Gyvenimas

ISSN 1648-0392

Laikraštis Prienų rajono ir Birštono krašto žmonėms

Nacionalinės rajonų ir miestų laikraščių leidėjų asociacijos narys

Nr. 88 (10341) * 2020 m. lapkričio 25 d., trečiadienis

Kaina – 0,45 Eur

Laba diena

Šiandien – mėnulio priešpilnis. Saulė teka 8 val. 5 min., leidžiasi 16 val. 5 min. Dienos ilgumas 8 val.

Vardadieniai: šiandien – Jaukanta, Jaumantas, Jaumantė, Katarina, Katrė, Katryna, Kotrė, Kotryna, Santautas, Sanvydė, Sanvydas, Tryna, rytoj – Dobilas, Dobilė, Krizostomas, Vaigeta, penktadienį – Maksas, Maksima, Maksimas, Maksimilijonas, Skomantas, Skomantė, Skomina, Skominas, Vergilijus, Virgas, Virgilija, Virgilijus.

Lapkričio 25 – Tarptautinė kovos prieš moterų prievartą diena. Šv. Kotryna, senbernių diena. Lapkričio 26 – Šv. Silvestras.

„...veikia ne valdžia, o jos praradimas“ 2 p.

Fitoterapija ir sveikata 3-4 p.

Rūkymo žala žmogaus sveikatai 4-5 p.

Akys – brangiausias mūsų turtas 6 p.

Raginama susivienyti, kad išsaugotume antimikrobinius vaistus 3 p.

Sveikos mitybos įpročių formavimas svarbu nuo pat mažens 5 p.

Turguje – įprastas gyvenimas 7-8 p.

Mobilios medikų komandos sergančiuosius COVID-19 lankys namuose

Prienų rajono savivaldybė – viena iš pirmųjų šalyje, kurioje dar praėjusią savaitę buvo įsteigtos mobilios medikų komandos, pradėjusios teikti sveikatos priežiūros paslaugas pacientų namuose koronavirusu sergantiems gyventojams, priklausantiems rizikos grupei, t.y. nėščioms moterims, 65 metų amžiaus ir vyresniems žmonėms, taip pat sergantiesiems lėtinėmis ligomis. Tai daryti savivaldybes įpareigojo Sveikatos apsaugos ministerija.

Pagal naująją tvarką, koronavirusu sergantis ir rizikos grupei priklausantis pacientas, atsiradus naujų simptomų arba pablogėjus sveikatos būklei, nedelsiant turėtų kreiptis į savo šeimos gydytoją arba pirmines ambulatorines asmens sveikatos priežiūros paslaugas teikiantį vidaus ligų gydytoją, vaikų ligų gydytoją. Iki šiol prastai pasijutę pacientai kviesdavosi greitosios medicinos pagalbos medikus ar vykdavo į ligoninės priėmimo skyrių.

Prienų rajono savivaldybės vyr. specialistas (savivaldybės gydytojas) **Virginijus Slauta** patikino, kad sudaryti mobilias medikų komandas įpareigotos visos rajono pirminės sveikatos priežiūros įstaigos, taip pat ir privačiai veikiančios klinikos. Šios savaitės pradžioje jis turėjo informacijos apie dvi įstaigas – Prienų PSPC ir Balbieriškio PSPC, kuriose tokios komandos jau organizuotos.

Savivaldybės gydytojas svarstė, kad ne visos privačios sveikatos priežiūros įstaigos galės įvykdyti įsakymu numatytus reikalavimus dėl paprastos priežasties – žmogiškųjų išteklių stygiaus. Tačiau jos galėtų sudaryti sutartis su kitomis rajono įstaigomis, jau turinčiomis veikiančias mobilias komandas, dėl pacientų lankymo namuose.

– Prienų pirminės sveikatos priežiūros centre mobilias komandas, kurios lankys prie mūsų įstaigos šeimos gydytojų prisirašiusius susirgusius COVID-19 pacientus, įsteigėme vadovaudamiesi Prienų rajono savivaldybės administracijos direktorės lapkričio 16 dienos įsakymu. Būtinybė operatyviai organizuoti tokių komandų darbą iškilo praėjusį ketvirtadienį, kuomet teko vykti į Prienų globos namus ir apžiūrėti du susirgusius mūsų įstaigos pacientus, penktadienį vienas pacientas aplankytas namuose, – šį pirmadienį pasakojo Prienų PSPC direktorius **Artūras Ivanauskas**.

Direktoriaus teigimu, mobilią komandą turi sudaryti bendrosios praktikos gydytojas, bendruomenės slaugytojas ir slaugytojo padėjėjas. Prienų PSPC darbas organizuotas tarpusavio susitarimo ir medikų eiliškumo principu: pas pacientus, kurie kreipsis dėl pagalbos, dažniausiai vyks jų šeimos gydytojai. Į komandą įtrauktas ir apmokytas vairuotojas, turintis darbo patirties greitosios pagalbos skyriuje. Pirmo vizito metu gydytojas įvertina paciento sveikatos būklę, jei tai būtina, paskiria tyrimus arba sergantįjį nukreipia stacionariniam gydymui. Kito vizito metu pacientą gali aplankyti slaugytoja, kuri paims kraują tyrimams ar atliks reikiamas procedūras.

A.Ivanauskas pripažino, kad minimali rizika į namus vykstantiems medikams užsikrėsti koronavirusu išlieka, kaip ir personalui, dirbančiam su šiais ligoniais bet kurioje stacionarinėje gydymo įstaigoje. Todėl mobilios komandos nariai apmokyti, kaip tinkamai apsirengti neperšlampamus kombinezonus, kitus apsauginius rūbus, naudoti respiratorius, akinius, pirštines, antbačius.

Mobili komanda paslaugas teiks darbo valandomis, kitu metu, pablogėjus paciento sveikatos būklei, jis turėtų kviestis greitąją medicinos pagalbą. A.Ivanausko teigimu, mobilios komandos nariams už darbą bus mokami priedai prie atlyginimų.

Savivaldybėms leista pačioms pasirinkti mobilių komandų sudarymo principus, jų nariai gali būti netgi iš skirtingų sveikatos priežiūros įstaigų, taip pat ir privačių.

„MediCa“ klinika Prienų filialo šeimos gydytoja **Rita Keturakienė** sakė, kad įstaigoje kol kas nebuvo poreikio suformuoti mobilią komandą. Daugelis pacientų serga lengva ligos forma, kita vertus, įstaiga neturi tiek medikų, kad galėtų tinkamai organizuoti šią paslaugą.

Visgi gydytoja patikino, jog, esant poreikiui, bus ieškoma variantų, kaip padėti paslaugos į namus reikalingiems pacientams.

Šiuo metu vienas „MediCa“ klinika gydytojas individualiai lanko du prie įstaigos prisirašiusius pacientus – Globos namų gyventojus, susirgusius koronavirusu, stebi jų būklę. Minėtas gydytojas taip pat dirba ir Prienų ligoninėje. Todėl, R.Keturakienės teigimu, laikantis būtinų asmens saugumo reikalavimų, tą pačią dieną, kai lankė sergančiuosius COVID-19, gydytojas jau negalėtų turėti tiesioginio kontakto su Slaugos skyriaus pacientais, dėl to gali iškilti tam tikrų problemų.

Balbieriškio PSPC direktorė **Angelė Sidaravičienė** patvirtino, kad mobili komanda – gydytojas, slaugytojas ir slaugytojo padėjėjas – pasiruošusi teikti kontaktines paslaugas aptarnaujamos teritorijos gyventojams, sergantiems koronavirusu. Kol kas į namus iškvietimų nebuvo gauta, besimptome ir lengva forma sergančius pacientus gydytojai konsultuoja nuotoliniu būdu.

Dalė Lazauskienė

Koronaviruso atvejų skaičiai vis dar kopia į aukštumas

Lapkričio 23 d., NVSC duomenimis, Lietuvoje COVID-19 liga sirgo 36 644, Prienų r. savivaldybės teritorijoje – 306, o Birštono savivaldybėje – 49 asmenys. Prienų r. savivaldybėje pasveiko 98, o kaimyninėje Birštono savivaldybėje – 12 gyventojų. Nuo pandemijos pradžios Prienų r. savivaldybėje registruoti 406, o Birštono savivaldybėje – 61 atvejis.

Gauta informacija, kad situacija Veiverių slaugos ir palaikomojo gydymo ligoninėje stabilizavosi – baigia pasveikti visi ligoniai ir darbuotojai.

Prienų rajono savivaldybė praneša tęsianti daugiabučių namų, kuriuose fiksuojami nauji koronaviruso atvejai, laiptinių dezinfekavimą, pagal poreikį organizuoja gyventojų nuvežimą į mobiliuosius punktus bei Karščiavimo kliniką; sergančių gyventojų, kuriems stabilizavosi būklė, parvežimą į gyvenamąją vietą iš gydymo įstaigų; teikia kitas COVID-19 pandemijos metu būtinąsias paslaugas.

Birštono savivaldybėje taip pat dezinfekuojamos daugiabučių namų laiptinės ir bendro naudojimo patalpos (koridoriai, kabinetai ir kt.) ugdymo ir kitose įstaigose.

Aš pilietis

„Odą užaugina“ tik asmeninė patirtis“

Baigdami mokyklą jauni žmonės neretai svajoja apie kažkur, toli nuo namų, jų laukiančias galimybes, naujas patirtis ir pažintis bei, regis, nepamatuojamus laisvės tolius. Tačiau iš Prienų kilusi Emilija DAMUKAITYTĖ po mokyklos baigimo nusprendė pasukti kitu keliu nei dauguma jos bendraamžių – tuomet būdama vos devyniolikos metų, mergina vietoj taip viliojančios laisvės pasirinko geležinę tvarką kariuomenėje.

Emilija tarnybos metu su atlikėju Gabrieliu Liaudansku (Svaru).

Paklausta kodėl, Emilija atsako paprastai: „Mokantis dvyliktoje klasėje, iškilo daug klausimų „Ką veiksiu po mokyklos?“, „Ko noriu ateityje?“ ir pan. Pradėjus labiau gilintis į savo troškimus, nusprendžiau užpildyti anketą į nuolatinę privalomąją pradinę karo tarnybą (NPPKT). Norėjau patirti kasdienę tarnybą, kai diena iš dienos dalyvauji pratybose, mokaisi naujų dalykų bei gilini žinias krašto gynyboje“.

Dabar jau tarnybą baigusi mergina pamena, kad tuomet į Vaidoto batalioną vyko su jauduliu ir nė kiek nenumanydama, kas jos laukia

(Nukelta į 8 p.)

Nuomonė

Rytas STASELIS

„...veikia ne valdžia, o jos praradimas“

Praėjusios savaitės pradžioje jau buvau subrendęs išrašyti vinių kėdžių Seime sušildyti nespėjusiems naujiesiems valdantiesiems dėl procedūrinių veiksmų, kurių tikslas – sukalti opozicijoje po rinkimų atsidūrusią Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjungą (LVŽS) bei jos ambicingąjį lyderį Ramūną Karbauskį. Buvo akivaizdu, kad kai kuriems, greičiausiai Tėvynės Sąjungą/Lietuvos krikščionis demokratus (TS-LKD) atstovaujantiems seimūnams, per ilgus parlamente praleistus metus prakutusiems procedūrų subtilybėse, radosi didis noras grąžinti grąžą LVŽS viršūnėlei už per paskutinius ketverius metus patirtas politines skriaudas.

Pirmiausiai Seimo pirmininkė Viktorija Čmilytė-Nielsen neteikė p. Karbauskio į Seimo vicepirmininkus siūlomos LVŽS narės Aušrinės Norkienės kandidatūros. Vėliau, kandidatei vis dėlto atsiradus pretendentų sąraše, balsavimo metu ji „pravirto“, nors kiti, taip pat ir kitoms opozicijoje likusioms frakcijoms atstovaujantys parlamentarai buvo sėkmingai patvirtinti.

Ta proga prisiminiau buvusio TS/LKD lyderio Andriaus Kubiliaus pasakojimus apie tai, kaip jis, konsultuodamas politikus posovietinėse šalyse, siūlė laikytis labai aiškaus principo – „kol esate valdantieji, būtinai pasirūpinkite politinės opozicijos teisėmis bei galimybėmis“, nes esą anksčiau ar vėliau tokio politinio skonio duoną teks išbandyti.

Taigi galima sakyti, kad nuo pat pirmojo naujosios kadencijos posėdžio mėginimai p. Karbauskiui parodyti jo naująją vietą tikrai neatrodė teisingi ir brandūs. Tačiau šiandien galiu beveik džiaugtis susiturėjęs ir neprisijungęs prie konservatorius su dvejais liberalais kritikuojančių choro. Ketvirtadienį p. Karbauskiui paskelbus apie sprendimą atsisakyti mandato ir trauktis iš Seimo, visa toji audra atrodo jau kitaip.

Reikalas ne tik tas, kad didumai p. Karbauskio nesimpatikų kyla noras palinkėti, kad jis šįsyk savo pažadą imtų ir ištesėtų. Net nelaukdamas savo užbrėžtos antradienio termino ribos. Kiti galbūt sakytų, kad didžiausios opozicinės partijos lyderio pasitraukimas iš Seimo bet kurioje šalyje, taigi ir Lietuvoje, neatrodytų gerai. Tretiems atrodo, kad LVŽS lyderis niekur trauktis iš tikrųjų neketina, nors iškėlė papildomą sąlygą – jis laukia valdančiųjų atsiprašymo už jų esą demokratiją ir per dešimtmečius susiformavusių parlamentarizmo tradicijų laužymą. Dar kitiems galbūt kyla klausimų, ar siekiant įvairių bendro politinių jėgų susitarimo neteks vykti į Naisius, užuot svarbiausią LVŽS personažą sutikus Seimo koridoriuose.

Viena vertus, toji papildoma sąlyga kelia negerų įtarimų, kad, ją patenkinus, p. Karbauskis panašiais šantažo elementais yra nusiteikęs naudotis kiekviena jam patinkančia proga mažiausiai visus ateinančius ketverius metus. Ponia Čmilytė-Nielsen sako: „Sunkiai suprantamas toks R. Karbauskio pasirinkimas. Vis dėlto kiekvienas Seimo nario pasirinkimas yra laisvas. R. Karbauskis pasirinko deginti tiltus nuo beveik pirmų Seimo darbo savaičių (citata pagal agentūrą ELTA).“

Labai panašu į tikrovę. Kelerius metus iš Seimo galiorkos virveles tampęs LVŽS lyderis sunkiai išgyvena turėtos valdžios praradimą. Jį, matyt, veikia ne valdžia, o jos praradimas, todėl didelės netekties Lietuvos politikoje nebus, jeigu p. Karbauskis iš Seimo pasitrauks kur nors kitur.

Nors toli gražu ne faktas, kad taip atsitiks. Nors Seimo pirmininkė jau kalba apie tai, kad LVŽS pozicijas parlamente ji yra pasirengusi derinti „su naujais LVŽS frakcijos lyderiais“. Ar tai reiškia, kad atsiprašinėti p. Karbauskio ji neketina?

Stakliškių seniūnijoje darbų netrūksta

Vienoje didžiausių Prienų rajone Stakliškių seniūnijoje darbų netrūksta visus metus. Pavasarį startuoja nauji, rudenį skubama užbaigti pradėtus, naudojantis palankiais orais, ruošiamasi žiemai.

Šiemet kai kuriose gatvėse – Vyšniūnų k. Žaliojoje g., Pieštuvėnų k. Dvaro g., Stakliškių k. Liepų g. – ir seniūnijos aikštėje buvo įrengtas apšvietimas, pritaikant šiuolaikines LED lempas. Seniūnijos centro aikštėje, pritarus visoms vietos bendruomenėms, įrengti 3 parko suoleliai, aikštė apjuosta naujais betono borteliais, šalia seniūnijos „nutūpė“ gražuolė bitė.

Šiais mėnesiais vyko kelių griovių valymo bei žvyravimo darbai Noreikiškių ir Kvedariškių kaimuose. Artimiausiu metu bus valomi grioviai Alšininkų k. Ežero g. ir Medžionių k. Kaštonų g.

Vadovaujantis Prienų r. savivaldybės tarybos patvirtintu Kelių rekonstrukcijos ar remonto prioritetinių objektų sąrašu, pradėti Vyšniūnų k. Liepų g. parengiamieji asfaltavimo darbai. Visi seniūnijos keliai ne tik rudenį, bet ir visus metus prižiūrimi, ne po vieną kartą lyginami greideriu.

Rudens darbų maratono metu tvarkyta aplinka: nušienautos Stakliškių, Užuguosčio bei Vyšniūnų gyvenviečių viešosios erdvės ir skverai, Medžionių k. Piliakalnio g. pakelėje išpjauti avariniai medžiai. Taip pat įrengtos gatvių lentelės Pieštuvėnų, Medžionių, Pikelionių ir Krištapiškių gyvenvietėse.

Daug dėmesio skiriama seniūnijos kapinių (kurių joje net 19) priežiūrai: visos buvo nušienautos, beveik iš pusės jų išvežtos betoninės atliekos, Užuguosčio, Alšininkų, Medžionių, Stakliškių, Intuponių ir kitose kapinėse išpjauti avariniai medžiai.

Šiemet nauja tvora aptvertos Alšininkų k. kapinės. Kapinės Kielionių, Gineikonių, Virkininkų, Ganciūnų kaimuose buvo aptvertos dar anksčiau, o artimiausiu metu ruošiamasi tverti Medžionių, Užuguosčio ir Stakliškių kapines.

Siekiant išspręsti saugumo problemas, Stakliškių Vilniaus g. įrengti greitį ribojantys kelio ženklai ir informaciniai kelio ženklai „Vaikai“ prie Stakliškių gimnazijos Ikimokyklinio ugdymo skyriaus.

Seniūnija, kaip ir visi kiti, pamažu ruošiasi šventėms – gruodžio pradžioje šviečiančiomis dekoracijomis bus papuošti gatvių apšvietimo stulpai ir Kalėdų eglė Stakliškių centre, o Stakliškių seniūnė Nijolė Ivanovienė kviečia visus gyventojus kartu kurti šventišką aplinką.

Prienų r. savivaldybės informacija

SPRENDIMAI PRIIMTI BIRŠTONO SAVIVALDYBĖS TARYBOS 2020 M. LAPKRIČIO 20 D. POSĖDYJE

Eil. Nr.	Sprendimo numeris	Sprendimo antraštė
1	2	3
1.	TS-167	Dėl Birštono savivaldybei nuosavybės teise priklausančio turto perdavimo savivaldybės viešosioms asmens sveikatos priežiūros įstaigoms patikėjimo teise pagal patikėjimo sutartį tvarkos aprašo patvirtinimo
2.	TS-168	Dėl 2002 m. gruodžio 23 d. turto panaudos sutarties, sudarytos su viešąja įstaiga „Tulpės“ sanatorija, nutraukimo
3.	TS-169	Dėl ilgalaikio materialiojo turto – biuveto Birštone, B. Sruogos g. 3, perdavimo biudžetinei įstaigai Birštono miesto tvarkymo tarnybai valdyti, naudoti ir disponuoti juo patikėjimo teise
4.	TS-170	Dėl ilgalaikio materialiojo turto perdavimo patikėjimo teise pagal patikėjimo sutartį viešajai įstaigai „Tulpės“ sanatorijai
5.	TS-171	Dėl viešosios įstaigos „Tulpės“ sanatorijos 2020 metų metinių finansinių ataskaitų rinkinio audito
6.	TS-172	Dėl viešosios įstaigos „Tulpės“ sanatorijos organizacinės struktūros patvirtinimo
7.	TS-173	Dėl viešosios įstaigos „Tulpės“ sanatorijos pareigybių sąrašo patvirtinimo
8.	TS-174	Dėl viešosios įstaigos „Tulpės“ sanatorijos vidaus kontrolės politikos nustatymo
9.	TS-175	Dėl viešosios įstaigos Birštono pirminės sveikatos priežiūros centro įstatų patvirtinimo
10.	TS-176	Dėl UAB „Birštono vandentiekis“ geriamojo vandens tiekimo ir nuotekų tvarkymo bei paviršinių nuotekų tvarkymo paslaugų bazinių kainų tvirtinimo
11.	TS-177	Dėl UAB „Birštono vandentiekis“ geriamojo vandens tiekimo ir nuotekų tvarkymo paslaugų, nustatant vidutinę pardavimo kainą apskaitos prietaisui per mėnesį, sąrašo tvirtinimo
12.	TS-178	Dėl UAB „Birštono vandentiekis“ teikiamų atlygintinų papildomų paslaugų kainų tvirtinimo ir kai kurių Birštono savivaldybės tarybos sprendimų pripažinimo netekusiais galios
13.	TS-179	Dėl ilgalaikio materialiojo turto perdavimo Birštono turizmo informacijos centrui valdyti, naudoti ir disponuoti juo patikėjimo teise
14.	TS-180	Dėl valstybės ilgalaikio ir trumpalaikio materialiojo turto nurašymo
15.	TS-181	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2020 m. birželio 26 d. sprendimo Nr. TS-121 „Dėl Birštono savivaldybės būstų nuomos mokesčių dydžių nustatymo“ pakeitimo
16.	TS-182	Dėl Birštono savivaldybės ilgalaikio materialiojo turto (patalpų Birštone, Jaunimo g. 8–3) nuomos
17.	TS-183	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2019 m. lapkričio 22 d. sprendimo Nr. TS-196 „Dėl Birštono savivaldybės turto perdavimo panaudos pagrindais laikinai neatlygintinai valdyti ir naudotis tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo
18.	TS-184	Dėl Birštono savivaldybės teritorijoje esančių kapinių sąrašo sudarymo reikalavimų ir jo skelbimo Savivaldybės interneto svetainėje tvarkos aprašo patvirtinimo
19.	TS-185	Dėl Birštono savivaldybės 2020 metų biudžeto pakeitimo
20.	TS-186	Dėl žemės nuomos mokesčių lengvatų
21.	TS-187	Dėl žemės mokesčių lengvatų
22.	TS-188	Dėl beviltiškų skolų nurašymo
23.	TS-189	Dėl Birštono savivaldybės administracijos direktoriaus pareigybės aprašymo patvirtinimo
24.	TS-190	Dėl Birštono savivaldybės administracijos direktoriaus pavaduotojo pareigybės aprašymo patvirtinimo
25.	TS-191	Dėl vietinės rinkliavos už komunalinių atliekų surinkimą iš atliekų turėtojų ir atliekų tvarkymą lengvatų suteikimo
26.	TS-192	Dėl Birštono savivaldybės vietinės rinkliavos už komunalinių atliekų surinkimą iš atliekų turėtojų ir atliekų tvarkymą nuostatų patvirtinimo
27.	TS-193	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2019 m. rugsėjo 27 d. sprendimo Nr. TS-178 „Dėl Birštono savivaldybės bendruomeninių organizacijų tarybos nuostatų patvirtinimo“ pakeitimo
28.	TS-194	Dėl Vytauto Jurgio Meškos parko pavadinimo suteikimo Birštono miesto centriniam parkui ir dr. Vytauto Jurgio Meškos premijos įsteigimo
29.	TS-195	Dėl Birštono savivaldybės želdynų ir želdinių apsaugos taisyklių patvirtinimo
30.	TS-196	Dėl Birštono viešosios bibliotekos projektų bendrojo finansavimo
31.	TS-197	Dėl Birštono kultūros centro projektų bendrojo finansavimo
32.	TS-198	Dėl pritarimo bendradarbiavimo sutarties pasirašymui su Lietuvos sporto universitetu
33.	TS-199	Dėl pritarimo bendradarbiavimo sutarties pasirašymui su Vilniaus universitetu
34.	TS-200	Dėl bendradarbiavimo sutarties su Netanijos savivaldybe (Izraelis) pasirašymo
35.	TS-201	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2019 m. balandžio 30 d. sprendimo Nr. TS-66 „Dėl Birštono savivaldybės laisvės kovoms įamžinti komisijos sudarymo“ pakeitimo
36.	TS-202	Dėl Birštono savivaldybės valdybos 1996 m. lapkričio 18 d. sprendimo Nr. 131 „Dėl komisijos gyvenamųjų patalpų šildymo išlaidų ir išlaidų karštam vandeniui kompensacijų skyrimo sudarymo“ pripažinimo netekusiu galios
37.	TS-203	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2004 m. rugpjūčio 16 d. sprendimo Nr. TS-128 „Dėl Birštono savivaldybės valdybos 2000 m. rugsėjo 21 d. sprendimo Nr. 157 1 punkto pripažinimo netekusiu galios ir kompensacijų skyrimo komisijos sudarymo“ pripažinimo netekusiu galios
38.	TS-204	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2005 m. gruodžio 5 d. sprendimo Nr. TS-202 „Dėl komisijos nemokamam moksleivių maitinimui skirti sudarymo ir Savivaldybės tarybos sprendimų pripažinimo netekusiais galios“ pripažinimo netekusiu galios
39.	TS-205	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2005 m. rugpjūčio 25 d. sprendimo Nr. TS-138 „Dėl specialiųjų poreikių nustatymo ir jų tenkinimo komisijos sudarymo ir komisijos nuostatų patvirtinimo“ pripažinimo netekusiu galios
40.	TS-206	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2011 m. liepos 1 d. sprendimo Nr. TS-155 „Dėl konkurso viešiesiems darbams atlikti organizavimo komisijos sudarymo“ pripažinimo netekusiu galios

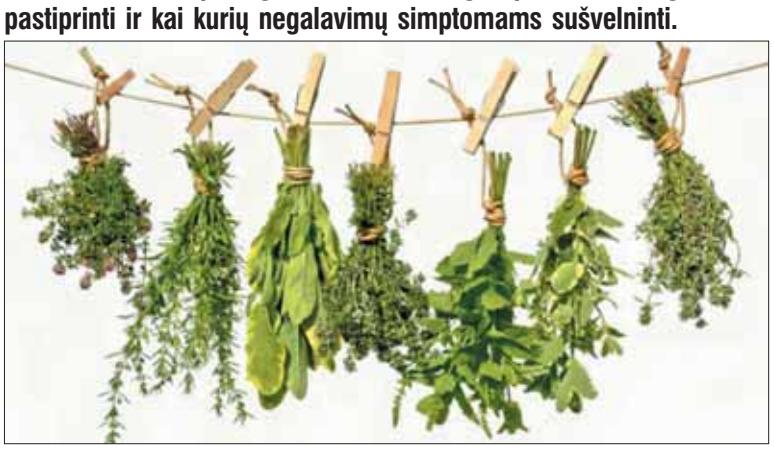
Visus Tarybos sprendimus galite rasti www.birstonas.lt skiltyje Teisės aktai.

Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

PARENGĖ: Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Fitoterapija ir sveikata

Apie vaistinguosius augalus ir jų poveikį sveikatai žinoma nuo seno. Daug amžių gydyta bei gydytasi vadovaujantis intuicija ir ilgamečiais stebėjimais, vaistingųjų medžiagų veikimą neretai dar sustiprinant žodinėmis formulėmis – užkalbėjimais. Jau Renesanso epochoje žinota, kad vaistas gali būti nuodas, o nuodas – vaistas, t. y. dozė lemia, ar medžiaga veiks kaip vaistas, ar kaip nuodas. Lietuvos farmacijos įmonėse bei vaistinėse naudojama apie 230 vaistingųjų augalų. Vaistažolių ir iš jų pagamintų preparatų įvairių formų pasirinkimas didelis, tačiau ir namų sąlygomis tinkamai paruoštos vaistažolių arbatos, ištraukos, užpilai gali būti veiksmingos priemonės organizmui pastiprinti ir kai kurių negalavimų simptomams sušvelninti.



Nuo empirinių žinių iki mokslu pagrįstos praktikos

Apklausos įvairiose pasaulio šalyse rodo, kad daugiau nei pusė gyventojų taiko vadinamuosius alternatyvius metodus, tarp jų ir fitoterapiją. Alternatyviosios medicinos paslaugos – sparčiausiai auganti išlaidų sveikatos priežiūrai dalis. Ir šiuolaikinei visuomenei vaistų, ir cheminių, ir augalinių, vartojimo saugumas yra vienas svarbiausių iššūkių. Fitoterapijos ir farmakognozijos mokslas ir praktika – sparčiai vystomos sritys, nuolat pateikiama naujų klinikinių tyrimų rezultatų. Kartais jie paneigia net tradiciniais vadinamų augalų naudojimo tradicijas, jei klinikiniais tyrimais įrodoma, kad augalų poveikis yra žalojamas, nepageidaujamas. Pavyzdžiui, šalpusnis, aptikus pakankamai didelę alkaloido tirolizidino koncentraciją, buvo išbrauktas iš Europos vaistingųjų augalų registro. Lietuvoje atlikto vaistingųjų augalų bei preparatų iš jų vartojimo tyrimas atskleidė, kad du trečdaliai suaugusių Lietuvos gyventojų, kai negaluoja, yra linkę vartoti natūralias priemones: vaistažolių arbatas, tinktūras ar augalines ištraukas, vitaminus. 71 proc. apklaustųjų atsakė, kad tinkamiausias būdas gydyti sveikatos sutrikimus – iš pradžių naudoti natūralias priemones, o tik vėliau, jei jos nepadeda, vartoti vaistų. Per paskutinius dvylika mėnesių 41 proc. apklausos dalyvių, ištikti negalavimų, gėrė vaistažolių arbatas, 14 proc. vartojo tinktūras ar augalines ištraukas, 11 proc. vartojo vitaminus, 9 proc. – maisto papildus. Jokių natūralių priemonių gydydamiesi nenaudojo 15 proc. apklaustųjų.

(Nukelta į 4 p.)

Raginama susivienyti, kad išsaugotume antimikrobinius vaistus

Lapkričio 18 dieną Europoje jau tryliktą kartą buvo minima Europos supratimo apie antibiotikus diena, o pasaulyje šeštą kartą – Pasaulio supratimo apie antimikrobinį atsparumą savaitė. Šių iniciatyvų tikslas – didinti suvokimą apie antimikrobinį atsparumą ir skatinti visuomenę, sveikatos priežiūros darbuotojus ir politikos formuotojus, taikant gerąją praktiką, išvengti tolesnio antimikrobinio atsparumo atsiradimo ir plitimo.

Šiemet supratimo apie antibiotikus iniciatyvos minimos COVID-19 pandemijos metu, todėl svarbu sutelkti dėmesį į tai, kad esama padėtis dar labiau nepablogintų antimikrobinio atsparumo situacijos. Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) siūlymu, nuo šiemet kiekvienais metais lapkričio 18–24 dienomis vyks „Supratimo apie antimikrobines medžiagas“ savaitė. Šių metų savaitės šūkis „Antimikrobinės medžiagos: elkitės atsakingai“, o sveikatos priežiūros sektoriui skirta tema „Vieningai išsaugoti antimikrobines medžiagas“.

Kas yra atsparumas antimikrobinėms medžiagoms?

Atsparumas antimikrobinėms medžiagoms atsiranda, kai bakterijos, virusai, grybeliai ir parazitai laikui bėgant pasikeičia ir nebereaguoja į vaistus, todėl tampa sunkiau gydyti jų sukeltas įprastas infekcijas, daugėja sunkių ligų, didėja infekcijų plitimo ir mirties rizika.

Antimikrobinių vaistų sąvoka apima ne tik antibiotikus, bet ir antivirusinius, priešgrybelinius ir antiparazitinius preparatus, kurie yra reikalingi žmonių bei gyvūnų infekcijų gydymui bei taip pat naudojami prieš augalų infekcijas.

COVID-19 liga nėra gydoma antibiotikais

COVID-19 liga nėra gydoma antibiotikais, pabrėžia PSO. Pasak PSO, netinkamas antibiotikų vartojimas per COVID-19 pandemiją gali sukelti spartesnį antimikrobinio atsparumo atsiradimą ir plitimą. COVID-19 ligą sukelia virusai, o ne bakterijos, todėl antibiotikai neturėtų būti naudojami virusinių infekcijų prevencijai ar gydymui, nebent yra bakterinės infekcijos indikacijų, kurias nustato gydytojai.

Kiekvienas galime prisidėti prie antimikrobinio atsparumo mažinimo:

- Prieš vartojant antibiotikus, būtina kreiptis į savo asmens sveikatos priežiūros įstaigą ir laikytis gydytojo rekomendacijų.
- Vartoti tik gydytojo skirtus antibiotikus. Antibiotikai praranda savo veiksmingumą, kadangi bakterijos tampa atsparios antimikrobiniam gydymui, todėl juos vartoti galima tik pagal gydytojo rekomendacijas.
- Nesidalinti antibiotikais su kitais žmonėmis. Jei antibiotikų suvartojimo apimtys išliks tokios pačios, Europos gyventojai gali vėl grįžti į laikus, kai nebuvo antibiotikų ir kai bakterijų sukeltos infekcijos būdavo dažna mirties priežastis.
- Antibiotikus būtina vartoti teisingai ir tik tada, kai reikia (laikantis gydytojo rekomendacijų). Visuomet būtina suvartoti visą gydytojo paskirtą antibiotikų kursą, net ir pasijutus geriau, nesustoti vartoti antibiotikų.
- Nevartoti „likučių“ – t. y. antibiotikų, likusių po praėjusio gydymo.
- Laikytis asmens higienos rekomendacijų – nuolat plauti rankas, siekiant apsisaugoti nuo infekcijų.
- Skiepai – veiksmingiausia apsauga nuo infekcinių ligų, todėl rekomenduojama pasiskiepyti ir tokiu būdu sumažinti riziką susirgti tam tikromis infekcinėmis ligomis.
- Būtina nepamiršti, kad antibiotikai yra veiksmingi tik gydant bakterijų sukeltas infekcijas, jie neveikia infekcijų, kurias sukelia virusai (pavyzdžiui, peršalimo, koronaviruso ar gripo).
- Vartojant antibiotikus, bakterijos gali tapti atsparios gydymui antibiotikais, nužudyti gerąsias bakterijas ir sukelti šalutinius poveikius, tokius kaip viduriavimas.

Europos Judumo savaitė

Šiais metais nuo rugsėjo 16 dienos iki rugsėjo 22 dienos pro visą Lietuvą praūžė Europos Judumo savaitė. Jos metu žmonės galėjo atsikvėpti, susirūpinti ne tik vykstančiomis problemomis visame Pasaulyje, bet taip pat skirti laiko sau, savo sveikesnei gyvensenai ir atkreipti dėmesį į savo fizinį aktyvumą. Visą savaitę buvo skatinama atkreipti dėmesį į oro užterštumą, kurį sukeliame važinėdami automobiliais, buvo skatinama visą savaitę keliauti viešuoju transportu, dviračiais, paspirtukais ar kitomis keliavimo priemonėmis, draugiškomis aplinkai.

Visą savaitę Prienų rajono savivaldybėje vyko konkursas, kurio metu buvo galima laimėti prizus, įsteigtus Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro. Smagu, kad konkursu susidomėjo ne viena įstaiga ir ne vienas žmogus. Po ilgų rinkimų ir ilgo laukimo, pagaliau galime paskelbti „Judumo savaitės“ nugalėtojus.

NUGALĖTOJAIS TAPO PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS LOPŠELIS-DARŽELIS „PASAKA“. Dėkojame visiems dalyviams už susidomėjimą šiuo konkursu ir lauksime jūsų taip pat aktyviai dalyvaujančių kitame konkurse.

Taip pat vieno iš dalyvių atsiliepimas apie šį organizuotą konkursą: *„Esu be galo laimingas, kad prisijungiau prie šio konkurso, diena prabėgo daug greičiau ir linksmiau. Džiaugiuosi, kad sudalyvavau šiame konkurse ir toliau stengsiuosi kuo daugiau laiko skirti fizinei veiklai, gražinti ir mylėti mane supančią aplinką.“*

Fitoterapija ir sveikata

(Atkelta iš 3 p.)

Mažiausiai sprendimą dėl vaistų ar natūralių priemonių pasirinkimo lėmė reklama (2 proc.), o didžiausią įtaką darė gydytojo patarimas ar rekomendacija (59 proc.). Trims iš dešimties apsispręsti labiausiai padėjo šeimos nariai (30 proc.) arba vaistininkas (29 proc.). Draugų ar pažįstamų nuomonė įtakos turėjo 11 proc. Cheminių vaistų galia kur kas labiau linkę pasitikėti vyrai – jų vartojo kas trečias apklausos dalyvis.

Žolelės vaistų nepakeičia

Farmacijos specialistai ir medikai atkreipia dėmesį į galimus pavojus ir riziką sveikatai dėl netinkamo augalinių vaistų vartojimo. Bene didžiausia žala galima, jeigu fitoterapijos priemonės vartojamos vietoj veiksmingų gydytojo paskirtų vaistų. Jei gydomojo poveikio neturinčiomis žolelėmis bus bandoma pakeisti veiksmingą gydymą, paciento būklė gali pablogėti. Jeigu jis dar ir atsisakys gydytojo konsultacijų bei priežiūros, gali per vėlai išaiškėti, kad sveikata blogėjo. Pavojai dėl netinkamo vaistinių augalų ar augalinių vaistų vartojimo:

- Apsinuodijimas.
- Nepageidaujamos reakcijos dėl sąveikos su kitais vaistais.
- Sveikatos sutrikimai dėl teršalų ir priemaišų poveikio.

Augalinių vaistų saugumo ir veiksmingumo tyrimų nėra pakankamai, jų poveikis daug mažiau tyrinėtas nei cheminių vaistų. Svarbu žinoti, kokių ir kaip augalinių preparatų ar vaistinių augalinių medžiagų vartoti arba nevartoti. Pavyzdžiui, azijinis ženšenis gali sąveikauti su vaistais kraujo krešėjimui mažinti, taip pat šio augalo preparatų vartojimas siejamas su nemiga, galvos skausmais, viduriavimu, širdies ir kraujagyslių ligomis, manija, endokrininės sistemos ligomis. Gudobelė gali sustiprinti kraujospūdį mažinančių vaistų ir vaistų nuo širdies ligų poveikį. Paprastasis apynys gali daryti įtaką kontraceptinių cheminių priemonių poveikiui. Paprastoji mėlynė gali stipriai sumažinti cukraus kiekį kraujyje ir sustiprinti vaistų nuo cukrinio diabeto poveikį, gali sąveikauti su vaistais kraujo krešėjimui mažinti. Tikrojo alavijo sultys gali provokuoti viduriavimą, pažeisti inkstus, daryti įtaką vaistų nuo cukrinio diabeto ir širdies ligų poveikiui. Apie tikrojo alavijo, naudojamo išoriškai, nepageidaujamą poveikį nėra žinoma. Lietuvoje auga nemažai nuodingųjų augalų, kaupiančių alkaloidus, saponinus, dervas ir kitas nuodingas medžiagas: šunvyšnės, drignės, durnaropės, dėmėtosios maudos, barščiai, pelkiniai gailiai ir kt. O apsinuodyti keturlape vilkauoge galima mėlyniaujant miške; vaikui mirtinai pavojingos vos trys šio augalo uogos.

Pasitarus su gydytoju ar vaistininku

Maisto papildų tikslinga vartoti tik jeigu būtina. Kai svarbu stiprinti imunitetą, pirmiausia dera pasirūpinti maisto įvairove. Maistas turi užtikrinti organizmo maistinių medžiagų poreikį. Saugus vaistinių preparatų, taip pat ir vadinamųjų augalinių, vartojimas – įsigijus vaistinėje ir taip, kaip paskyrė gydytojas ar vaistininkas. Keletas patarimų:

- Vaistažolių preparatais, augaliniais vaistais savarankiškai, nepasitarę su gydytoju ar vaistininku, nesigydykite.
- Augalinius vaistus rekomenduojama pirkti vaistinėje, kur įsigysite kokybiškų produktų, be teršalų ir priemaišų. Vaistinėje gausite ir profesionalių patarimų.
- Jeigu vartojate cheminius vaistus, turėkite omenyje didelę jų ir augalinių vaistų sąveikos tikimybę. Todėl prieš jų vartodami pasitarkite su gydytoju ar vaistininku.
- Nenutraukite jums paskirtų vaistų vartojimo nepasitarę su gydytoju.

Informacijos šaltinis Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras

Rūkymo žala žmogaus sveikatai

Visi puikiai žinome, kad rūkymas kenkia sveikatai, tačiau ar susimąstome, kiek labai tai kenksminga ir ką jis gali pažeisti? Nurodoma, jog tabako dūmuose yra randama 4000 cheminių junginių, iš kurių net keli šimtai laikomi kenksmingi sveikatai, o daugiau nei 70 iš jų yra patvirtinti kancerogenais, kurie sukelia vėžį ir skatina jo vystymąsi. Kancerogenai, patenkantys į žmogaus organizmą su dervomis, labiausiai pakenkia mūsų lūpų, burnos ertmės, gerklų, bronchų gleivinei, todėl ilgalaikis rūkymas sąlygoja ryklės, gerklų, stemplės, plaučių, taip pat ir skrandžio, kasos, kepenų bei šlapimo pūslės vėžio atsiradimą. Dervos yra pavojingos cigarečių cheminės medžiagos, kurios nusėda kvėpavimo takuose ir ilgainiui gali sukelti vėžį, plaučių ligas, be to, silpnina mūsų imuninę sistemą.

Labiausiai kenkia:

- dervos – tai kancerogenai, sukeliantys vėžį;
- nikotinas – sukelia pripratimą ir didina cholesterolio kiekį kraujuje;
- anglies monoksidas (smalkės) – mažina kraujuje deguonies kiekį;
- dujų komponentai – tam tikrose stadijose sukelia lėtinę obstrukcinę plaučių ligą (LOPL).

Dažniausiai rūkymo sukeliamos ligos:

Širdies kraujagyslių ligos (ŠKL).

Lietuvoje sudarytas ŠKL sergamumo ir mirtingumo žemėlapis rodo, kad net 56 proc. 45–64 metų lietuvių miršta dėl ŠKL.

Arterijų susiaurėjimas yra daug metų vykstantis procesas, kai cholesterolis ir kiti riebalai nugula ant arterijų sienelių, susiaurindami jas ir užkimšdami. Kai arterijos susiaurėja, pradeda formuotis kraujo krešuliai. Rūkymas spartina kraujagyslių siaurėjimą: jis prasideda anksčiau, o krešulių susidarymo tikimybė padidėja nuo dviejų iki keturių kartų.

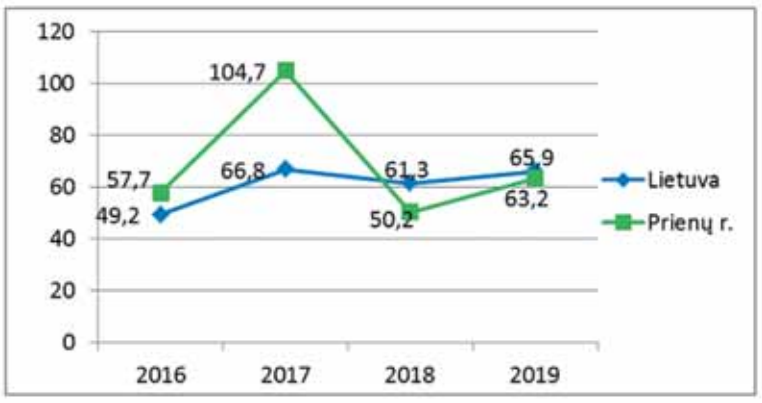
Ši liga gali įgyti įvairias formas, priklausomai nuo to, kokiose kraujagyslėse vystosi, tačiau visos formos dažniau pasitaiko rūkantiems žmonėms.

1. Vainikinių arterijų trombozė: krešulys susidaro arterijose, nešančiose kraują į širdį. Kaip pasekmė gali ištikti infarktas. Rūkantiems asmenims vainikinių arterijų trombozė išsivysto 10 metų anksčiau, negu nerūkantiems.
2. Trombas smegenų kraujagyslėse sukelia insultą, paralyžių.
3. Jei yra paveiktos inkstų arterijos, didėja kraujo spaudimas arba

(Nukelta į 6 p.)

Cukrinis diabetas paauglį paliečia visapusiškai

Remiantis Tarptautinės diabeto federacijos duomenimis, pasaulyje registruotų cukriniu diabetu sergančių asmenų skaičius per pastaruosius 50 metų padidėjo 25 kartus. Europoje šia liga serga apie 60 mln. žmonių, prognozuojama, kad 2060 m. sergančių cukriniu diabetu bus apie 71 mln. Pastaraisiais dešimtmečiais Lietuvoje taip pat didėja įvairaus amžiaus žmonių sergamumas cukriniu diabetu. Cukriniu diabetu Lietuvoje 2019 m. sirgo 110 136 asmenų, iš jų 868 vaikai (0,8 proc. visų sergančių diabetu) (Lietuvos sveikatos statistika, 2020). Prienų rajono savivaldybėje sergančiųjų cukriniu diabetu 2016 m. – 158, 2017 m. – 279, 2018 m. – 132, 2019 m. – 164 (1 pav.).



1 pav. Sergamumas cukriniu diabetu Lietuvoje ir Prienų rajone, 2016-2019 m.

Diabetas ir jo sukelti organizmo sistemų pažeidimai tapo pasauline epidemija, kuri negaili net vaikų ir paauglių. Didėja šios amžiaus grupės sergamumas ne tik I tipo (genetiškai paveldėtas arba sukeltas tam tikrų virusų), bet ir II tipo diabetu, kuris anksčiau buvo nustatomas tik suaugusiems. Vieni iš reikšmingiausių veiksnių, lemiančių II tipo diabeto vystymąsi – antsvoris, kurį turi vis daugiau vaikų ir paauglių, bei pasikeitęs gyvenimo būdas (kaloringo, mažai skaidulų turinčio maisto vartojimas, mažas fizinis aktyvumas, pasyvūs laisvalaikio praleidimo būdai ir kt.). Ypač pažeidžiami tampa I tipo diabetu sergantys vyresnio amžiaus paaugliai, kurie patiria ne tik fizinės, bet ir gana ryškius psichinės sveikatos sutrikimus.

Paauglystė – laikotarpis, kai

(Nukelta į 6 p.)

Vaikų dantų priežiūra

Lietuvos statistika, rodanti dantų ėduonies paplitimą tarp vaikų, iš tiesų yra grėsminga. Kas antras trejų metų vaikas Lietuvoje jau turi sugedusių dantų, 7–8 metų amžiaus grupėje net 86 proc. vaikų dantys yra pažeisti ėduonies.

Ėduonis – liga, atsirandanti dėl biologinių, socialinių veiksnių, sveikatą lemiančios elgsenos (nevisavertė mityba, asmeninė burnos higiena, apsilankymų pas odontologus dažnis). Dažnai šeimose vyrauja neracionalus, konservatyvus požiūris į vaikų maitinimą: vaikai valgo per mažai daržovių, mėgsta greitai pagaminamą maistą, saldžius ir riebius užkandžius ir nesilaiko mitybos režimo, taip pat tėvai ir vaikai neskiria dėmesio dantų higienai. Didesnis dantų ėduonis siejasi su didesniu cukraus suvartojimu, ypač jei bloga burnos higiena. Dėl pieninio sąkandžio dantų ėduonies komplikacijų dažnai per anksti pašalinami dantys, vystosi ortodontinės anomalijos, kramtymo funkcijos sutrikimų, estetinių defektų. Taip sukeliamos vaiko bendros sveikatos, psichologinės, emocinės ir estetinės problemos, kurios neigiamai veikia ikimokyklinio amžiaus vaikų ir jų tėvų su burnos sveikata susijusią gyvenimo kokybę.

Kruopštus dantukų valymas – tai įprotis, kurį kiekvienas vaikas turėtų išsiugdyti jau nuo mažų dienų. Kūdikių burnos higienos priežiūra prasideda vos pasirodžius pirmiesiems pieniniams dantukams, kurių valymui dantų pastos dar nenaudojamos. Tinkamas priežiūros variantas – medžiagos gabalėliu švelniai nutrinti apnašas nuo dantenų ir pirmųjų dantukų. Tokiu būdu atliekamas ir masažas, palengvinantis pirmųjų dantukų dygimą.

Pieninių ir nuolatinių dantų priežiūra

Vaikus, sulaukusius metų, pusantrų, tėvai po truputį jau turėtų pratinti prie dantų valymo ritualo su šepetėliu. Iki maždaug 6–7 metų amžiaus vaikų dantų higiena turėtų būti stebima suaugusiųjų, nes iki to laiko vaikas dar negali savarankiškai teisingai valdyti dantų šepetėlio, gali neišspjauti dantų pastos likučių. Kai išdygsta daugiau dantukų ir pasirodo pirmieji pieniniai krūminukai, būtina pradėti naudoti vaikišką šepetėlį (minkštą su maža galvute) bei befluorę dantų pastą. Vaikams nuo trejų metų rekomenduojamos pastos, turinčios nedidelį fluoro kiekį (250–500 ppm), o paaugliams 1000–1100 ppm. Esant labai aktyviam ėduoniui, net trejų metukų neturintiems vaikučiams gydytojas odontologas gali paskirti pastą su mažu fluoro kiekiu. Tačiau tėveliai, tepdami pastą ant šepetėlio, turėtų nepersistengti. Pakanka tokia pasta tik suvilgyti šepetėlio šerelius. Svarbu vaiką skatinti kruopščiai valytis dantis, rodyti tinkamą pavyzdį.

Išdygus nuolatiniams dantims pagrindiniai burnos higienos principai išlieka tokie patys. Dantys valomi mišriais judesiais, mažiausiai du kartus per dieną: ryte ir vakare, po 2–3 minutes. Paaugliai turėtų pasirinkti vidutinio kietumo šepetėlį, kad geriau išvalytų apnašas nuo dantų paviršiaus. Taip pat nuo 10–12 metų galima pradėti naudoti tarpdančių siūlą. Esant būtinybei su tėvelių pagalba galima tarpdančių siūlą naudoti išdygus nuolatiniams krūminiams dantims (6–7 metų).

VAIKŲ DANTŲ PADENGIMAS SILANTAIS

Silantai vaikų dantų ligų profilaktikai naudojami beveik 50 m. Per šį laikotarpį visame pasaulyje atlikta daug klinikinių tyrimų, kuriais įrodyta, jog silantai veiksmingai 70-80 proc. užkerta kelią dantų ėduonies atsiradimui ant kramtomųjų dantų paviršių.

Siekiant apsaugoti vaikų dantis nuo ėduonies (karieso), jie nemokamai dengiami silantais.

Lietuvoje vykdoma vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programa. Pagal ją visi vaikai nuo 6 iki 14 m. turi teisę

(Nukelta į 5 p.)

Vaikų dantų priežiūra

(Atkelta iš 2 p.)

gauti nemokamas dantų silantavimo paslaugas. Vaikų dantys silantais nemokamai dengiami gydymo įstaigose, sudariusiose sutartis su teritorinėmis ligonių kasomis dėl šių paslaugų finansavimo.

Remiantis Higienos instituto duomenimis, ir visoje Lietuvoje, ir Prienų rajone labai maža dalis vaikų dalyvauja šioje programoje. Tik beveik trečdalis Prienų rajono vaikų 2017 m. dalyvavo šioje programoje, o visu kitu 2014-2018 m. laikotarpiu dalyvavimas programoje nesiekė daugiau kaip 16 proc., išskyrus 2017 m. *(1 pav.)*.

1 pav. Vaikų (6-14 m.) dalis, dalyvavusi dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programoje, proc., Lietuvoje ir Prienų rajone, 2014-2019 m.

Kas yra silantai?

Silantai – tai yra skysta plombinė medžiaga, kuria užpildomos nuolatinių ir krūminių dantų vagelės.

Koki dantys ir kada dengiami silantais?

- Dažniausiai pirmieji nuolatiniai krūminiai dantys išdygsta 6-erių metų vaikams, tuomet ir reikėtų pasikonsultuoti su odontologu dėl dantų padengimo silantais.
- Antrieji krūminiai dantys dažniausiai dygsta ir yra silantuojami 11–13 metų paaugliams.
- Kartais, jeigu kariesas labai išplitęs, pažeidęs daugelį pieninių dantų, gydytojas silantais gali rekomenduoti dengti vos prasikalusius, dar tik dygti pradėjusius nuolatinius dantis.

Kaip prižiūrėti silantais padengtus dantis?

- Silantais padengtus dantis būtina prižiūrėti lygiai taip pat, kaip ir jais nepadengtus: silantai ženkliai sumažina karieso riziką, tačiau visiškai nuo jo neapsaugo, ypač jei dantys yra prižiūrimi netinkamai.
- Svarbu dantis valyti du kartus per dieną, naudoti dantų siūlą ir fluoro turinčias dantų valymo bei priežiūros priemones. Po valgio, gėrimo (ypač jeigu maistas, gėrimas yra saldus arba rūgštus) burną reikėtų prasiskalauti vandeniu.
- Po dantų silantavimo praėjus trims mėnesiams būtina apsilankyti pas gydytoją. Vėliau reikia tikrintis profilaktiškai kartą per metus (arba tiek kartų, kiek nurodė gydytojas).

Taisyklinga vaikų laikysena: patarimai tėvams

Prie kompiuterio ekrano ar išmaniojo telefono susmukęs mokinukas – jau daugiau nei dešimtmetį nekintantis vaizdelis. Su tuo kasdien kovoja daugybė tėvų. Iš tiesų netaisyklinga laikysena – viena labiausiai paplitusių vaikų ir paauglių sveikatos problemų. Remiantis statistikos duomenimis, netaisyklinga laikysena nustatoma net iki 80 proc. nepilnamečių.

Netaisyklingą vaikų laikyseną lemia keli išorės veiksniai – netaisyklingas sėdėjimas ir mažas fizinis aktyvumas.

1. Pagrindinis taisyklingos laikysenos formavimo principas – judėjimas

Vaikų ortopedai traumatologai sako, kad pagrindinis vaikų taisyklingos laikysenos pagrindas yra pakankamas fizinis aktyvumas, nes jis stiprina nugaros raumenis. Sportuoti reikėtų ne mažiau 3 kartus per savaitę, kad būtų pasiekti tinkami rezultatai. Ortopedai traumatologai rekomenduoja lankyti baseinus – plaukimas yra pati fiziologiškiausia sporto šaka ir geriausia subalansuoja nugarą. Svarbiausia, kad sporto šaka patiktų vaikui.

2. Tinkamos darbo vietos

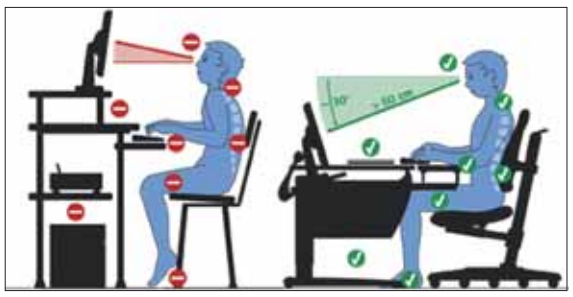
Stebėti, kad vaikas tinkamai sėdėtų prie stalo. Labai svarbu, kad tėveliai nuolat stebėtų savo atžalos laikyseną dar iki brendimo pradžios (kol dar iki galo nėra susiformavęs skeletas), kad vaikas, skaitydamas, rašydamas ar žiūrėdamas televizorių, sėdėtų tiesiai. Reikėtų išlaikyti 4 taškų taisyklę: abi alkūnės padėtos ant stalo, abi pėdos – ant grindų. Labai gerai, jei reguliuojamas kėdės aukštis.

3. Ergonomiškos kuprinės

Reikėtų ieškoti ergonomiškų kuprinių, jų petnešos turėtų būti ant abiejų pečių, kuprinės apačia – iki nugaros vidurio trečdalio, juosmeninės dalies vidurio. Labai svarbu ir svoris – kad jos nebūtų prikrautos. Kuprinė turėtų sudaryti 7–10 proc. vaiko kūno masės.

Netaisyklingos laikysenos pasekmės

Kaip teigia ortopedai, laikysena formuojasi palaipsniui, todėl tėvams privalu nuolat stebėti, kaip vaikas stovi, sėdi, o pastebėjus, kad laikysena ydinga, nedelsiant tai koreguoti. Klaidinga manyti, kad netaisyklinga laikysena su amžiumi išsispręs savaime. Laiku nepastebėjus ar apleidus šią problemą, gali likti pasekmių visam gyvenimui. Ilgainiui gali išsivystyti stuburo deformacijos, galinčios sukelti gyvybiškai svarbių organizmo sistemų – virškinimo, kraujotakos – nepakankamumą. Būna, kad net jauname amžiuje vaikus kamuoja lėtinis galvos, kojų, nugaros skausmas, virškinimo sutrikimai, kurių priežastis – ne kas kita, o netaisyklinga laikysena.



Sveikos mitybos įpročių formavimas svarbu nuo pat mažens

Kaip teigia mokslininkai, sveikatos ir sveikos mitybos ugdymas priešmokykliniame vaikų amžiuje labai svarbi ne tik medicininė, bet ir pedagoginė problema. Nuo pokyčių, vykstančių suaugusiųjų gyvenime, priklauso ir vaikų gyvenimas, šeimoje, vėliau ugdymo įstaigoje. Pedagogai turi skirti pakankamai dėmesio sveikatos žinioms perduoti, vaikų sveikos gyvensenos įgūdžiams bei įpročiams ugdytis. Taip pat ir namuose šeimos įtaka, formuojant vaikų sveikos mitybos įpročius ir visus kitus gyvensenos įpročius, yra milžiniška. Ugdymo įstaiga turi sukurti sveiką fizinę ir psichosocialinę aplinką, propaguoti sveikatingumą, bendradarbiauti su šeima, rūpintis sveikatos priežiūra ir ugdymu, kartu su tėvais rinktis sveikatos ugdymo temas.

Nors daugelis tėvų skiria mažai dėmesio vaikų sveikai gyvensenai, vis dėlto tėvai išlieka svarbiausiais mokytojais skatinant vaikų sveiką gyvenseną. Atlikti tyrimai rodo, jog tėvų dalyvavimas vaikų sveikos gyvensenos ugdyme gali turėti didesnį poveikį siekiant norimų rezultatų, ypač pirmaisiais vaiko gyvenimo metais. Kiekvienu atveju tėvai turi laikytis savo vaidmens: jeigu tėvai kuo anksčiau pradės rūpintis vaikų sveikata, visos pastangos bus nukreiptos į sveikatos stiprinimą ir ugdymą, bus pasiektas rezultatas – ateityje turėsime sveiką visuomenę.

Daugelis vaikų ir suaugusiųjų žino apie sveikos mitybos svarbumą ir yra susirūpinę dėl nesveiko maisto, produktų ir gėrimo vartojimo. Tačiau dar trūksta žinių bei didesnio dėmesio sveikos gyvensenos įgūdžiams, todėl dar reikėtų apsvarstyti įvairius veiksnius, susijusius su tėvelių žinių ir požiūrio sveikos mitybos ir poveikio formavimo. Suvokimas apie taisyklingą vaikų mitybą buvo svarbus visais laikais ir jos išsaugojimas yra didžiausia šeimos vertybė. Tai yra svarbu, nes fizinei ir protinei vaikų raidai mityba turi didelę įtaką. Tinkama mityba yra svarbi darbingumui, imunitetui stiprinti bei gyvenimo trukmei. Žinoma, jog vaikystėje suformuoti mitybos įpročiai turi tvirtą ir teigiamą įtaką sveikatai.

Praktiniai patarimai tėveliams:

- Leisti vaikams nuspręsti, ką valgys pusryčiams ar pietums.
- Gaminkite drauge su vaikais, nepaisant jų amžiaus (užtruksite ilgiau tvarkydami virtuvę, tačiau kiek patirties ir džiaugsmo patiriama).
- Sukurkite šeimos valgymo ritualą. Tai galėtų būti bent kartą per savaitę bendra vakarienė, kada valgo prie stalo visa šeima. Savaitgaliais smagu būtų susėsti visai šeimai prie bendro stalo kartu pusryčiauti, pietauti.
- Svečiai. Kvieskitės savaitgalio pietų artimuosius, patys vykite į svečius.

Siekiant skatinti visuomenę keisti mitybos įpročius ir laikytis sveikatai palankios bei tvarios mitybos principų rekomenduojama:

1. Valgykite įvairų maistą.
2. Kiekvieną dieną valgykite visagrūdžių produktų.
3. Penkis kartus per dieną valgykite daržovių, vaisių ar uogų.
4. Kontroliuokite riebalų vartojimą.
5. Rinkitės liesą mėsą ir liesos mėsos produktus. Ribokite perdirbtos mėsos ir raudonos mėsos kiekį.
6. Vartokite liesus pieno produktus.
7. Valgykite žuvį du ar tris kartus per savaitę.
8. Ribokite maisto produktus ir gėrimus, kuriuose yra daug cukraus.
9. Valgykite nesūrų maistą. Gamindami maistą ribokite druskos kiekį.
10. Rinkitės maisto produktus, pažymėtus simboliu „**Rakto skylutė**“.
11. Gerkite pakankamai vandens.
12. Valgykite reguliariai ir saikingai.
13. Ilgiau žindykite kūdikius ir mažus vaikus.
14. Gamindami ar rinkdamiesi jau pagamintą maistą, rinkitės tausojančius maisto gaminimo būdus.
15. Atkreipkite dėmesį į maisto produktų etiketes.
16. Venkite vartoti alkoholinius gėrimus.
17. Palaikykite energijos balansą, daugiau dėmesio skirkite fiziniam aktyvumui.
18. Siekite, kad jūsų mityba būtų ne tik sveika, bet ir tvari.

Labai svarbu, kad siekiant sveikatai palankios ir tvarios mitybos būtų laikomasi ne vienos ar kelių taisyklių, bet būtų atsižvelgiama į jas visas.

Rūkymo žala žmogaus sveikatai

(Atkelta iš 4 p.)

išsivysto inkstų nepakankamumas.

4. Kojų venų trombozė gali sukelti gangreną ir amputaciją.

Vėžys

Rūkantieji dažniau suserga plaučių, gerklės, burnos vėžiu, palyginus su nerūkančiais.

Ryšys tarp rūkymo ir plaučių vėžio yra akivaizdus: 90 proc. atvejais plaučio vėžio priežastis yra rūkymas, tik 0,5 proc. niekada nerūkiusių žmonių gali išsivystyti plaučių vėžys. Kuo daugiau cigarečių per dieną surūkoma, kuo daugiau metų rūkoma ir kuo jaunesniame amžiuje pradedama rūkyti, tuo didesnė rizika susirgti plaučių vėžiu. Jeigu rūkote, rizika susirgti burnos vėžiu yra keturis kartus didesnė, palyginus su nerūkančiaisiais. Vėžys gali prasidėti bet kurioje burnos vietoje, dažniausiai po liežuviu arba ant lūpų. Kiti vėžio tipai labiau paplitę tarp rūkančiųjų yra: šlapimo pūslės, stemplės, inkstų, kasos, gimdos kaklelio vėžys.

Lėtinė obstrukcinė plaučių liga (LOPL)

LOPL tai bendras pavadinimas grupei požymių, blokuojančių oro patekimą į plaučius ir sunkinančių kvėpavimą, pavyzdžiui, oro trūkumas dėl alveolių pažeidimų arba chroniškas bronchitas – ilgai trunkantis kosėjimas su skrepliais. Įrodyta, kad 94 proc. asmenų, kurie surūkydavo po 20 cigarečių per dieną, nustatyti alveolių pažeidimai, tuo tarpu 90 proc. nerūkančiųjų tokių pažeidimų išvis arba beveik nėra. LOPL paprastai prasideda 35–45 gyvenimo metais, kai ima silpnėti plaučių funkcija.

Kitokia rūkymo daroma žala organizmui

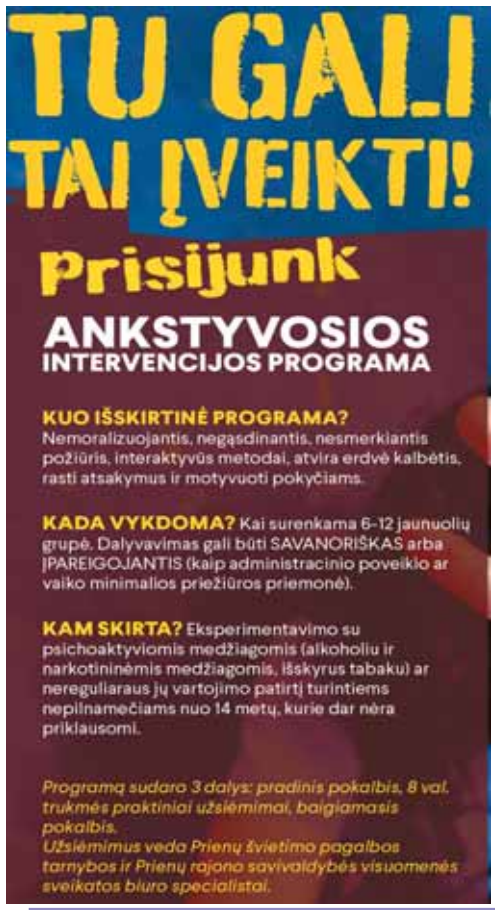
- Rūkymas kelia kraujo spaudimą, dėl ko atsiranda hipertenzija – infarkto rizikos faktorius.
- Rūkančios poros dažniau susiduria su vaisingumo problemomis, palyginus su nerūkančiomis.
- Rūkymas blogina sergančiųjų astma būklę ir silpnina priešastminių vaistų poveikį.

- Akių kraujagyslės yra jautrios ir gali būti pažeistos rūkymo, dėl ko parausta akių baltymai ir prasideda perštėjimas.
- Daug rūkantiems dvigubai didesnė rizika prarasti regėjimą dėl geltonosios dėmės degeneracijos.
- Padidėja kataraktos rizika.
- Rūkantieji praleidžia 25 proc. daugiau dienų dėl nedarbingumo, palyginus su nerūkančiais.
- Nuo rūkymo pagelsta dantys ir dantenos.
- Rūkymas didina paradantozės riziką, dėl ko gali tinti dantenos, atsirasti blogas burnos kvapas ir iškristi dantys.
- Dėl rūkymo burnoje atsiranda rūgštus skonis ir gali išsivystyti opos.
- Rūkymas daro poveikį išvaizdai: blyškesnė oda, daugiau raukšlių. Taip nutinka todėl, kad rūkymas blogina odos kraujotaką ir mažina vitamino A lygį.

Pasyvus rūkymas

Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) duomenimis, kiekvienais metais pasyvus rūkymas nužudo per 600 tūkst. žmonių, beveik trečdalis jų – vaikai. Smilkstančios cigaretės dūmuose yra taip pat vėžį sukeliančių ir kitų sveikatai pavojingų medžiagų koncentracija. Dėl šios priežasties rūkantis žmogus kenkia ne tik sau pačiam, bet ir savo šeimos nariams ar aplinkiniams. Apie 15 proc. cigaretės dūmo yra įkvepiama rūkymo metu, o likusi dalis pasiskirsto aplinkoje ir gali būti įkvepiama aplinkinių žmonių. Vieną prirūkytoje patalpoje praleistą valandą galima prilyginti vienai surūkytai cigaretei. PSO duomenimis, 40 proc. vaikų, 33 proc. suaugusių vyrų ir 35 proc. moterų yra nuolat veikiami rūkymo patalpose.

Ilgainiui pasyvus rūkymas gali padidinti širdies ligų riziką net 25–30 proc. ir 20–30 proc. padidinti plaučių ligų riziką. Rizika susirgti astma žmonėms, veikiantiems aplinkoje esančių tabako dūmų, išauga net apie 40–60 proc. Pavyzdžiui, vaikams, kuriems nustatyta astma, pasyvus rūkymas pažadina astmos priepuolius ir prailgina jų trukmę.



PARENGĖ: Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Revuonos g. 4, Prienai. Telefonas/faksas (8 319) 544 27. Mobilusis telefonas 8 678 79 995. El. paštas *prienai.vs.biuras@gmail.com*. Internete: *http://www.vsbprienai.lt http://www.facebook.com/prienuvsb/*

INFORMACIJĄ RINKO:

Direktorė **Ilona Lenčiauskienė.** Mobilusis telefonas 8 678 79 994,

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos stebėseną, **Birutė Vitkauskaitė**

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos stiprinimą, **Asta Gataveckienė**

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos stiprinimą, **Rolanda Rainytė**

Visuomenės sveikatos specialistai mokyklose:

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos, priežiūrą mokykloje, lopšelis-darželis „Pasaka“, lopšelis-darželis „Saulutė“, lopšelis-darželis „Gintarėlis“, **Monika Treigė**

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą mokykloje, „Ąžuolo“ progimnazijoje, Naujosios Ūtos daugiafunkciame centre, Ašmintos daugiafunkciame centre, **Vaida Lazauskienė**

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą mokykloje, Stakliškių gimnazijoje, **Laima Miliukienė**

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą mokykloje, Veiverių Tomo Žilinsko gimnazijoje, Šilavoto pagrindinėje mokykloje, **Radvilė Želvytė**

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą mokykloje, „Žiburio“ gimnazijoje, Skriaudžių pagrindinėje mokykloje, **Eglė Lukoševičienė**

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą mokykloje, Balbieriškio pagrindinėje mokykloje, Išlaužo pagrindinėje mokykloje, **Gintarė Meškauskė**

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą mokykloje, „Revuonos“ pagrindinėje mokykloje, Jiezno gimnazijoje, **Eglė Orechovienė**

Cukrinis diabetas paauglį paliečia visapusiškai

(Atkelta iš 4 p.)

siekiama naujų iššūkių, nepriklausomybės bei, žinoma, bendraamžių priėmimo, tačiau šios ligos kontrolei būtina disciplina, kuri apsunkina paauglio kasdienybę bei sukelia psichologinių ir socialinių problemų:

- nuolatinė įtampa griežtai kontroliuojant ligą
- įvairių komplikacijų baimė
- žema savivertė
- pakitęs kūno suvokimas
- aiškios ateities nebuvimas
- sudėtingas savęs, kaip sergančiojo, priėmimas

Cukriniu diabetu sergantys paaugliai 2–3 kartus dažniau suserga depresija nei jų bendraamžiai. Ši liga paliečia ir sergančio vaiko šeimos narius, kurie taip pat patiria įtampą bei depresinę nuotaiką. Prasta artimiausių žmonių emocinė būsena gali sutrikdyti vaiko psichologinį vystymąsi. Šiai ligai pasireiškus vaikystėje arba paauglystėje, itin svarbu mažinti diabeto komplikacijų riziką, kad fizinis ir psichinis augimas bei brendimas būtų normalus. Diabeto kontrolė skirtingais amžiaus tarpsniais turi savų sunkumų.

KEBLUMAI, KYLANTYS SERGANTIEMS KŪDIKIAMS IR JŲ TĖVAMS/PRIŽIŪRĖTOJAMS:

- priklausomybė nuo tėvų ar globėjų, kurie kontroliuoja diabetą
- nereguliari mityba ir mankšta
- sunkumas atskirti normalią ir diabeto keliamą nuotaiką
- dūrių leidžiantis insuliną ir matuojantis gliukozę skausmas
- dažnesnės hipoglikemijos

MOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKAMS SUNKU:

- prisitaikyti prie namų ir mokyklos aplinkos kaitos
- bendrauti su kitais vaikais
- mokytis pačiam valdyti diabetą
- kontroliuoti diabetą mokykloje

PAAUGLIUS IR JAUNUOLIUS TRIKDO:

- brendimo metu sumažėjęs jautrumas insulinui
- elgesio ir nuotaikų kaita
- neatsparumas depresijai, nerimas ir savigrauža
- poreikis atlikti suaugusiųjų pareigas

Siekiant išvengti cukrinio diabeto sukeliamų komplikacijų, labai svarbu mokėti tinkamai valdyti šią ligą bei derinti medikamentinį gydymą su fiziniu aktyvumu ir kūno svorio reguliavimu. Šia lėtine liga sergančiam paaugliui itin svarbus visapusis šeimos bei mokyklos bendruomenės palaikymas.

Akys – brangiausias mūsų turtas

Pasaulyje yra 37 milijonai aklų žmonių. Lietuvoje yra daugiau nei tūkstantis aklų ir silpnaregių vaikų, apie 33 proc. pastarųjų prognozuojamas regėjimo neįgalumas.

Vaikams būdingos akių ligos – žvairumas, trumparegystė ir toliaregystė. Sergant šiomis ligomis būtina dažnai lankytis pas akių ligų gydytoją. Vaikams kas pusmetį yra keičiami akinukai, taip koreguojamas vaiko regėjimas, kol galiausiai jis ima gerai matyti. Vaikams akytes reikėtų tikrinti kartą metuose, o nešiojantiems akinius ir dažniau. Ypač svarbu, kad jiems akių ligos būtų diagnozuotos laiku, nes tik tada galimas efektyvus jų gydymas.

Lietuvoje yra per 7 tūkst. žmonių, priklausančių Lietuvos aklųjų ir silpnaregių sąjungai. Jos atstovų teigimu, sergančiųjų akių ligomis šalyje gali būti ir daugiau. Pasaulinės aklųjų asociacijos duomenimis, 177 pasaulio šalyse priskaičiuojama apie 160 mln. aklų ir silpnaregių žmonių.

Dažniausiai pasitaikančios regėjimo sutrikimo priežastys:

- nuolatinis darbas kompiuteriu;
- besaikis televizijos žiūrėjimas;
- įpročio reguliariai tikrintis akis nebuvimas;
- ilgas ir įtemptas vairavimas.

Šiuolaikiniame pasaulyje didžiausią grėsmę kelia vis į daugiau gyvenimo sričių įsibraunančios informacinės technologijos, vis daugiau darbų nudirbame kompiuterio pagalba. Taip, tai labai patogu ir greita, tačiau ar susimąstome, kad mokame savo sveikatos (ypač regėjimo) kaina?

Tikriausiai visi esame girdėję apie tokias akių ligas, kaip katarakta, glaukoma. Katarakta – tai neaiškus matymas. Ši liga gali būti ir paveldima, ypač jauniems žmonėms, tačiau dažniau ją sukelia ultravioletinių spindulių (UV) poveikis, todėl yra būtina nešioti akinius nuo saulės su UV filtru.

Glaukoma – viena iš plačiausiai ištyrinėtų akių ligų, tačiau vis dėlto išlieka pačia pavojingiausia. Reikia atkreipti dėmesį, kad Jūs nejaučiate jokių simptomų, tačiau ištyrus gali paaiškėti, kad liga jau stipriai progresavusi. Glaukoma atsiranda dėl aukšto akispūdžio, sutrikus jo savireguliacijai. Negydoma glaukoma sukelia aklumą. Taip atsitinka dėl regos nervo patiriamo didelio slėgio akies viduje. Glaukomos gydymas svyruoja nuo vaistų lašinimo ankstyvoje ligos stadijoje iki gydymo lazeriu ir sunkiais atvejais – operacijos.

Privalote žinoti, kad pažeisto nervo negalima atstatyti. Tačiau sveikus nervus galima apsaugoti. Įprasta glaukomos profilaktika (kartą per metus) pas savo akių gydytoją yra vienas iš PRIVALOMŲ DALYKŲ kiekvienam, kuris rūpinasi savo sveikata. Tai neskausminga – Jūs tiesiog turite tai atlikti.

Amžinąjį atilsį...

Žodžiai nepaguos, nenuramins, gal tik tyliai primins, kad liūdesio valandą esame kartu.

Dėl mylimos mamytės mirties nuoširdžiai užjaučiame Onutę ŠAULINSKIENĘ ir jos artimuosius.

Jiezno parapijos bažnyčios procesijos dalyviai

Tie, kurie mums brangiausi, visada su mumis. Jie lieka gyventi gėryje, paguodoje, kurią mums dovanojo, meilėje, kurią jie atnešė į mūsų gyvenimą. /R. Vinterz/

Liūdime dėl Juozo ŽIŪKO mirties ir nuoširdžiai užjaučiame velionio žmoną Adelę ir artimuosius.

Buvę bendradarbiai

Prienų Turguje — Palma PUGAČIAUSKAITĖ

Turguje – įprastas gyvenimas

Ankstyvo ryto žemė ir viskas, kas ant jos matyt, išskyrus mus, gyvuosius, buvo padengta gražios, lengvos šalnos. Kai kurie prekeiviai nuo jos „kandimo“ buvo pridengę ir savo prekes. Visas turgaus gyvenimas vyko įprastai lapkričio pabaigai, tik kiek mažiau buvo prekeivių įvairiausiais sendaikčiais.

Kai kurie pirkėjai buvo įsitikinę, kad prie kaukių dėvėjimo jau įprato, tik apgailestavo, kad ilgiau su pažįstamais susitikę negali pabendrauti. „Medžiaginės kaukės vargu bau kiek mus apsaugos nuo to viruso, kiek vienus nuo kitų, bet yra kaukių, kurias taip norėtųsi nuplėšti, bet „neplyštančios“, – šypteldamas, paslaptingai užsimindamas ir kam tai padaryti norėtų pusamžis pirkėjas daug neatviravo, tik sakė nusipirko sprandinės, kurios kaina jam nebesvarbi. „Vakarui kursiu laužą, bus skanios mėsytės. Marinavimui naudoju tik savo augintą svogūną, baziliką, truputį aliejaus ir savo šeimininkės gaminto pomidorų padažo. Jai paliepus, pirkau ir dešimt vištos kiaušinių, už kuriuos sumokėjau 2,50 euro – kaip ir pakeliui į turgų kolonėlėje už kavos puodelį. Ir nebūtinai, nemačiau, kiek jūsų turguje kainuoja, priklauso nuo kavos kokybės, rūšies, bet ir Kaune tikrai moku tokią pačią kainą. Palyginkit, kiek reikia vištai sulesti, o per dieną juk dešimt turbūt nepadeda? – retoriškai su humoru atsisveikino, dar ir šluotą už 1,50 nupirkdamas. O ūkinių gyvūnų turgavietėje dar galima buvo iš tolo išgirsti „nupirkti“ kviečiantį kaimiško gaidžio giedoriaus balsą. Už jį prašė 8 eurų. „Paprasta“ vištа kainavo 7 eurus. Paukščių augintojas turėjo ir netradicinių šeimų ir sako, jog pagal naujai išrinktą šalies valdžią kitais metais jų ypač padaugėti turėtų. Jis vylėsi, jog ir pirkėjų tokioms „šeimynoms, kur dvi auksinių bramų veislės vištos ir už jas gerokai jaunesnis gaidys“, bus daug daugiau. Tokios sudėties „šeima“ kainavo 50 eurų. Už safanerolių veislės tradicinę porą (vištа ir gaidys) prašė 25 eurų, už muskusinį sidabrinį perlinį antiną norėjo gauti 20 eurų. „Ar jos kiaušinius didelius deda, ne juodus?“, – pirkėjai įdomiai pasmalsavo apie jaunų kochankinų veislės vištelės, kurios mažos ir juodos, augintojas patikino, kad kiaušiniai jų tikrai balti ir dideli bus. Jauna pirkėjų pora pažadėjo pavasarį būtinai kelių veislių vištų iš šio prekeivio įsigyti.

(Nukelta į 8 p.)

„Prienų turguje perki, savo kraštą tu remi!!!“

ĮVAIRŪS

Kultūros paveldo departamentas prie Kultūros ministerijos informuoja, kad 2020 m. gruodžio 14 d. 13 val., numatomas Kultūros paveldo departamento prie Kultūros ministerijos penktosios nekilnojamojo kultūros paveldo vertinimo tarybos posėdis, kuriame bus svarstomi teisinės apsaugos suteikimo klausimai Lietuvos partizano Juozo Karalevičiaus kapui (45196), Jaunionių k., Stakliškių sen.; Lietuvos partizanų užkasimo vietai ir kapams (42572), Gedimino g., Jiezno m., Jiezno sen. ir Dainavos apygardos Dzūkų rinktinės Margio tėvonijos vado Jono Česnulevičiaus-Sakalo ir kitų partizanų kautynių ir žūties vietai (45172), Lingėniškių k., Jiezno sen., Prienų r. sav. Su nekilnojamojo kultūros paveldo vertinimo tarybos aktų projektais susipažinti galima susipažinti: *https://dangulys.kpd.lt/public/17b3926b2a4e*

Nusikaltimai • Nelaimės

Smurtas. Lapkričio 19 d. apie 13 val. 10 min. Prienų r., Prienų sen., Ignacavos k., bendrajame kieme, konflikto metu vyras smurtavo prieš moterį (g. 1960 m.). Įvykio aplinkybes aiškinasi policija.

Lapkričio 21 d., apie 00.25 val., Prienų r. sav., vyras, gim. 1989 m., gyv. Prienų r. sav., kuriam nustatytas 1,60 prom. neblaivumas, nepilnametės, gim. 2006 m. akivaizdoje smurtavo prieš sutuoktinę, gim. 1993 m. Įtariamasis buvo sulaikytas pagal LR BPK 140 str. ir uždarytas į Alytaus AVPK areštinę.

Iki šiol negrįžo. Spalio 5 d., apie 9.00 val., vyras, gim. 2002 m., iš savo namų Prienų r. sav. išvyko į Vokietijos Federacinę Respubliką ir 2020-10-28 pranešęs, jog grįžta namo, iki šiol negrįžo.

Lapkričio 21 d. gautas Prienų r. bendruomeninių vaikų globos namų socialinės darbuotojos pareiškimas, kad apie 13.00 val. iš vaikų globos namų išėjo globotinis, gimęs 2007 m., ir iki šiol (11–23) negrįžo.

Rasti kūnai. Lapkričio 20 d. apie 9.30 val., šalia savo namų Prienų r. sav., griovyje, rastas moters, gim. 1934 m., lavonas be išorinių smurto žymių.

Lapkričio 21 d., apie 07:00 val., savo namuose Jiezno sen., Prienų r. sav., vyras, gimęs 1960 m., rado ant grindų kambaryje sukniubusį be gyvybės požymių vyrą, gimusį 1948 m., gyv. Jiezno sen., Prienų r. sav., kuris buvo atėjęs pasisvečiuoti iš vakaro. Išorinių sužalojimų nesimato.

Vairavo neblaivus. Lapkričio 21 d. 12.05 val. Jiezne, Prienų r., pranešėjas sulaikė neblaivų vairuotoją, kuris norėjo pravažiuoti remontuojama gatve. Automobilių stovėjimo aikštelėje rastas automobilis „VW Golf“ ir šalia jo stovintis vairuotojas, gimęs 1976 m., gyv. Prienų r., kuriam nustatytas 2,00 promilių girtumas. Vadovaujantis LR BPK 140 str., vairuotojas buvo laikinai sulaikytas ir uždarytas į areštinę. Automobilis „VW Golf“ saugomas automobilių saugojimo aikštelėje.

Parengta pagal Alytaus apskrities VPK pirminę informaciją

Reklama ▪ Reklama ▪ Reklama

PERKA

Nekilnojamasis turtas

Brangiai perku mišką, gali būti su bendrasavininkais, sutvarkau dokumentus. Tel. 8 644 55 355.

Brangiai PERKAME miškus visoje Lietuvoje. Atsiskaitome iš karto. Tel. +370 699 29 992.

Gyvuliai, gyvūnai

Įmonė **brangiai perka** galvijus, atsiskaito iš karto. Išsivežame. **Tel.: 8 686 54 826, 8 684 40 534.**

UAB „GALVIJŲ EKSPORTAS“ – įvairius pienu girdomus buliukus ir telyčaites, taip pat „Belgus“. Moka 6 ir 21 proc. PVM. Sveria el. svarstyklėmis. Pasiima patys. Tel. 8 612 34 503.

A. Bagdono Į **brangiai perka** veršelius ir telyčaites auginimui. Moka 6 - 21 proc. PVM. Sveria elektroninėmis svarstyklėmis. Pasiima patys. **Tel.: (8 319) 69 541, 8 699 93 682.**

Įmonė **perka** galvijus geromis kainomis. **Tel. 8 613 79 515.**

Įvairios prekės

Įmonė perka naudotus automobilius. Gali būti be techninės apžiūros, nevažiuojantys, išregistruoti. Siūlykite visus variantus telefonu 8 607 67 679.

Brangiai perkame automobilius. **Tel. 8 645 67 488.**

BRANGIAI PERKA
veršelius ir didelius mėsinius galvijus.
Tel. (8 634) 23551.

KREKENAVOS
UAB „Krekenavos agrofirma“
PERKA GALVIJUS
KARVES, TELYČIAS, BULIUS
PAGAL SKERDENAS ARBA GYVĄ SVORĮ.
SVERIA, MOKA IŠ KARTO, PAIMA PATYS.
Tel.: (8-614)93124

agaras
PERKA
KARVES, BULIUS, TELYČIAS
Tel. 8 800 08 801
8 620 25 152
ATSISKAITOME IŠ KARTO!
Pagal skerdeną ir gyvą svorį. Brangiai mėsinius.

PARDUODA

Kietas kuras

Parduoda DURPIŲ BRIKETUS, malkas, supjautas kaladėlėmis, rąstukais. Skubiai, nemokamai pristato jums patogiu laiku. **Tel. 8 672 51 171.**

Parduodame įvairias malkas. Skaldytos, kaladėlėmis, rąsteliais. Tel. 8 614 97 744.

Nekilnojamasis turtas

Parduodama: 0,15 ha žemės sklypas Lakštingalų g. 28, Prienai. 20,97 ha žemės ūkio paskirties sklypas Ringėnų k., Balbieriškio sen., Prienų r. Kaina – sutartinė. **Telefonas: 8 687 22 941.**

Įvairios prekės

Parduodame kiaulės skerdieną puselėmis. Lietuviška, svilinta – 2,85 euro/kg, lenkiška – 2,60 euro/kg. Atvežame. **Tel. 8 607 12 690**.

Atvešime durpių briketus, akmens anglį, pjuvenų briketus, granules, – KOKYBĘ GARANTUOJAME. Tel. 8 683 13463.

PARDUODA

Parduodame broilerių, šertų kviečiais, kukurūzais, skerdieną. Mėsytė – geltona, apdorota rankomis (nupeštos). Kg kaina – 4,90 Eur. **Tel. 8 608 39 334.**

Naminiai sviestiniai šakočiai Jūsų šventėms! Tik iš **natūralių lietuviškų produktų**, pagal senolių receptą. Svoris nuo 100 g iki 5 kg. Siunčiame į Lietuvos miestus ir užsienio šalis. **Tel. 8 650 43 159.** (Adresas: Revuonos g. 48, Prienai).

Parduodu „Gala“ veislės maistines (1 kg / 0,16 Eur) ir pašarines (1 kg / 0,06 Eur) bulves. Atvežu. **Tel. 8 670 81 991.**

Parduodame amonio salietrą, azofoską, sulfatą. Pristatome. Išrašome sąskaitas. **Tel. 8 605 49 513.**

Parduodu naują lenkišką ž.ū. techniką: lėkštinius, noraginius skutikus, barstytuvus, priekabas, rapsų stalus, kuro kolonėles, vartomus ir paprastus plūgus, kultivatorius, šienapjoves, frezas, žolės smulkintuvus ir grėblius, Kembridžo tipo volus, frontalinius krautuvus ir jų priedus, bulviasodes, bulviakases, bulvių rūšiuotuvus, MTZ ir T25 kabinas, prikabinamus ir pakabinamus chemikalų purkštuvus, šakų smulkintuvus, grūdų sėjamąsias, krautuvus, pūstuvus, malūnus ir kt., atsargines dalis. **Tel. 8 686 73 022, info@romudava.lt, www.romudava.lt**

Parduodu įvairius naudotus ir naujus ž.ū. padargus: rotacines šienapjoves, bulvių sodinamąsias, kauptukus, kasamąsias ir jų transporterius, trąšų barstytuvus, įvairios talpos purkštuvus, smulkintuvus (mulčerius), įvairaus pločio lėkštines akėčias, frezas, grėblius-vartytuvus, plūgus, kultivatorius ir jų volus, žnyples, šakes rulonams krauti, naujas kabinas ir sėdynes traktoriams MTZ ir T-25, rankines daržovių sėjamąsias ir kaupikus, bulvių šutintuvus, elektrinius gyvulių aptvarus (kuoliukus, laidus, izoliatorius), piemenis (ganymo aparatas), įvairias lenkiškų padargų atsargines dalis, noragus. **Tel. 8 687 57 187. www.parduodutechnika.lt**

UAB Rividė parduoda ir pristato:

- Medžio briketai (mišrūs, buko, beržo, ąžuolo) – nuo 105 Eur už paletę,
- Sertifikuotas medžio granules – 140 Eur už toną,
- Akmens anglį (palaida arba fasuota 25 kg);
- Granulinę akmens anglį (po 1t, po 25kg);
- Baltarusiškus durpių briketus didmaišiuose arba maišuose po 25kg.

Tel. 8 652 71 212

PASLAUGOS

Liejame pamatus, betonuojame. Montuojame gipso kartoną, glaistome, dažome, kalame dailylentes, dedame visų tipų grindis, klojame plyteles, atliekame santechnikos darbus, elektros instaliacijos darbai, klojame trinkeles, lankstome skardas. **Tel. 8 600 96 399.**

Šlifuojame, dedame ir **lakuojame** parketą, dengiame stogus, skardiname, lankstome, šiltiname ir dažome namų fasadus. Kasame pamatus, mūrijame, tinkuojame, betonuojame, montuojame tvoras, langus, duris, atliekame langų apdailą, griovimo darbus. Statome karkasinius namus. **Tel. 8 620 85350.**

SIENŲ ŠILTINIMAS
į oro tarpus
Tel. 8 696 42 020

VISI SANTECHNIKOS DARBAI: šildymo, vandentiekio, kanalizacijos, katilinių įrengimo. Komplektuojame kokybiškas santechnikos medžiagas su nuolaidomis. **Tel. 8 640 39 204.**

Gaminame betoną, kalkinį skiedinį, šulinio žiedus (nuo 0,7 iki 3 m), įvairią gelžbetoninę produkciją. **Vežame** žvyrą, smėlį. **Atliekame** metalo tekinimo ir suvirinimo darbus. **Tel. 8 687 95 399.**

DURYS – PER 3 DIENAS!
GAMINU DURIS – ypatingai šiltas, saugias nuosaviems namams, ūkiniams pastatams ir rūsiams. Dirbam ir karantino metu. **Tel.: 8 653 93 193.**

Kaminų įdėklai: gaminimas, montavimas. Kaminų valymas. **Tel. 8 645 87 304.**

Vežame žvyrą, smėlį, skaldą, juodžemį ir kitus birius krovinius. Ekskavatoriaus paslaugos – 7 t. **Tel. 8 690 66 155.**

Šalčio meistras! Taiso šaldytuvus, šaldiklius. Atvyksta į namus, suteikia garantiją. **Tel. 8 622 02 208.**

Savivarčio su kranu paslaugos iki 5 t. Gabenu įvairius krovinius savivarčiu (smėlis, žvyras, skalda ir kt.). **Tel. 8 674 02 120.**

Perkraustymo-pervežimo paslaugos!
Išvežame senus baldus, nereikalingus daiktus. Parvežame ir surenkame naujus baldus.
Tel. 8 616 46 444.

SLEGIA KREDITAI AR PRITRŪKAI PINIGŲ? Tiesiame Jums pagalbos ranką! Akimirksniu palengvinsime Jūsų naštą. * Refinansavimas nuo 500 iki 7000 eurų, nuo 6 iki 48 mėnesių * Paskolos nuo 100 iki 4000 eurų, nuo 2 iki 36 mėnesių. Konkurencingai itin mažos palūkanos rinkoje. Be užstato, be užslėptų sutarties sudarymo mokesčių. Tarpininkas Ričiardas (Indv.Veiklos Nr:621263) Kredito davėjas – UAB „LSV Intergroup“ (įmonės kodas 302414832) **Kreiptis tel. +370 601 50 935.**

Automatinių skalbimo mašinų, el. viryklių, indaplovių remontas, prijungimas. Atvykstame į namus. Dirbame ir savaitgaliais, suteikiame garantiją. Tel. 8 645 04 370.

„Odą užaugina“ tik asmeninė patirtis“

(Atkelta iš 1 p.)

ateinančius 9 mėnesius, nors iš tiesų krašto apsaugos klausimai jai nebuvo jokia naujiena, mat, porą metų Emilija dalyvavo jaunųjų šaulių veikloje, kurioje jai puikiai sekėsi. Tačiau, atvykus į vietą, jaudulys dingo ir atėjo supratimas, jog čia jos laukia naujų žinių ir patirčių kupini mėnesiai.

Tiesa, priprasti prie naujos tvarkos, ypač ankstyvo kėlimosi ir rytinių treniruočių, reikėjo laiko ir, kaip pati sako, pirmus mėnesius teko „pakovoti“ pačiai su savimi. „Keldavomės 05:45 val. ryto, tada greitai išskubėdavome į rytinę mankštą, ten prasibudindavome ir eidavome pusryčiauti. Po pusryčių – rytinis patikrinimas, kurio metu vadai apžiūri spintelių, lovų tvarką, batų, uniformos tvarkingumą. Vėliau ruošiamės tos dienos pratyboms, teorijos paskaitoms. Per pietus grįžtame į dalinį, papietavę vėl išskubame mokytis ir gilinti žinių. Nebuvau pripratusi prie sunkios kuprinės nešiojimo ir žygiavimo visą dieną, tad tikrai reikėjo įtikinti save, jog galiu tai padaryti. Laisvalaikis čia taip pat pagal grafiką, nuo 17 val., pagal budėtojo nurodymus, galimas laisvas laikas iki miego. Dažniausiai jį leisdavome sportuodami, taip pat buvau grupės „Vaidotėnai V“ narė, tad dažnai ruošdavomės koncertams bei pasirodymams“, – apie kasdienę rutiną pasakoja buvusi kariškė.

Emilijai teko išties išskirtinis tarnybos laikas – dėl pandemijos, šalyje paskelbus krantiną, tris mėnesius kariai negalėjo palikti dalinio, čia jie sutiko ir šv. Velykas. Dvidešimtmetė pripažįsta, jog keletą mėnesių gyventi pagal griežtą rutiną ir nematyti artimųjų emociškai buvo išties nelengva. Tačiau neeilinė situacija jaunus žmones tik dar labiau užgrūdino ir, kaip ji pati teigia, į mišką būrys judėdavo su šypsena.

Nors devynis mėnesius trukęs savęs išbandymas buvo nelengvas ir fiziškai, ir emociškai, anot karės savanorės, čia ji daug ką atrado ir suprato. „Atėjau bijodama, kad mane, kaip merginą, diskriminuos, tačiau parodžiau viską, ką galiu bei sugebu (o, pasirodo, galiu daug), stropiai domėjausi tuo, kas buvo pasakojama, ir savęs nenuvyliau. Pamačiau viską iš arti: ginklus, šarvuotą techniką, gavau galimybę tapti stiprios komandos dalimi ir pratybų metu pritaikyti įgytas žinias. Tarnyba nepakeitė manęs, kaip žmogaus, tačiau čia išmokau drąsiau reikšti savo nuomonę, nebijoti pastovėti už save“, – patirtimi dalijasi Emilija.

Šiuo metu aukštojoje mokykloje sėkmingai studijuojanti, tačiau į kariuomenę planuojanti grįžti dvidešimtmetė ir kitus jaunuolius skatina nebijoti ir išdrįsti atlikti karo tarnybą, jei tik galvoje kirba nors menkutė mintis. „Svarbiausia – užsidegimas, aistra ir noras, o viso kito išmoksite teorijos ir praktinių žinių įgausite. Būkit drąsūs ir ryžtingi, nebijokite visuomenėje paplitusių stereotipų, nes su nusiteikimu įveiksite visus iššūkius“, – drąsiai sako Emilija.

Tiesa, apie stereotipus mergina užsimena ne veltui – jai ir pačiai teko susidurti su visuomenės nuomone, jog merginų pareiga – vaikus auginti bei virtuvėje suktis, o ne krašto apsaugos reikaluose dalyvauti. Tačiau jaunosios kartos atstovė įsitikinusi, jog XXI amžiuje merginos ir moterys puikiai gali atlikti tarnybą, siekti svajonių karjeros, nebijodamos, kad darbe gali sulaukti diskriminacijos dėl lyties.

Mergina džiaugiasi, jog, nepaisant skeptiškų aplinkinių nuomonių, priėmusi sprendimą tarnauti Tėvynei, ji sulaukė ypač didelio tėvų bei artimųjų palaikymo. „Tik močiutė į tarnybą išlydėjo su baime, tačiau vėliau, kai papasakojau, kaip man sekasi, nusiramino. Daug naudingų patarimų davė mano antroji pusė bei draugai, kurie jau yra atlikę karo tarnybą“, – teigia prieniškė.

Paklausta, ką jai apskritai reiškia Tėvynė ir pilietiškumas, dvidešimtmetė sako: „Kiekvienas doras, sąžiningas darbas, mūsų valstybės gerovės vardan, yra pilietiškas elgesys. Į pilietiškumo sąvoką įeina daug dalykų, kurių mus moko mokykloje, o didžiausią dalį to atsinešame iš vaikystės, tėvų auklėjimo. Istorijos žinojimas bei suvokimas, įsitraukimas į visuomeninę, savanorišką veiklą – visa tai daro kiekvieną iš mūsų pilietišku žmogumi“.

Bene didžiausią įtaką pilietiškumo ugdyme merginai padarė tėvai, kurie ne tik auklėjimu, bet ir savo pavyzdžiu parodė, ką reiškia tarnauti tėvynei. Emilijos mama Lina Lelevičiūtė – gelbėtoja ugniagesė, prieš 15 metų pasukusi savo tėvo (Emilijos senelio) pėdomis. Lina iki šiol gerai pamena, jog daugiau nei prieš dešimtmetį Lietuvoje ugniagesė gelbėtoja, regis, buvo neįmanomas reiškinys, todėl moteris puikiai žino, ką reiškia pakliūti į stereotipų spąstus. „Tuomet man nebuvo nė 30 metų, todėl dažnai pergyvendavau, galvodavau: kodėl žmonės užgaulioja ir kas gi čia tokio smerktino, netgi bandydavau teisintis. Tačiau su patirtimi atėjo ir naujas požiūris. Supratau, kad neprivalau niekam nieko įrodinėti, kad žmogus užsitarnauja pagarbą už savo atliktus darbus, o ne už tai, kokios lyties jis yra. Todėl šiandien nesigailiu savo nueito kelio, pakartočiau jį dar kartą, tik dar ryžtingiau“, – prisiminimais dalijasi ugniagesės profesijos neiškeitusi į kitą Lina Lelevičiūtė.

Emilija kartu su jaunesniu broliu ir mama.

Nepaisant visų iššūkių, kuriuos pačiai teko įveikti, sužinojusi apie dukros ketinimus atlikti karinę tarnybą, Lina nė kiek nenustebo ir nebandė jos atkalbėti. Priešingai, davė Emilijai vertingų patarimų iš savo patirties, skatino jauną merginą nebijoti žengti savo keliu. „Dar mokykloje Emilija lankė jaunųjų šaulių būrelį, manau, nuo tada ir susidomėjo šia veikla, tad jos pasirinkimas visiškai manęs nenustebino... Jaunam žmogui sunkiau susidoroti su gyvenimo iššūkiais, nes požiūris formuojasi su branda ir nors šia tema daug kalbėdavomės, „odą užaugina“ tik asmeninė patirtis. Visgi, dabar galvoju, jog fiziškai jai buvo kur kas sunkiau nei emociškai“, – pasakoja Emilijos mama.

Paklausta, ką jos, kaip mamos, akimis dukrai davė patirtis kariuomenėje, Lina teigia, jog kardinalių pasikeitimų, kaip dažnai sakoma, neįvyko, nes ir prieš kariuomenę Emilija buvo stropi mergina. Visgi moters įsitikinimu, 9 mėnesiai kitokioje aplinkoje dukrai suteikė naudingos patirties, kuri tikrai pravers gyvenime. „Jai teko tarnauti neeilinėmis sąlygomis, o tai yra didelis išbandymas. Sunku gyventi ne tada, kai nieko nestokojame, kai gyvename įprastose klimato ir aplinkos sąlygose, bet tada, kai ne dėl savo apsisprendimo mes būname „išmesti“ už savo komforto zonos ribų. Tokiu metu įgautos patirtys labiausiai pasitarnauja“, – sako moteris.

Linos teigimu, situacija, susijusi su stereotipais Lietuvoje išties pasikeitusi į gerąją pusę, tačiau problema iki šiol egzistuoja. Moteris pastebi, jog ir jos pačios profesijos pavadinimas „ugniagesys gelbėtojas“ turi lyties identifikaciją, o visuomenėje vis dar būdinga sumenkinti kitokį, netradicinį, žmogaus pasirinkimą ir individualumą. Nepaisant to, profesiniame kelyje ugniagesė yra užsitarnavusi ir kolegų, ir pamainos vadovo pasitikėjimą. „Kolektyvas išties vyriškas, bet jokių nesklandumų neiškilo. Turiu griežtą, išlygų netaikantį pamainos vadovą, nesibaiminantį man pavesti bet kokią užduotį skyrininką, palaikančius ir pasitikėjimo nestokojančius bendradarbius, kuriuos gerbiu ir vertinu. Susipažinom, vienas kitą supratom, vykstam į incindentų likvidavimą ir ten dirbam petis į petį“, – tvirtina valstybės tarnautoja.

Didelės atsakomybės reikalaujantis darbas Linai nėra tik „duonos šaltinis“ – tai atsidavimas savo šaliai ir jos žmonėms, todėl moteris nestokoja empatijos ir teigia, jog jai ne visvien, kas vyksta aplinkui, o pareigingai ir sąžiningai atlikdama savo darbą, Lina prisideda prie pilietiškos visuomenės bei visos valstybės augimo.

To ji moko ir savo vaikus. „Viskas jaunų žmonių gyvenime prasideda nuo pareigos jausmo įskiepijimo. Ir tas jausmas turėtų augti kartu su vaiku nuo mažų dienų. Kartais, „per stipriai mylėdami“ savo vaikus, tėvai prisiima ir jų pareigas, tuo pačiu atimdami iš savo atžalų galimybę įgauti patirties, formuojančios asmenybę. Tada jaunesnei kartai išsiugdo bruožas – gauti, bet jokiu būdu ne patiems pasiekti, užsidirbti ar sukurti. Mano nuomone, pradžių pradžia yra čia. Myliu savo vaikus besąlygiškai, bet jiems patiems teks nugyventi savo gyvenimus. Todėl jie žino, kas yra namų ramybė, darbas, pareiga. Skatinu juos mylėti aplinką, gerbti žmones, būti dėmesingiems labiau vargstantiems. Skatinu tobulėti, mokytis ir siekti visko, kas bepasitaikys jų kelyje, nes tik turėdami žinių, praktikos ir įgūdžių bagažą jie galės būti visapusiškai naudingi ir įdomūs kitiems“, – tvirtina dviejų vaikų mama.

Rimantė Jančauskaitė

Emilijos tėvai ne tik auklėjimu, bet ir savo pavyzdžiu parodė, ką reiškia tarnauti tėvynei. Emilijos mama Lina Lelevičiūtė – gelbėtoja ugniagesė, prieš 15 metų pasukusi savo tėvo pėdomis. Vidmanto Balkūno nuotrauka.

Tai, kas išaugina...

Projektą remia SPAUDOS, RADIJO IR TELEVIZIJOS RĖMIMO FONDAS

Prienų Turguje

(Atkelta iš 7 p.)

Buvo atvykęs ir putpelių augintojas. Viena jų kainavo 3,50 euro, vienas putpelės kiaušinis – 10 euro centų. Ūkininkai buvo atvežę ir grūdų, kurių centnerį siūlė už 7–9 eurus, ir runkelių, burokų, morkų didesniais kiekiais. Vienas taip įnirtingai siūlė runkelių, kad patikinus, jog neturi kam juos šerti, net sriubai išsivirti pasiūlė. O kodėl gi ne. Sumaišius su burokais, raugintų kopūstų pridėjus ir riebios šoninės, vieno praeivio nuomone, būtų geras patiekalas nuo virusų. Beje, optimizmo nestokojantys, sunkesnių darbų nebijantys vyrai ūkininkai, užklausti apie ateitį, su humoro didesne doze lūpose sakė, kad „bus tikrai dar geriau, oi bus geriau“...

Padaugėjo prekiaujančių namie augintais skrostais broileriais. Kilogramas kainavo 4 eurus, o už vieną galima buvo ir apie 20 eurų sumokėti.

Pirkėjai rinkosi „Du medu“ kepyklėlės duoną, pyragą, kitus gaminius.

Įprastomis kainomis pirkėjai pirko pieną bei jo produktus. Litras pieno kainavo 0,50 euro, litras grietinės – 3,80 euro, pusė kilogramo sviesto – 4 eurus, pusė kilogramo varškės – 0,80–1,20 euro. Ožkos pieno sūris kainavo iki 3 eurų, karvės pieno sūrį pagal skonį, dydį, gaspadinę galima nusipirkti ir už 1,20–5 eurus.

Bitininkai medaus pusės litro stiklainį pardavė už 4 eurus, kilogramą – už 6 eurus. Buvo galima jau įsigyti ir gražių vaškinių žvakių. Ta pati prekeivė iš Šilavoto turėjo ir stipraus vitaminų šaltinio – putino uogų, sumaišiusi su medumi. Vieni parduoda tik sultis putino, o ji tikino, kad ir sėklose gausu vitaminų, todėl taip ir supilstė į indelius.

Lionė iš Butrimonių ir vėl buvo prikepusi šimtalapių, kurių kilogramas kainavo 9 eurus, kiti stovėjo eilutėje prie moters, kuri prekiavo prieniškių keptais gardumynais.

„Jei nori už kelis centus, važiuok į „Lidlą“, nereklamuodamas jo, o tiesiog paprašytas kopūstų gūžės kilogramo už 0,30 euro, sakė jų augintojas ir nenusileido. Pardavė kilogramą už 0,50 euro. Kilogramas bulvių kainavo 0,40 euro. Perkami ir namie paruošti krienai. Jų kaina, priklausomai nuo indelio dydžio – 1–1,50 euro, kaip ir paruoštų rūgštynių – 1–2 eurai. Virtų burokėlių kilogramą parduoda už vieną eurą, stiklinę pupelių – už 0,70 euro. Marinuotų šparaginių pupelių, kitų daržovių pusės litro stiklainis kainavo 1,50–2,50 euro; kilogramas svogūnų kainavo 0,50 euro, česnakų – 5 eurus, morkų – 0,70 euro, paprikų – 0,90–1,30 euro, salierų – 2 eurus, porų – 1 eurą, burokėlių – 0,60 euro.

Kilogramą obuolių pardavė už 0,50 euro, kriaušių kilogramas kainavo iki 1,50 euro. Žinoma, yra perkančių ir šaltalankio sultis, kurių pusės litro stiklainis kainuoja 4 eurus, spanguoles, kurių litras vis dar kainuoja 3 eurus. Nebuvo turgaus, kad nebūtų perkančių sėmenų aliejaus, kurio pusės litro butelis kainuoja 3,50 euro. Šio aliejaus nuolatinė pirkėja Birutė sakė, jog dabar pats tinkamiausias metas paskaninti juo įvairias namie ruošiamas salotas, ir karantino metu ilgiau pasėdėti prie bendro stalo, nuskaidrinti tamsėjančius rudens paskutinius vakarus ir tarpusavio darna, ir su meile priimti tai, kas vyksta ir gamtoje, ir žmoguje, ir po savaitės jau pradėti sugyventi su žiema.

Gyvenimas

REDAKCIJOS ADRESAS:
Kauno g. 19 A, LT - 59147 Prienai.
El.paštas: info@gyvenimas.info

Leidžia UAB „GYVENIMAS“ (SL 066).
Laikraštis įkurtas 1946 m. gruodžio 7 d.

Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė

Internete skaitykite: www.gyvenimas.info, www.facebook.com/laikrastisgyvenimas

Redakcija: **Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė** - VERSLAS, ŽEMĖS ŪKIS (60523, ramute@gyvenimas.info); SOCIALINĖS PROBLEMOS, ŠVIETIMAS, MEDICINA, TEISĖSAUGA, PASLAUGOS: **Dalė Lazauskienė, redaktorės pavaduotoja** (60014, dale@gyvenimas.info); APLINKOSAUGA, NEVYRIAUSYBINĖS ORGANIZACIJOS, KULTŪRA, SPORTAS: **Rimantė Jančauskaitė, apžvalgininkė** (60012, rimante@gyvenimas.info); KOREKTŪRA: **Ona Ališauskienė** (60015); BUHALTERIJA, SKELBIMAI: **Ona Lodienė, Zina Lankevičienė** (tel./faksas 60012, zina@gyvenimas.info); kompiuterininkai (maketas@gyvenimas.info). Mob. tel. 8 605 19 327.

Redakcijos nuomonė nebūtinai sutampa su laiškų autorių nuomonėmis. Už skelbimų turinį neatsakome.

**Laikraštis išeina trečiadieniais ir šeštadieniais.
Ofsetinė spauda. Apimtis - 2 spaudos lankai.
Indeksas 67283. Tiražas – 1750 egz.
Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.**

Spaudė UAB „Alytaus spaustuvė“, Seirijų g. 17, tel. (8 ~ 315) 73786.

ALYTAUS SPAUSTUVĖ