



31. Austrumeiropas darba konference ārstiem,
terapeitiem, pedagogiem, skolotājiem, vecākiem,
lauksaimniekiem un ieinteresētajām personām

**"Dot var tikai tie, kam ir, ko dot.
ES spēka avoti"**

2026. gada 27.–31. jūlijs

**Rīgas Valdorfskola
Šampētera iela 98, Rīga, Latvija**



Gēteanuma Brīvās Garazinātņu augstskolas
Medicīnas nodaļa
Dornahā, Šveicē
sadarbībā ar
Latvijas Valdorfpedagoģijas asociāciju

Jūs esat laipni aicināti uz 31. Austrumeiropas darba konferenci ārstiem, terapeitiem, pedagogiem, skolotājiem, vecākiem, lauksaimniekiem un interesentiem.

"Dot var tikai tie, kam ir, ko dot. Es spēka avoti"

2026. gada 27.–31. jūlijs

Rīgas Valdorfskola – Šampētera iela 98, Rīga, Latvija

Reģistrācija:

Lūdzu, aizpildiet dalībnieka anketu un iesniedziet to **līdz 2026. gada 10. jūlijam!**

<https://forms.gle/XdioQQgig78f8Gzc9>

Saziņas e-pasts: k2026riga@gmail.com

Konferences dalības maksa:

- **130** eiro
- 100 eiro Latvijas Valdorfpedagoģijas asociācijas biedriem

Dalības maksa jāveic līdz 15. jūlijam.

Būsim pateicīgi, ja atbalstīsiet konferenci ar ziedojumu!

Lūdzu, pārskaitiet maksājumu uz šo kontu:

Konts: LV19HABA0551037585720

Swedbank HABALV22

Rīgas Valdorfskolas attīstības veicināšanas biedrība

Reģ. Nr. 40008045776

Adrese: Juglas iela 18, Rīga, LV-1064

Ierašanās: 2026. gada 26. jūlijā, no plkst. 17.30 - Kontakttālrunis: +371 26160109
Māra

Darba valodas: vācu, angļu, krievu un latviešu.

Lekcijām, speciālistu darba grupām un mākslinieciskajām darba grupām būs tulkojums latviešu valodā.

Ēdināšana:

- **22,00 EUR dienā** (ieskaitot 2 kafijas pauzes, brokastis, pusdienas un vakariņas). 22 x 5 dienas = 110 EUR. Ēdienreizes ir pieejamas tikai kā daļa no šīs paketes.
- Latviešu grupai piedāvājam vai nu tikai pusdienas, vai visu pakalpojumu komplektu. Tikai pusdienas un kafijas pauzes: 10,00 EUR dienā, 10 x 5 dienas = 50 EUR

Naktsmitnes:

- o Skolas klasēs
5 € no personas par nakti (lūdzu, ņemiet līdzi savu matraci, guļammaisu, spilvenu un dvieli). Istabas ietilpība: 8–10 cilvēki. Ierobežots vietu skaits! Skolā nebūs iespējams gatavot!
Automašīnas var novietot neapsargātā autostāvvietā pie skolas.
- o Skolas mežā var nakšņot teltī – 3 EUR par nakti – un izmantot skolā labierīcības, tai skaitā - dušu.
- o Viesnīca Elefant – 30 minūšu gājiena attālumā
<https://rixwellelefanthotel.reservationstays.com/hotels/>
- o Viesu nams: Šampētera nams, Apuzes iela 22 – 7 minūšu gājienā
- o Champetre Park View Apartments, Šampētera iela 74 - 10 minūšu gājiens
<https://fair-maids-apartaments.hotel-in-latvia.com/en/>

Īpašais piedāvājums - 29.julijā iespēja piedzīvot Gongu nakti. Maksa 25 eur no cilvēka (parasti gongu nakts maksā 45 - 50 eur)
Dalībniekiem līdz jāņem paklājiņš, pleds, spilvens un ērts apģērbs.

"Dot var tikai tie, kam ir ko dot. Es spēka avoti"

31. Austrumeiropas darba konference ārstiem, terapeitiem, Valdorfpedagoģijas skolotājiem, pedagogiem, vecākiem un lauksaimniekiem

2026. gada 27.–31. jūlijs, Rīga, Latvija.

	2026. gada 26. jūlijā. Svētdiena	2026. gada 27. jūlijs, pirmdiena	2026. gada 28. jūlijs, otrdiena	2026. gada 29. jūlijs. Trešdiena.	2026. gada 30. jūlijs, ceturtdiena	2026. gada 31. jūlijs, piektdiena
7.30		Cilvēka svētes kalpojums/ latviešu, krievu, vācu (Līga Skujiņa, Lina Dvaranauskienē)				
8.00		Brokastis	Brokastis	Brokastis	Brokastis	Brokastis
9.00		Dziedāšana / informācija				
9.15		"Trauksme kā laikmeta epidēmija un antroposofija kā nākotnes iespēja. Vita Valdmane	"Dzīva pārtika – dzīvs cilvēks: biodinamika kā atbilde uz izdegšanas sindromu" Rasa Čirīene	"Ego un ēteriskā ķermeņa noslēpumi, "Izdegšanas novēršana"" Andreas Osapofskis	"Kā es varu atrast savu ceļu? Kā cilvēku kopiena atrod savu ceļu?" Milāns Meders	"Cerības princips." Fransisko Barselo
10.45		Kafijas pauze				
11.15		Mākslinieciskās darba grupas (B grupa)				
12.15		pauze				
12.30		Profesionālās darba grupas (A grupa)				
13.30		Pusdienu pārtraukums				
15.00-		Mākslinieciskās darba grupas (B grupa)				
16.00		pauze				
16.30		Profesionālās darba grupas (A grupa)				
17.30	Ierašanās no plkst. 17.30	Vakariņas				
18.00		Dalībnieku iepazīstināšana, īss ievads	Dejas un dziesmas ar folkloras kopu "Oglīte"	Gongu nakts līdz pulksten 7.00 rītā – jāņem līdzīgu guļammaiss gulēšanai uz grīdas skolas zālē. Ar Ingu Graumani	Eitrimijas priekšnesumi (latviešu grupa)	Grupas pārdomas, atskats konferences kopsavilkums

Profesionālās darba grupas (A1–A8)

Grupa	Aktivitāte	Vadītājs	Valoda
A1	1. "Īpašie bērni mūsdienās" 2. "Kas ir izdegšana un kāpēc eņģeļi to nesaprot?" 3. Laika pieejamība/laika prasības	Andreas Osapofskis	Vācu
AB2*	Skolotāja un skolēna mijiedarbība. Kā skolotājam kāpināt savu garīgo spēku, R. Šteinera dotie avoti spēka stiprinājumam. Pozitīvas pieredzes piemēri.	Andra Biseniece	Vācu
A3	1. Kosmētika un maņas: "Ko mūsu āda atpazīst kā dzīvu?" 2. Degustācija: "Dzīvie pārtikas produkti un cilvēku dzīvības spēks" Kopā ar Latvijas biodinamisko lauksaimnieku Andri Manguli 3. Tēja un ritms "Ritms, augi un iekšējais miers" Meditatīvas tējas ceremonijas: ulonga tēja, ārstniecības augi, kafijas aizstājēji	Rasa Čiriene	Vācu/ krievu
A4	Rūdolfa Šteinera pēdējais mācību gads (19 mācību stundas), ņemot vērā turpmāko izglītības attīstību, ezotērisko Mihaela skolu un arī turpmāko sadarbību cilvēku kopienās.	Milāns Meders	Vācu
AB5*	Bērnu ar dažādām mācīšanās grūtībām iekļaušana mācību procesā. Speciālā izglītība.	Miša Pitskhelauri	Vācu/ krievu
A6	Cilvēka dzīve un spēja tikt galā ar sarežģītām situācijām	Līga Skujiņa/ Lina Dvaranauskienē	Vācu/ krievu
A7	Ritmiskās masāžas pamati, pārsēji	Irina Šilova	Krievu
A8	Balādes šķīstītava – darbs ar balādēm skolas vecuma bērniem	Kylli Volmer	Krievu/ vācu

*Izvēloties šo profesionālo darba grupu, jāizvēlas arī atbilstošā mākslinieciskā darba grupa pie tā paša lektora

Mākslinieciskās darba grupas (B1–B8)

Grupa	Aktivitāte	Vadītājs	Valoda
B1	Higiēniskā eiritmija iekšējā "Es" spēka apzināšanai	Guna Donina Džūlija Jansone	Vācu/krievu
BA2	Mūzika mācību procesā	Andra Biseniece	Vācu
B3	Gleznošana ar vilnu	Ieva Zunda	Vācu/ angļu valoda
B4	Zīmēšana/gleznošana	Ilze Breidaka	Angļu/krievu
BA5	Bērna vērojums kā pedagoģiskās konferences kodols	Miša Pitskhelauri	Krievu/vācu
B6	Caur skaņas adatas aci - runas veidošanas vingrinājumi	Kylli Volmer	Krievu/vācu
B7	Skaņu terapijas dziedinošā iedarbība	Inga Graumane	Latviešu valoda
B8	Improvizācijas teātris	Līga Strūberga	Angļu/krievu/vācu

*Izvēloties šo māksliniecisko darba grupu, jāizvēlas arī atbilstošā profesionālā darba grupa pie tā paša lektora.

Mūsu lektori, semināru un praktisko darba grupuvadītāji:



Ārste Vita Valdmāne

Vairāk kā 20 gadu izmanto antroposofās medicīnas metodi ārsta praksē Rīgā.

Lektore valdorpēdagoģijas semināros Latvijā un ārzemēs.

Trīs bērnu māmiņa.



Rasa Čirīene (Lietuva) ir lektore, tulkotāja un biodinamiskās lauksaimniecības praktiķe. 37 gadu vecumā viņa atklāja biodinamiku un juta vēlmi dalīties savā pieredzē un atziņās ar citiem. Šajā nolūkā viņa Viļņā nodibināja bioloģisko produktu veikalu "Žalia rasa", kas ir kļuvis par tikšanās vietu un apmaiņas centru par ilgtspējīgu uzturu un biodinamisko lauksaimniecību.

Viņa lasa lekcijas lauksaimniekiem, dārzniekiem un patērētājiem, pasniedz biodinamisko lauksaimniecību Viļņas koledžā un daudzus gadus ir iesaistījusies izglītojošā darbā.

Turklāt viņa tulko Marijas Tūnas sējas kalendāru lietuviešu valodā un vada seminārus par tā praktisko pielietojumu lauksaimniecībā un dārzkopībā.

Rasa Čirīene ir viena no pazīstamākajām biodinamiskās lauksaimniecības aizstāvēm Lietuvā un aktīvi piedalās biodinamiskās kustības attīstībā Austrumeiropā. Savu aicinājumu viņa saskata divu dzīves ceļu savienojumā: vācu valodā un biodinamikā, ko viņa apvieno savā izglītojošajā, tulkošanas un konsultāciju darbā.

	Dr. med. Andreas Ossapofsky (Vācija) Dzimis Kemnicas pilsētā Vācijā 1953. gadā. Jaunībā spēcīgi ietekmējuši cilvēki no kristiešu kopienas. 1973. – 1978. gadā studēja medicīnu Leipcigā. 1984. gads - vispārējās medicīnas speciālists. 1986. gads - Charité veicināšana Berlīnē. 1990. gadā dibināja Drēzdenes Valdorfskolu, strādā par skolas ārstu līdz pat šim brīdim. Nodibināja Antroposofisko ārstu arodbiedrību Vācijā. No 1991. gada ir ārsta privātprakse. Kopš 1990. gada viens no Austrumeiropas konferenču kuratoriem.
	Milan Johannes Meder, dzimis Überlingenā pie Bodenezera. Pēc Valdorfa skolas absolvēšanas devās uz Sanktpēterburgu 18 mēnešus kā brīvprātīgais civildienestā. Profesionāli 11 gadus lielas klīnikas vadītājs, 5 gadus strādā savā praksē kā bērnu un pusaudžu psihiatrs. Antroposofija ir nodarbinājusi visu mūžu.
	Dr. Hist. Francisco Barcelo (Spānija) Vairāk kā 40 gadus strādā par dziedinošo pedagogu. Somijas Champhill "Sylvia- koti" darbinieks. Ilggadējs dziedinošās pedagoģijas un valdorfpedagoģijas semināru vadītājs. Viens no Austrumeiropas konferenču kuratoriem.

	Anda Biseniece Pedagoģijas lektore, skolotāja Pārdaugavas Valdorfskolā Latvijā. Koncertu režisore un producente. Mūziķe - arfiste un koklētāja. Mūzikas terapeite 15 gadu garumā.
	Mischa Pitskhelauri Terapeitiskais skolotājs, mākslinieks, konsultants audzināšanas un izglītības jautājumos. Kursa “Praktiskā antroposofija” autors un vadītājs. Medicīnas un pedagoģijas semināra vadītājs. Speciālists domāšanas metodoloģijas jomā. Grāmatu autors. Lektors semināros par valdorfpedagoģiju un antropozofisko izglītību. Studējis un strādājis Sociālās terapijas institūtā (Boden Zee). Pasniedzējs ārstnieciskās pedagoģijas skolā 3 gadus. No 2010. gada terapeitiskais skolotājs Berlīnes Valdorfa skolā.
	Līga Skujiņa Kristiešu kopas Nīderlandē un Latvijā priestere. Izglītību ieguvusi Hamburgas Priesteru seminārā.
	Lina Dvaranauskienė Kristiešu kopas Lietuvā priestere. Izglītību ieguvusi Stutgartes Priesteru seminārā.

	Irina Šilova Ritmiskās masāžas terapeite. Izglītība iegūta Dorte - Krause institūtā 2009.gadā. Ritmiskās ierīvēšanas pasniedzēja pēc Vegmanes/Hauškas metodes.
	Kylli Volmer Dzimusi 1966. gadā Igaunijā. Pēc izglītības filoloģe, kopš 1995. gada sāka strādāt Igaunijas valdorskolā. Runas mākslas un drāmas pasniedzēja un lektore.
	Jūlija Jansone Apguvusi eiritmiju Vācijā un Zviedrijā. No 2005. gada veica pedagoģisko darbu valdorskolā Vācijā, strādāja terapeitiski ar jauniešiem ar īpašām vajadzībām. No 2010. līdz 2015. gadam krīzes apstākļos piedalījās post- traumatiskos valdorfpedagoģijas nometnēs Irākā un Haitī. Aktīvi sadarbojas ar rietumu ezotērikas antroposofu skolu Latvijā, veido solo programmas un projektus uz Berlīnes eiritmijas skatuves, strādā ar ārstniecisko eiritmiju Latvijā. No 2017. gada strādā Rīgas Valdorskolā kā eiritmijas pasniedzēja.
	Guna Doniņa Skolotāja un eiritmiste Rīgas Valdorskolā kopš tās dibināšanas. Eiritmiju studējusi Maskavas Eiritmijas mākslas akadēmijā, to pasniedz arī Pārdaugavas Valdorfpamatskolā un darbojas kā mentore eiritmijas studentēm.

	Ieva Zunda. Piecu bērnu mamma, trīs mazbērnu vecmamma. Skolotāja Ogres Baltajā Valdorfskolā. 30 gadus darbojas dažādās valdorffizglītības iestādēs, ieskaitot 10 gadus Camphilā Latvijā. Ar filcēšanas mākslu dažādos projektos nodarbojas aptuveni 25 gadus.
	Ilze Breidaka Mamma trim, nu jau lieliem bērniem, māksliniece, šobrīd biškopja palīdzē. Vairāk kā 20 gadu pieredze Rīgas Valdorfskolā mani ir bagātinājusi vispirms kā mammu, tad kolēģi un skolotāju. Esmu vadījusi mākslas prakses pieaugušajiem, jauniešiem un bērniem dažādos formātos. Man patīk iedvesmot uzdrīkstēties.
	Inga Graumane Skaņu terapiete (sound healing therapy), gongu skaņu meditāciju praktiķe, meditāciju pavadone, vokālās mākslas pedagoge, kordirigente, pedagogijas maģistre. Meditācijās, nodarbībās un meistarklasēs es apvienoju sakrālās zināšanas ar akadēmisko pieredzi. Daudzus gadus vadu jaukto kori Sonante. Darba grupā, Skaņu terapijas dziedinošā ietekme, dalībniekiem būs iespēja iepazīties ar dažādiem skaņu terapijas instrumentiem un metodēm. Tibetas skanošajām bļodām, šamaņu bungām un grabekļiem, dziedinošiem, stīgu instrumentiem kotomo un monohordu, dažādiem terapijas zvaniem, un dziedinošiem balss vingrinājumiem. Ar šiem instrumentiem būs iespēja arī praktizēt un izbaudīt skaņu terapijas vibrāciju dziedinošo ietekmi. Noderēs ērts apģērbs un jogas paklājiņš.

**Līga Strūberga**

Darbu Rīgas Valdorfskolā uzsāka 2010. gadā. Klases audzinātāja, angļu valodas un teātra skolotāja, MOT trenere.

Vada improvizācijas teātri.

Darba grupā Darbojoties drošā un atbalstošā vidē, dalībnieki attīstīs savu radošumu, spontanitāti, sadarbības prasmes un pārliecību, vienlaikus apgūstot vingrinājumus, kurus iespējams izmantot darbā ar dažāda vecuma skolēniem. Meistarklasēs tiks izziņāti improvizācijas pamatprincipi, stāstu veidošanas paņēmieni, aktīvas iesaistes metodes un veidi, kā ar improvizācijas palīdzību veicināt komunikāciju, kritisko domāšanu, empātiju un pozitīvu mācību vidi. Dalībnieki iegūs praktisku pieredzi, jaunas idejas un iedvesmu, ko uzreiz izmantot savā ikdienas darbā.