmas atslābināšana caur meditatīvu skaņas performanci. Meditatīvi instrumenti - gongs, kristāla trauki, Tibetas bļodas u.c. sajūtu instrumenti.

Puzuri

Ausma Spalviņa

Dosimies dabā vākt un sagatavot materiālu un no tā veidosim lielus un mazus puzurus. Mācīsimies saskatīt telpiskās zīmes pašgatavotos puzuros un gūt prieku no procesa.



Punktošana

Inga Kalviņa

Punktošana ir spontāns, radošs process, kas ļauj dvēselē uzkrātajai pieredzei atklāties harmoniskā krāsu un formu saspēlē.

Lai punktotu nav jābūt māksliniekam. Punktot var ikviens, kurš prot turēt zīmuli un mazliet norimt. Punktošanā iegrimstot, nonākam "šeit un tagad" stāvoklī. Līdzīgi kā tradicionālā meditācija, punktošana palīdz mums atslēgties no ikdienas, atpūtināt prātu - tai piemīt apbrīnojama spēja sakārtot domas un nomierināt emocijas.

Punktiņmākslā nav nekā pareiza vai nepareiza, vien zināma tieksme uz simetriju, bet pat tā nav noteicoša. Svarīgākais ir uzdrošināties un ļauties!

Henna un garšvielas

Ilze un Elza Hermīne Cekules

Vieglā un radošā gaisotnē ķermeņa rotāšana savijas ar stāstiem, smaržām un garšu iepazīšanu, ļaujot caur sajūtām pieskarties krāsu, rakstu un garšu tradīcijām.



Zole

Kārlis un Alberts Rokpeļņi



Apgūt zoles spēles pamatus. Spēles pratējiem papildināt zināšanas.

Kadriļas

Sandra Stare

Dalībnieki iepazīsies ar 19. gadsimta sabiedrisko deju formām. Mācīsies kadriļas pamatsoļus, figūras, pāru savstarpējās saspēles, kustību kombinācijas un izbaudīs dejas priekus.

