



SOLUTIONS

Janvāra nr. (2018)

REDAKTORA SLEJA



ŠAJĀ NUMURĀ

Sveiks, lasītāj! Laiks skrien vēja spārniem, janvāris gandrīz jau beidzies un esam ieskrējuši arī jaunā gadā. Šajā numurā tev būs lieliska iespēja izlasīt par janvāra mēneša horoskopiem, mērķu papildīšanu, Erasmus+ projektu konkursa rezultātiem un gatavošanos, Mister x jaunākās ziņas, janvāra numura tēmu kā arī interesantus faktus. Arī mēs, avīzes rakstītāji esam gatavi jauniem izaicinājumiem un jaunām idejām, arī tu kādu ideju vari uzrakstīt uz lapiņas un iemest to "Solutions" kastītē, kas atrodas trešā stāva vestibilā! Novēlu arī tev visu šo gadu panākumiem pilnu un veiksmīgu, papildī savus nospraustos mērķus un galvenais-notici sev!

Atbildīgā par janvāra numuru Nora.K

- Janvāris** 2. lpp.
- Horoskops, Erasmus+** 4. lpp.
- Misters X, Fakti, Foto** 5. lpp.

Šomēnes pilna pasaule cilvēku ar jaunu garu un rosmi sirsniņās jaunajam gadam, un sporta zāles pilnas omīšu sabarotu cilvēciņu. Ziemassvētki un Jaunā gada sagaidīšana, protams, nekad neizpaliek bez rosoliņa, kuru visi ēd un ēd, un arī pēc svētkiem pāris dienas ēd.

Google teica, ka 11.janvārī bija starptautiskā 'paldies' diena. Atsevišķi atvēlēja diena visiem taviem 'paldies', kuri sakrājušies kabatās visa gada garumā. Vai tas bija noklusēts 'paldies' tētiņam par rīta putru, vai tam Visu varenajam, kas no augšas vienmēr visu sakārto, par jaunu dienu. Labāk jau negaidiet 'paldies' dienu, lai savus 'paldies' pateiktu skaļi, bet ja nu sanāk tā, ka tā mūsu latviešu iedzimtā rezervētā daba tik stipri vienmēr notur tos mūsu 'paldies', tad sagaidi to vienpadsmito un laid skaļi ārā visus un visiem pēc kārtas. Daži jūs man piekritīsiet, ka ļoti bieži vajag mums kādu iemeslu, lai tās labās lietas pasacītu vai izdarītu, nu tad šie jums starptautiskā 'paldies' diena visiem jūsu 'paldies', kurus grūti pateikt parastajās dienās.

Janvāra mēnesis ir sākums jaunam gadam. Jauns gads, jaunas apņemšanās, jauni mēs pašī, nu tā vismaz parasti tautās saka. Bet es laikam iedrošināšu jūs, pirmkārt, turēties un nepadoties pie sevis izvīzītājiem mērķiem, kurus sasniegt, un idejām, kuras īstenot, un, otrkārt, atcerēties un iegaumēt galviņās labi skaidri, ka ne tikai janvāris ir tas mēnesis, kad drīkst uzdrošināties izvīzīt jaunus mērķus. Izaiciniet sevi jaunām lietām visa gada garumā! Negaidiet janvāri pirmo, lai sāktu sapņot par lielām lietām! Sapņojiet vienmēr, visur un daudz, ar aizvērtām acīm un vaļā. Nu, lai tad sapņu pilns mums tas jaunais!

Rebeka

Čau lasītāji!

Jaunais semestris ir klāt. Skolēni nes savas smagās skolas somas, tajās ņemdami līdz kādu apņemšanos. Mūsējā ir padarīt avīzi vēl labāku un interesantāku!

Lai arī semestris ir tik tikko iesācies, mūsu skolēni jau paspējuši skolu pārstāvēt olimpiādēs. Mēs lepojamies ar tiem, kas aizstāv mūsu skolas godu!

Arī pēdējā laikā laika apstākļi mūs sāk priecēt, tādēļ nesēdi mājās un dodies izbaudīt ziemas priekus, kamēr vēl var, jo pavasaris jau pošas pie mums. Gan bērniem, gan skolēniem otrajā semestrī novēlu daudz enerģijas, pacietību, un pats galvenais smaidu sejā, lai pozitīvi varam aizvadīt šo semestri, un pēc tam justies gandarīti par padarīto darbu.

Vasara vairs nav aiz kalniem, lai izdodas!

Edīte Savickaite




Tuvojoties Jaunajam gadam izvērtējam, ko esam paveikuši pēmajā gadā un tad nu bieži vien aplaužamies pie tā, ka esam sev, ko solījuši, bet neesam to izpildījuši, atliekot ar frāzi-labi, rīt tiešām sākšu. Bet atkal ir jauns gads, jauna balta lapa, kur sarakstīt jaunus mērķus, taču kaut kas trūkst un, manuprāt, tā ir motivācija, vai ne?

Nenoliedzami populārākā apņemšanās Jaunajā gadā ir atbrīvoties no dažiem liekajiem kilogramiem. Taču vienmēr patrāpās pa ceļam kāda kūciņa, bulciņa, limonādi un tā arī tā apņemšanās kaut kur izsīkst. Manuprāt, lai sevi uzturētu formā būtu dienā daudz jākustas, jāēd veselīgi un jādzēr daudz ūdens. Ikdienā arī mūs mēdz mocīt liels stress-garas darba stundas, pārāk maz miega, fizisko aktivitāšu trūkuma, neveselīgs uzturs, pārāk maz laika draugiem un tuviniekiem. No stresa, protams, nav iespējams izbēgt, bet to noteikti var samazināt, mēs visi esam pelnījuši labu miegu un atpūtu, bet daudzo darbu dēļ mēs sev to liedzam. Ieelpo labo, izelpo sliktu-ja jūties saspringts atceries savus dzīves labākos mirkļus, domājot par prieku un laimi, ko tajos izjuti, veic ieelpu. Kad veic izelpošanu, koncentrējies atbrīvoties no negatīvām emocijām. Apvienojot ieelpu, ar pozitīvām emocijām uzlabojas arī garīgais stāvoklis. Palīdz mūzika, mūzikā ir spēks. Ieslēdz no rīta radio pirms lielā dienas skrējiena, ieteicams arī klausīties lēnu un klasisku mūziku, lai nomierinātos un atbrīvotos no stresa.

Galvenais-precīzi zināt, ko vēlies. Pieraksti to uz lapiņas, noliec sev zināmā vietā un pēc kāda laika ieskaties tajā, vai ir, kas piepildījies, ko esi uzrakstījis.

Ar prieku Nora K.

2018. Horoskops

AUNS. Uz pavasara pusi Auni būs atplaukuši kā pirmās narcises, gatavi savam vislielākajam iznācienam, ko zvaigznes paredz mīlestības un finanšu jomā. Auniem tiks izteikti visdažādākie piedāvājumi, īpaši attiecībā uz nekustamo īpašumu, un būs iespēja nopelnīt, tomēr – esiet uzmanīgi, neļaujieties vilšīgiem kārdinājumiem.

VĒRSIS. Vērši šo gadu aizvadīs vērtīgi – izglītosies un ceļos. Ārzenju vārti Vēršiem ir vaļā, atliek vien izvīzīt mērķus, piemēram, apgūt vēl kādu valodu. Vērši satracināt spēs tikai sirds sāktis, otra pusīte, tāpēc esiet gudri – visām pārējām dzīves jomām jāļauj mirdzēt un plaukt. Gads sāksies vērienīgi, tāpēc ieteicams pietautīt spēkus arī gada nogalei, kad sagaidāmas nopietnākas pārmaiņas, īpaši darbā, biznesā.

DVĪŅI. Šis gads Dvīņiem būs radošs. Daudzās jomās parādīsies dažādas iespējas, un tā vien šķitīs, ka beidzot var sākties Dvīņu ēra, tomēr esiet piesardzīgi – nesteidzieties! Gads ir garš, tāpēc svarīgu, nozīmīgu lēmumu pieņemšanu nevajadzētu sasteigt. Kopumā gads solās būt stabils, darbīgākais laiks būs vasarā.

VĒZIS. daļai šis zodiaka zīmes pārstāvju šis būs izaicinājumu gads, un rāmajam Vēzim tas sākmā var šķist neierasti. Var nākties uzņemties lielāku atbildību, jaunus pienākumus. Nelieniet mudīgi atpakaļgaitā drošā slēptuvē – lūkojieties uz notikumiem pozitīvi! Šis ir vislabākais laiks, lai realizētu savas ambīcijas un papildītu sapņus. Vēžu cītīgais darbs un lielās rūpes par visiem visbeidzot tiks pamanītas – jūs tiksiet novērtēti. Šogad Vēži būs pamanāmi, uz pārējo fona viņi izcelsies ar savu atjautību, erudīciju un iekšējo skaistumu.

LAUVA. Šogad daudzām Lauvām var šķist, ka sākt kļūt par šauru. Lauvas aizvien centīgāk iekaros jaunas virsotnes, apgūs jaunas zināšanas, veidos jaunus kontaktus. Un ir vērts pacīnīties, jo 2018. gads Lauvām būs labvēlīgs un harmonisks, iecerētie plāni, kā sola zvaigznes, var tikt veiksmīgi realizēti. Vislielākās pārmaiņas sagaidāmas pašā pavasara sākumā un rudens otrajā mēnesī.

JAUNAVA. Jaunavas būs sarosījušās ne pa jokam. Pēdējā gada laikā tās ir spējušas saglabāt pozitīvu virzību, un šogad viss iesāktais notiks pēc vislabākā scenārija. Zvaigznes prognozē finansiālu uzplaukumu, kas varētu būt gaidāms vēl pavasarī. Jaunavas, kuras pārāk dziļi ieslīgušas darbos, – esiet modras! Otro pusīti vēlams lieku reizi pieskatīt.

SVARI. Suņa gads Svariem būs pārsteigumu pilns. Daudz svētku, kāzas, dzīres un prieki! Tāpēc atveriet savu sirdi dzīvei! Veltiet laiku sevis pilnveidošanai, krājiet naudu ceļojumiem. Strauja dzīves kvalitātes augšupeja sagaidāma no februāra līdz pat jūlijā beigām. Savukārt gada nogalē iespējamās pārmaiņas darbā, tāpēc turpiniet nostiprināt savas pozīcijas darba tirgū.

SKORPIONS. Skorpioniem gads sāksies spoži, tomēr nevajadzētu lietas sasteigt. Zvaigznes brīdina – noteikti jāpadomā par iekrājumiem, kas var noderēt gada otrajā pusē, kad gaidāmi dažādi pavērsieni un pārmaiņas. Noteikti ieteicams kustēties – sportot, pievērsties kādam aktīvam hobijam. Tas vairo dzīvesprieku un uzlabos veselību. Apkārt šogad būs interesanti cilvēki, veidosies jauni kontakti. Turiet godā ģimenes vērtības, bet prioritāte šogad ir darbs.

STRĒLNIEKS. Strēlniekam gaidāms lielo pārmaiņu laiks. Tas ir saistīts ar Saturna pāreju uz Strēlnieka zīmi, tāpēc galvenais ir saglabāt modrību, kā arī daudz strādāt, pilnveidoties un garīgi attīstīties. Suņa gads Strēlniekiem visās dzīves jomās būs ļoti nozīmīgs. Vēlams jau pirms gadu mijas skaidri noformulēt savus mērķus, noskaidrot, ko patiesi vēlas jūsu sirds.

MEŽĀZIS. 2018. gads Mežāžiem solās būt stabils. Atrisināsies ielgušas problēmas, tiks sākti jauni projekti. Daudzi Mežāži aizrausies ar savas iekšējās pasaules izdaiļošanu, citiem parādīsies jauns dzīves aicinājums. Gads gaidāms harmonisks, un īpaši skaists periods būs aprīlī, maijā.

ŪDENSVĪRI. Ūdensvīriem raksturīgā beidzot attaisnosies. Jauni darba piedāvājumi, paaugstinājums amatā – laimes rats iegriez veiktīgus notikumus, kas paredzami darba un biznesa jomā. Izmantojiet šo labvēlīgu laiku, lai papildītu sen lolotus sapņus, ceļotu un satiktos ar ilgi neredzētiem draugiem.

ZIVIS. Zivis 2018. gadā lietām pieies radoši un ar lielu degsmi. Virzieties uz priekšu pa iesākto ceļu, nemiīgi sevi motivējiet. Nemetiet plinti krūmos pie pirmajiem šķēršļiem, saglabājiet enerģijas pilnu garu. Grūtākais laiks būs pavasarī, bet pēc tam paredzama augšupeja, kas sāksies jau vasaras pirmajos mēnešos. Tad patiešām jutīsieties kā zivs ūdenī.

Anda Brauna

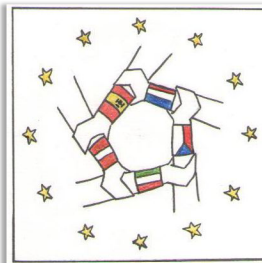
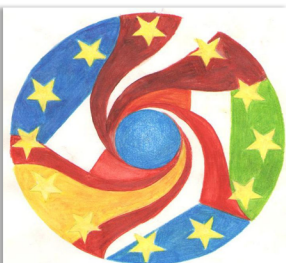
Erasmus+ projekts

No 36 Priekules vidusskolas skolēniem, kuri pieteicās Erasmus+ projektā, konkursa kārtībā par iespēju braukt uz Itāliju uzvarēja divpadsmit skolēni - Anastasija Sļepeca, Annija Pauzere, Edīte Savickaite, Elīna Putniņa, Ērika Anīte, Ģirts Fromanis, Jana Matule, Kārlis Sisenis, Mārtiņš Melķis, Miks Kāpiņš, Rebeka Ziverte, Zane Binfelde.

Sešpadsmit Priekules vidusskolas skolēni zīmēja projekta logo. Pēc Eiropas Parlamenta Vēstnieku skolas interneta balsojuma, Priekules vidusskolas un novada skolotāju un darbinieku balsojuma, kā arī „FaceBook” interneta balsojuma tika noskaidroti divi uzvarētāji - Elizabete Lendele un Elīna Putniņa. Abas meitenes iegūst ceļa zīmi nākamā gada braucienam uz Franciju.

Projekta jaunieši cītīgi iesaistās deju mēģinājumos, kā arī pilda uzdevumus, par Latvijas tradīcijām, ēdieniem, ievērojamākajām vietām, pasākumiem un mūziku.

Lielu Paldies sakām skolotājām Airitai Ešenaldei un Zaigai Strelēvičai par doto iespēju piedalīties projektā, kā arī liels Paldies deju skolotājai Lienei Sokolovskai!



/Elīna Putniņa/



1. Ja 0,1 mm biezu papīra lapu pārlocītu uz pusēm 34 reizes, tad šīs salocītās lapas biezums būtu pielīdzināms Latvijas robežas perimetram.
2. Vienā no ķīnas universitātem studenti par nodarbi-bu kavēšanu tiek bargi sodīti, viņiem ar roku jāpār-raksta 1000 dažādas emocijas jeb emoji.
3. Cilvēki, kuri regulāri spēlē videospēles, daudz biežāk piedzīvo apzināto sapņošanu, nekā cilvēki, kuri nespēlē.
4. Pumeks ir vienīgais akmens, kas ūdenī peld.
5. Senajā Ēģiptē kosmētiku ikdienā lietoja ne tikai sievietes, bet arī vīrieši, lai aizsargātu ādu no saules apdegumiem un no smilšu vētrām.
6. Ja visus Tavā ķermenī esošos asinsvadus (artēri-jas, vēnas un kapilārus) savienotu kopā un izstieptu, tad ar tiem varētu apjost apkārt zemeslodei 2,5 reizes.
7. Eifeļa torņa fotografēšana naktī ir pretlikumīga, jo tā apgaismojums traktējams kā atsevišķs mākslas darbs, kura iemūžināšanai fotogrāfijā jāsaņem ofi-ciāla atļauja.



Ziemassvētku vecītis, ar savām kamanām aizbraucis, dāvanas atdevis un atvedis mums šo jauno 2018. gadu. Es Mistery, padzirdēju, ka daudzi skolēni apņēmās izdarīt to, ko iepriekšējos gados tā arī neapņēmās izdarīt, skolēni apņēmās aiziet uz sporta zāli, mācīties labāk nekā iepriekšējā gadā, sākt būt veselīgāk, kā arī vienkārši kļūt par labāku cilvēku, bet, vai tiešām šis apņemšanās nevarēja izpildīt jau pagājušajā gadā? Katru gadu ir dzirdama viena un tā pati frāze "jauns gads, jauns es", taču, vai tiešām ar jaunā gada iesākšanos maināties arī mēs? Es, Mistery, domāju, ka nē, jo mainīties mēs varam jebkurā laikā - gada sākumā, beigās vai vidū. Galvenais ir gribasspēks, un tieši tas gribasspēks pieaug gada beigās, cilvēki vēlas, lai vecās problēmas aiziet ar veco gadu. Taču, uz jauno gadu liek pārāk lielas cerības, domājot, ka jaunajā gadā gan zāle būs zaļāka, gan debesis būs zilākas. Tomēr, viss atkarīgs no mums, jo laikam, kurā mēs plānojam šīs lietas paveikt, nav nozīmes. Viss ir mūsu rokās! Ja gribat izpildīt savus sapņus, neatliekat tos uz vēlāku brīdi. Aizmirstat par to, ka varat izdarīt kaut ko vēlāk - darāt tagad! Nemeklējat iedvesmu jaunas dienas vai jaunā gada sākumā, meklējat to sevī. Viss, kas jums vajadzīgs ir gribasspēks, ticat sevī! Dzīvojat dzīvi tā, lai paskatoties uz sevi spoguļī jūs redzētu cilvēku ne tikai ar mērķi, bet gan cil-vēku, kurš tam seko. Es, jūsu cienījamais un atklātais Mr. X, novēlu savus sapņus 2018. gadā izpildīt, un uz 2019. gadu tos neatlikt.

Jūsu cienījamais, atklātais Mr. X



Caklie palīgi



Avīzes redakcijas ziemas prieki

Avīzes redakcija

Redaktore

Edīte Savickaite

**Korespondente, skolotājs-
konsultants**

Zaiga Strelēviča

Korespondenti

Nora Kadaģe

Elīna Putniņa

Anda Brauna

Ance Šeflere

Marta Roga

Anastasija Sļepečca

Ērika Anīte

Datorgrafika

Emīls Šeflers