

Tieši TEV

NR. 5

Mīlestības svētku pirmsākumi

Svētā Valentīna diena, sarunvalodā vienkārši Valentīna diena, ir mīlestības svētki, kuri katru gadu tiek svinēti 14. februārī.

Jaunieši par Valentīndienas izcelsmi daudz nelauza galvu, bet uzticīgi dāvina puķes un krāsainas, ar sirdi rotātas pastkartes, tā pastiprināti paužot mīlestību vienam pret otru un priecājoties par sagādāto pārsteigumu. Taču iespējams, ka

iemīlējis cietumsarga meitā, kas viņu apciemojusi. Pirms nāves Valentīns viņai uzrakstīja zīmīti, ko parakstīja ar vārdiem "Tavs Valentīns". Šī frāze ir izplatīta līdz pat mūsdienām. Tomēr šai leģendai nav nekāda vēsturiska pamatojuma.

Svētais Valentīns šodien

Šodien Valentīns tiek uzskatīts par iemīlējušos un saderināto aizbildni. Valentīns tika uzskatīts par cilvēks, kurš mīlestības dēļ riskēja ar savu dzīvību.



Atgriežoties Romā...

Tomēr, ja pievēršas faktiem, tad tie nav vairs tik romantiski kā leģendas par Svēto Valentīnu... Patiesie svētku pirmsākumi saistīti ar romiešu pagānu svētkiem Luperkālijām (*Lupercalia*), kas svinēti februāra vidū. Šajos svētkos svinēja pavasara atnākšanu un tie tika svinēti par godu Senās Romas zemkopības dievam Faunam un Romas dibinātājiem, kā arī tika godināta dieviete Juno, kas bija laulības un ģimenes aizbildne. Viņa tika godināta *Juno Februaria* festivālā, kas nozīmēja "Juno attīrītāja" vai "šķīstā Juno".

Tas tika uzskatīts par šķīstīšanās laiku, kura laikā tika veikti auglības rituāli, piemēram, kaisīta sāls un kvieši. Šajā laikā tika arī lozēti pāri, kas bieži arī apprecējās. Tas notika jaunavām samestot urnā zīmītes ar saviem vārdiem, ko izvilka Romas neprecētie jaunieši.

Vēl tiek aprakstīts, ka *Luperci* ordeņa priesteri nesa dzīvnieku upurus ražības un šķīstīšanās dieviem. Pēc tam zēni sagrieza upurēto dzīvnieku ādas sloksnēs, iemērcā asinīs un viegli pātagoja ar tām sievietes un labības laukus. Romiešu sievietes uzskatīja,

ka tas nodrošinātu lielāku iespējamību nākamajā gadā kļūt par māti.

Grieķu dievu Zeva un Hēras laulības.

Tajā pašā laikā Atēnu kalendārā periods starp janvāra vidu un februāra vidu tika saukts par Gamiliona mēnesi, kad tika svinētas grieķu dievu Zeva un Hēras laulības.

5. gs beigās pāvests Gelasijs I pārdēvēja

Luperkālijas par Svētā Valentīna dienu.

Vai Svētā Valentīna diena ir tik svēta?

Kanzasas universitātes profesors Džeks Oruch gan norāda, ka pirms Angļu viduslaiku dzejnieka un rakstnieka Džefrija Čosera (*Geoffrey Chaucer*, dzim. 1343-1400) darba "Putnu padome", saiknes starp Svēto Valentīnu un romantisko mīlestību nemaz nebija. Tieši

ŠAJĀ NUMURĀ LASIET:

Mīlestības svētku pirmsākumi

Kāda ir mīlestības būtība?

Pārtikas paku izdales projekts ģimenēm ar bērniem Ventspilī un Kuldīgā jau 3 gadi!

Recepte: Mājas trifeles

Afiša: Kraukļa fonda pasākumi Higiēnas punkts

šajā laikā, kad tika izdots šis darbs, Svētā Valentīna diena kļuva par romantikas dienu un ieguva tradīcijas, kas vairāk līdzinās mūsdienu Svētās Valentīna dienas svinēšanas tradīcijām, kas cieši saistās ar komerciju.

Visai noteikti, ka puķu un atklātnišu tirgotājiem Svētā Valentīna diena ir svēta! Bet pēc būtības? Lasiet nākamajā rakstā!



viens otrs puķu dāvinātājs un saņēmējs varbūt sev klusi jautā: "Kāpēc tieši Valentīna dienā?"

Lai gan ir bijuši vairāki kristiešu mocekļi, kuriem vārds bija Valentīns, visticamāk Valentīna diena ir nosaukta par godu Umbrijas bīskapam Valentīnam no Terinas.

Romas leģenda

Leģenda stāsta, ka viņš esot sadusmojis Romas imperatoru Klaudiju II, jo nav ievērojis kristīgās ticības sludināšanas aizliegumu un drošsirdīgi laulājis arī jaunos kareivjus, kuriem stāšanās laulībā tajā laikā bija stingri aizliegta, lai nekas neatturētu viņus no kara. Viņš mudināja vīriešus palikt pie ģimenēm, nevis iet karot. Par to Valentīns 14. februārī tika sodīts ar nāvi.

Cita leģenda

Cita leģenda stāsta, ka, atrazdamies cietumā, svētais Valentīns

BĒRNU BRĪVĀ LAIKA PAVADIŠANAS KLUBS "PĒTNIEKI"

Klubs darbojas Ventspilī un Kuldīgā jau vairākus gadus projekta "Vislielākā dāvana" ietvaros.

"Pētnieku" kluba mērķis ir iepazīstināt bērnus vecumā no 5 līdz 14 gadiem ar kristīgo pasaules skatījumu tiem interesantā un saprotamā veidā, izmantojot krāsainus mācību līdzekļus, dziedot dziesmas, dejojot un spēlējot spēles. Nodarbību ilgums 1-1,5 stundas.

KULDĪGĀ

Nodarbības notiek katru otro sestdienu, pl. 11:30 , Liepājas ielā 14 , 2. stāvā (virs veikala Eirokor).
Sīkāka informācija 29914923.



VENTSPILĪ

Nodarbības notiek katru otro svētdienu, pl. 10:30 , Loču ielā 8 (bijušajā zivju kombināta klubā).
Sīkāka informācija 29673164.

Kāda ir mīlestības būtība?

Visi no mums vismaz reizi dzīvē ir domājuši par to, kas ir mīlestība. Bet vai uz šo atbildi mums ir tik viegli bijis atbildēt un vai šīs atbildes ir bijušas līdzīgas? Lielākoties cilvēki savās atbildēs raksturo mīlestību, tomēr nepasaka līdz galam, kas tas ir.

Vai mīlestība ir jūtas?

Skaidrojošajā vārdnīcā (www.tezaurs.lv) mīlestība ir definēta, kā, pirmkārt, intīmas (1. Tādas, kas attiecas uz cilvēka iekšējo pasauli, personisko dzīvi, dziļi personisks (nevis seksuālas ar ko šis vārds bieži tiek saistīts); 2. Tādas, kam raksturīga savstarpēja uzticība, sirsnība, simpātijas; ļoti biedrīks, draudzīgs).

Otrkārt, mīlestība ir dziļas un noturīgas pozitīvas jūtas, kas vērstas uz konkrētu pretējā dzimuma cilvēku, uz kādu citu cilvēku, cilvēku grupu, vai arī uz kādu individuālu nozīmīgu parādību un kas rosina viņu pilnveidot sevi, darboties šī cilvēka, cilvēku grupas, parādības labā.

Treškārt arī dziļa sirsnība, draudzība, interese. Interesanta piebilde pie definīcijas, ka mīlestība ir arī *tas, kas izraisa šādas jūtas*.

Kas izraisa šādas jūtas?

Pasaulē visizplatītākajā grāmatā ir rakstīts: "Dievs ir mīlestība" (1. Jāņa 4:8). Tātad mīlestība ir kaut kas tik neapmierams kā Dievs, kurš radījis pasauli un visu, kas tajā, kurš ir visu draugs, kuram ir interese par katru viņa radību, kurš grib veidot attiecības un uzturēt tās, kurš atdeva pašu dārgāko, lai glābtu... Tas, kurš mīl ir gatavs mainīties, lai būtu kopā ar to, kuru mīl, vai ne tā sanāk pēc definīcijas? Dievs ir mīlestības avots un kurš no tā dzer pats kļūst spējīgs mīlēt.

Mīlestības raksturojums

Kāda ir šī dievišķā mīlestība, kuru Dievs ieliek katrā, kurš vēlas dzert no Viņa avotiem? – Atbilde meklējama Jaunajā derībā, 1. Korintiešiem 13:4-8: "Mīlestība ir lēnprātīga, mīlestība ir laipna, tā neskauž, mīlestība nelielās, tā nav uzpūtiņa. Tā neizturas piedauzīgi, tā nemeklē savu labumu, tā neskaistas, tā nepieņem launu. Tā nepriecājas par netaisnību,

bet priecājas par patiesību. Tā aplāj visu, tā tic visu, tā cer visu, tā pānes visu. Mīlestība nekad nebeidzas."

Kas tad nav mīlestība?

Diezgan bieži cilvēkiem ir maldīgs priekšstats pat to, kas ir mīlestība. Varbūt vieglāk sākumā atbildēt, kas nav mīlestība – tās nav emocijas; tas arī nav sekss vai fiziska iekāre; tā nav egoistiska un nemanipulē ar otru; mīlestība nav redzama.

Mēs varētu teikt, ka mīlestība ir īpašas attiecības, brīnumains spēks, kas padara mūs labākus, kas atklāj mums pašiem sevi, kas pamudina ziedot sevi, kas iznīcina egoismu!

Dieva Vārdā teikts, ka mīlestība nekad nebeidzas un ka jebkas bez mīlestības līdzvērtīgs nullei. Bet cilvēku attiecības taču bieži beidzas tik ātri.... vai arī mums tikai liekas, ka beidzas, bet īstenībā jūtas un attiecības nebeidzas, tās nāk un iet uz mūžību?

Mīlēt nozīmē:

- ♦ dot.
- ♦ piedot.
- ♦ būt uzticamam.
- ♦ izpatikt un iepriecināt.
- ♦ nepamest un neaizmirst.

Ja Dievs ir Mīlestība, tad mūžībā mūs sagaidīs Mīlestība... kas ir Dievs. Kāds Viņš ir, kas mūs sagaidīs? Viņš ir uzticams arī tad, kad mēs Viņu nododam, apsmejam, atsakāmies, apvainojam, dzīvojam it kā Viņa nebūtu. Tomēr Viņš vienlīdz mums uzticas, vienlīdz meklē, vienlīdz netur ļaunu prātu, vienlīdz piedod... Vai tas nav par daudz? Cilvēks teiktu – kur ir tavs lepnums, kur tava pašcieņa, kur tavs – Es?

Kāpēc mīlam?

Jēzus saka brīnišķīgus vārdus šajā sakarā, par kuriem ir vērts padomāt katram: "Tāpēc Tēvs Mani mīl, ka Es atdodu Savu dzīvību, lai Es to atkal atgūtu. Nevienš to nav Man atņēmis, bet Es to atdodu pats no Sevis. Man ir vara to atdot un vara to atkal ņemt. Šo uzdevumu Es esmu saņēmis no Sava Tēva." Jāņa ev. 10:17-18.

Ievērojamais franču rakstnieks Onorē de Balzaks par mīlestību starp cilvēkiem:

Mīlestība ir rūpes.

Vecāku mīlestība ne ūdenī grimst, ne ugunī deg.

Mātes sirds - bezdibenis, kura dziļumos vienmēr atradīsies piedošana. Mēs nevaram mīlēt ne to, no kā bīstamies, ne to, kas no mums bīstas. Ja sieviete kādu mīl, tā visu piedod, bet, ja nemīl – to viss kaitina.

Sieviete, kas smejas par savu vīru, to vairāk jau nemīl.

Tātad Dievs - Mīlestība, kurš ir Jēzus Tēvs, iemācīja Jēzum atdot savu dzīvību jeb dzīvi par citiem. Nevis koncentrēties uz sevi, nevis uztraukties, ka tevi kāds nemīl, bet atdot savu dzīvi par citiem, kurus tu mīli... Piemērs parāda, ka mīlot otru nav jāpieprasa kaut kas pretī. Var mīlēt arī tad, ja tevi neievēro, tev puķes nedāvina, tevi uz restorānu neaicina un zelta gredzenu nedāvina, bučīņas nedod, glāstus nesniedz un laiku nepavada ar Tevi....

Lielākoties cilvēks tādā gadījumā saka: "Nu, kas tad tā par mīlestību... tāda mīlēšana tikai rada sāpes un vilšanos!" Vilšanās atnāk tad, ja cilvēks nesasniedz cerēto. Jā, egoistam tas nav iespējams, jo jūtot atstumšanu vai vienkārši neievērošanu – parastās izjūtas ir sarūgtinājums, aizvainojums, dusmas, niknums un visbeidzot arī naida. Tāda nu ir cilvēciskā mīlestība.

Cilvēkam iepazīstoties Dievu tuvāk, Viņš māca mīlēt pa īstam. Viņš atdod mums atpakaļ mūsu pazaudēto pašvērtību un mēs sākam apjaust, ka mums kā Jēzum ir vara atdot savu dzīvību, savu dzīvi.

Dievs dod jaunu definīciju – lai mīlētu, pietiek ar vienu pusi, bet attiecībām un derības slēgšanai gan vajag divas puses. Ja cilvēki abpusēji pa īstam mīl, tad viņi grib slēgt šo mīlestības derību, kuras mērķis ir ar prieku un pēc brīvas gribas ziedoties viens otram visu mūžu.

Cilvēki laulājas, lai aizsargātu savu mīlestību, lai darītu to zināmu citiem, lai parādītu otram savu nopietno izvēli, lai būtu vienmēr kopā, lai bērni zinātu savu piederību un justos aizsargāti.

Cilvēki bez mīlestības jūtas tukši. Bet mēs nespējam citu tā mīlēt kā Dievs. Mums pietrūkst šīs mīlestības, jo esam radīti, lai baudītu šo beznosacījuma mīlestību. Mēs jūtam savā sirdī, ka tā mums pienākas, ka kādam to mums jāsniedz un mēs sākam to pieprasīt no otra cilvēka, bet viņam arī nav tādas mīlestības un arī viņš meklē to pašu. Ko darīt? Mainīt partnerus? Vel lielāka vilšanās, jūties kā iztirgots. Kur tā mīt? Kur to atrast? Kā tikt galā ar iekšējo vientulību?

Atbilde ir viena: Mums kopā jāmeklē Dievs, jāsaņem šī mīlestība un tad mēs būsīm spējīgi mīlēt arī citus.

Mīlestība nekad nebeidzas, tāpēc to vajag svinēt ik dienas, mīlēt var un vajag katru dienu.

Juris Rubenis par patieso Mīlestību

Es esmu Mīlestība.

Visi, kas meklē mīlestību, atrod Mani. Nav lielākas mīlestības kā Mana mīlestība. Mana mīlestība ir mūžīga. Mana mīlestība ļauj dzīvot."

.....

Neviens cilvēks cilvēku tā nav mīlējis kā Es. Nevienš cilvēks cilvēku tā nemīlēs kā Es. Cilvēkam cilvēki ir jāmīl cilvēciskā veidā. Vairāk, kā mīl Jēzus, mīlēt nav iespējams. Jēzus mīlestība ir cilvēciska.

Jēzus ir Dievs

Jēzus ir cilvēks.

Jēzus ir starpnieks starp Dievu un cilvēkiem.

.....

Mani nevar saprast, mani var piedzīvot. Mani nevajag saprast, Mani vajag mīlēt. Mani nevajag aptvert, mani vajag klausīt. Kas mani klausā, Mani piedzīvo. Kas mani mīl, Mani saprot.

HIGIĒNAS PUNKTS OSTGALS, LOČU IELĀ 8, VENTSPILS

Darba laiks

Pirmdienās	} 12:00 - 13:00	Trešdienās	} 19:00 - 20:00
Ceturtdienās			
Sestdienās			

Cena (Ls) uzrādot trūcīgā, maznodrošinātā izziņu, studenta, pensionāra, invalida apliecību		Uzziņas  26717841	Cena (Ls)	
Cikls līdz 5 kg*	Cikls 5 līdz 7 kg*	<u>Vēlas mazgāšanas pakalpojumi</u>	Cikls līdz 5 kg*	Cikls 5 līdz 7 kg*
1,00	1,40	Mazgāšana	1,50	2,10
1,50	2,10	Mazgāšana+žāvēšana	2,00	2,80
2,50	3,50	Mazgāšana+žāvēšana+gludināšana	3,00	4,20
* Segām, pakļājiem u.c. šāda veida izstrādājumiem cena var atšķirties!				
Pieaugušajiem	Bērniem (3-18 g.)	<u>Duša</u> (30 min.)	Pieaugušajiem	Bērniem (3-18 g.)
0,80	0,30		1,00	0,50



ZUPAS VIRTUVE OSTGALĀ, LOČU IELĀ 8, VENTSPILS

500 ml biezzupas uz vietas vai līdzņemšanai

Ls 0.50 vai Ls 0.30*

*trūcīgiem, maznodrošinātiem, pensionāriem, studentiem, invalīdiem

Darbojas ar EKB "Jaunā paaudze" Ventspils draudzes finansiālo atbalstu

Pārtikas paku izdales projektam ģimenēm ar bērniem Ventspilī un Kuldīgā jau 3 gadi!

Biedrība Integrācijas centrs "Atvērtās durvis" sadarbībā ar nodibinājumu "Kraukļa fonds" un Evanģēlisko kristiešu baznīcas "Jaunā paaudze" Ventspils draudzi kopš 2010. gada Ventspilī un Kuldīgā un kopš 2012. gada Talsos īsteno labdarības projektu, kura mērķis ir palīdzēt ekonomiskās grūtībās nonākušām ģimenēm ar bērniem un nepilnām ģimenēm, sniedzot morālu un garīgu atbalstu, kā arī regulāri apgādājot ģimenes ar pārtikas pakām un mazlietotiem apģērbiem.

Katram no šīs sadarbības partneriem ir sava atbilde uz jautājumu kāpēc viņi to dara. Šī ideja nodibinājuma dibinātājiem radās no Bībelē rakstītā stāsta par kraukļiem. „Mēs ticam, ka nekas šajā pasaulē nenotiek nejauši. Kā stāsta Grāmatu Grāmata– Bībele, bija krauklis, kas rūpējās par Dieva kalpa dzīvību, pienesot tam maizi. Tā

arī mēs varam palīdzēt kādam, kam mūsu atbalsts pašlaik ir visvairāk nepieciešams”, stāsta nodibinājuma dibinātāji. Draudze "Jaunā paaudze" savu līdzdalību pamato ar rakstvietu no Bībeles: "jo cilvēks nedzīvo no maizes vien" (Mat.ev.4:4). Biedrība šajā projektā iesaistījusies tā iemesla dēļ, ka pirmkārt tādēļ, ka tās mērķi ir kristīgo popularizācija un otrkārt, ka šis projekts saistās ar iespēju palīdzēt bērniem un viņu ģimenēm gan nodrošinot ar pārtiku, gan sniedzot emocionālu atbalstu. Sievietēm ir iespēja apmeklēt vienu reizi nedēļā atbalsta grupu.

Kas ir padarīts?

Trīs gadu laikā, kopš 2010. gada 28. marta, Ventspilī kopā ir izdalītas 1368 pakas, sniegta palīdzība 125 ģimenēm (kopējais cilvēku skaits 493 cilvēki, no kuriem 319 bērni).



Divu gadu jubilejas pasākums Ventspilī (2012).

Kuldīgā izdalītas 1224 pakas, palīdzība sniegta 108 ģimenēm (kopējais cilvēku skaits 375 cilvēki, no kuriem 234 ir bērni).

vētku pasākums

Viss ir labs, kas labi padarīts. ICAD un KF veiksmīgajai sadarbībai šogad martā aprit jau trīs gadi, ko gatavojamies svinīgi atzīmēt 2.martā Ventspilī un Kuldīgā ar īpašiem viesiem un īpašu atmosfēru. Gaidām ciemos nodibinājuma "Kraukļa fonds" dibinātāji un pārtikas projekta idejas autorus – Vilni un Rutu Ondžuļus. Ciemiņi ir apsolijuši apciemot abas pilsētas un piedalīties svētku pasākumos. Aicinām interesentus apmeklēt svētkus,

AKTUALITĀTES

IC "Atvērtās durvis" gatavoja gan Kuldīgā, gan Ventspilī realizēt starptautiskā projekta „Vislielākā dāvana” pasākumus.

Dāvanijas jau atvestas uz Latvijas sadales punktiem, un tiek gatavotas pasākumu programmas.



lai uzdotu jautājumus un vairāk uzzinātu par šo projektu.

Svētku pasākumi šogad notiks 2.martā:

- ♦ Kuldīgā, Liepājas ielā 14, 2. stāvā, plkst.11.00,
- ♦ Ventspilī Integrācijas centra „Atvērtās durvis” zālē, Loču ielā 8, plkst.16.00.



Divu gadu jubilejas pasākums Kuldīgā (2012)



Biedrība Integrācijas centrs "Atvērtās durvis"
sadarbībā ar Nodibinājumu "Kraukļa fonds" un EKB "Jaunā paaudze" Ventspils draudzi

VENTSPILĒ un KULDĪGĀ

rīko pārtikas paku izdales pasākumus grūtībās nonākušajām ģimenēm ar bērniem

**Pakas var saņemt
iepriekš piesakoties:**

Zvanot 26345209 (Ventspilī);
29682802 (Kuldīgā)

Aizpildot anketu
www.atvertasdurvis.ucoz.lv
(sadaļā Kraukļa fonds)

Personīgi aizpildot anketu:

- ♦ **Ventspilī**, Loču ielā 8,
pirmddien līdz sestdien.
no pl. 12:00 – 13:00;
- ♦ **Kuldīgā**, Liepājas ielā 14,
otrdienās un trešdienās
no pl. 18:30—19:00.

VENTSPILĒ

Katru otro svētdienu, pl. 10:00– 12:00

Loču ielā 8.
(bijušajā zivju kombināta klubā)

**Pasākuma laikā bērni un
pusaudži tiek
nodarbināti "Pētnieku klubā un rotaļu istabā"**

KULDĪGĀ

Katru otro sestdienu, pl. 11:00– 13:00

Liepājas ielā 14.
(2. stāvā virs veikala *Eiroskor*)

Kāpēc to darām?

- ♦ "jo cilvēks nedzīvo no maizes vien" (Mat.ev.4:4)
- ♦ jo bērni ir mūsu tautas nākotne

Pasākuma programma

- ♦ Taloniņu izsniegšana paku saņemšanai
- ♦ Svētbrīdis
- ♦ Paku izdale

**Tās nav "Eiropakas"!
Pārtiku ziedo uzņēmēji.
Nav nepieciešams trūcīgā,
maznodrošinātā
vai cits statuss!**

INFORMĀCIJA

Kuldīgas novada dome
piešķirusi IC "Atvērtās durvis"
līdzfinansējumu 2013. gadā:

- ♦ Sociālā darba
veikšanai- 400 Ls
- ♦ Ikgadējo ģimenes svētku
"Ģimene—Iepnums un
spēks" organizēšanai
Kuldīgas pilsētā – 200 Ls

**3 GADU JUBILEJA PĀRTIKAS IZDALES PROJEKTAM, KO
REALIZĒ IC "ATVĒRTĀS DURVIS" SADARBĪBĀ AR
NODIBINĀJUMU "KRAUKĻA FONDS"**

Pasākuma norises vieta un laiks:

- ♦ Kuldīgā, Liepājas ielā 14, 2. stāvā, plkst.11.00,
- ♦ Ventspilī Integrācijas centra „Atvērtās
durvis” zālē, Loču ielā 8 plkst.16.00.

*Aicināts ikviens interesents, kas vēlas uzzināt
kaut ko vairāk par projektu un tā norisi.*

TIKŠANĀS PAR ĢIMENES VĒRTĪBĀM

ICAD rīko tikšanos ar
Starptautiskā sieviešu kustības
"Īsta sieviete" priekšsēdētāju
Olgu Ledjajevu:

Ventspilī 15.03.2013. plkst 19.00
Loču ielā 9.
Kuldīgā 16.03.2013, plkst.11.00
zālē "Rumbaņa".

Mājas trifeles



Sastāvs:

150 g margarīna vai sviesta
¾ - 1 glāze cukura
2 olas
1 paciņa vaniļcukurs
3 ēd.k. kakao pilvera,
2 paciņas Selgas vai kādu citu
cepumu
150-200 g marmalade
200 g ātri varamās auzu pārslas
3 ēd.k. ūdens.

Pagatavošana:

1. Sviestu liek katlīnā, maisa kopā ar cukuru un vaniļas cukuru. Kad sviests pakusis, ņem nost no uguns. Pieliek olas un kakao. Liek katliņu atpakaļ uz uguns maisa līdz cukurs izkūst.
2. ņem nost no uguns. Liek klāt sadrupinātus cepumus un sagrieztu marmelādi. Visu izmaisa, pievieno auzu pārslas un ūdeni. Visu labi izmisa.
3. No masas veļ bumbiņas, tās apviļā kokosa skaidiņās. Visu liek ledusskapī atdzist.
4. Kad bumbiņas padzisušas, tās ir gatavas!

Biedrība Integrācijas centrs "Atvērtās durvis", Reģ.Nr.40008084237

Tel. 26717841

Adrese

Ventspils, Loču iela 8,
filiāle Kuldīgā—Liepājas iela 14,
2.stāvā, virs veikala "Eiroskor"

Internetā

atvertasdurvis@gmail.com
www.atvertasdurvis.ucoz.lv



Konts ziedojumiem:

AS Swedbank
LV92HABA0551010690865

AS DNB
LV73RIKO0002013098088