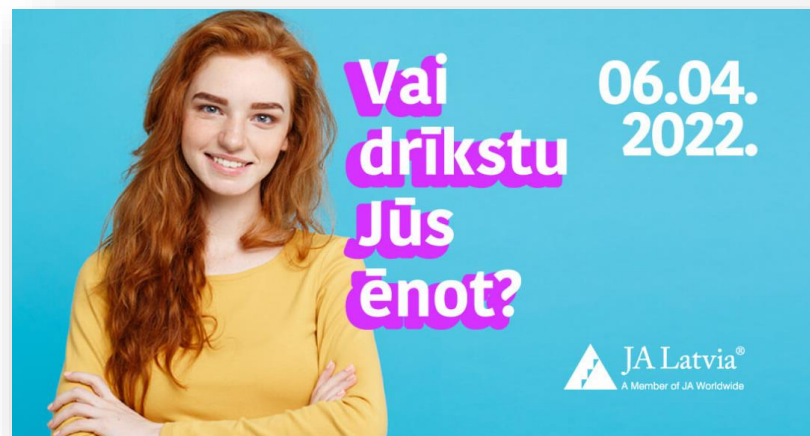




*Jelgavas 4  
vidusskola*



# Ēnu diena 2022



Es ēnoju farmaceitu „Benu” aptiekā un uzzināju daudz interesanta un jauna. Man ļoti patika visu izskatīt un uzzināt, ar ko farmaceiti nodarbojas. Vēl nezinu, par ko nākotnē strādāšu, bet šodien uzzināju, ka būt par farmaceitu ir ļoti interesanti.

Rozenštrauhs Eliass 6.c



Mēs ar manu klasesbiedreni šogad ēnojām skolotāju Ritmu Tauteri.

Piedalījāties katrā mācību stundā, un vērojām, kā skolotāja māca 2.c klases audzēkņus. Skolotāja mums ļāva novadīt aptveni 15 minūtes no viņas matemātikas stundas, kurā mēs ar 2.c klasi pildījām uzdevumus, kurus bijām uzrakstījušas uz tāfeles.

Diena bija interesanta un pagāja ļoti ātri!

Černuho Elza (skolēns), 6.c



## Diena Jelgavas Pašvaldības policijā

Es biju klāt 8.00. Sākumā intervēju savu opi (priekšnieka 1. vietnieku). Tad 9.00 mēs devāmies lejā uz zāli kopā ar citām ēnām skatīties video. Bija ļoti interesanti. Daži policisti atnāca un parādīja savu ikdienas ekipējumu. Pēc tam gājām ārā un mums parādīja mašīnas un policijas busiņus. Mēs arī pabraukājām ar viņiem. Arī pat ar policijas kvadraciklu. Tālāk gājām uz atskurbtuvi. Bija ļoti interesanti klausīties inspektorā un vērot atskurbtuves arhitektūru. Vispirms neticēju, ka 50 cm betona sienas ir tur. Tad, kad bija jāiet mājas, mums iedeva suvenīrus. Bija ļoti interesanti.

Viatere Laine (skolēns), 6.c





*Jūlija Gorska 6.c klase*  
**Ēnoju Jelgavas 4. vidusskolas direktoru  
Agri Celmu**

Pirmo gadu piedalījos pasākumā „Ēnu diena”. Izlēmu ēnot savu skolas direktoru Agri Celmu. Ēnu diena sākās ar atklāšanas pasākumu, ko atklāja Jelgavas domes priekšsēdētājs Andris Rāviņš. Tad es devos ēnot skolas direktoru, lai vairāk uzzinātu par man interesējošo profesiju. Mūsu saruna notika direktora kabinetā.

Mūsu skolas direktors sākumā bija tikai mūzikas skolotājs. Viņš stāstīja par saviem skolas direktora pienākumiem. Daži pienākumi man likās garlaicīgi, bet lielākā daļa bija interesanti un saistoši. Domāju, ka nākotnē būtu lieliski kļūt par kādas skolas direktoru, jo tas ir ļoti atbildīgs darbs ar daudziem un dažādiem pienākumiem.



Emīlija Brauna un Evelīna Romānova ēnoja pirmskolas skolotāju. Skatījāmies, kā bērni mācas skaitļus. Palīdzējām taisīt no plastalīna putniņus, gājām ārā, tad notika dejošanas nodarbība. Pēc tam bērni gāja gulēt un pēc tam pieceļoties ēda launagu. Tad bija nodarbība.

Ēnu dienā es ēnoju Valsts darba inspekcijas inspektori un iepazinās ar viņas darba vietu, kur ieradās īsi pēc plkst. 8. Inspektore, kuru es ēnoju bija ļoti runīga un atvērta, labprāt man izrādīja darba telpas, izstāstīja par viņas darbu un atbildēja uz visiem maniem jautājumiem.

Inspekcijas birojā ir vairāki kabineti, kuros strādā viens vai divi inspektori, kā arī viena kopēja atpūtas telpa. Vadītājam ir pašam savs kabinets. Kopumā tur strādā 10 darbinieki.

Pagaidām darbs lielākoties tiek veikts attālināti, tāpēc tajā dienā bija diezgan klusi, ik pa laikam kāds atnāca un aizgāja.

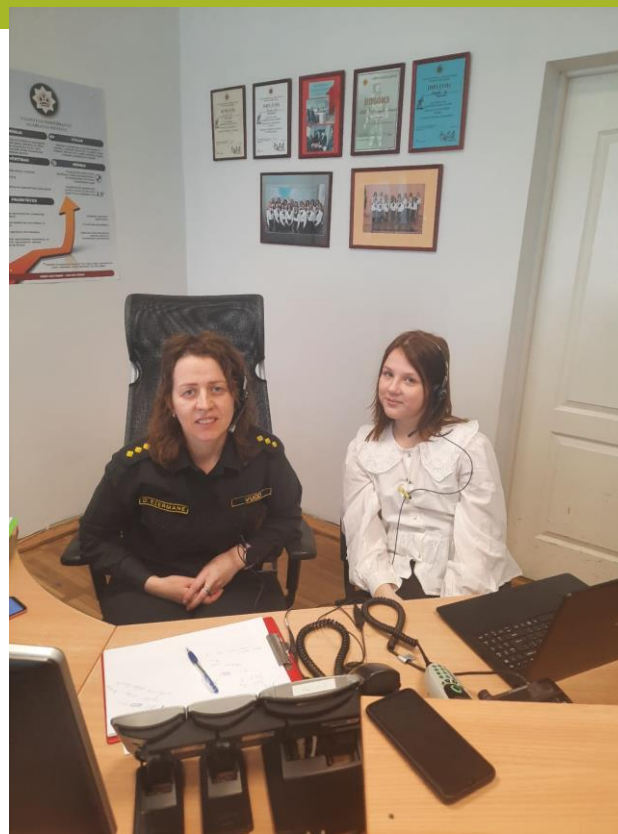
Prom devos ap plkst. 11.30, jo inspektorei bija paredzēta tikšanās, bet es tajā piedalīties nedrīkstēju.

Artis Sams 6.c klase



Enoju SIA "Namejs pluss" bija forši, pastāstīja, kuras mācības noder arhitektam un projektētājam. Paradīja, kā veido projektus. Bija interesanti.

9.c Raiens Bullītis



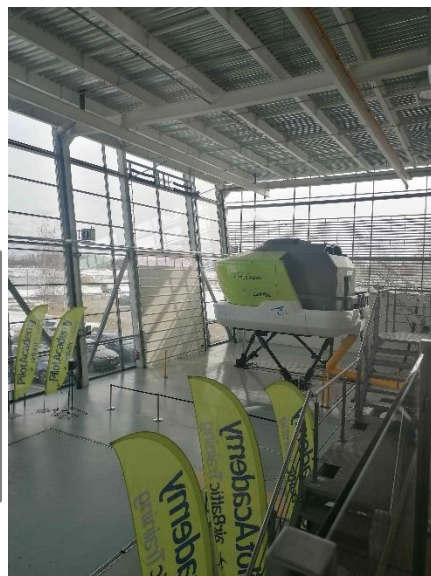
Ēnoju mammu, kura strādā Valsta ugunsdzēsības un glābšanas dienestā!

Ienāk lielāko daļu nopietni zvani, bet arī ienāk ļoti smieklīgi zvani.

Elza Kalneja 7.b

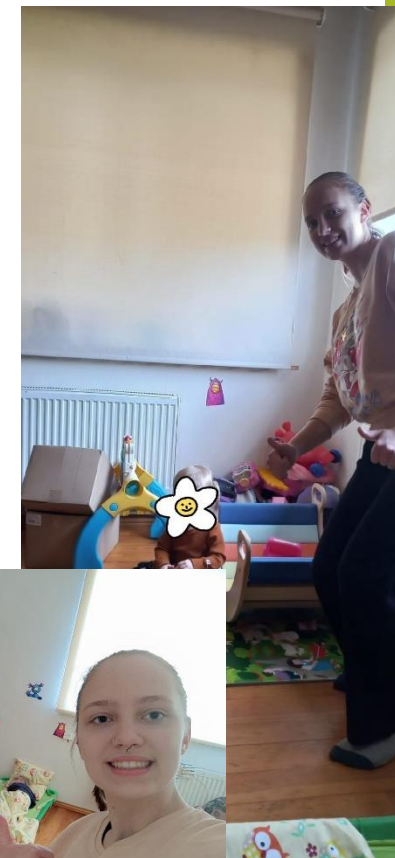


Man ļoti patika ēnot tautu deju skolotāju, jo tas man ļauj padomāt, par ko es tiešām nākotnē gribu kļūt. Adriāna Anete Eihvalde 6.c klase



Šogad ēnoju interesantu profesiju  
- airBaltic pilotu.

Danute Briģe 11.a klase



Es ēnoju savas mātes kolēģi viņu privātajā  
mājdārziņā.

Kristiāna Juhno





Es ēnoju zobārstu,  
Smaidu klīnikā Dr. Laura  
Henriete Rautmane



Ēnoju Valsts policijas  
kriminālpolicijas nodaļas vecāko  
inspektoru. Artūrs Vangs



Profesija fitnesa treneris atstāja  
uz mani lielu iespaidu un  
noteikti pārlicināja mani un arī  
motivēja tālāk iet šajā virzienā.  
Kārlis Vībābs 9.c



Sākumā es ar ielu ekspluatācijas inženieri braucām ar dienesta transportu uz Pērnavas ielu un mērijām laukumu jaunajai autobusu pieturas nojumītei. Tad mums piezvanīja POIC dispečers, ka ir noticis iegruvums ceļā Birzes un Līča ielas krustojumā. Mēs pieņēmām izsaukumu un operatīvi braucām uz DEPO rajonu, Jelgavā.

7.a Armands Puriņš



Mēs ar Nikolu Kuļiņiču 8.e kopā ēnojām rekvizitoru. Tas ir amats Latvijas Nacionālajā teātrī, kas atbild par visiem rekvizītiem un to organizēšanu un sakārtošanu izrādes laikā. Rekvizīts ir priekšmets, ko var paņemt rokās un aktieri uz skatuves ar tiem tēlo. Mēs izstaigājām pa visām zālēm, aizkulisēm un telpām, kā arī pie tērpu šuvējām, frizieriem, galdniekiem un pat dažiem aktieriem.

Mums abām ļoti patika, bija ļoti interesanti un forši uzkāpt uz lielās skatuves.



Bistere Agate, 8.e

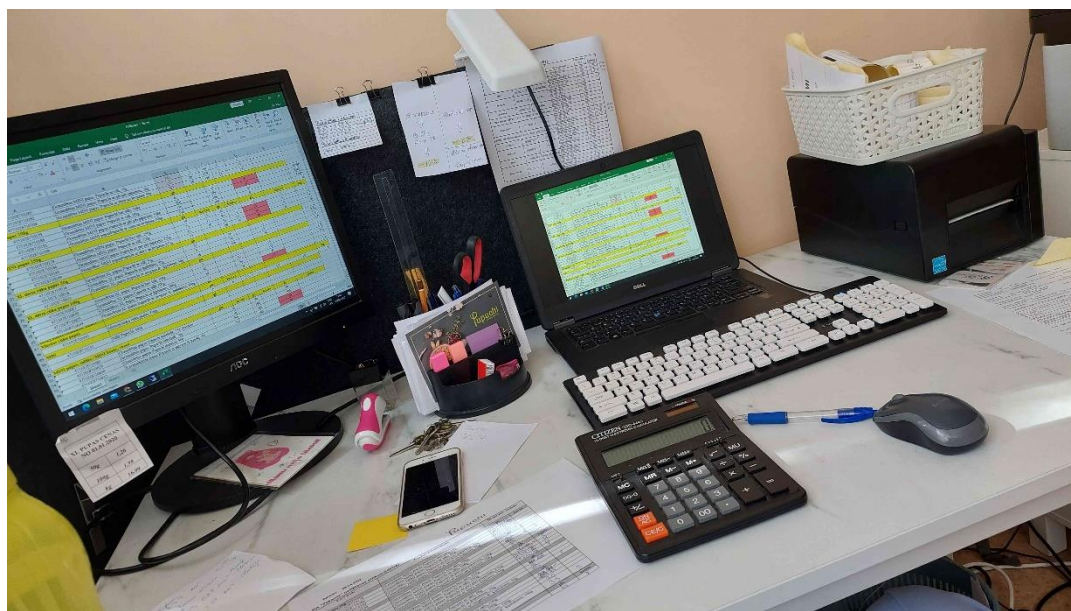




Ēnoju Jelgavas pašvaldības policijas un  
patruļpolicijas darbiniekus!

Eva Estere Tiltiņa-11.a

Katrīna Anna Rakstiņa,  
11.a klase, ēnoja  
pirmsskolas izglītības  
iestādē "Pūcīte".



Trešdien es ēnoju klientu konsultanti,  
grāmatvedi.

Dienas laikā piedzīvoju dažādus  
notikumus, sarežģījumus un to  
atrisinājumus.

Mana ēnu devēja dienas uzdevumi:

- Pasūtījumu salikšana
- Klientu apzvanīšana
- Pasūtījumu ievadīšana uzņēmuma  
grāmatvedībā
- Preču atlikuma skaitīšana un  
ievadīšana
- Pasūtījumu iepakojumu sagatavošana.

Man ļoti patika un es ieguvu jaunu  
pieredzi, kā arī attīstīju savas  
informātikas zināšanas!

Ance Rozenberga Kokina 7.b

Manā ēnu dienā es ēnoju pie Rehabilatoga. Rehabilatogs ir tāda profesija, kur pie tevis nāk pacienti ar dažādām problēmām. Kad es biju ēnot, man nekad nebija garlaicīgi, jo katram pacientam ir savas problēmas. Un rehabilitoga darbs ir nosūtīt pacientu uz vajadzīgajām nodarbībām, kas palīdzētu izveseļoties.

Krauze Emīls (skolēns), 6.c

Man ēnu dienā patika iemācīties, kāda ir sportu skolotāju darba dienas. Esot sporta skolotājai uz dienu bija interesanti, jo ir dažāda veida skolēni. Ir tādi, kas ir ieinteresēti un kas ne pārāk ieinteresēti sportā. Sporta skolotājas pienākumi man patika, bet grūtākais man bija skolot veselu klasi, bet man šķiet ar laiku to var iemācīties.

Helēna Orlova

Es intervēju lekciju pasniedzēju. Viņai ir docentes grāds, viņas darbs ir pasniegt lekcijas, kā arī viņai ir jāvada maģistra un bakalaura darbi. Pasniedzējas darbavietā mācās vairāk nekā 3,5 tūkstoši studentu, un strādā aptuveni 1000 mācību spēki.

Upeniece Elizabete (skolēns), 6.c

Braucām uz Gaumu aptieku, skatījos, kā uzstāda izgatavotās mēbeles, pēc mēbeļu ielikšanas braucām atpakaļ uz cehu. Tur es sašķiroju skrūvītes, lai nākamajam montierim, kas brauc uz objektu, ir sašķirotas skrūvītes un nav jāšķiro pašam. Pēc tam es iepazīnos ar daudzām iekārtām, kuras es nebiju redzējis. Es palīdzēju nest lamināta gabalus pie lielajiem zāģiem un skatījos, kā lamināta gabali tika sagriezti.

Brancs Alens (skolēns), 6.c

### Sociālais darbinieks

Diena sākās ar sapulci, kurā varēju arī es piedalīties. Tajā stāstīja par supervīziju (katrs darbinieks dodas supervizora, kas ir kāds cilvēks, kurš uzklausa un dod padomu kā psihologs) tajā jāpiedalās obligāti.

Pēc sapulces pašvaldības policijas pavadībā devāmies klientu apsekošanā. Pārbaudījām klientu dzīves apstākļus un izsniedzām iesniegumus, ja tas bija nepieciešami. Starp apsekošanām ieturējām arī pusdienas.

Kopā Jelgavas novadā apsekojām 5 dzīves vietas. Pēc apsekošanas atgriezāmies atpakaļ darbavietā, kur darbiniece sarakstīja apsekošanas aktus.

Ešenberga Sandija Ilze (skolēns), 6.c

Es ēnoju Miku Vilni, Jelgavas 4. vidusskolas vēstures, sociālās zinības un politikas skolotāju. Nerunājot par pašu priekšmetu, kas protams arī ir svarīga daļa, man bija interesanti skatīties, kā uzvedas bērni un kā ar to tiek galā skolotājs, kādas metodes viņš izmanto. Novēroju dažādas klases, taču vismaz daudz maz visas ir ieinteresētas skolotāja stāstītajā un pieraksta svarīgāko. Kāpēc tieši vēstures skolotājs?

No visiem priekšmetiem vēsture ir viens no vismīļākajiem, ka arī skolotājs ieinteresē mani un domāju daudzus skolēnus jebkurā tēmā, kaut tas būtu Lielais Ziemeļu karš vai 1905.gada revolūcija.

Ar cieņu, Zane 9a

### **Grāmatveža ēna.**

Bija agri jāceļas lai brauktu un Rīgu kur strādā mana mamma. Viņa iepazīstināja mani ar savu kolēģi kura arī ir grāmatvede. Mēs mazliet parunājām un tad viņa ķērās pie darba. Viņa visu dienu strādāja pie datora ievadot sistēmā rēķinus.

Skudra Lelde 6c



## Intervija Ēnu dienā

### **1.Jautājums.Cik liels ir Jūsu uzņēmums vai organizācija?**

Jelgavas novada sporta centrs sevī ietver Jelgavas novada sporta skolu un Jelgavas novada pagastu sporta halles.

### **2.Jautājums.Kāds ir Jūsu amats un galvenie darba pienākumi?**

Strādāju par Jelgavas novada ārsti. Pamatdarbs ir strādāt ar novada sporta skolas audzēkņiem.

### **3.Jautājums.Kāda ir Jūsu darbadiena?**

Darbadiena sākas 8:00 norīta. Pēcpusdienā tiek veiktas sportistu pārbaudes. Piedalos arī sacensībās.

### **4.Jautājums.Kas Jums visvairāk patīk darbā?**

Patīk tas, ka darbs ar sportistiem dod azartu, patīk, ka varu palīdzēt sportistiem risināt veselības problēmas.

### **5.Jautājums.Kāpēc Jūs izvēlējāties šāda veida darbu?**

Jau kopš skolas vecuma pati nodarbojos ar sportu, un, kad parādījās iespēja strādāt ar sportistiem, es izlēmu strādāt par ārsti.

### **6.Jautājums.Kāda izglītība ir vajadzīga, lai darītu šo darbu?**

Lai strādātu par ārstu, ir nepieciešama augstākā medicīniskā izglītība.

### **7. Jautājums. Kādi ir Jūsu ikdienas izaicinājumi? Ko Jums jāprot darīt, lai tos risinātu?**

Piedaloties sacensībās gadījumos, kad sportists gūst traumu, ir nepieciešama ātra reakcija, prasme spēt dot pirmo palīdzību, kas prasa sevis mobilizēšanu.

### **8. Jautājums. Kas no tā, ko mācījāties skolā, Jums darbā noder visvairāk? Kas būtu bijis jāamācās vairāk?**

Visvairāk būtu bijis jāamācās komunikācijas prasmes ar dažāda rakstura cilvēkiem.

### **9. Jautājums. Vai Jūsu darbs ir radošs? Kas jādara, lai neieslīgtu rutīnā, lai domātu citādi, lai ieviestu kaut ko jaunu?**

Katra diena nes jaunus atklājumus, jo katrs notikums ir dažāds. Sekoju līdzī visiem jaunumiem medicīnā un sporta medicīniskajos jautājumos.

Daibe Ance (skolēns), 6.c

# Ēnu dienas 2022

Oskars Dinka 6.c



Es ēnoju ārsti pneimonologu Lilitu Dinku.

# Jelgavas poliklīnika

Ārste strāda Jelgavas poliklīnikā. Jelgavas poliklīnika ir ambulatorā ārstniecības iestāde, kas savus pakalpojumus iedzīvotājiem sniedz no 1993.gada. Poliklīnikas darbības mērķis ir nodrošināt pilsētas iedzīvotājiem pieejamus un kvalitatīvus medicīnas pakalpojumus diagnosticēšanā, slimību ārstēšanā, rehabilitācijā, slimību novēršanā un profilaktisku pasākumu veikšanā.



# Kas ir pneimonologs

Pneimonologs ir ārsts, kas specializējies elpošanas orgānu slimību diagnostikā, ārstēšanā un profilaksē. Biežākās slimības, kuras pneimonologs ārstē, ir dziļāko elpceļu infekcijas (bronhīti, pneimonijas), bronhiālā astma, hroniska obstruktīva plaušu slimība (HOPS), tuberkuloze, retās plaušu slimības (sarkoidoze, fibrozējošs alveolīts u. c.), pleiras slimības (dažādas izcelsmes pleirīti).

## Kur var mācīties par ārstu

Lai kļūtu par ārstu ir nepieciešama augstākā medicīniskā izglītība ārsta specialitātē. Beidzot vidusskolu ārstniecību ir iespēja studēt vairākās augstākās izglītības iestādēs:

\*Latvijas Universitātes Medicīnas fakultātē, izvēloties Ārstniecības nodaļu,

\* Rīgas Stradiņa universitātē, izvēloties Medicīnas fakultāti.

Mācību ilgums 6 gadi.

Lai patstāvīgi nodarbotos ar ārstniecību, pēc augstākās izglītības iestādes beigšanas ārsts 5 vai 6 gadus (atkarībā no specializācijas) mācās specialitātes rezidentūrā (posms starp pamatstudijām un patstāvīgu darbu). Nokārtojot rezidentūras beigu eksāmenu, ārsts iegūst sertifikātu specialitātē (piemēram, pneimologs) un tiek reģistrēts ārstniecības personu reģistrā.

# Ko es redzēju

Es vēroju pacientu izmeklēšanu, iepazīnos ar plaušu rentgena izmeklējumiem.

