

2024.  
Nr.9

# NVO nama ziņas

## Numurā lasiet:

- Intervija ar biedrības “Latvijas senioru kopienu apvienība” vadītājiem un projekta par Trešās paaudzes universitāšu tīkla izveidi pārstāvēm, 1. – 2. lpp.
- Semināri, pasākumi NVO namā, atskats, 3. – 6. lpp.
- NVO ziņas, aktuāli NVO, 7. – 8. lpp.
- Projektu konkursi, 9. lpp.
- NVO un pašvaldības darbinieku tīklošanās pasākums “Vairojam un stiprinām brīvprātības spēku Rīgā”, 10. lpp.

## INTERVIJA

1 Oktobra “NVO nama ziņu” numurā iepazīstamies ar biedrību “Latvijas senioru kopienu apvienība” (LSKA), kas apvieno dažādas senioru kopienas Latvijas reģionos un kopumā tajā ir vairāk nekā 3000 biedru un sadarbības partneru. Biedrības mērķis ir pārstāvēt senioru kopienu un to sadarbības partneru tiesības un intereses pašvaldību, valsts un starptautiskajā līmenī, uzlabot vecāka gadagājuma cilvēku dzīves apstākļus un veicināt socializāciju. Biedrība ieguvusi sabiedriskā labuma organizācijas statusu un aktīvi nodarbojas ar labdarību. Par LSKA darbu stāsta biedrības valdes priekšsēdētāja Astrīda Babāne un valdes priekšsēdētājas vietniece Lilita Kalnāja, savukārt par Trešās paaudzes universitāšu tīkla izveidi Latvijā informē projekta vadītāja Agita Pleiko un projekta vadošā eksperte Tatjana Azamatova.



**Astrīda Babāne, LSKA valdes priekšsēdētāja:** Biedrība “Latvijas senioru kopienu apvienība” oficiāli dibināta 2017. gadā, taču par to, ka nepieciešams izveidot nevalstisko organizāciju, kura apvienotu senioru nevalstiskās organizācijas dažādos reģionos, vairāku senioru NVO pārstāvji sāka runāt jau 2016. gadā. Ne velti izsenis zināms teiciens – viens nav karotājs, un arī senioru intereses var produktīvāk aizstāvēt, apvienojoties vairākām nevalstiskām organizācijām. Vieni no galvenajiem LSKA darbības stūrakmeņiem jau kopš biedrības dibināšanas bijuši un ir joprojām cilvēktiesību un indivīda tiesību, sociāli ekonomisko tiesību un interešu aizsardzība, kā arī senioru materiālās un garīgās labklājības veicināšana.

**Lilita Kalnāja, LSKA valdes priekšsēdētājas vietniece:** Latvijas Uzņēmumu reģistrā LSKA oficiāli reģistrēta 2017. gada 3. maijā un par tās dibinātājiem un juridiskajiem biedriem, iesaistot arī savus biedrus, kļuva biedrības “Par taisnīgumu un atklātību”, “Svētās Ģimenes Māja”, “Mazirbes draugu kopa”, “Savstarpējās palīdzības sabiedrība” un “Rīgas aktīvo senioru alianse”.

Senioru dienā Saeimā 2024. gada 30. septembrī. Pirmajā rindā (no labās): LSKA “Senioru saeimas” priekšsēdētāja Barba Girgensone, otrajā rindā LSKA “Senioru skolas” vadītāja Liesma Neipreisa, LSKA valdes priekšsēdētāja Astrīda Babāne, trešajā rindā LSKA valdes priekšsēdētājas vietniece Lilita Kalnāja, Dobeles pilsētas Senioru biedrības vadītāja Valentīna Embovica. Foto no LSKA arhīva

2020. gadā LSKA iestājās Alūksnes novada pensionāru biedrība un biedrība “Sidraba pavediens”, 2022. gadā mums pievienojās biedrība “Kuldīgas Senioru skola” un tika noslēgts sadarbības līgums ar biedrību “Vidusdaugavas NVO centrs”, kura apvieno 47 biedrības. Izveidojām struktūrvienību “Senioru Saeima”. 2023. gadā parakstījām sadarbības līgumus ar Dobeles un Madonas pensionāru biedrībām.

Darbu sāka LSKA "Senioru skola". Arī šogad turpinām piesaistīt senioru kopienas, viņiem kļūstot par juridiskajiem biedriem vai sadarbības partneriem.

## "Senioru saeima" un dialogs ar valsti

**Astrīda Babāne:** LSKA līdzdarbojas Senioru lietu padomē Labklājības ministrijā, 2022. gadā pievienojāmies NVO un Ministru kabineta Memorandumam, vairākkārt esam piedalījušies arī Saeimas sociālo un darba lietu komisijas sēdēs, kurās tikuši skatīti senioriem būtiski jautājumi. Laba sadarbība izveidojusies arī ar Rīgas valstspilsētas pašvaldību.

Praktiski jau kopš biedrības dibināšanas esam veidojuši ilgspējīgu senioru interešu aizstāvības programmu. Šis darbs nemīgi turpinās, jo problēmas jau nekur nepazūd – atrisini vienu, bet vietā rodas kāda cita. Senioru skarošo problēmu identificēšanai, izvērtēšanai, kā arī visām pusēm – valstij, pašvaldībām un senioriem, – piemērotu risinājumu rašanai, 2022. gadā izveidojām LSKA struktūrvienību "Senioru saeima", ko vada Mg.iur. Barba Girgensone.

Vairākos jautājumos, par kuru risināšanu esam aktīvi iestājušies, "vezums" ir izkustējies no vietas. Piemēram, var minēt Labklājības ministrijas iniciatīvu pensionāriem neapliekamo minimumu palielināt līdz 1000 eiro mēnesī, par ko esam patiesi gandarīti, jo par neapliekamā minimuma palielināšanu pensionāriem aktīvi iestājušies arī LSKA. Tagad jāspēr nākamais solis – jāveicina senioru pilnvērtīgu iesaisti darba tirgū.

## Labdarība. Galvenais akcents – palīdzība senioriem

**Astrīda Babāne:** Sabiedriskā labuma organizācijas statusu ieguvām 2018. gadā un darbojamies tādās jomās kā labdarība, cilvēktiesību un indivīda tiesību aizsardzība, pilsoniskas sabiedrības attīstība, veselības veicināšana, trūcīgo un sociāli mazaizsargāto personu grupu sociālās labklājības celšana. Tomēr galvenais mūsu darbības virziens ir palīdzība pensionātiem, sociālās aprūpes centriem, slimnīcām un nevalstiskām organizācijām, kā piemēram, invalīdu biedrībām, kuru galvenie klienti ir gados vecāki cilvēki.

LSKA kopš 2020. gada labdarības projektu īstenošanā, medicīniskā inventāra un citu sociālās aprūpes centriem nepieciešamo lietu iegādē atbalsta AS "DelfinGroup". Pateicoties šī uzņēmuma ziedojumiem, kopš 2020. gada esam spējuši palīdzēt ar medicīniskā aprīkojuma un citu nepieciešamo lietu iegādi, ko iestādes lūdz senioru dzīves kvalitātes uzlabošanai, vairāk nekā 40 sociālās aprūpes iestādēm. Valsts un pašvaldības iestādes savos pansionātos, dienas aprūpes centros, slimnīcās, – visur, kur vien palīdzību saņem seniori, veic ļoti lielu darbu. Taču finansiālās iespējas daudziem ir tādas, kā ir, tādēļ esam priecīgi, ka ar AS "DelfinGroup" atbalstu varam palīdzēt uzlabot šo pakalpojumu.

2



Labklājības ministrijas Senioru lietu padomē 2024. gada 25. janvārī. No kreisās: projekta vadošā ekspertes Liepājas Universitātes asociētā profesore Iveta Cīrule, projekta eksperte, LSKA valdes priekšsēdētājas vietniece Lilita Kalnāja, projekta vadošā eksperte Tatjana Azamatova. Foto no LSKA arhīva

## Palīdzam Ukrainas kara bēgļiem

**Lilita Kalnāja:** Ar ukraiņiem, kas raduši patvērumu Rīgā, sadarbojamies jau no 2022. gada. Pateicoties Rīgas Apkaimju iedzīvotāju centra atbalstam, palīdzam viņiem integrēties mūsu sabiedrībā, apgūt latviešu valodu, labāk izprast mūsu vēsturi, kultūru un cilvēkus. Organizējam arī izglītojošas ekskursijas uz dažādiem Latvijas novadiem un pilsētām, kuras patvēruma meklētāji no Ukrainas ir ļoti iecienījuši.

LSKA organizētajā "Latviešu valodas klubā" ukraiņi apgūst latviešu valodu tādā līmenī, lai varētu kvalitatīvi iekļauties Latvijas darba tirgū. Mācību programma sagatavota atbilstoši Valsts valodas centra eksāmenu prasībām, nodrošināts arī metodiskais materiāls katram kluba dalībniekam.

## Kā mazināt novecošanās negatīvās sekas

**Lilita Kalnāja:** Nepieciešama visu šo problēmu identificēšana un mērķtiecīgas sociālās politikas veidošana novecošanās negatīvo seku mazināšanai. Šīs novecošanās stratēģijas izstrādāšanā būtu jāsadarbojas gan atbildīgajām ministrijām, gan likumdevējam, gan arī nevalstiskajam sektoram.

Sabiedrības novecošanās tikai augs un gados vecāku cilvēku ilgāka nodarbinātība, tai skaitā arī jaunu prasmju un zināšanu apgūšana, drīzumā var kļūt par nepieciešamību. Diemžēl Latvijā nav likuma par senioru mūžizglītību, tādēļ pagaidām

senioru mūžizglītība ir atkarīga galvenokārt no NVO labās gribas, iespējas piesaistīt lektoros, kā arī finanšu līdzekļus šādu apmācību nodrošināšanai.

## Kāpēc nepieciešamas senioru skolas

**Lilīta Kalnāja:** Senioru skolas ir ļoti labs veids gados vecāku cilvēku mūžizglītības veicināšanai, taču tas ir tikai pirmais solis. Latvijā senioru skolas darbojas Krāslavā, Kuldīgā, Ikšķilē, Līvānos, Siguldā, Ķeipenē, Jelgavā ir Senioru universitāte, un tomēr ar to vien nepietiek. Seniori vēlas turpināt aktīvu un jēgpilnu dzīvi arī pēc aiziešanas pensijā un mūžizglītībai te ir nozīmīga loma. LSKA "Senioru skolas" aktivitāšu loks ir visplašākais – sākot ar pašreizējā ģeopolitiskajā situācijā tik būtiskām tēmām kā civilās aizsardzības pamati, hibrīdkara draudu atpazīšana, pirmās palīdzības sniegšana, digitālās prasmes u.c., beidzot ar kultūrizglītojošām ekskursijām uz dažādiem Latvijas novadiem, muzeju un izstāžu apmeklējumiem, kā arī sadraudzības braucieniem pie Lietuvas un Igaunijas senioriem. LSKA "Senioru skola" organizē arī tikšanos ar dažādām valsts un pašvaldību amatpersonām, kuras izskaidro senioriem aktuālos jautājumus, piemēram, kāda palīdzība saņemama no pašvaldības, kā izprotams viens vai otrs normatīvais regulējums u.tml. Uz "Senioru skolas" nodarbībām var nākt ikviens interesents. Informācija par pasākumiem rodama LSKA mājas lapā <https://lskapieniba.lv/lv/senioru-skola>.

## Senioru organizācijas sadarbojas Trešās paaudzes universitāšu tīkla izveidei Latvijā

**Agita Pleiko, biedrības "Vidusdaugavas NVO" valdes priekšsēdētāja, projekta "Trešās paaudzes universitāšu tīkla izveide Latvijā sabiedrības vecākās paaudzes sociālās labklājības un drošības vairošanas interesēs" vadītāja:** Sabiedriskā labuma biedrība "Vidusdaugavas NVO centrs" kopā ar četriem projekta partneriem no visas Latvijas 2023. gadā ir uzsākusi sadarbību Eiropas Savienības Atveseļošanas un noturības mehānisma atbalstītā projekta "Trešās paaudzes universitāšu tīkla izveide Latvijā sabiedrības vecākās paaudzes sociālās labklājības un drošības vairošanas interesēs" īstenošanai.

Trešās paaudzes universitātes jeb *The University third Age* (3UA) ir pieaugušo neformālās izglītības iniciatīva, populāra un atzīta daudzās pasaules valstīs, kura piedāvā izglītošanos pensionētām personām un ikvienam interesentam, kas uzsaka sevi par senioru jeb trešās paaudzes pārstāvi.

Projekta mērķis ir stiprināt senioru un cilvēku ar invaliditāti pusmūža vecumā, kā vienu no sabiedrības vismazāk aizsargāto grupu un nozīmīgas sabiedrības daļas, interešu pārstāvniecību sociālās labklājības un drošības jomā pilsoniskajā dialogā ar publisko pārvaldi un lēmumu pieņēmējiem, izveidojot un attīstot Trešās paaudzes universitāšu tīklu Latvijā.

Projekta partneri ir biedrības "Kuldīgas Senioru skola", "Ikšķiles senioru skola", "Latvijas senioru kopienu apvienība" (Rīga) un "Baltā māja" (Līvāni) – organizācijas, kuru darbība jau ilgstoši ir saistīta ar senioriem, viņu mūžizglītību un iespējami ilgu dzīves kvalitātes saglabāšanu. Projekta īstenošanas gaitā tam pievienojušās vēl citas nevaldības organizācijas – biedrības "Ķeipenes senioru skola", "Jelgavas Senioru universitāte" un "Siguldas senioru skola".

Šobrīd projekta aktualitātes ir dalībnieku pieredzes apmaiņas visā Latvijā un Igaunijā, kā arī ikviens var iesaistīties projekta kampaņā "Pievieno gadiem dzīvi!", *Meta* (Facebook) vietnē nobalsojot par kādu no senioru iesūtītajām fotogrāfijām, kas rāda – cik krāšņi un aizrautīgi iespējams pavadīt mūža otro pusi. Vairāk meklē šeit: <https://vidusdaugavasnvo.lv> fotokonkurss: <https://ieej.lv/qoo0A>

## Kāpēc Latvijai vajadzīgs 3UA universitāšu tīkls

**Tatjana Azamatova, Krāslavas senioru skolas vadītāja, projekta vadošā eksperte:** Latvijas sabiedrība strauji noveco. Pēc Centrālās statistikas pārvaldes datiem šobrīd piektdaļa Latvijas iedzīvotāju jau ir nosvinējuši 65. dzimšanas dienu, bet katrs desmitais ir vecāks par 75 gadiem. Eiropas Komisijas Migrācijas un demogrāfijas zināšanu centra prognozētais scenārijs Latvijai: līdz 2050. gadam kopējais iedzīvotāju skaits būs aptuveni 1 500 000, tajā skaitā 30% būs 65 gadus veci un vecāki cilvēki.

Beidzot aktīvās darba gaitas un kļūstot par pensionāru, lielākai daļai cilvēku mainās dzīvesveids. Kamēr cilvēki strādā, viņi atrodas sabiedrībā, bet izejot pensijā, samazinoties sociālajiem kontaktiem, viņi jūtas vientuļi un nevajadzīgi. Pētījumu rezultāti liecina, ka vecāka gadagājuma cilvēkiem, salīdzinot ar citām vecuma grupām, ir augstāks sociālās izolācijas un depresijas risks.

Lielākajā daļā Eiropas Savienības valstu viena no nozīmīgākajām praksēm, viena no atslēgām ir neformālā izglītība senioriem. Francijā 1973. gadā tika izveidota pirmā Trešās paaudzes universitāte. Turpmākajos gados šī kustība attīstījās gandrīz visās Eiropas valstīs, t.sk. mūsu kaimiņvalstīs Lietuvā, Igaunijā, Polijā. Seniori aktīvi izmanto iespēju mācīties, apgūt noderīgas prasmes un kompetences, lai neapstātos savā attīstībā. Mācību centru pieredze rāda, ka aktīvs dzīvesveids vecumdienās ļauj izjust savu piederību domubiedru grupai, palīdz novērst uzmanību no sliktas pašsajūtas, skumjām domām un trauksmes. Iesaistoties regulārā un interesantā darbībā, seniori ir mazāk pakļauti depresijas riskam, retāk slimo, mazāk vērsas pēc medicīniskās palīdzības, labāk orientējas sabiedriskajos procesos, izjūt lielāku gandarījumu par dzīvi.

## Paldies par sarunu!

# GAIDĀMIE SEMINĀRI

## 23. OKTOBRIS

SEMINĀRS

Praktiskā pieredze  
projektu vadīšanā



23. oktobris  
14.00 - 17.00  
Tiešsaistē

Trešdien, 23. oktobrī no plkst. 14.00 līdz 17.00 NVO nams aicina NVO pārstāvjus uz tiešsaistes semināru "Praktiskā pieredze projektu vadīšanā".

Semināru vadīs **Ilona Grodska** – projektu vadītāja un konsultante, lektore ar 20 gadu

pieredzi, sagatavojot un īstenojot projektus Eiropas Savienības un citās programmās, kā arī piedaloties projektu uzraudzībā.

Seminārā dalībniekiem būs iespēja uzzināt praktiskus ieteikumus projektu plānošanas un īstenošanas procesā.

Semināra programmā:

- biežāk pieļautās kļūdas projekta pieteikuma sagatavošanā un īstenošanā;
- riski nepārdomāta budžeta un naudas plūsmas plānošanā, kā tos novērst;
- noderīgi informācijas avoti;
- rīki projektu vadības un uzraudzības nodrošināšanai.

4

Aicinām semināram reģistrēties, atverot saiti šeit:

<https://forms.office.com/e/u1EWEHpWJv>

## 30. OKTOBRIS

SEMINĀRS

Projektu publicitātes  
iespējas



30. oktobris  
14.00 - 17.00  
Tiešsaistē

Trešdien, 30. oktobrī no plkst. 14.00 līdz 17.00 NVO nams aicina NVO pārstāvjus uz tiešsaistes semināru "Projektu publicitātes iespējas".

Seminārs būs kā turpinājums projektu vadības semināru ciklam, iepazīstinot ar publicitātes

aktivitāšu plānošanu projektu izstrādes gaitā un to un īstenošanu projektos.

Nodarbību vadīs **Kristīne Tjarve** – izglītības zinātņu maģistre, komunikācijas nozares praktiķe ar vairāk nekā 20 gadu pieredzi dažādās nozarēs, uzņēmuma "C SMART" vadītāja, vairāku Latvijas izglītības iestāžu mācībspēks. Kristīne ikdienā darbojas dažādos projektos, nodrošinot komunikācijas pakalpojumus, bijusi projektu finansētāja pusē, uzraugot projektu komunikācijas aktivitāšu ieviešanu.

Semināra dalībnieki iegūs izpratni par nosacījumiem projektu publicitātes aktivitāšu plānošanā un īstenošanā, par kādiem aspektiem jāpiedomā, kad tiek plānots projekts.

Aicinām semināram reģistrēties, atverot saiti šeit:

<https://forms.office.com/e/xNLFA7cCaz>

## 6. NOVEMBRIS

SEMINĀRS

Digitālie rīki un AI  
pamati NVO darbā



6. novembris  
14.00 - 17.00  
Tiešsaistē

Trešdien, 6. novembrī no plkst. 14.00 līdz 17.00 NVO nams aicina NVO pārstāvjus uz tiešsaistes semināru "Digitālie rīki un AI pamati NVO darbā".

Semināru vadīs **Dāniels Liecis**, kura pieredzi raksturo ilgtermiņa darbs NVO jomā, fokusējoties

uz organizācijas kapacitātes celšanu un jaunu tehnoloģiju ieviešanu. Strādājis ar vairākām organizācijām, palīdzot ieviest digitālās sistēmas, kas būtiski uzlabo gan projektu rakstīšanas, finanšu paplašināšanas, ietekmes palielināšanas u.c. būtiskus NVO procesus.

Dalībnieki seminārā uzzinās, kā izmantot digitālos rīkus, lai veicinātu zināšanu pārnesi starp paaudzēm, samazinātu izdegšanu, kas rodas pārmērīgas komunikācijas rezultātā, un kā vienlaikus īstenot vairākus projektus ar AI palīdzību.

Semināra programmā:

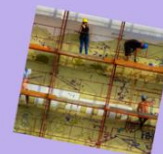
- bezmaksas digitālie rīki ikvienam un to praktiskie pielietojumi;
- kā samazināt administratīvo darbu, automatizējot ikdienas uzdevumus;
- praktisks ieskats mākslīgā intelekta pamatos;
- kā AI rīki var palīdzēt ātrāk analizēt un pieņemt kvalitatīvus lēmumus.

Plašāka informācija par semināru un pieteikšanos būs pieejama interneta vietnē [www.apkaimes.lv](http://www.apkaimes.lv)

## 13. NOVEMBRIS

SEMINĀRS

Koprades, līdzdalības un  
kopienu māksla. Mākslas  
fakts un instruments  
sabiedrības saliedēšanā



13. novembris  
14.00 - 17.00  
Tiešsaistē

Trešdien, 13. novembrī no plkst. 14.00 līdz 17.00 NVO nams aicina NVO pārstāvjus uz tiešsaistes semināru "Koprades, līdzdalības un kopienu māksla. Mākslas fakts un instruments sabiedrības saliedēšanā".

Semināru vadīs **Ieva Niedre**, kultūras producente, kopienu mākslas mediatore un "Fonda Initium" vadītāja.

Seminārs būs arī kā praktiskā nodarbība - domnīca, kurā uzzināsim par kopienu un līdzdalības mākslu Latvijā un Baltijā, runāsim par to, kā ar šādu mākslas radīšanas veidu varam stiprināt un veidot kopienas, kādēļ tas nepieciešams un ko sabiedrība no tā iegūst. Caur praktiskiem uzdevumiem meklēsim veidus, kā stiprināt kopienas, kurām mēs esam piederīgi, kā sākt kopienu mākslas procesu savā ģeogrāfiskajā vai sociālajā kopienā.

Semināra programmā:

- kas ir līdzdalības un kas - kopienu māksla?
- kā šie virzieni saistīti ar pilsoniskās sabiedrības veidošanos un attīstību?
- kopienu māksla un kopienā balstīta māksla - piemēri Latvijā un Baltijas valstīs;
- tīklošanās un praktiski uzdevumi dalībniekiem.

Plašāka informācija par semināru un pieteikšanos būs pieejama interneta vietnē [www.apkaimes.lv](http://www.apkaimes.lv)

## 20. NOVEMBRIS

SEMINĀRS

Brīvprātīgā darbs un tā izmantošana NVO



20. novembris  
14.00 - 17.00  
Tiešsaistē

Trešdien, 20. novembrī no plkst. 14.00 līdz 17.00 NVO nams aicina NVO pārstāvjus uz tiešsaistes semināru "Brīvprātīgā darbs un tā izmantošana NVO".

Semināru vadīs **Kitija Bite**, tiesību zinātņu doktore, vairāku nevalstisku organizāciju

pārstāve, mācībspēks Latvijas augstskolās.

Seminārā dalībniekiem būs iespēja izprast, ko Latvijā saprot ar brīvprātīgā darbu un tā atšķirības no algota darba.

Semināra programmā:

- nodarbinātības veidi un brīvprātīgā darbs;
- brīvprātīgā darba tiesiskais regulējums;
- brīvprātīgā darba līgums un tā noslēgšana;
- nepilngadīga brīvprātīgā iesaistes tiesiskums;
- brīvprātīgā darbā iegūto prasmju izmantošana darba tirgū;
- līguma paraugi;
- jautājumi un atbildes.

Plašāka informācija par semināru un pieteikšanos būs pieejama interneta vietnē [www.apkaimes.lv](http://www.apkaimes.lv)

## 27. NOVEMBRIS

Trešdien, 27. novembrī no plkst. 14.00 līdz 17.00 NVO nams aicina NVO pārstāvjus uz tiešsaistes semināru

"Meta Ads reklāmas izveide iesācējiem NVO darbības un projektu popularizēšanai".



Semināru vadīs **Evita Astiča**, vizuālā satura eksperte, oficiālā Canva vēstnese un lektore. Vada mācības par satura izveidi sociālo tīklu platformās.

Seminārā dalībnieki apgūs pamatus, kā izveidot un pārvaldīt reklāmas Meta Ads platformā (Facebook/Instagram). Meta Ads ir viens no svarīgākajiem reklamēšanas kanāliem, kas palīdz NVO efektīvi popularizēt savas aktivitātes.

Plašāka informācija par semināru un pieteikšanos būs pieejama interneta vietnē [www.apkaimes.lv](http://www.apkaimes.lv)

# PASĀKUMI NVO NAMĀ

## TĪKLOŠANĀS PASĀKUMS "VAIROJAM UN STIPRINĀM BRĪVPRĀTĪBAS SPĒKU RĪGĀ"

Turpinot pagājušajā gadā uzsākto iniciatīvu, kas veltīta brīvprātīgā darba attīstībai Rīgā, aicinām NVO, pašvaldības darbiniekus un citus interesentus piedalīties tīklošanās pasākumā "Vairojam un stiprinām brīvprātības spēku Rīgā".

Plašāka informācija: 10. lpp.

## IEPAZĪSTINĀS AR SPĒLI ĒDAM/ EATIT



Biedrība "Tīne" 24. oktobrī plkst. 17.30 NVO namā iepazīstinās ar projektā "Integrējamies kopā" izstrādāto spēli ēdAM/eatIT.

Spēle ēdAM/eatIT ir paredzēta, lai veicinātu ēdienu ilgtspēju, latviešu virtuves iepazīšanu, kā arī - latviešu un angļu valodas apmācību. Spēle ir ne vien izklaidējošs laika pavadīšanas veids, bet arī iepazīstina ar vienkāršām Latvijas virtuves receptēm un iedvesmo izmantot vienkāršas izejvielas dažādās receptēs.

## BIEDRĪBA "ATBALSTA UN IZAUGSMES CENTRS "ALENDUM""

Biedrība "Atbalsta un izaugsmes centrs "Alendum"" sadarbībā ar Nodarbinātības valsts aģentūru rīko apmācības "Asistents-pavadonis personai ar invaliditāti".

Apmācības notiks no 21. līdz 25. oktobrim NVO namā.

## "LIVEINTEGRO" NODARBĪBAS JAUNIEŠIEM UN BĒRNIEM

Biedrība "LiveIntegro" rīko izglītojošas un radošas nodarbības bērniem un jauniešiem ar kustību traucējumiem.

Nākamās tikšanās NVO namā noritēs 26. oktobrī un 2., 9., 16. novembrī.

## HARMONIJAI UN VESELĪBAI – CIGUN NODARBĪBAS

Biedrība "Es varu visu!" aicina uz Cigun nodarbībām labsajūtai, veselībai, priekam.

Tuvākās nodarbības notiks 24. un 31. oktobrī no plkst. 18.00 līdz 19.30 NVO namā.

## ATBALSTA PASĀKUMI UKRAINAS CIVILIEDZĪVOTĀJIEM

6

"Latvijas-Ukrainas atbalsta un tīklošanās biedrība" projekta "Juridiskas un sociālās jomas palīdzība Ukrainas civiliedzīvotājiem" ietvaros sniedz juridiskās konsultācijas ukraiņiem, kas patvērumu raduši Latvijā.

Konsultācijas notiks 22., 24., 29., 31. oktobrī un 5., 12. 14. un 21. novembrī NVO namā.

Biedrība "Palīdzēsim viens otram" projekta "Ceļš uz saliedētu sabiedrību" ietvaros rīko latviešu valodas attīstīšanas klubu Ukrainas civiliedzīvotājiem.

Nākamā nodarbība notiks 23. oktobrī plkst. 17.00 NVO namā.

## IZSTĀDE "MŪSU KRĀSAINĀS PASAKAS"



NVO nama 2. stāva gaitenī līdz 31. oktobrim ir apskatāma informatīvi izglītojoša izstāde "Mūsu krāsainās pasakas". Izstāde ir nodibinājuma "Fonds Kopā" Dienas aprūpes centra klientu darbu izstāde.

Izstāde ir skatāma NVO nama darba laikā - darba dienās no plkst. 9.00 līdz 21.00 un sestdienās no plkst. 9.00 līdz 20.00.

# ATSKATS

## ATSKATS NVO NAMA DARBĪBĀ SEPTEMBRĪ

Septembrī NVO nama telpās organizācijas rīkoja 368 aktivitātes: leriķu ielā 43a norisinājās 245 aktivitātes, E. Smiļģa ielā 46 – 45, Brīvības gatvē 266 – 36 un Vidrižu ielā 1c – 42 aktivitātes.

NVO aktivitātēs iesaistīti 4451 dalībnieki.

Pasākumu un aktivitāšu rīkošanai sniegts atbalsts 42 NVO.

Izskatīti un apstiprināti 86 pieteikumi telpu un aprīkojuma lietošanai.

Izsniegts aprikojums 8 organizācijām pasākumu rīkošanai ārpus NVO nama telpām.

Septembrī noorganizēti 3 semināri lektores Alises Vītolas vadībā, cikla "No idejas līdz projektu īstenošanai" ietvaros, kurā piedalījās 97 NVO pārstāvji.



Lai tiktos un tuvāk iepazītu NVO, kas ar kultūras un mākslas aktivitātēm, radošām metodēm pulcē un veido kopienas, un reizē atzīmētu NVO nama 11 darbības gadu jubileju, 24. septembra pēcpusdienā NVO namā notika tīklošanās pasākums "Radošums un kultūra kopienu stiprināšanai".

Pasākumā izskanēja iedvesmas un praktiskās pieredzes stāsti - par savu organizāciju darbību un paveikto stāstīja Ieva Niedre no "Fonda Initium" un "Pārdaugavas Radošais centrs", Kaspars Lielgalvis no biedrības "Totaldobže", Inese Grandāne no biedrības "Rīgas Mazjumprava", Anna Zagorska no biedrības "Tuvumi".

Pasākumā piedalījās vairāk nekā 60 NVO pārstāvji un citi interesenti.

# NVO ZIŅAS

## DĀRZCIEMA APKAIMI IZROTĀ UNIKĀLAS IELU ZĪMES



Šogad Dārzieme apkaimes biedrība īstenoja Rīgas mērogā unikālu projektu, kas bija veltījums apkaimes simtgadei Rīgas sastāvā un kuru līdzfinansēja Rīgas pilsētas Sabiedrības integrācijas programma.

Projekta "Te ir Dārzieme" ietvaros apkaimes iedzīvotāji varēja

ieteikt bezmaksas ielu nosaukumu zīmēm, kuru dizains tapa, sadarbojoties ar vietējām māksliniecēm. Uz speciāli veidotajām zīmēm tika grafiski atveidots ielas nosaukums (piemēram, kaķis, lapsa, kamene u.c.), uzrakstīts ielas nosaukums, kā arī papildus izvietots Dārzieme apkaimes biedrības logo un apkaimes dibināšanas gads.

Kopumā tika pieteiktas 173 zīmes, no kurām vairāk nekā divas trešdaļas attēlo ielas nosaukumu. Visvairāk unikālo zīmju ar ielas nosaukumu rotās Kraukļu ielu (14), Kārsavas ielu (11), Dārzieme ielu (10) un Sesku ielu (10). No 54 Dārzieme ielām savu zīmi iegūs 44 ielas.

Vairāk par projektu: <https://darzciemaapkaime.lv/?p=483>

## LABO DOMU DARBŅĪCA ANNAS KOKU SKOLĀ



Pulmonālās hipertensijas biedrība aicina cilvēkus ar invaliditāti un viņu tuviniekus un aprūpes personas "Labo domu darbnīcu Annas koku skolā" Babītē 2024. gada 26. oktobrī plkst. 11.00.

Darbnīca notiks projekta "Līdzdalība 2024" psihoemocionālās veselības programmas ietvaros. Darbnīcas laikā tās dalībnieki apmeklēs Annas koku skolas vadītājas Vinetas Vildes ekskursiju unikālā dabas un cilvēku radītā parkā, pusdienos un tīklosies labo domu noskaņās, bet pēcpusdienā apgūs ķermeņa relaksācijas tehnikas ar fizioterapeiti Līnu Pugu.

Pieteikties pasākumam līdz 22.10.2024. šeit: <https://ej.uz/labodomudarbniecā>

Papildu informācija: Ieva Plūme, tālrunis 26720675.

Annas koku skola: [annaskokuskola.lv](http://annaskokuskola.lv)  
**AICINA PIEDALĪTIES LABDARĪBAS AKCIJĀ  
"SVINĒSIM VISI LATVIJAS VALSTS SVĒTKUS!"**



Latvijas Samariešu apvienība aicina piedalīties labdarības akcijā. Akcijā "Svinēsim VISI Latvijas valsts svētkus!" jau desmito gadu pēc kārtas ar līdzcilvēku atbalstu vēlamies palīdzēt tiem, kuriem klājas grūtāk.

Dodoties uz veikalu, nopērc vairāk nekā Tev nepieciešams un ziedo tām

trūcīgajām ģimenēm un vientuļajiem senioriem, kuriem nebūs, ko likt uz svētku galdā! Vari ziedot arī to, kas ir krājumos mājās - ar labu derīguma termiņu.

Pārtikas ziedojumus aicina nogādāt Latvijas Samariešu apvienības mājvietā, Katoļu ielā 22, Rīgā, no plkst. 8.00 līdz 18.00. Ziedojumus gaidīs līdz 4. novembrim.

## PROJEKTS "KULTŪRVĒSTURISKAIS MANTOJUMS VISIEM"

Ir svarīgi, ka vide ir piekļūstama ikvienam – cilvēkiem ar īslaicīgiem kustību ierobežojumiem, cilvēkiem ar invaliditāti, ģimenēm ar maziem bērniem, senioriem un citiem, ne tikai parastās sabiedriskās ēkas, bet arī ēkas, kuras ir kultūrvēsturiskas.

Projektā "Kultūrvēsturiskais mantojums", sadarbojoties ar Nacionālo kultūras mantojumu pārvaldi, tika atlasītas visas kultūrvēsturiskās sabiedriskās ēkas Rīgā. Projektam tika piesaistīti brīvprātīgie, kuri tika apmācīti par to, ko ir svarīgi zināt, apsekojot kultūrvēsturiskas ēkas, kā izvērtēt vidi un kā to piefiksēt.

Projekta laikā apsekojie pieejamie kultūrvēsturiskie objekti Rīgā ir apskatāmi tīmekļvietnē <https://mapeirons.eu>.

Projekta beigās, 5. novembrī, Latvijas Nacionālajā bibliotēkā, notiks forums "Kultūras mantojuma pieejamība – mīti un realitāte". Pasākumu organizē nodibinājums "Invalīdu un viņu draugu apvienība "Apeirons"" sadarbībā ar Nacionālo kultūras mantojuma pārvaldi, Rīgas domi un Eiropas pieejamības resursu centru "Accessible EU".

Plašāka informācija: [https://ej.uz/kult\\_mant\\_pieejamiba](https://ej.uz/kult_mant_pieejamiba)

## LĀČPLĒŠA DIENAS LĀPU GĀJIENS DĀRZIŅOS



Godinot Latvijas Brīvības cīņās kritušos karavīrus, jau trešo gadu Dārziņu apkaimē 11. novembrī notiks Lāpu gājiens no Dārziņu parka (V.

Kudojara parks) līdz Kapsila kapsētai, kurā apglabāti Daugavas krastos kritušie Latvijas karavīri.

Lāpu gājiena sākums plkst. 19.00. Ar patriotiskām karavīru dziesmām pasākumu kuplinās Latvijas Nacionālo karavīru biedrības koris "Tēviņa".

Aicinājums gājiena dalībniekiem ņemt līdzi Latvijas karogus, ziedus un piemiņas svečītes. Lāpas tiks nodrošinātas!

## VECDAUGAVIEŠU DAUDZINĀŠANA - NO SENDIENĀM LĪDZ MŪSDIENĀM

Biedrība "Vecdaugavieši" aicina 27. oktobrī plkst. 13.00 Plekstes ielā 3 uz vecdaugaviešu daudzcināšanu.



Atcerēsimies, ko galdā cēla mūsu priekšteči, tādēļ ikviens aicināts dalīties ar senām receptēm. Tomēr iepriecināsim ne tikai garšas kārpiņas, bet dziedāsim jau iemācītās senās

dziesmas, apgūsim piemirstus deju soļus un rotaļas. Jāpiebilst, ka pavisam senās receptes nāksies lasīt vecajā drukā. Rīmju lasīšana senajā drukā būs kā teatrāls lasījums, jo atsvaidzināsim atmiņā arī pērn izrādīto lugu "Ilgvilņi", kas ir radīta pēc manganālsalieša Jāņa Labera stāsta motīviem. Ja viencēlienā atspoguļota sadzīve pagājušā gadsimta 30. gados tuvākajās apkaimēs, tad vecdaugaviešu daudzcināšana iestiepsies vēl senākā laikā.

## KONCERTS LATVIJAI

Atzīmējot Latvijas valsts svētkus, 16. novembrī plkst. 18.00 Sarkandaugavas apkaimes iedzīvotāji un tās viesi Dauderu muzeja vēsturiskajā salonā aicināti smelties iedvesmu, mīlestību un spēku klasiskā dueta mūzikas koncertā čellistes Māras Botmanes un soprāna Terēzes Greteres izpildījumā.

Programmā skanēs gan klasiski latviešu meistarību darbi, gan skaistākās melodijas no ārzemju komponistiem,

godinot mīlestību pret dzimteni, mūsu mājām. Koncertu rīko Sarkandaugavas attīstības biedrība.

## KRIŠJĀNA BARONA MUZEJS AICINA UKRAIŅUS UN LATVIEŠUS IEPAZĪT RUDENS GADSKĀRTU TRADĪCIJAS



Krišjāņa Barona muzejs 26. oktobrī no plkst. 11.00 līdz 14.00 aicina uz pasākumu cikla "No Jāņiem līdz Ziemassvētkiem" ceturto nodarbību "Rudens – veļu laiks". Pasākumu cikls paredzēts Rīgā dzīvojošiem Ukrainas valstspiederīgajiem un rīdziniekiem ar mērķi iepazīt latviešu un ukraiņu gadskārtu svētkus.

Pasākuma gaitā dalībnieki iepazīs rudens veļu laika tradīcijas Latvijā un Ukrainā, kā arī dziedās latviešu tautasdziesmas kopā ar muzeja brīvprātīgo Ivanu Meščanu un muzeja speciālistu Andri Ērgli. Pasākuma otrajā daļā notiks radošā darbnīca, kuras laikā tiks iepazītas latvju ornamenta zīmes un to izmantojums mūsdienās. Darbnīcu vadīs Liēna Teterovska.

Lūgums pieteikt dalību, rakstot uz e-pastu [barons@memorialiemuzeji.lv](mailto:barons@memorialiemuzeji.lv)

## PIEDALIES

### ESI NOTEICĒJS SAVĀ APKAIMĒ!

Līdz 31. oktobrim ikviens Rīgas iedzīvotājs un viesis ir aicināts balsot par kādu no 22 līdzdalības budžeta konkursam iesniegtajām apkaimju attīstības un labiekārtošanas iecerēm.

Rīgas pašvaldība īsteno visvairāk iedzīvotāju balsis saņēmušos projektus, kas uzlabos apkārtējo vidi ilgtermiņā.

Plašāka informācija: [https://ej.uz/noteicejs\\_apkaimes](https://ej.uz/noteicejs_apkaimes)

### AICINA IZVIRZĪT KANDIDATŪRAS UZ SEPTIŅĀM VIETĀM MEMORANDA PADOMES SASTĀVĀ

Valsts kanceleja kā Memoranda padomes sekretariāts atbilstoši Ministru kabineta 2014. gada 7. janvāra noteikumu Nr. 14 "Nevalstisko organizāciju un Ministru kabineta sadarbības memoranda īstenošanas padomes nolikums" 7. punktam izsludina jaunu padomes locekļu kandidātu izvirzīšanu.



Pieteikumi iesniedzami līdz 2024. gada 29. oktobra plkst. 10.00, nosūtot uz e-pastu: [nvo@mk.gov.lv](mailto:nvo@mk.gov.lv).

Kandidātu var izvirzīt organizācija, kas parakstījusi Nevalstisko organizāciju un Ministru kabineta sadarbības memorandu.

Plašāka informācija: [https://ej.uz/mk\\_memorands](https://ej.uz/mk_memorands)

## NOVĒRTĒJIET RĪGAS APKAIMJU IEDZĪVOTĀJU CENTRA DARBU

Līdz 31. oktobrim rīdnieki aicināti aptaujā izteikt savu viedokli par Rīgas Apkaimju iedzīvotāju centra sniegtajiem pakalpojumiem, tostarp NVO nama piedāvātajiem pakalpojumiem – telpu un aprīkojuma nodrošināšanu NVO, semināru organizēšanu, konsultāciju un atbalsta sniegšanu NVO pārstāvjiem.

Saņemtās atbildes Rīgas Apkaimju iedzīvotāju centrs izmantos, lai uzlaboto sniegto pakalpojumu kvalitāti un izprastu klientu apmierinātību.

Aptaujas anketa pieejama – [ŠEIT](#).

## PIESAKIET GODINĀŠANAI BRĪVPRĀTĪGĀ DARBA VEICĒJUS!



Tuvojoties 5. decembrim, kad visā pasaulē atzīmē Starptautisko brīvprātīgo dienu, Rīgas pašvaldība aicina pieteikt godināšanai brīvprātīgā darba veicējus, kuri šajā gadā devuši ievērojamu ieguldījumu sabiedrības labā.

Rīgas brīvprātīgo godināšanas pasākums šogad notiks 5. decembrī VEF Kultūras pils Kamerzālē.

Pasākuma mērķis ir pateikties tiem rīdniekiem, kas savu laiku ziedo brīvprātīgajam darbam, kā arī popularizēt brīvprātīgā darba kustību pilsētā.

Godināšanai var izvirzīt brīvprātīgā darba veicējus, kas brīvprātīgo darbu veic Rīgas teritorijā. Brīvprātīgā darba veicējam jābūt vismaz 13 gadus vecam.

Pieteikumu brīvprātīgā darba veicēja nominēšanai var iesniegt biedrības un nodibinājumi, valsts un pašvaldību iestādes un sociālie uzņēmumi, aizpildot **pieteikuma anketu**: [Pieteikums "Rīgas brīvprātīgo godināšana 2024"](#)

**Pieteikumi jāiesniedz līdz 11. novembrim.**

Plašāka informācija: [https://ej.uz/brivpratigo\\_godinasanai](https://ej.uz/brivpratigo_godinasanai)

## PROJEKTU KONKURSI

### IZSLUDINA PIETEIKŠANOS PILSONISKĀS SABIEDRĪBAS BALVAI PAR CĪŅU PRET KAITĪGU EIROPAS SABIEDRĪBAS POLARIZĀCIJU

Pilsoniskās sabiedrības organizācijas, privātpersonas un privātie uzņēmumi tagad var pieteikt savus bezpeļņas projektus Eiropas Ekonomikas un sociālo lietu komiteja (EESK) balvai, kas paredzēta cīņai pret Eiropas sabiedrības kaitīgo polarizāciju.

Pieteikumu iesniegšanas termiņš ir 2024. gada 7. novembris plkst. 10.00.

EESK pamatbalvas "Pilsoniskās sabiedrības balva" mērķis ir veicināt izpratni par pilsoniskās sabiedrības izcilo ieguldījumu Eiropas identitātes un pilsoniskuma veidošanā un Eiropas integrāciju veicinošo kopējo vērtību popularizēšanā.

Plašāka informācija: [https://ej.uz/sab\\_polarizacija](https://ej.uz/sab_polarizacija)

### PAR VALSTS KULTŪRKAPITĀLA FONDA 2025. GADA MĒRĶPROGRAMMĀM

Valsts kultūrkapitāla fonds informē, ka apstiprināti pieteikšanās termiņi 2025. gada mērķprogrammām:

- "Jaunrades veicināšanas stipendiju mērķprogramma",
- "Profesionālu nevaldības kultūras organizāciju atbalsts",
- "Valstiski nozīmīgi kultūras pasākumi".

Projektu iesniegšana - no 04.11.2024. līdz 22.11.2024. plkst. 23.59. Rezultāti - pēc 19.12.2024.

Plašāka informācija: [https://ej.uz/vkkf\\_konkursi](https://ej.uz/vkkf_konkursi)

# AICINĀM UZ TĪKĻOŠANĀS PASĀKUMU

## TĪKĻOŠANĀS PASĀKUMS “VAIROJAM UN STIPRINĀM BRĪVPRĀTĪBAS SPĒKU RĪGĀ” – PIEREDZES UN SADARBĪBAS VEIDOŠANAI!

PIEDALIES

### Vairojam un stiprinām brīvprātības spēku Rīgā



31. oktobris  
15.00 – 18.00  
NVO nams

Turpinot pagājušajā gadā uzsāktu iniciatīvu, kas veltīta brīvprātīgā darba attīstībai Rīgā, aicinām NVO, pašvaldības darbiniekus un citus interesentus piedalīties tīklošanās pasākumā “Vairojam un stiprinām brīvprātības spēku Rīgā”.

**Pasākums “Vairojam un stiprinām brīvprātības spēku Rīgā” notiks ceturtdien, 2024. gada 31. oktobrī no plkst. 15.00 līdz 18.00, NVO namā.**

Pasākuma mērķis ir veidot atbalstošu vidi, kurā brīvprātīgā darba darītāji un tā organizētāji – gan NVO pārstāvji, gan pašvaldības darbinieki – var iedvesmoties, gūt jaunas zināšanas un dalīties pieredzē, lai turpinātu darbu brīvprātības jomā.

Pašvaldības darbiniekiem tā būs iespēja iepazīt jaunas metodes, kā veicināt brīvprātīgo darbu, tīklojoties ar brīvprātīgā darba darītājiem, savukārt NVO pārstāvjiem – pieredzes apmaiņa, jaunu pieeju un citu brīvprātīgā darba entuziastu iepazīšana.

Pasākuma ievadā Rīgas Apkaimju iedzīvotāju centra Sabiedrības integrācijas un līdzdalības nodaļas vadītāja **Ilze Meilande** iezīmēs brīvprātīgā darba aktualitātēs Rīgā – kas paveikts 2024. gadā un kas vēl plānots.

Turpinājumā dalībniekiem būs iespēja piedalīties “Iekšējo resursu un vērtību darbnīcā”. Ikdienā cilvēki meklē resursus, spēka instrumentus, motivāciju ārpusē, taču lielākā jauda un iespējas slēpjas tieši personīgajā potenciālā. Darbnīcā klātesošie izzinās savus iekšējos resursus nākotnes iespēju

attīstīšanai. Ar neformālās izglītības un izzinošām, saliedējošām metodēm ikvienam būs iespēja radīt savu vērtību karti tālākai sadarbībai, attīstībai un līdzdalībai.

**Darbnīcu vadīs Ieva Johansson**, izaugsmes platformas “MeYou.One” vadītāja, biedrības “Vērtību skola” līdzdibinātāja, līdzdalības un radošās domāšanas eksperte. Ievai ir vairāk nekā 20 gadu pieredze neformālās izglītības un brīvprātīgā darba projektu izstrādē un ieviešanā.

**Pasākuma moderatore būs Inese Šubēvica**, kurai ir vairāk nekā 20 gadu pieredze brīvprātīgā darba organizēšanā un koordinēšanā pašvaldības, valsts iestādēs, NVO Latvijā un pasaulē. Inese koordinē brīvprātīgos sarunu festivālu “Lampa”, un ir nerimstoša neformālās izglītības mācību vadītāja.

Noslēgumā tiks apkopoti svarīgākie secinājumi un atziņas, kā arī tiks atvēlēts laiks sirsnīgām sarunām un tīklošanās iespējai neformālā gaisotnē – pie kafijas tases.

**Aicinām pasākumam reģistrēties līdz 29. oktobrim šeit: <https://forms.office.com/e/8kY8uTmdTM>**

Pasākumā aicinām piedalīties gan Rīgas pašvaldības darbiniekus, gan nevalstisko organizāciju – biedrību un nodibinājumu – pārstāvjus, kuru darbs jau ir saistīts ar brīvprātīgā darba jomu, gan tos, kuri vēlētos to uzsākt, kā arī ikvienu interesentu.

**Kopā veidosim stiprāku brīvprātīgā darba kopienu Rīgā!**

Plašākai informācijai par NVO nama darbību, pasākumiem un telpu vai aprīkojuma pieteikšanu un izmantošanu aicinām sazināties ar NVO nama darbiniekiem, rakstot uz e-pastu [nvonams@riga.lv](mailto:nvonams@riga.lv) vai zvanot pa tālruni **67848902**

**SEKOJIET LĪDZI NVO NAMA AKTUALITĀTĒM**



facebook.com/RigasNVOOnams



twitter.com/NVOOnams



instagram.com/nvo\_nams/