

Gyvenimas

Laikraštis Prienų rajono ir Birštono krašto žmonėms
Nacionalinės rajonų ir miestų laikraščių leidėjų asociacijos narys

ISSN 1648-0392



9 771648 039035

Nr. 5 (10258) * 2020 m. sausio 18 d., šeštadienis

Kaina - 0,45 Eur

Paba diena

Štandien – mėnulio dečia. Saulė teka 8 val. 31 min., leidžiasi 16 val. 27 min. Dienos ilgumas 7 val. 56 min.

Vardadieniai: šiandien – Priscilė, Priska, Radys, Radmantas, Radmantė, Radmina, Radminas, Radminė, rytoj – Kanutas, Marijus, Marina, Marius, Raivedys, pirmadienį – Fabija, Fabijonas, Fabijus, Gintvainas, Gintvainė, Gintvilas, Gintvilė, Liaubaras, Nomedas, Nomedas, Sebastijona, Sebastijonas, Skaistė, Skaistis, Skaistys, antradienį – Augas, Augė, Augis, Augius, Augys, Augūnas, Augūnė, Galigina, Galiginas, Galiginta, Galigintas, Gandė, Garsė, Garsius, Ina, Inesa, Ineza.

Socialinė verslo atsakomybė „Grigeo“ vamzdyje 2 p.

Kuo Birštonas traukia žiemą? 3 p.
Ašmintos Krikščiūnų dinastija: tikroji patriotiškumo kaina 4p.

Šeimai apie sveikatą 6p.
Tegul ilgai negęsta namų žiburėlis... 8p.
Jiezno trims karaliams – 30 metų!

Berlyno parodoje „Žalioji savaitė 2020“ – tautinio paveldo produkcija

Ketvirtadienį Berlyne prasidėjo 85-oji tarptautinė žemės ūkio, maisto produktų ir sodininkystės paroda „Žalioji savaitė 2020“, kurioje dėmesys skiriamas ne tik žemdirbystės naujovėms, bet ir politikai. Lietuvos stende parodos lankytojams ir dalyviams pristatoma kokybiška lietuviška produkcija, vyksta verslo, taip pat dvišalių ir daugiašalių valstybinių susitikimų, kuriuose dalyvauja žemės ūkio ministras Andrius Palionis.

Sausio 17 d. žemės ūkio ministras Andrius Palionis susitiko su Ukrainos ekonomikos plėtros, prekybos ir žemės ūkio ministru Tymofij Mylovanov, Moldovos žemės ūkio, regioninės plėtros ir aplinkos ministru Ion Perju bei Baltarusijos žemės ūkio ir maisto ministru Anatolij Khotko, Sakartvelo delegacija. Susitikimų metu aptartos dvišalio prekybos skatinimo ir tarpvalstybinio bendradarbiavimo perspektyvos, maisto kokybės ir standartų klausimai.

Susitikimo su Latvijos, Estijos bei Lenkijos žemės ūkio ministrais metu kalbėta apie regioninio bendradarbiavimo galimybes ir naująją ES finansinę perspektyvą.

Sausio 18 d. rengiami Pasaulinis maisto ir žemės ūkio forumas bei konferencija „Maistas visiems! Prekyba siekiant užtikrinti saugų, įvairių ir tvarų maistą“, kuriame diskutuos ir įvairių šalių žemės ūkio ministrai.

Paroda „Žalioji savaitė“ paprastai pritraukia rekordinį skaičių lankytojų, ją aplanko Vokietijos bei kitų šalių žurnalistai, įvairių organizacijų, užsienio valstybių ambasadorių, asociacijų atstovai, berlyniečiai ir šio miesto svečiai, atvykę iš kitų šalių gurmaniškam savaitgaliui. Pernai paroda sulaukė per 1600 dalyvių iš 66 šalių, joje per dešimt dienų apsilankė apie 400 tūkst. lankytojų. Lietuvos ekspozicija nuo seno turi savo prisiekusių gerbėjų būrį. Šįkart juos suintriguos rekordinio



dydžio – 45 kg sveriančio – lietuviško šakočio pjaustymas ir degustacija. L.Sadauskienės individualios įmonės darbuotojų šakotis, gavęs Šimtmečio maisto gaminių vardą, keptas lauke, su beržinėmis malkomis, 7 valandas. Jo gaminiui prireikė net 700 kiaušinių, 17 kg miltų, 15 kg sviesto, tiek pat kilogramų grietinės ir cukraus.

Parodos lankytojai turės galimybę įvertinti ir kitus lietuviškus išskirtinės kokybės gaminius: lietuvišką ruginę duoną, medaus desertus su šaltyje džiovintomis uogomis, medaus šokoladą, natūralias ir lukštentas kanapių sėklas, kanapių aliejų, kanapių baltymus, kanapių miltus ir kitus produktus, gurmaniškus žuvies gaminius, agurkų džemą, „Šušvės“ midų, limonadus iš lietuviškų uogų, rūkytos žvėrienos gaminius, išgityti juvelyrinių dirbinių su gintaru ir žalvariu, juodosios keramikos, kitų suvenyrų, natūralios kosmetikos. Jų pasiūlymus turiolika Lietuvos gamintojų ir verslininkų.

Lietuviai pasižymi vaišingumu, todėl užsukusieji į Lietuvos ekspoziciją paskanaus barščiu su grybais, žvėrienos dešrelių, troškintų kopūstų, didžkukulių ir kitų tautinio paveldo patiekalų. Kokybiškų maisto produktus tiekia Lietuvos ūkininkai, todėl parodos lankytojai maitinami trumposios grandinės principu – nuo ūkininko iki vartotojo.

Fotoreportažas ir išpūdžiai iš parodos „Žalioji savaitė 2020“ – kituose „Gyvenimo“ numeriuose.

Tradiciiniame susitikime su dvasininkais – apie praėjusių metų darbus ir naujus iššūkius

Metų pradžioje Prienų r. savivaldybės meras A. Vaicekauskas tradiciškai pakvietė rajono dvasininkus padiskutuoti apie savivaldybės aktualijas, pasidalinti savo džiaugsmiais, rūpesčiais bei ateities iššūkiais. Susitikime dalyvavo Prienų parapijos klebonas, dek. J.BALIŪNAS, vikaras kun. V.VOLODKOVIČIUS, Balbieriškio parapijos klebonas R.VEPRAUSKAS, Veiverių parapijos klebonas K.VOSYLIUS, Jiezno parapijos klebonas R.BICKAUSKAS, taip pat Savivaldybės administracijos direktorė J.Zailskienė, direktorės pavaduotojas A.Marcinkevičius, mero patarėja A. Dargužienė, Tarybos sekretorė B.Žvirblienė. Į susitikimą buvo pakviesti ir Prienų garbės piliečiai, klebonai K.SKUČAS ir J.UŽUPIS, tačiau pastarasis dėl itin garbaus amžiaus susitikime nedalyvavo.



Susitikime meras A. Vaicekauskas pasidžiaugė gražiais santykiais su visų parapijų klebonais ir kunigais, padėkojo jiems už bendradarbiavimą, dalyvavimą Savivaldybės renginiuose, bendruomenių telkimą, rūpinimąsi maldos namų ir aplinkos gražinimu. Taip pat pristatė savivaldybėje įgyvendinamus projektus bei planuojamus darbus šiais metais. Meras išsakė viltį ir norą kartu su Savivaldybės, kraštiečių, verslo įmonių ir geros valios žmonių prisidėjimu įgyvendinti pareng-

tą projektą ir įamžinti poeto **Justino Marcinkevičiaus** atminimą – įrengti kultūrinę erdvę su meniniais akcentais prie jo vardo bibliotekos Prienuose. Šiais metais poetui būtų sukakę 90 metų.

Susitikime buvo aptartos problemos, su kuriomis susiduriama parapijose. Savo rūpesčiais, susijusiais su bažnyčių remonto darbais, pasidalino Jiezno ir Prienų parapijų klebonai. Pažymėta, kad užbaigus Prienų bažnyčios išorės atnaujinimą laukia vidaus remonto darbai.

Parengtas didelis projektas, kuriam, kaip minėjo klebonas, numatytas finansavimas, taip pat reikės ir Savivaldybės prisidėjimo. Susitikimo metu buvo pasikeista nuomonėmis ir kitais aktualiais klausimais.

Padėkojęs už susitikimą A. Vaicekauskas palinkėjo dvasininkams gražios bendrystės, atviro dialogo ir bendradarbiavimo, dirbant ir taraujant žmonėms bei sprendžiant kasdienes problemas.

Prienų r. savivaldybės informacija

Neleiskime nuvysti neužmirštuolės žiedui

Apniukusį Sausio 13-tosios rytą Veiverių Tomo Žilinsko gimnazijos mokiniai kartu su mokytoja Regina Budžiulienė atskubėjo į Veiverių krašto istorijos atminties muziejų. Juos sukvietė šio muziejaus l.e.p. muziejininkė Snieguolė Kleizaitė ir LPKTS Prienų skyriaus pirmininko pavaduotoja Dalytė Raslavičienė.

Mokinius jos pasitiko prie Veiverių valsčiaus savanoriams skirtos lentos, kuri įmontuota prie muziejaus sienos. Mokiniai uždegė 14-ka žvakelių, skirtų žuvusiems 1991 m. Sausio 13-ąją, kartu sugiedojome Lietuvos himną. Pakvietėme į muziejaus salę istorijos pamokai, trišpalvės fone atidavėme pagarbą žuvusiems – prie jų portretų buvo uždegtos žvakės. Muziejininkė perskaitė laisvės gynėjų vardus ir pavardes, juos pagerbėme tylos minute.

Dalytė Raslavičienė pasidalino prisiminimais apie Sausio 13-osios įvykius. Ji buvo viena iš liudininkų, kuri daug dienų ir naktų iki šios baisios nakties praleido prie degančių lauzų. Ji pasakojo, kad žmonės buvo neabejingi vieni kitiems, viena moteris, pamačiusi, kad Dalytė



žvarbiu oru neturi pirštinių, padovanavo jai savo megztas pirštines. Kai D.Raslavičienė su pilnu autobusu tremtinių iš budėjimo grįžo į Veiverius, kelionė buvo siaubinga – kas penkis kilometrus juos stabdė kareiviai, išvarydavo iš autobuso, tikrindavo rankinukus, todėl visus išvargino įtampa.

„Nespėjau pailsėti, o vyras prikėlė ir, televizoriuje pamačius, kas vyksta, mane ištiko šokas. Pagalvojau, Dieve, saugok likusius tremtinius ir visus kitus. Paskambino gerb. Veiverių parapijos klebonas Kazimieras Skučas, kad kviesčiau žmones, ieškočiau transporto – reikia vykti prie Juragių radijo ir TV stoties,“ – kalbėjo D.Raslavičienė. Visą pasakojimą, kuris truko beveik

valandą, mokiniai labai įdėmiai klausėsi. Iš klausėme ir mokinių paruoštą programą.

Šiuo metu D.Raslavičienė rašo atsiminimus apie tas praleistas dienas ir naktis, galbūt iš jos metraščio išsirutulios ir knyga. „Rikiuoju mintis labai atidžiai, be pagrazinimų, melo, kurio neretai pasitaiko kitose knygose,“ – teigia buvusi ilgametė tremtinių vadovė.

Atsiveikinant su mokiniais, sutarta susitikti Vasario 16-ąją ir Kovo 11-ąją.

Mieli mokiniai, lai nenuvysta neužmirštuolės žiedas jūsų širdelėse ir tuomet, kai gyvų Sausio 13-osios liudininkų nebeliks...

Veiverių krašto istorijos atminties muziejaus informacija

GRASTA
AKMENS ANGLIS BRIKETAI, GRANULĖS
8 687 36216
Kęstučio g. 99, Prienai
www.grasta.lt
PASKUTINĖS NUOLAIDOS!!!

Nuomonė

Rytas STASELIS



Socialinė verslo atsakomybė „Grigeo“ vamzdyje

Iš karto po Naujųjų kelios asocijuotos verslo organizacijos, kaip taisyklė, aktyviai dalyvaujančios socialiniame dialoge su Vyriausybe ir profesinėmis sąjungomis, pasiskelbė besitraukiančios iš 2017 m. pasirašyto susitarimo dėl šaliai būtinų, pažangą skatinančių reformų. Tokį sprendimą esą paskatino politikų inicijuota karštligiška paieška, kur gauti pinigų valstybės biudžetui, kurio projektas svarstytas pernai pirmoje gruodžio pusėje. Viso to rezultatas – sujaukta mokesčių aplinka.

Verslui anie sprendimai buvo skausmingi ne tiek dėl padidintų mokesčių tarifų, kiek dėl to, kad rimtos verslo organizacijos ligi biudžeto priėmimo savo veiklą 2020-aisiais jau buvo suplanavusios.

Verslo organizacijų demaršas galėjo virsti smagiai sukulta vinim į šios Seimo valdančiosios daugumos ir jos suformuotos Vyriausybės karsą. Nes tokia valdžia, kuri nesilaiko savo priimtų įsipareigojimų, yra apgailėtina. Tą žino Lietuvos mokytojai, gaisrininkai, medikai. Dabar – ir verslas, kuris šiaip jau nelinkęs karštakošiškai šakotis demaršais.

Tačiau tai, ką Klaipėdoje atskleidė teisėsaugos įvykdytos operacijos, kurių metu nustatyta, kad didelis „Grigeo Klaipėda“ kartono gamybos fabrikas leido nevalytas gamybos nuotekas tiesiai į Kuršių marias, kųjų kalė viso lietuviško verslo reputacijai. Ji ir šiaip nebuvo aukščiausio lygio. Tačiau tą lygį lėmė ne tik verslininkų veikla, bet ir politikų formuojamas neigiamas įvaizdis, esą verslas yra ne visuomenės pažangos garvežys, bet jos priešas.

Atstatyti vienos įmonės mestu šešėliu suterštą bendrinę reputaciją bus sunku. Jei tik išvis įmanoma. Neabejoju, kad šis faktas ateityje vis tam tikra prasme bendrinis, kuris bus kaišomas ir pagrįstai, ir be jokio reikalo.

Tačiau man kažin kas šovė į galvą, kad per savo karjerą apie nevalytas nuotekas esu jau girdėjęs. Panaršiau savo profesinį archyvą ir radau 2006 m. pabaigoje Tbilisyje darytą interviu su itin sėkmingu Gruzijos ekonominių reformų „tėvu“, verslininku Kacha Bendukidze (1956-2014). Tąsyk kalbėjomės daugeliu temų, taip pat apie verslo socialinę atsakomybę.

„(Socialinė verslo atsakomybė, – R.S.) – tai apgavystės, mimikrijos forma. Ją sugalvojo verslininkai, kurie nori apgauti valstybę. Man atrodo, Friedrichas von Hayekas yra rašęs apie užnuodytus žodžius. Žodis „socialinis“ yra užnuodytas – jį kur nors paleidęs, apnuodysi viską aplinkui. Tad socialinė verslo atsakomybė man – apgavystės ir keiksmažodžio hibridas“, – tuomet sakė pašnekovas.

Man neatlyžus, p. Bendukidzė pridūrė: „Socialinė atsakomybė negali būti juridinio asmens, verslo kompanijos tikslas. Todėl sakau, kad tai yra apgavystė. Pavyzdžiui, jūs turite gamyklą, kuri teršia aplinką, ir reikalinga šimto milijonų investicija į valymo įrenginius. Tada jūs nutariate už kelis milijonus pastatyti vaikų darželį, kad visuomenė nebekreiptų dėmesio į ekologines problemas ir laikytų jus garbingiausiu filantropu. Kitas pavyzdys: tam tikruose visuomenės sluoksniuose pradedama niurzgėti, kad bankai per daug uždirba. Tada bankininkai sugalvoja remti kokį nors simfoninį orkestrą, kad visi klausytųsi muzikos ir nebekalbėtų apie pelnus. Tačiau ar tai socialinė atsakomybė?“

Diskusiją šia tema prelegentas baigė taip: „Vadinamoji socialinė atsakomybė skatina kitą ydą. Jeigu išaiškinama, kad kompanija nesumoka dalies mokesčių, pradedama visuotinai verkšlenti, kad iš tiesų kompanija yra gera, joje dirba daug žmonių. Vėliau šis argumentas leidžia paprašyti kokių nors subsidijų arba lengvatų. Tada jau iškreipiama rinka ir konkurencinė aplinka bei daroma žala visiems ūkio subjektams.“

Kitą dieną, p. Bendukidzės požiūriu, verslas privalo būti efektyvus, konkurencingas, tačiau sąžiningai mokėti mokesčius bei laikytis įstatymų. Visi kiti galimi šios paprastos formulės dėmenys gali būti nebent išsigalvojimas arba apgavystė.

Aplink „Grigeo Klaipėda“ vamzdžius vykdomas tyrimas, tikiuosi, atskleis, kokios verslo formulės laikėsi AB „Grigeo“ akcininkai bei administracija.

Onutė Rutkauskienė: „Prienuų globos namuose jaučiuosi kaip namie“

Prienuų globos namai įsikūrę gamtos apsuptyje, ant Nemuno kranto, visai šalia linguojančio Žvėrinčiaus miško. Tai – valstybinė įstaiga, kurioje gyvena garbaus amžiaus žmonės, neretai turintys sveikatos sutrikimų. Nuo birželio mėnesio čia gyvena ir kaišiadoriškė Onutė RUTKAUSKIENĖ.

Moteris kilusi iš Kaišiadorių, tačiau jaunystės laikais jai teko pagyventi ir pačiuose Prienuose. Nors jos gyvenimas, kaip ir daugelio to meto žmonių, nebuvo lengvas, tačiau Onutė iš praeities atgavina prisiminimus apie Prienus, miestą, anot jos, yra labai pasikeitęs, žinoma, į gerąją pusę. Su amžiumi pablogėjus sveikatai, moteris atsidūrė slaugoje Kaišiadoryse, tačiau ten sklido geras „gandas“ apie Prienuų globos namus, todėl Onutė labai norėjo čia patekti. Tiesa, garbaus amžiaus moteris svarsto, jog norą praleisti senatvę Prienuose galėjo paskatinti ne tik geri atsiliepimai, sklindantys po visą Lietuvą, bet ir nostalgija šiam kraštui.

Onutė jau beveik pusę metų gyvena Prienuų globos namuose ir, kaip pati teigia, čia ji yra laiminga. Pozityvumu trykštanti moteris patenkinta viskuo – ir sveikatos priežiūra, ir virtuve. Ypač ją žavi aplinka: šiuose Globos namuose viskas švaru, gražu, papuošta užimtumo specialistės Eugenijos rankomis. Vis dėlto jaukia aplinką kuria ne gražios sienos, o žmonės, todėl labiausiai gyvenimo džiaugiasi paprastu žmogišku ryšiu ir dėmesiu. Švelnios socialinių darbuotojų rankos glosto moters galvą, o žodžiai siela...



Naujųjų metų sutiktuvės (Onutė viduryje).



O. Rutkauskienė Oninių šventėje.

Moteris atvira širdim prisipažįsta, jog taip jaukia, kaip čia, švenčių tikruose savo namuose nebūtų sutikusi: „Čia ir kunigėlis buvo pasveikinti, ir direktorė plotkelę kartu su visais gyventojais laužė, ir stalai turtingi“, – pasakojo Globos namų gyventoja, pridurdami.

Žmonės jau spėjo ir pamiršti didžiųjų metų švenčių šurmulį ir vėl įsikurti į kasdienę rutiną, o šv. Kūčių vakaras Onutės atmintyje išliko dar ilgai. Moteris atvira širdim prisipažįsta, jog taip jaukia, kaip čia, švenčių tikruose savo namuose nebūtų sutikusi: „Čia ir kunigėlis buvo pasveikinti, ir direktorė plotkelę kartu su visais gyventojais laužė, ir stalai turtingi“, – pasakojo Globos namų gyventoja, pridurdami.

mis. Vis dėlto jaukia aplinką kuria ne gražios sienos, o žmonės, todėl labiausiai gyvenimo džiaugiasi paprastu žmogišku ryšiu ir dėmesiu. Švelnios socialinių darbuotojų rankos glosto moters galvą, o žodžiai siela...

Už atsidavimą savo darbui, nepaprastą rūpestį ir gerą širdį Onutė Rutkauskienė yra dėkinga visam Prienuų globos namų personalui. Jos teigimu, tai nepaprastai geros širdies žmonės, kurie šių namų gyventojus apgaubia neišblėstančia meile, šiluma ir leidžia pasijausti tarsi namuose. Nuoširdų ačiū Onutė sušypsena taria savo mergaitėms (taip jas ir vadina moteris): slaugytojų padėjėjoms Astai Česnynei, Vilei Voverienei, Romai Martinkienei, Dainorai Naujalienei, slaugytojai Laimutei Kandrotienei bei visam sveikatos priežiūros personalui (vadovė Jūratė Laučūnienė, pavaduotoja Dalia Matulienė), kasdien besirūpinančiam čia gyvenančių žmonių sveikata. O. Rutkauskienė taip pat dėkinga ir Buities skyriaus, kuriam vadovauja Nijolė Leonavičienė, darbuotojams, direktorei Ingai Barauskienei bei, žinoma, socialiniams darbuotojams (vadovė Dalė Šimukauskiene), kurie Onutei yra kur kas daugiau nei Globos namų personalas – tai tarsi jos šeima ir, kaip sakė pati O. Rutkauskienė: „Pas jas klausiu, kaip pas mamą ar sesę“.

Rimantė Jančiauskaitė

Didysis Prienuų turgus tęsia tradicijas nuo 1951!

Prienuų turgus – prekyvietė, pritraukianti itin daug gyventojų iš mūsų, Marijampolės, Kauno, Alytaus, Vilniaus, kitų miestų ir rajonų. Vieniems tai patogi vieta parduoti ir apsipirkti, kitiems – gyvenimo būdo dalis, laisvalaikio ritualas. Baigiantis 2019-iesiems, pakalbinau MB „Aroma Rex“ vadovą, turgaus savininką Rimvidą SKORUPSKĮ ir pasidomėjau, kaip sekėsi verslas, kokių planų turi ateičiai.

– Kokie buvo praėję metai versle? Kuo galite pasidžiaugti, galbūt kas nors ir nuliūdino?

– 2019 metai buvo pakankamai sėkmingi – suderinome turgavietės pertvarkymo projektus, pagal turgavietės pertvarkymo planą pastatėme naujus pastatus prekybai, jų plotas išaugo iki 1000 kv. m, ir tai tikrai ne pabaiga, užregistravome prekės ženklą „Didysis Prienuų turgus nuo 1951“. Teko paplušėti archyvuose – pagal seniausius rastus įrašus turgavietė šioje vietoje veikė nuo 1951 metų. Nuolat geriname aplinką pardavėjams ir pirkėjams. Todėl smagu, kad jų atvyksta ne tik iš Prienuų-Birštono krašto, bet ir iš Kauno ar dar toliau.

Malonu girdėti, kad mus žino – žino Prienuų-Birštono krašto gamintojus, augintojus, prekiautojus, o taip pat – ir Prienuų kraštą!

Smagu, kad pardavėjų ir pirkėjų daugėja, kad atsiranda daugiau

kraštiečių, gaminančių ar parduodančių geros kokybės prekes. Džiugu šių metų atradimas – „Tartoko daržovės“, mažas šeimos ūkis, kuris raugia ir konservuoja savo užaugintas daržoves.

Pagaliau vaduojamės iš perdėtų biurokratinių reikalavimų verslui pinklių – pvz., 2019 m. pabaigoje įsigaliojo supaprastinti reikalavimai „Mažais kiekiais gaminamo ir tiekiamo galutiniams vartotojams maisto tvarkymui (įskaitant gamybą namų ūkiui skirtose virtuvėse)“. Tai reiškia, kad artėjame prie Vakarų!

Gal todėl mes (MB „Aroma Rex“, – red.pastaba) – stipriausi Lietuvoje 2019! Šis sertifikatas suteikiamas finansiškai patikimoms Lietuvos įmonėms, pagrindžiantis gerą įmonės kredito istoriją. Įvertinimas atspindi gerą įmonės ekonominę būklę ir finansinius rezultatus, taip pat indėlių į Lietuvos ekonomikos plėtrą ir sąžiningą verslo kultūrą.



Dirbame su šūkiu „Prienuų turguje perki – savą kraštą Tu remi!“.

Kas liūdina? Turgus – didelė įmonė, dauguma vieni kitus gerai pažįsta. Yra prekeivių – tikrų veteranų. Liūdniausia, jei sužinai, kad jie jau niekada nebeatvažiuos... Nors kol kas tai retai nutinka.

– Kaip keičiasi turgaus asortimentas?

– Pagal metų laikus... Daržovės, pienas, sūriai, lašiniai, ruginė duona ir kiti skanumynai pirkėjams siūlomi visus metus. Norite apsirengti ar apsiauti – prekių rasite pagal sezoną. Gyvūnų turgavietėje įdomiausia rudeni – kokių tik paukščių, triušių ar kitų gyvūnelių nepamatysi! Labiausiai jais džiaugiasi mažieji pirkėjai, kuriuos už rankučių atsiveda mamos...

– Ar galite išskirti, kas perkama labiausiai?

– Turguje yra visko – maisto, rūbų, avalynės, įrankių ir dar galybė kitų gerų dalykų. Prie kai kurių prekeivių reikia laukti eilėje, ir 9 valandą ryto jie jau važiuoja namo... Prieniškių „Du Medu“ duona, sūriai, naminis pienas, daržovės, lašiniai, kiaušiniai, šakočiai, pyragai – viskas, kas skanu ir tikra, perkama labiausiai. O tokių gaminių tikrai daug, ir dėl to smagu – kartą paragavęs, negali sustoti! Pavyzdžiui, tikro pieno litras kainuoja 0,50 Eur, tai kodėl jo nepirkti? Ir skanu, ir kaina gera, ir savus ūkininkus remiame!

– Jūsų nuomone, ar svarbu turguje derėtis?

– Žinoma, kaipgi be derybų, turgus yra turgus – žmonės čia ateina ne tik apsipirkti, bet ir pabendrauti, susitikti draugus ar pažįstamus. Užsimezgus pokalbiui, ir derybos lengvesnės. Bet jei stovi eilėje – nėra kada derėtis, nebent pardavėjas geros nuotaikos! Nors mes tarpusavyje ir pajaukame: „rado vietą – turguje derėtis?!“ Tikrai nepiktai...

– Kokių naujųjų prekeiviams ir pirkėjams žadate šiais metais, kad turgus neprarastų traukos?

– Pirkėjų ir pardavėjų patogumui pradės veikti šaldytuvų-vitrinų pavidlonas.

– Turguje yra visko – maisto, rūbų, avalynės, įrankių ir dar galybė kitų gerų dalykų. Prie kai kurių prekeivių reikia laukti eilėje, ir 9 valandą ryto jie jau važiuoja namo... Prieniškių „Du Medu“ duona, sūriai, naminis pienas, daržovės, lašiniai, kiaušiniai, šakočiai, pyragai – viskas, kas skanu ir tikra, perkama labiausiai. O tokių gaminių tikrai daug, ir dėl to smagu – kartą paragavęs, negali sustoti! Pavyzdžiui, tikro pieno litras kainuoja 0,50 Eur, tai kodėl jo nepirkti? Ir skanu, ir kaina gera, ir savus ūkininkus remiame!

– Jūsų nuomone, ar svarbu turguje derėtis?

– Žinoma, kaipgi be derybų, turgus yra turgus – žmonės čia ateina ne tik apsipirkti, bet ir pabendrauti, susitikti draugus ar pažįstamus. Užsimezgus pokalbiui, ir derybos lengvesnės. Bet jei stovi eilėje – nėra kada derėtis, nebent pardavėjas geros nuotaikos! Nors mes tarpusavyje ir pajaukame: „rado vietą – turguje derėtis?!“ Tikrai nepiktai...

– Ko palinkėtume sau, prekiautojams bei pirkėjams?

– Linkėčiau, kad pirkėjai ir pardavėjai būtų patenkinti Didžiuoju Prienuų Turgumi! Sau... Prienuų-Birštono krašto laikraščiams – kad tiražai didėtų, veidai spindėtų, nes jų turgaus apžvalgos puikios ir reikalingos kraštiečiams!

– Ko palinkėtume sau, prekiautojams bei pirkėjams?

– Linkėčiau, kad pirkėjai ir pardavėjai būtų patenkinti Didžiuoju Prienuų Turgumi! Sau... Prienuų-Birštono krašto laikraščiams – kad tiražai didėtų, veidai spindėtų, nes jų turgaus apžvalgos puikios ir reikalingos kraštiečiams!

Kalbėjosi Palma Pugačiauskaitė



Birštono versmės

„Gyvenimas“
- laikraštis Jums
ir apie Jus!

Birštoniečiai paminėjo Sausio 13-ąją



Sausio 13-ąją Birštono savivaldybė prisijungė prie pilietinės akcijos „Atmintis gyva, nes liudija“ ir dešimčiai minučių languose įžiebė vienybės ir atminimo žvakeles. Savivaldybės darbuotojai prie atlapo segėjo neužmirštuolės žiedą, primenantį šios istorinės dienos svarbą. Po šv. Mišių šv. Antano Paduviečio bažnyčioje birštoniečiai rinkosi Birštono parapijos „Caritas“ bendruomenės namuose į filmo „Neužmiršti. Titas Masiulis“ peržiūrą. Sausio 13-osios aukų atminimas buvo pagerbtas tylos minute. Susirinkusieji dalijosi skaudžiausiomis mūsų tautos istorijos akimirkomis. Renginį vedė Birštono muziejaus direktorė **Vilijeta Šolomskienė**. Birštoniečius pasveikino ir padėkojo už dalyvavimą ginant Lietuvos laisvę Birštono savivaldybės mero pavaduotojas **Vytas Kederys**. Renginyje dalyvavo ne tik vyresniosios kartos atstovai, bet ir gimnazistai, NVO nariai, įstaigų vadovai ir atstovai, Karo prievolės ir komplektavimo kariai. Laisvės gynėjai buvo pagerbti Meno mokyklos moksleivių atliekamomis dainomis.



Sausio 13-osios rytą Nemajūnų dienos centro languose sužibo vienybės ir atminimo žvakutės.

Taip visi prisijungėme prie kasmetinės pilietinės akcijos „Atmintis gyva, nes liudija“, kurios tikslas – prisiminti 1991-ųjų sausio 13-osios dienos įvykius bei pagerbti žuvusius Lietuvos laisvės gynėjus. Šiai dienai paminėti su vaikais sukūrėme laisvės medį, ant medžio lapelių parašėme, kas mums yra laisvė. Džiaugiamės, jog Dienos centro darbuotojai ir svečiai galėjo prisijungti prie Sausio 13-osios dienos paminėjimo, pasidalindami savo prisiminimais. Tikimės, kad ši auganti karta bus vieninga, mylės Lietuvą ir didžiuosis būdami šios šalies piliečiais.

BĮ Nemajūnų dienos centro informacija



Fotografijų konkursas „Aš ir dviratis“

Birštono savivaldybės administracija, vykdydama projektą „Žaliųjų“ ir „mėlynujų“ kelių jungtys gamtos paveldo teritorijose“ Nr. LT-PL-3R-229, organizuoja fotografijų konkursą darnaus judumo tema „Aš ir dviratis“.

Konkurso tikslas – skatinti visuomenės fizinį aktyvumą ir sveiką gyvenimą bei naudoti dviratį kasdieniame gyvenime. Konkurse gali dalyvauti visi Birštono savivaldybės gyventojai ir svečiai.

Reikalavimai:

- konkursui teikiamos Birštono savivaldybės teritorijoje naudojamų dviračių įvairiose aplinkose nuotraukos, kurios turi būti autentiškos, negalima naudoti, siųsti kitų autorių darbų;
- prie kiekvienos siunčiamos nuotraukos nurodyti vardą, pavardę, amžių, telefono numerį, elektroninį paštą, nuotraukos pavadinimą;
- fotografijų bylos dydis neturi viršyti 30 MB, formatas – JPG (JPEG), raiška ne mažesnė kaip 300 dpi, ilgosios kraštinės ilgis – ne mažesnis kaip 2000 pikselių.

Vertinimo kriterijai:

- patrauklumas, originalumas ir kūrybiškumas;
- galimybė panaudoti informaciniams, metodiniams pavyzdžiams, informaciniams stendams, fotografijų parodoms, leidiniams.

Darbai vertinami šiose grupėse: mokiniai; suaugę dalyviai; dalyvių grupės (grupę gali sudaryti skirtingų amžiaus grupių nariai).

Darbai konkursui pateikiami iki 2020 m. gegužės 31 d. elektroniniu paštu egidijus.dargis@birstonas.lt. Papildoma informacija teikiama tel. (8 319) 56 836.

Geriausią darbų autorius bus apdovanoti atminimo dovanomis.

Parengta pagal Birštono savivaldybės informaciją

Birštono krašto žinios

Birštono gyventojų, gyvenančių buvusiam Birštono viensėdyje, prašymu, nuo š. m. sausio 15 d. autobusai, važiuojantys maršrutu Kaunas–Birštonas, tam tikromis valandomis važiuos ir iki Birštono seniūnijos (Birštono g. 14). Autobusas sustos pažymėtoje sustojimo vietoje, prie Birštono seniūnijos pastato. Sustojimo vietoje bus iškabintas ir autobusų važavimo grafikas. Šis 152-ojo maršruto trasos pakeitimas yra suderintas su partneriais – Prienų ir Kauno rajonų savivaldybių administracijomis, taip pat vežėju – UAB „Kautra“.

Autobusų grafikas:

Į Kauną nuo Birštono seniūnijos pastato:

6.25 val. ir 7.25 val.

Iš Kauno į Birštono seniūniją:

14.45 val. ir 17.30 val.

Atvykimas prie Birštono seniūnijos pastato:

16.00 val. ir 18.45 val.

Birštono savivaldybės informacija

Interviu vienu klausimu

Kuo Birštonas traukia žiemą?



Ugnė iš Kauno:

– Šiandieną su dukra Milita nutarėm išsimaudyti, todėl atvykom į „Tulpės“ baseiną. O vasarą taip pat dažnai lankomės Birštone, tik šiltu laiku daugiau renkames pramogas lauke.

Raimonda iš Aleksoto:

– Birštone yra ką veikti bet kuriuo metu laiku ir bet koku oru. O jeigu dar gauni dovanų kuponą pailsėti Vytauto SPA – nuostabu.

Alyra iš Birštono:

– Esu tokiam gyvenimo etape, kai leidžiu sau rytais mėgautis kava, vėliau apeiti savo mėgstamą ratą aplink Birštoną. Dabar sutikote krantinę, bet čia jau nežinau kelintame kilometre. Oras, manau, nėra jokia problema. Gerai, kad šiek tiek dulksna ar smulkiai lyja – labai gaivina veido odą, jaunina mane pačią. Į vakarą, kai noriu, lankau joga, einu į paskaitas, dalyvauju įvairiuose renginiuose. Tiesiog einu, nes sustoti – negalima. O Birštonas – pati nuostabiausia vieta Lietuvoje gyventi ir oriai ateiti į savo senatvę.



Virginija iš Jiezno, dvi Onutės iš Pieštuvėnų:

– Pailsėję „Birutės viloje“, dalyvausim Birštono bažnyčioje šv. Mišiose. Jeigu gyventume Birštone, kasdien vaikščiotume po pušyną, krantinę, Kneipo sode, koptume ant Vytauto kalno.

Kęstas iš Šiaulių:

– Pirmą kartą apskritai vaikštau po Birštoną. Grįžtu iš apžvalgos bokšto. Nuostabus jūsų kraštas. Atvykau atgauti jėgų į vieną iš sanatorijų. Dėkingas draugams, kad rekomendavo pasirinkti būtent Birštoną. O dėl metų laiko ar blogo oro visiems patariu nepergyventi, nes tai beprasmiška.

Dvi Rasos iš Prienų:

– Atvykome į Birštoną pasėdėti kavinėje.

Kalbino Palma Pugačiauskaitė

NEMOKAMOS KONSULTACIJOS!
Visos nekilnojamojo turto paslaugos – nuo įvertinimo iki sandorio pas notarą.

CAPITAL KAUNAS
Kaunas, Kaunakiemio g. 1

Jolita Gegužienė 8 674 31 976
Izaokas Gegužis 8 699 57 224
www.capital.lt



Tai, kas išaugina...

Projektą remia

SPAUDOS.
RADIO IR
TELEVIZIJOS
RĖMIMO
FONDAS

Ašmintos Krikščiūnų dinastija: tikroji patriotiškumo kaina

Baigiantis 2019-iesiems, Prienų krašto muziejuje, Birštono viešojoje bibliotekoje buvo pristatyta knyga „Jurgis Krikščiūnas - Rimvydas ir jo artimieji“ (sudarytoja Rita Pauliukaitienė). Pasakojimas apie garbingą iš Prienų rajono Ašmintos kaimo kilusią Krikščiūnų dinastiją, kurios didžiavyriai Lietuvą mylėjo darbais, o ne žodžiais, paskatino susimąstyti. Pirmiausia apie šeimą, joje puoselėjamas ir iš kartos į kartą perduodamas vertybes, kurių įtakoje gimsta atsakomybė ir įsipareigojimas savo Tėvynei. Apie Krikščiūnų giminės, kurios gyvenimas buvo glaudžiai susijęs su Lietuvos istorija nuo 19 a. pradžios iki 20 a. vidurio, narius, kurie auką dėl Tėvynės suprato, kaip aukojimąsi dėl savo gimtų namų, tėvų, kurie jai skyrė savo žinias, įgūdžius, atidavė netgi gyvybes.

Darbščių ūkininkų išauginta šviesuolių karta

Toks buvo tikrasis patriotiškumas, kuriuo degė tarpukario karta, tarp jų – ir knygoje aprašytos Ašmintos kaimo ūkininkų **Matas Krikščiūno** (1848–1934) ir **Agnė Cesekaitės – Krikščiūnienės** (1855–1930) atžalos.

Krikščiūnai patriotais išaugino visus aštuonis vaikus – penkis sūnus ir tris dukteris. Keturis sūnus – Matą, Antaną, Jurgį, Juozą – išleido į aukštuosius mokslus, 1918–1940 m. Lietuvos nepriklausomybės laikotarpiu jie inėse svarų indėlių, stiprindami Tėvynę. Dar vienas sūnus – Pranas, tapęs tėvų ūkio paveldėtoju, – teigijo pradinį išsilavinimą, tačiau buvo ne mažiau gabus, nei broliai. Savo ūkyje taikė įvairias naujoves, kurį laiką ėjo Prienų valsčiaus viršaičio pareigas. Dėl to, kad nelavino dukterų – Agnės, Onos ir Ievos, tėvas vėliau galėjosi. Visgi visko, kas geriausia, savo atžaloms linkėjo tėvai negalėjo numatyti, kaip tragiškai susiklostys jų vaikų ir vaikaičių likimai sovietų okupacijos metu: vieni pasitraukė į priverstinę emigraciją, kiti buvo ištremti ir lageriuose mirė, dar kiti žuvo laisvės kovose.

Vienas iš šeimos sūnų **Matas Krikščiūnas** (1886-1964) mokėsi Marijampolės gimnazijoje, Peterburgo universiteto Fizikos-matematikos fakultete studijavo matematiką, fiziką ir astronomiją. Mokytojavo Rusijoje, Marijampolėje, vėliau buvo Biržų, Vilkaviškio, Kauno, Jurbarko gimnazijų direktoriumi, aktyviai reikšėsi su profesine veikla susijusiose draugijose, vadovavo Lietuvos matematikos ir fizikos mokytojų draugijai, skaitė pranešimus, rašė įvairiuose žurnaluose pedagoginiais klausimais, kartu su bendraautorais parengė fizikos vadovėlių gimnazijoms. Antrojo pasaulinio karo metais dirbo Švietimo vadybos pedagoginio departamento inspektoriumi, direktoriumi, Vilniaus pedagoginio instituto dėstytoju. Po karo išvyko į Jungtines Amerikos Valstijas, kur toliau aktyviai rūpinosi lietuviškuoju švietimu.

Kitas iš Krikščiūnų – pulkininkas, karo topografas, geodezijos inžinierius, mokslų daktaras, vadovėlių autorius, Kauno aukštesniosios technikos mokyklos direktorius, Karo akademijos, VDU dėstytojas **Antanas Krikščiūnas** (1891–1942 m.) ėjo Krašto apsaugos ministerijos štabo Karo – Topografinio skyriaus viršininko pareigas, už nuopelnus apdovanotas keliais valstybiniais apdovanojimais. Įdomu tai, kad jam teko dalyvauti Užsienio reikalų komisijų sudėtyje, paženklinant Lietuvos valstybės sienas su Latvija,

derantis su vokiečiais dėl prie Lietuvos prijungto Klaipėdos krašto sienos ir demarkuojant ją. Kai 1939 m. Sovietų Sąjunga užpuolė Lenkiją ir grąžino Vilniaus kraštą Lietuvai, jis vadovavo sienos demarkavimo darbams. A.Krikščiūnas mirė vokiečių okupacijos metu Kaune.

Jo brolio profesoriaus **Jurgio Krikščiūno** (1894-1947) gyvenimas laikomas pasišventimo tarnauti Lietuvai pavyzdžiu. Šis mokslininkas daug nuveikė dėl nepriklausomos Lietuvos žemės ūkio. Zymus agronomas ir ekonomistas vienas pirmųjų Lietuvoje pradėjo gamybinius lauko bandymus, dviejose vyriausybėse ėjo žemės ūkio ministro (1926 ir 1939 m.) pareigas, teikė pasiūlymus, kaip tęsti žemės reformą. Buvo vienas iš Žemės ūkio rūmų steigėjų bei jo padalinio – Lietuvos žemės ūkio tyrimo įstaigos – valdytojas (1927-1939), bandymų stočių tinklo Lietuvoje kūrėjas, Žemės ūkio akademijos Dotnuvoje profesorius (1938), cukrinių runkelių ir linų auginimo šalyje propaguotojas, aktyvus kooperacinių organizacijų vadovas, ilgametis Lietuvos agronomų sąjungos pirmininkas ir žurnalo „Žemės ūkis“ redaktorius. Jo plunksnai priklauso ir 40 populiarių knygelių apie žemdirbystę, augalininkystę, sodininkystę, daržininkystę, gyvulininkystę, kooperatyvų steigimą ir kt. Jis išleido penkių tomų veikalą „Žemės ūkio vadovas“, įsteigė kooperatyvų sąjungą „Linas“. 1944 m. pasitraukęs į Vakarų, profesoriaus Baltijos universitete Hamburge. Dėl to garbus mokslininkas sovietinio laikotarpio enciklopediniuose leidiniuose buvo įvardijamas kaip buržuazinis nacionalistas. Profesorius buvo daugiau kaip 900 publikacijų autorius ar bendraautorius, jis parašytas daugiau kaip 300 spaudinių, nors gyveno vos 53 metus.

Nemažai vertingos medžiagos apie prof. J.Krikščiūną sukauptė buvusi Prienų krašto muziejaus direktorė šviesios atminties A.Aleknavičienė. Mažiau žinomas faktas – vokiečių okupacijos metais Jurgis Krikščiūnas su žmona Ona savo namuose priglaudė tapytoją žydaite Idą Galantaite, už šį humanistinį poelgį Krikščiūnai po mirties 1998 m. Prezidento V.Adamkaus dekretu buvo apdovanoti Žuvancijųų gelbėjimo kryžiumi.

Kitų dviejų brolių Krikščiūnų likimas susiklostė tragiškai – jie mirė tremtyje. Apie juos išlikę mažiausiai informacijos. **Juozas Krikščiūnas** (1896-1943 m.) baigė Lietuvos universitetą ir tapo teisininku, dirbo Marijampolėje teismo teisėju, Kauno apygardos teismo prokuroru. 1941 m. buvo išvežtas į Sibirą, kur Krasnojarsko Rešiotų lageryje



Jurgis Krikščiūnas-Rimvydas. Iš Prienų krašto muziejaus fondų.

mirė nuo bado. Toks trumpas ir tragiškas buvo šio daug žadančio teisininko gyvenimas.

Brolis **Pranas Krikščiūnas**, ramiai ūkininkavęs tėviškėje, Ašmintos kaime, buvo suimtas 1946 m. ir išvežtas į Archangelsko srities lagerį Velske ir po metų ten mirė. Sužinojus apie vyro mirtį, jo žmoną Antaniną ištiko širdies smūgis. Kaimo senbuviai dar mena buvę jos laidotuvsė.

Abu Prano sūnūs, Tauro apygardos Birutės rinktinės partizanai, 1947 m. buvo suimti. **Jurgis-Mažiukas** 1948 m. nukankintas kalėjime Lietuvoje, **Vytautas-Mikas** daugelį metų praleido Sibire. Po dešimtmečių, jau nepriklausomoje Lietuvoje, jis atsiėmė tėviškę, tačiau joje ilgai negyveno, dabar joje kuriasi kiti žmonės.

Buvo represuotos ir ūkininkavusios Prano bei Antaninos Krikščiūnų dukterų šeimos. Pirmiausia 1941 m. buvo išvežta **Onos Krikščiūnaitės-Kašubienės** dukra **Antanina Mitrulevičienė** su šešerių metų dukrele **Liuda**, 1949 m. tremties neišvengė ir Ona Kašubienė bei jos sūnus **Kazimieras** – abu jie tremtyje mirė. **Ieva Krikščiūnaitė-Banionienė**, kurios namuose, esančiuose netoli nuo gimtos sodybos, buvo atidaryta pirmoji pradžios mokykla Ašmintoje, pirmiausia neteko sūnaus partizano **Kazimiero Banionio-Klajūno**, patekusio į stribų pasala 1945 m. rugpjūčio 15 d. netoli Prienų, Mačiūnų kaime. Po to buvo suimtas vyras **Juozas Banionis**, kuris kalėjime žuvo. Ieva su dukromis buvo išvežtos, bet iš tremties sugrįžo.

Agnė Krikščiūnaitė-Šapalienė su dukra **Marija** bei sūnumi **Antanu** tremtyje praleido dešimt metų.

Partizanas Rimvydas – paaukojęs save dėl Tėvynės

Žinomiausias iš Krikščiūnų dinastijos slauto pasipriešinimo prieš sovietus dalyvis – **Jurgis Krikščiūnas-Rimvydas** (1919-1949 m.), pulkininko Antano Krikščiūno sūnus. 1940 m. A.Smetonos karo mokykloje įgijo atsargos leitenanto kvalifikaciją, tačiau karinis laipsnis tų metų kariūnų laidai nebuvo suteiktas, nes sovietiniai pareigūnai juos išleido į atsargą. Tais pat metais Jurgis įstojo į Vytauto Didžiojo universitetą studijuoti geodezijos, tačiau studijų nebaigė, vokiečių oku-



Birštono viešosios bibliotekos direktorė A.Jaskūnienė dėkoja knygos sudarytojai R.Pauliukaitienei ir recenzentui prof. habil. dr. A. Ažubaliui. Autorės nuotrauka.

pacinei valdžiai uždarius šią aukštąją mokyklą.

Pirmosios sovietų okupacijos laikotarpiu J.Krikščiūnas priklausė pagrindinei jaunimo organizacijai, o prasidėjus Antrojo pasaulinio karo veiksmams, aktyviai dalyvavo Birželio sukilime, kartu su Panemunės jaunuolių grupe nuginklavo priešlėktuvines apsaugos sandėlių sargybinius ir atkirto galimybę besitraukiančiai sovietų kariuomenei brautis į Kauną.

Jo pasiryžimą kovoti prieš bolševikus dar labiau sustvirtino 1941 m. masiniai trėmimai, kurių metu buvo išvežtas mylimas dėdė, teisininkas Juozas Krikščiūnas. Anksčiau miręs tėvi, Jurgis tapo atsakingas už motiną ir seseris, pradėjo dirbti, o 1944 m. paskui savo šeimą bandė pasitraukti į Vakarų. Netoli Šiaulių jis buvo areštuotas, išlaikytas kalėjime devynis mėnesius, ir nesudarius bylos, užverbuotas, po to paleistas. Visgi, nenorėdamas tapti išdaviku, jis pasirinko partizano kelią. 1945 m. jis pradėjo partizanauti Balbieriškio – Naujosios Ūtos apylinkėse, kur gyveno jo teta ir pusbroliai. Tapo Tauro apygardos Džukų rinktinės Lietuvos kunikaikščio Vaidoto grupės nariu, vėliau – būrio ir kuopos vadu. Buvo paskirtas Dainavos apygardos žvalgybos skyriaus bei štabo organizacinio skyriaus viršininku.

Tapęs partizanu, Jurgis pasirinko Rimvydo slapyvardį – tokiu vardu buvo pakrikštytas mylimas jo sesers Aldonos sūnus.

1947 m. gegužės viduryje Jurgis Krikščiūnas-Rimvydas kartu su Juozu Lukša-Skirmantu, lydimi Tauro apygardos Vytauto rinktinės partizanų, kirto sieną su Lenkija ir susitiko su Vakarų atstovu, kuriam perdavė medžiagą apie padėtį sovietų Lietuvoje.

1949 m. balandžio mėn. Jurgis Krikščiūnas-Rimvydas dar kartą perėjo sieną, siekdamas informuoti Vakarų apie Vyrųsiosios partizanų vadovybės sukūrimą (LLKS). Sieną pasisekė pereiti tik trečiąkart, pasienyje žuvo šeši partizanai. Peršiveržimo metu buvo sužeistas ir Rimvydas. Surinkta medžiaga buvo atgabenta į Lenkiją ir išsiųsta į Varšuvą, bet adresato nepasiekė, todėl Rimvydas ją atkūrė iš atminties ir iš Lenkijos sėkmingai persiuntė J.Lukšai į Prancūziją. Tai buvo pirmos objektyvios ir išsamios žinios iš okupuotos Lietuvos, pasiekusios laisvąjį pasaulį.

Rimvydas buvo sekamas ir žuvo 1949 m. gruodžio 15 d. Šlynaikiemyje (Lenkija) kartu su savo adjutantu Vytautu Prabuliu-Zaibu. 1949 m. vasario 16 d. Lietuvos laisvės kovos sąjūdžio vadai Jurgiui Krikščiūnui-Rimvydai suteikė partizanų kapitono laipsnį, o 1950 m. jis apdovanotas Laisvės kovos kryžiumi. J.Krikščiūnas-Rimvydas tapo vienu iš aštuonių partizanų, kuriems buvo suteiktas Laisvės kovos karžygio garbės vardas. Partizanas po mirties už nuopelnus buvo apdovanotas ir Lietuvai atkūrus nepriklausomybę.



Saugo atminimą apie iškiliausius giminės atstovus

1999 m. Prienų krašto muziejuje buvo įrengta ekspozicija (atnaujinta 2019 m.), o ant muziejaus fasado atidengta partizano Rimvydo atminimui skirta paminklinė lenta.

Praėjusių metų pabaigoje, minint Jurgio Krikščiūno 100-ąsias gimimo ir 70-ąsias žūties metines, Lenkijoje ir įvairiuose Lietuvos miestuose vyko atminties renginiai. Buvo pristatyta Punsko „Aušros“ leidykloje išleista knyga „Jurgis Krikščiūnas-Rimvydas ir jo artimieji“, aukojamos šv. Mišios, rodomas meninis-dokumentinis filmas apie Šlynaikiemyje žuvusius Lietuvos partizanus Jurgį Krikščiūną-Rimvydą ir Vytautą Prabulį-Zaibą „Baladė apie Rimvydą ir Zaibą“. Lietuvos partizanai buvo pagerbti Suvalkų kapinėse, kur vietos lietuviai pastatė jiems simbolinį kapą.

Birštono bibliotekoje gruodį vykusiame knygos „Jurgis Krikščiūnas-Rimvydas ir jo artimieji“ pristatyme jos sudarytoja Rita Pauliukaitienė pasakojo apie šį partizaną išgirdusį dar vaikystėje, nes jos patėvis Vincas Grigonis partizanavo kartu su J. Krikščiūnu. Galbūt todėl, knygos recenzento prof. habil. dr. Algirdo Ažubalio teigimu, knyga sudaryta itin kruopščiai – į ją surinkta beveik visa šiuo metu prieinama literatūra apie iškiliausius Krikščiūnus: ištraukos iš įvairių knygų, atskirų autorių straipsniai, muziejinė medžiaga, atsiminimai. Medžiaga papildyta R.Pauliukaitienės pastabomis ir komentarais. Todėl vienos, iš Ašmintos kaimo kilusios giminės, narių likimai knygoje atskleidžia iš įvairių šaltinių.

Prienų senosiose kapinėse, prie pat tako, stovi Krikščiūnų šeimos paminklas. Čia palaidoti Ašmintos ūkininkai šviesuoliai Matas ir Agnė Krikščiūnai, kurie išleido į gyvenimą didelius Lietuvos patriotus, ir jų marti Antanina. Antkapyje įrašyti ir tie šeimos nariai, kurių palaidojimo vietos nežinomos ar mirė užsienyje. Tai – sūnūs Jurgis ir Matas, mirę Hamburge ir Cikagoje, Juozas ir Pranas, amžinojo poilsio likę lageriuose, taip pat vaikaičiai, nepagailėję savęs ir paaukoję savo gyvybes ant Tėvynės laisvės aukuro, tai – Prano sūnus partizanas Jurgis-Mažiukas, miręs Kauno kalėjime, ir Antano sūnus, Lietuvos partizanas, ryšininkas su laisvoju pasauliu Jurgis-Rimvydas, žuvęs netoli Punsko.

Parengė Dalė Lazauskienė



Fotografijos iš knygos „Jurgis Krikščiūnas - Rimvydas ir jo artimieji“. Krikščiūnų tėviškė Ašmintoje šiandien. Agnė Krikščiūnienė ir jos sūnūs: Matas, Antanas, Pranas, Jurgis ir Juozas. Iš Prienų krašto muziejaus fondų.



„Tele2“ skelbia išpardavimą: išmanieji iki 220 Eur pigiau, planšetės – tik nuo 1 Eur

Kaip ir kasmet, „Tele2“ naujus kalendorinius metus pradeda su puikiais išpardavimo pasiūlymais. Šįkart jie skirti telefonams ir planšetingiems kompiuteriams – dabar juos operatoriaus salonuose bei internetinėje parduotuvėje www.tele2.lt įsigyti galima ypač patraukliomis sąlygomis.

„Metų pradžia tradiciškai reiškia nuolaidas bei išpardavimus. Todėl norintiems sutaupyti ir atsinaujinti išmanųjį arba planšetę – dabar pats metas pradėti dairytis šių įrenginių, nes daugeliui jų paruošėme itin gerų pasiūlymų“, – sakė Petras Masiulis, „Tele2“ generalinis direktorius.

Nuolaidos išmaniesiems – ir su planu, ir mokant iškart

Šiuo metu naują išmanųjį įsigyti „Tele2“ salone ar internetinėje svetainėje itin verta – sutaupyti galima net iki 220 Eur, o nuolaidos galioja ir sudarant 24 mėn. sutartį su bet kuriuo operatoriaus mokėjimo planu, skelbiamu www.tele2.lt, ir perkant telefonus be sutarties ir mokant visą sumą iš karto.

Išpardavimu pasinaudoti ypač turėtų skubėti „Huawei“ išmaniųjų gerbėjai. Svajojantys apie „P30 Pro“ modelį dabar ši itin lengva, vos 165 gramus sveriantį, ryškių spalvų išmanųjį su 128 GB vidine atmintine įsigyti gali 220 Eur pigiau (palyginamoji šių telefonų kaina buvo taikyta 2019 10 10 – 2019 11 11).

Sutaupys ir pasiūlymo laikotarpiu įsigysiantys išmanųjį „Huawei P Smart 2019“. Jį rinktis verta ieškantiems kompaktiškesnio bei lengvesnio modelio. Jis ne tik lengvai susidoros su visomis kasdienėmis užduotimis, bet ir nustebins sa-



vo intuityvumu, ryškumu bei itin kokybiška kamera.

Gamintojo „Xiaomi“ modeliui „Redmi 8T“ su 64 GB atmintine – pasiūlymas taip pat paruoštas. Šį keturguba galine kamera papildytą, išskirtinio dizaino telefoną šiuo metu galima įsigyti už dar žemesnę kainą. Taip pat bateriją ir „Snapdragon 655“ procesorių turintis išmanusis ypač tiks ieškantiems galingo bei užduotis greitai vykdančio telefono.

„Tele2“ pasiūlymai sudominti turėtų ir „Samsung“ gerbėjus. Šiuo metu itin geromis sąlygomis galima įsigyti vos praėjusiais metais pristatytą išskirtinės kokybės flagmaną „Galaxy S10“ su 128 GB atmintine ir triguba kamera. Tuo tarpu ieškantiems ekonominės klasės telefono verta rinktis stilingą ir universalią modelį „Galaxy A40“.

Gerų naujienų paruošta ir „Apple“ telefonų fanams – išpardavime dalyvauja net keturi šio gamintojo modeliai. Vienas tokių – ypač ryškų, 5,8 colio įstrižainės „Super Retina“ ekraną ir prabangaus dizaino plieninį korpusą turintis „iPhone XS“. Pasiūlymai paruošti ir norintiems įsigyti spalvingąjį „iPhone Xr“ bei daugelio jau pamėgtus „iPhone 7“ arba „iPhone 8“ išmaniųjų modelių.

Tai dar ne viskas – išpardavime dalyvauja ir daugiau išmaniųjų mo-

delių. Apie visus juos, taip pat nuolaidų sąlygas, mokesčius ir taisykles daugiau sužinosite www.tele2.lt. „Tele2“ salonuose ar paskambinus 117.

Telefonams papildomai taikomas vienkartinis laikmenos mokesčiai. Akcijos laikas bei įrenginių kiekis – riboti.

Kartu su „Tele2 Laisvu internetu“ – planšetės tik nuo 1 Eur

Staigmenų paruošta ir daugiau. Svajojantiems apie naują planšetę ilgai laukti taip pat neverta – šiuo metu jų kainos „Tele2“ salonuose ir internetinėje parduotuvėje prasideda tik nuo 1 Eur!

Rinktis tikrai yra iš ko – viliojantys pasiūlymai paruošti įvairiems „Apple“, „Samsung“ ir „Huawei“ gamintojų planšėčių modeliams.

Pasiūlymai galioja planšetinius kompiuterius įsigyjant kartu su „Tele2 Laisvo interneto“ planu su neribotais GB (už 17,90 Eur/mėn.), taip pat modemu (pradinė įmoka – 1 Eur, mėnesinė įmoka – 2 Eur/mėn.) ir sudarant 24 mėn. sutartį.

Planšetėms papildomai taikomas vienkartinis laikmenos mokesčiai. Apie visus pasiūlyme dalyvaujančių planšetinių kompiuterių modelių, nuolaidų sąlygas, mokesčius ir taisykles sužinosite www.tele2.lt. „Tele2“ salonuose ar paskambinus 117. Akcijos laikas bei įrenginių kiekis – riboti.

SIŪLO DARBĄ

[monei reikalingi: elektrikas, turintis darbo patirties dirbant su automatika, sunkvežimio vairuotojas ir pagalbinis darbininkas. Tel. 8 698 46 063, el.paštas: strielciulentpjuve@gmail.com.

Siūlome darbą sodo-daržo prižiūrėtojui (-ai) 5 km už Birštono. Atlyginimas nuo 4 Eur/val. Darbas laisvu grafiku. Teirautis tel. +370 614 14 714.

Ieškome sąžiningos, atsakingos, paslaugios moters prižiūrėti garbaus amžiaus vaikstantį žmogų, paruošti valgį, padėti buityje. Tel. 8 605 56 339.

ĮVAIRŪS



PIGIAUSIOS PASKOLOS IR REFINANSAVIMAS! * Paskolos nuo 100 eurų iki 10000 eurų, laikotarpiu nuo 2 mėn. iki 48 mėn.; * Paskolų ir kt. skolų refinansavimas (antstoliai, „Gergel“, „Gelvora“, „Bitė“ ir kt.); * Galimybė pasiskolinti papildomai, mažos palūkanos. P.vz., pasiskolinkite 100 eurų ir per 3 mėn. grąžinkite tik 110 eurų. Teirautis tel. 8 601 50 935, Ričiardas.

Gerb. žemės sklypo, unikalus Nr. 4400-2018-7911, kurio bendras plotas – 0,8500 ha, adresas: Veiverių k., Veiverių sen., Prienų r. sav., (toliau – Žemės sklypo) bendratūčiai, mirusių: Prano Tūtlio, Vladislavo Tūtlio, Rutos Angelės Zepčiukienės įpėdiniai, pranešu Jums, kad aš, šio Žemės sklypo bendratūrtė Aušra Babenskienė, ketinu parduoti man asmeninės nuosavybės teise priklausančią 4250/8500 dalį Žemės sklypo, kurio bendras plotas 0,8500 ha, unikalus Nr. 4400-2018-7911, adresas: Veiverių k., Veiverių sen., Prienų r. sav., (toliau – Žemės sklypo dalis) už 470 Eur (keturis šimtus septyniasdešimt Eur) kainą. Prašau ne vėliau, kaip per vieną mėnesį nuo šio pranešimo viešo paskelbimo dienos, pareikšti man arba Prienų rajono 3-iajam notaro biurui, adresu: J.Brunzų g. 3-2, Prienai, savo norą ar atsisakymą pirkti aukščiau nurodytą Žemės sklypo dalį. Jeigu per nurodytą terminą neatsakysite, laikysiu, kad nenorite pasinaudoti pirmumo teise ir Žemės sklypo dalis bus parduota kitiems asmenims.



KADASTRINĖ KOMEDIJA APIE TVORĄ



KAIMYNAI

VASARIO 8 D. 19:00
BIRŠTONO KULTŪROS CENTRAS

Komedija „(Ne)ištikimybės spąstai“ Birštone

„Kitoks teatras“ sausio 18 d. 19 val. Birštono kultūros centre pristato efektingą komedią „(Ne)ištikimybės spąstai“, kurios klastų labirintai stebins ties kiekvienu posūkiu: pinklės čia spendžiamos taip įnirtingai ir meistriskai, kad galiausiai pranoksta pačius melavimo guru.

Klampaus melo katilas užverda didmiesčio bute. Į prabangių apartamentų šeimininkės pinkles patenka susirgusio kolegos atvykęs pakeisti meistras. Jis net nenutuokia, kur įšivėlė! Palaipsniui ir pati buto šeimininkė patenka į nelauktos viešnios, netikėtai išdygusius tarpduryje, spąstus. Atėjusi ponija grąsina atskleidžianti daug nemalonių faktų apie šeimininkę. Netikėtai užviręs ginčas perauga į melavimo čempionatą, kuriame dėl pirmosios vietos varžomasi be skrupulų.

Kokias intriguojančias staigmenas meistras spontaniškai paruos abiems ponios? Kas privers išsvirti iš koto? Ar melo kojos tikrai trumpos, o ką, jei jis su aukštakulniais? Sužinosite apsilankę naujausioje „Kitokio teatro“ komedijoje „(Ne)ištikimybės spąstai“, kupinoje netikėtumų, nelauktų siužeto virąų ir galiausiai nokautuojančioje veikėjų-meluojujų virtuozišku.



Dėmesio: komedija galima sukelti nevaldomus juoko priepuolius!
Režisierius – Ričiardas Vitkaitis
Įvaizdis – Eglė Krasnovė
Vaidina – Aušra Štukytė, Vitalija Mockevičiūtė ir Ramūnas Šimukauskas – žiūrovams gerai atpažįstami iš TV laidos „Dviračio šou“ personažų, televizijos serialų, filmų ir teatro projektu.
Spektaklio trukmė – 1 val. 30 min. N- 16
Bilietus platina www.bilietai.lt

PR VTEK: visuomenei – daugiau galimybių kontroliuoti viešojo sektoriaus sprendimų skaidrumą

Visuomenei atsirado daugiau galimybių stebėti, ar viešojo sektoriaus atstovai tinkamai derina viešuosius ir privačius interesus, ir kontroliuoti jų priimamų sprendimų skaidrumą. Nuo šių metų visų privačius interesus deklaruojančių asmenų aktualios deklaracijos tapo viešos – ne tik politikų, teisėjų, pareigūnų ir kitų aukštas pareigas einančių asmenų, kaip buvo iki šiol. Tai įtvirtino sausį įsigaliojęs naujos redakcijos Viešųjų ir privačių interesų derinimo įstatymas (VPIDĮ). Pateiktas deklaracijas galima peržiūrėti Vyriausiosios tarnybinės etikos komisijos (VTEK) tinklalapyje adresu www.vtek.lt/deklaraciju-paieska.

Iki šiol įstatyme buvo įvardytas konkretus sąrašas viešojo sektoriaus pareigybių, kurias einančių asmenų privačių interesų deklaracijų duomenys buvo viešinami. Šie asmenys sudarė apie 40 proc. visų deklaruojančių pareigūnų turinčių asmenų. Šiuo metu išimtis, kai deklaracija neviešinama, taikoma tik vykdantiems žvalgybą, kontržvalgybą, kriminalinę žvalgybą arba asmenims, kurių duomenys įslaptinti pagal įstatymus.

Naujuoju VPIDĮ siekiama sudaryti sąlygas atskleisti deklaru-

jančių asmenų privačius interesus, užtikrinti, kad priimant sprendimus pirmenybė būtų teikiama viešiesiems interesams, ir užkirsti kelią kilti interesų konfliktams bei plisti korupcijai.

Privatūs interesai Lietuvoje deklaruojami nuo 2000 m. Prieš septynerius metus buvo įdiegtas elektroninis privačių interesų deklaravimas.

Daugiau informacijos apie naująjį privačių interesų deklaravimą – www.vtek.lt

Pagal VTEK informaciją

„Gyvenimo“ redakcijoje priimami skelbimai ir į Alytaus, Marijampolės ir Vilkaviškio miestų ir rajonų laikraščius.

Alytaus
Naujienos

Santaka

suvaikietis

Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

Psichologas: kaip pradėti naujus metus atsikračius blogų įpročių

Naujų metų pradžia – pats geriausias laikas įsivertinti senus įpročius ir atsikratyti blogųjų. Psichologas Olegas LAPINAS teigia, jog norint tą padaryti pirmiausia reikia suprasti, kodėl griebiamės tam tikro įpročio, o jei šis elgesys pradeda labai kenkti mums patiems ar artimiesiems, kreiptis pagalbos į specialistus.

Ateina kaip draugai, pasilieka – kaip priešai

Pasak O. Lapino, psichologai vengia blogo įpročio sąvokos, nes tai, ar įprotis yra vertinamas kaip blogas, priklauso nuo asmeninio kiekvieno įsitikinimo. Tad blogais įpročiais gali būti laikomi įvairiausi dalykai: nagų kramtymas, besaikiškas alkoholio ar narkotikų vartojimas, persivalgyimas, azartiniai lošimai, „sėdėjimas“ socialiniuose tinkluose ar beldimas pirštais į stalą.

„Neretai pacientai kreipiasi dėl menkos savivertės, kurią ir formuoja blogi įpročiai. Psichologų darbas yra padėti priimti save, sumažinti kaltės jausmą, pagelbėti surasti objektyvų bei sąmoningą požiūrį į tai, kas yra daroma. Nes blogi įpročiai yra pasikartojantys veiksmai, kylantys iš vidinio diskomforto. Pavyzdžiui, jei yra neramu, tuomet gali pasirodyti, kad nagų kramtymas suteikia ramybės. Į šį veiksmą iš pradžių žiūrima kaip į netikėtą išsigelbėjimą. Jis savivertės neliečia, nesukelia vidinės graužaties. Tačiau po kurio laiko imama pastebėti, kad toks veiksmas tampa savitikslu. Nekramtant nagų, jaučiama nesuprantama įtampa, nerimas“, – apie blogų įpročių susiformavimą kalba psichologas.

O. Lapinas pastebi, kad gimęs gana nekaltai, po truputį kiekvienas žalingas veiksmas tampa asmeniniu šeiminiu, ima užvaldyti, o galimybė jį kontroliuoti – mažėja. Taip pradeda svyruoti savivertė: nors teigiame, kad esame stiprūs, viską kontroliuojame, bet, galų gale, pastebime – savęs apgauti nebepavyksta.

„Ir visa tai baigiasi, pavyzdžiui, besaikiu ir reguliaru alkoholio vartojimo, rūkymo, nekontroliuojamo kavos gėrimo. Staiga, nėra cigaretės – imame blaškytis, tampa neramu. Pradedate suprasti, kad būtina padaryti tai, kas tapo įpročiu. Taip gali pradėti formotis savęs nuvertinimas, prie kurio prisideda ir aplinkiniai, ragindami liautis kramtyti nagus, tuoj pat numesti svorio. Tada, kai veiksmas, pradžioje atrodęs geras ir mielas, sulaukia priešingos aplinkos reakcijos, tampame silpni“, – pasakoja O. Lapinas.

Kelias sunkus, bet įveikiamas

Pasak psichologo, blogi įpročiai – natūrali mūsų elgesio dalis, kuriai pasipriešinti dar niekam nepavyko. Pašnekovas tvirtina – kova naudos neduoda, nes įpročiai linkę atsinaujinti. Todėl pirmiausia reikėtų suprasti, kodėl renkamės blogus įpročius ir ką tai mums duoda, o tada po truputį juos keisti. Puikus laikas tam – naujų metų pradžia, kuomet ir aplinka, ir kiti žmonės motyvuoja keistis ir tapti geresniais.

„Visi pastebime, kad atsikračiusieji blogų įpročių – tiesiog švyti. Pradeda sportuoti, atsiranda nauji santykiai, kuriamos šeimos. Kai išsilaiksiname iš blogų įpročių, randame tai, ką būtent jte turėjo duoti“, – komentuoja psichologas.

Paklaustas, ar lengva pastebėti, kodėl pasirinkome vienokią ar kitokią blogą įprotį, ir ką juo kompensuojame, O. Lapinas nuramina – tai padaryti įmanoma.

„Kai matome, kad esame valdomi, o neatlikdami tam tikro veiksmo, nesijaučiame gerai, vadinasi, įprotis jau tapo mūsų dalimi. Jis tampa būtiniu, be jo kyla irzlumas, stresas. Geras sprendimas – stebėti, kada blogo įpročio nereikia, prisiminti, ką tuo metu veikėme, kai jo nesigriebėme. Taip suprasime, kokia veikla ar santykis padėjo pasimiršti“, – sako pašnekovas.

Vis dėlto psichologas atviras – jei įprotis išties žalingas, ypatingai kenkia sau bei aplinkiniams, jo atsikratymo kelias yra ilgas ir vingiuotas.

„Tai padaryti gali būti sunku. Jei blogų įpročių būtų lengva atsikratyti, jų taip nevadintume. Tačiau padėti gali profesionalai, užsiimantys priklausomybių gydymu, įvairios programos, palaiškymo bei bendraminčių grupės, net šamaniniai ar religiniai užsiėmimai“, – mano O. Lapinas.

Parengta pagal pranešimą

Programa „Sveika širdis – laimingas gyvenimas“ Birštono pirminės sveikatos priežiūros centre

Kas antras Lietuvos gyventojas miršta nuo širdies ir kraujagyslių ligų. Dauguma sergančiųjų, deja, palieka šį pasaulį gerokai per anksti. Tam, kad mirčių skaičius sumažėtų, ypač svarbu vykdyti prevenciją.

2020 m. sausio 9 d. Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras, bendradarbiaudamas su Birštono pirminės sveikatos priežiūros centru, pradėjo vykdyti savanorišką ir nemokamą programą „Sveika širdis – laimingas gyvenimas“. Tai – šviečiamoji-mokomoji programa, padedanti žmonėms gyventi sveikiau.

Programoje dalyvauja 12 žmonių, kuriems vedami užsiėmimai su šeimos gydytoju, mitybos specialistu, kineziterapeutu, psichologu. Programos metu dalyviai bus supažindinami su:

- širdies ir kraujagyslių ligų bei cukrinio diabeto rizikos veiksnius, jų korekcijos ir prevencijos galimybes;
- sveikos mitybos reikšmę (mitybos rekomendacijos, praktiniai patarimai);



• fizinio aktyvumo reikšmę (individualios konsultacijos);

• streso neigiamą įtaką – streso valdymo metodikomis.

Dėkojame šeimos gydytojai **Auksei Domeikienei** už skirtą laiką konsultacijoms ir praturintas žinias, VšĮ Birštono pirminės

sveikatos priežiūros centro direktoriui, darbuotojams ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistei **Genovaitai Daškevičienei** už pagalbą pirmojo užsiėmimo metu.

Visuomenės sveikatos stiprinimo specialistės Ingridos Mieliauskaitės informacija

Česnakų sezonas

Ar žiema ir virusų sezonas be česnakų sunkiai įsivaizduojami? Atrodo, ne, jei tik norime stiprinti sveikatą ir jaustis gerai.

Pastaraisiais dešimtmečiais atlikti tyrimai rodo, kad česnakai turi keletą palankių savybių, galinčių stiprinti sveikatą.

Neutralizuoja laisvuosius radikalus. Česnako antioksidacinės savybės yra stipresnės, kai valgomas šviežias česnakas, o ne keptas ar virtas. O jei česnakas yra išlaikytas (ir gautas juodasis česnakas), tai jo antioksidacinis poveikis dar stipresnis.

Apsaugo kardiovaskulinę sistemą. Česnakų miltelių vartojimas gali padėti mažinti kraujospūdį, bendro cholesterolio, mažo tankio lipoproteinų cholesterolio koncentracijas ir kitus širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksnius.

Modeliuoja imuninę sistemą. Česnakuose yra polisacharidų, kurie atsakingi už imuninių procesų gerėjimą žmogaus organizme.

Pasižymi antivėžiniu poveikiu. Vien su česnakais vėžio neįveiksime, tačiau jie pasižymi potencialiai palankiu poveikiu ir tada, kai sergama skrandžio ir storosios žarnos, plaučių bei kitais navikais. Česnako preparatai gali slopinti vėžinių ląstelių dalijimąsi ir augimą bei mažinti šalutinius vėžio gydymo terapijų poveikius.

Mažina uždegimą. Tyrimai rodo, kad česnakas gali gerinti būklę, jei žmogus serga įvairiomis uždegiminėmis ligomis.

Apsaugo virškinimo sistemą. Bioaktyvūs česnako junginiai gali padėti gerinti virškinimo trakto funkcijas ir palengvinti opinio kolito, skrandžio opos ir kitų skrandžio, žarnyno ligų sukeltas problemas, mažinant oksidacinį stresą, uždegimą.

Palankiai veikia sergant cukriniu diabetu. Paašškėjo, kad maisto papildai su česnaku palankiai veikia sergant II tipo cukriniu diabetu ir esant jo sukeltoms komplikacijoms.

Padeda mažinti atsvarį. Fermentuoti česnakų produktai gali palankiai veikti lipidų metabolizmą ir sumažinti lipogenezę.

Pasižymi antibakteriniu poveikiu. Česnakai padeda atsikratyti ne tik įvairių bakterijų, bet ir grybelio.

Kaip panaudoti česnaką

Česnako antioksidacinės savybės yra stipresnės, jei valgomas šviežias česnakas, o ne keptas ar virtas. Pageidautinas česnakų



kiekis per dieną galėtų būti 3-20 g. Tai yra dvi didelės česnako skiltelės. Geriausia česnaką būtų valgyti šviežią, bet, jei jūsų organizmas jo nepriima, valgykite termiškai apdorotą ir, kai tik įmanoma, dėkite česnaką į patiekalą baigdami gaminti.

- Orkaitėje keptą česnaką sugrūskite su virtomis bulvėmis (galima naudoti ir kitas daržoves) ir alyvuogių aliejumi – bus pagerinta bulvių košės versija.

- Šviežią česnaką susmulkinkite ir įdėkite į jogurtą, grietinę be priedų arba į maltus avinžirnius – gausite šviežių daržovių garnyrą.

- Dėkite česnaką į troškinius ir sriubas.

- Išspauskite česnaką per česnakų spaustuvą ir užpilkite ant orkaitėje keptos mėsos, kai ji jau bus paruošta.

- Nupjaukite viršutinę česnako ropelės dalį ir dėkite kepti į orkaitę kartu su kitomis daržovėmis.

Česnako maistinė vertė 100 g produkto

- Energinė vertė – 131 kcal
- Vanduo – 64 g
- Riebalai – 0,1 g
- Angliavandeniai – 24,3 g
- Ląsteliena – 4,1 g
- Cukrai – 2,4 g
- Baltymai – 6,1 g

Tai, kas galėtų nustebinti, yra česnako energinė vertė. Dažniausiai daržovės turi gana mažai energijos, o česnakas jos turi gerokai daugiau. Žinoma, mes nevalgysime 100 ir daugiau gramų šviežių česnakų, o jei suvalgysime orkaitėje keptą česnaką ropelę, gausime nedaug energijos.

(Remtasi tyrimo apie česnakų bioaktyviųjų medžiagų sudėtį ir biologines funkcijas duomenimis)

Liaudies receptai: apie kmynus

Sutrikus virškinimui, kai skauda pilvą

1. 2 valgomuosius šaukštus kmynų vaisių termose užplikykite verdančiu vandeniu ir palikite 4-6 val., kad pritrauktų, pasukui nukoškite ir gerkite šio antpilo po pusę stiklinės 2-3 kartus per dieną tarp valgių.

2. Sumaišykite lygiomis dalimis kmynų vaisių, vaistinių ramunėlių žiedų, pipirmėčių žolės. Valgomąjį šaukštą šio mišinio užpilkite 2 stiklinėmis verdančio vandens, 5-10 min. Pavirkite uždengtame inde ant silpnos ugnies, palaikykite 30 min., kad pritrauktų. Tada nukoškite ir gerkite po pusę ar trečdali stiklinės 3 kartus per dieną.

Jei pučia vidurius

1. 20-30 min. prieš valgį pakramtykite sėklų.
2. 2 valgomuosius šaukštus kmynų vaisių emaliuotame inde užpilkite 2 stiklinėmis karšto vandens ir 5-7 min. pavirkite ant silpnos ugnies, parkoškite ir vartokite po pusę stiklinės 3-4 kartus per dieną prieš valgį.

Maitinančiomis motinoms, skatinanti pieno išsiskyrimą

1-2 valgomuosius šaukštus kmynų vaisių užpilkite 400 g verdančio vandens, porą minučių pavirkite uždengtame inde ant silpnos ugnies, palaikykite, kol pravės, nukoškite ir gerkite po pusę stiklinės 3-4 kartus per dieną prieš valgį. Jeigu kmynų vaisius kiek patrintsite, galite užplikyti verdančiu vandeniu tik palaikyti 20-30 min., kad pritrauktų, nukoškite ir gerti po pusę stiklinės.

Nuo streso

Sumaišykite lygiomis dalimis kmynų, pankolių ir anyžių vaisių. Valgomąjį šaukštą šio mišinio užpilkite stikline verdančio vandens, palikite 20-30 min., kad pritrauktų. Tada nukoškite ir gerkite po pusę stiklinės 2 kartus per dieną, vakare, prieš miegą, geriau su medumi.

Kmynų arbatėlė vaikams

Šaukštą kmynų vaisių užpilkite 200-300 g verdančio vandens, palikite 20-30 min., kad pritrauktų. Tada nukoškite ir duokite gerti 2-3 kartus per dieną prieš valgį.

Maistui

Prieskonių mišinys mėsei su kmynais
Sumaišykite lygiomis dalimis maltų kmynų, juodųjų pipirų, kalendros ir smulkiai supjaustytų česnakų. Rekomenduojama norma – 10 g kilogramui mėsos arba pagal skonį.

Kas
Kur? Kada?

Kvietimas

Kviečiame į Jurgio MONTVILOS eilėraščių knygos „Toks mylintis žmogus“ ir Ramutės BIDVIENĖS eilėraščių knygos vaikams „Baltakartis“ sutikimą š. m. sausio 31 d. 18:00 val. Prienų kultūros ir laisvalaikio centro konferencijų salėje.

Maloniai laukiame

Susitikime dalyvaus leidėjas, Pasaulio lietuvių centro direktorius Valdas Kubilius; redaktorius, poetas, publicistas, eseistas Robertas Keturakis; Prienų kūrėjų klubo „Gabija“ vadovė Rasa Zdanevičienė; rašytojas, mokytojas, knygų serialo „Kūrėjų pėdsakai“ autorius Benjamins Kondratas.

Skaitovai: mokytoja Rima Lyberienė ir aktorius Rimvydas Jurkša. Muzikiniai intarpai: mokytoja ekspertė Roma Ruočkienė.

Sausio 29 d. 18 val.
PRIENŲ KULTŪROS CENTREKOMPANIJA
ATM
KOMPANIJA

Mylimos, girdėtos ir saulėtos dainos
Žiūrovų laukia prizai ir siurprizai!

Bilietai parduodami:
Prienų kultūros centro kasoje
Bilietų užsakymas: darbo dienomis 10.00 – 12.00 val. ir 13.00 – 16.45 val.
Bilietų įsigijimas: darbo dienomis 17.00 – 18.00 val.

NUOMA

Išsinuomosim 2–3 kambarių butą/namą, su galimybe išsipirkti, Prienuose arba šalia, Birštono sen. arba Jiezne. Tel. +370 685 86 139.

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.

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

DURYS – PER 3 DIENAS!

GAMINŲ DURIS – ypatingai šilts, saugias nuosaviems namams, ūkiniams pastatams ir rūsiams. Dirbu ir žiemą. Tel. 8 653 93 193.

SUTAUPYKITE IKI 350 EUR!
UŽSISAKYKITE DABAR,
PRADĖKITE MOKĖTI VASARĄ!
Buitinių nuotekų valymo įrenginiai
(Buitekė, Traidenis, August, Svaistė,
Feliksnavis ir kt.)
GAMINTOJŲ KAINOMIS
Įrenginių montavimo darbai
10 metų garantija
GALIMYBĖ PIRKTI
IŠSIMOKĖTINAI!
Atvykstame nemokamai
konsultacijai visoje Lietuvoje!
DIRBAME IR SAVAITGALIAIS
Tel. 8686 80106

Atliekame karkaso konstrukcijų, šiltinimo, stogų dengimo, skardinimo, gipso montavimo darbus. Tel. 8 631 91 211.

Priduodame namus, sodus ir juos įrengiame. Tel. +370 699 17 423.

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

KAMINŲ VALYMAS, skardinimas, remontas ir įdėklų montavimas. Tel. 8 621 99 958.

Elektriko paslaugos. Elektros gedimų šalinimas. Tel. 8 620 48 967.

Gamina medines duris namams, ūkiniams pastatams, laiptus. 27 metų gamybos patirtis. Žiemą ir pavasarį durys pigesnės. Tel. 8 686 71 689.

Teikiame visas kapų įrengimo, restauravimo ir priežiūros paslaugas pagal kliento finansines galimybes. Tel. 8 605 81 979.

Mobiliu juostiniu gateriu kokybiškai pjaunu medieną, atvykstu į namus. Tel. 8 601 02 662.

AKCIJA iki -50%
BALKONŲ STIKLINIMAS
(tinka renovacijai)
PLASTIKINIAI LANGAI
GARAŽO VARTAI
Tel. (8-600) 90034

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



Profesionali pagalba perkant, parduodant, nuomojant nekilnojamąjį turtą. Proceso valdymas ir dokumentų tvarkymas iki sandorio užbaigimo pas Notarą.

Susisiekite, konsultuoju ir atlieku rinkos analizę nemokamai.

Gintarė Genevičienė
NT brokerė
8 672 70 483
gintare.geneviciene@capital.lt

CAPITAL GROUP

PERKA

Nekilnojamas turtas

Brangiausiai Lietuvoje perkame miškus (brandžius, jaunus, malkinius, iškirstus), žemes, sodybas. Tel. 8 651 39 039.

PERKA MIŠKUS

BRANDŽIUS, JAUNUS, MALKINIUS, IŠKIRSTUS, ŽEMES, SODYBAS
VISOJE LIETUVOJE 8 676 41 155

Nekilnojamas turtas

Ieškau pirkti nebrangią sodybą Prienų rajone. Tel. 8 671 61 261.

Perku 1-2 kambarių butą arba namo dalį Prienuose. Tel. 8 607 49 133.

Gyvuliai, gyvūnai

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

Superka gero ir lieso įmitimo galvijus (AB „Krekenavos agrofirma“ kainomis), taip pat perka arklius. Tel. 8 616 43646.

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 IĮ 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.

PARDUODA

Nekilnojamas turtas

Parduodama kavinė-baras Birštone, Pavasario g. 2A, prie plento, netoli apžvalgos bokštas. Bendras plotas 68,5 kv.m. Kaina – 30 000 Eur. Tel.: 8 670 83 455, 8 676 18 390.

Prienų r. sav., Veiverių sen., Papilvio k. parduodamas sodo namas. Kampinis 6a. sklypas. Geras susisiekimas. Kaina – 5500 Eur. Tel. 8 683 91 121.

Įvairios prekės

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).

PARDUODAMOS MALKOS

Kietųjų arba minkštųjų lapuočių – paruoštos arba dvimetris. Miškininko kokybės kontrolė ir atvežimas. Perkant daugiau – mokate mažiau. Senjorams – papildoma nuolaida. Tel. 8 621 24 644

PERKA

Superkame karves, bulius ir telyčias KREKENAVOS AGRO FIRMOS supirkėja Olga Smailienė. Tel. 8 612 02 125.

KREKENAVOS
AB „Krekenavos agrofirma“
PERKA GALVIJUS

KARVES, TELYČIAS, BULIUS
PAGAL SKERDENAS ARBA GYVĄ SVORĮ.
SVERIA, MOKA IŠ KARTO, PAIMA PATYS.

Tel.: 8 614 93 124

BRANGIAI PERKA

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

agaras

PERKA
KARVES, BULIUS,
TELYČIAS

pagal skerdeną ir gyvą svorį
(brangiai mėsinius). Atsiskaito iš karto.
NEMOKAMAS tel. 8 800 08 801,
tel.: 8 612 34 482, 8 658 00 273.

UM
UTENOS MĖSA

BRANGIAI PERKA
GALVIJUS
8 620 33544
Moka iš karto!

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.

Parduoda ažuolo, beržo pjuvenų briketus ir baltarusiškus durpių briketus. Tel. 8 677 44 884.

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

UAB „Rividė“

Akcija! Medžio briketams, kaina 120 Eur už paletę, medžio granulės – 170 Eur už toną. Parduoda ir pristato: plautą akmens anglių (palaida arba fasuota 25 kg); Granulinę akmens anglių (po 1t, po 25 kg); Durpių briketai didmaisiuose. Tel. 8 652 71212.

Parduoda malkas: skaldytas, kaladėlėmis ir nepjautas 3 metrų ilgio. Pjauna statybinę medieną pagal kliento išmatavimus. Pristato. Tel.: 8 614 98 516, 8 699 48 191.



Parduoda 600 kv. m pastatą Prienų centre, netoli autobusų stoties. Pastatas – naujos statybos, su daline apdaila, tinka įsirengti ir gyvenamas, ir komercines patalpas. Gera vieta, ir kokybiškai pastatytas pastatas. Kaina – 85000 Eur. Tel. 8 627 51 671.

Bendruomenių
Seklyčia

Tegul ilgai negęsta namų žiburėlis...

Kai įvažiuome į Stasio ALEKSANDRAVIČIAUS sodybą, mus pasitiko mažas šuniukas, kuris meiliai sukinėjosi apie kojas. Netrukus duris pravėrė mūsų bendruomenės jubilatas, sulaukęs gražių 90-ies metų. Įėjus į vidų, troba padvelkė šiluma ir jaukumu. Namai kvėpėjo keptais pyragais. Stasys atrodė stebėtinai žvalus ir malonus. Sunku patikėti, kad šiam žmogui jau devyniasdešimt.

Netrukus į tėvų namus atvyko jaunėlis sūnus **Rolandas** su šeima. Iš karto užsimezgė pokalbis apie Stasio nueitą gyvenimo kelią. Jubilatas gimė 1930 m. sausio 01 d. Prienų r. Balbieriškio valsė. Putrišių kaime. Tėvų namai stovėjo ant Peršėkės upės kranto. Graži gamta viliojo vaikus prie upės, kur praėdavo vos ne visa diena.

Stasys augo gausioje 5 seserų ir 4 brolių šeimoje. Jis buvo ketvirtas vaikas šeimoje. Tėvai turėjo 12 ha žemės, ją dirbo dviem arkliais. Motina kiek galėdama stengėsi, kad vaikai būtų sotūs ir apgrenti.

Sulaukęs 7 metų, Stasys pradėjo lankyti Putrišių pradinę mokyklą, iki kurios buvo 3 kilometrai. Kelias į mokyklą neprailgdavo, nes ją lankė daug vaikų. Netruko prabėgti ketveri metai. Baigęs Putrišių pradinę mokyklą, Stasys padėjo tėvams ūkio darbuose, rūpinosi jaunesniais broliais bei sesutėmis. Tačiau vaikinui rūpėjo, kaip užsidirbti duoną pačiam. Pas netoliese gyvenusį kaimyną Stasys pradėjo mokytis kalvininkystės igūdžių.

1950 m. jaunuolis išėjo ketveriems metams tarnauti į kariuome-



ne. Kariuomenėje dirbo virtuvėje, kur išmoko gaminti valgius, vėliau tai pravertė gyvenime. 1954 m. grįžo į tėviškę. Netrukus pradėjo dirbti Balbieriškio MTS. Ilgai čia neužsiuvo. Jam buvo pasiūlyta mokytis Raseinių ŽŪ technikume. Baigęs šį technikumą, pradėjo dirbti „Šviesiosios ateities“ kolūkyje mechanizatoriumi. Čia buvo aprūpintas gyvenamuoju būstu. Kolūkyje susipažino su būsima žmona Marija Matusevičiūte. Netrukus, per Šv. Kalėdas, Marija ir Stasys atšoko vestuves ir pradėjo gyventi savame name, kur ir dabar gyvena. Šeimos džiaugsmui, gimė pirmagimis sūnus Gintautas. Nauji namai, pirmasis sūnus... lyg ir nieko netrūko. Namuose vyravo švelnumas ir pagarba vienas kitam. Vėliau Stasys dirbo Jiestraki kolūkyje mechanizatoriumi, detalių tiekėju.

...Gyvenimas ėjo. Po ilgo laiko

tarpo, 1973 metais, pasaulį išvydo antroji atžala – sūnus Rolandas. Tarp brolių buvo 15 metų skirtumas, todėl mažylis labiau bendravo su kaimynų vaikais. Rolandas mokėsi Piliakalnio aštuonmetėje mokykloje, vėliau Prienų 3-ioje vidurinėje mokykloje (dabar – „Ažuolo“ progimnazija). Pasirinko pedagogą kelią. Baigęs Vilniaus pedagoginį institutą, įgijo geografijos biologijos pedagogo specialybę, bet Rolandas suprato, kad čia ne jo kelias. Jį traukė gimtinės laukai. Tėvo paskatintas, jis pasiilko gyventi tėviškėje ir gyvenimą susiejo su žemės ūkio veikla. Netoli tėvų namų Rolandas įsikūrė gražiame, tvarkingame name. Augina 3 sūnus, kurie yra jo padėjėjai.

Užaugus sūnams, sulaukus anūkų, Stasio namus ištiko didelė nelaimė. Po sunkios ligos mirė žmona. Vaikai neteko švelnių motinos



rankų, namuose atsirado liūdesio ir tuštumos, bet Stasys nenuleidžia rankų, dar labiau rūpinasi šeima, namais.

Piliakalnio bendruomenės centras linki gerb. Stasiui Aleksandravičiui dar daug gyvenimo metų, sveikatos, pilnatvės. Tegul dar ilgai namuose šviečia žiburėlis, gyvena gerumas.

Piliakalnio bendruomenės centro pirmininkė K. Dabrišienė



Jiezno trims karaliams – 30 metų!

Sausio 6-oji – Kristaus apsiųsimo žmonėms diena, Trijų Karalių šventė. Džiugu, kad Jiezno kultūros centro trijų karalių meninė grupė šiais metais keliavo jau 30-ąją kartą. Indų karaliaus Kasparo vaidmenį atliko Tomas Ivanauskas, persų karaliaus Melchioro, lietuvių vadinamo Merkelio – Henrikas Navickas ir arabų karaliaus Baltazaro vaidmenį – Mikadas Januškevičius. Betliejaus žvaigždė – Danguolė Smalskienė, Judėjos kalnų piemenys – Onutė Prieskienienė ir Eugenija Rimšienė.

Pirmiausiai Jiezno trys karaliai su palyda atskubėjo į savo parapijos bažnyčią, kur prie įruoštos prakartėlės jie nulenkė galvas gimusiam dieviškam Kūdikiui, padėjo simbolines dovanas: auksą, smilkalus ir mirą, pagarbino jį kalėdinėmis giesmėmis, palinkėjo gerų, palaimingų 2020-ųjų metų gausiai susirinkusiems parapijiečiams. Po to jie aplankė Jiezno slaugos skyriuje besigydančius senelius, neigaliuosius. Karalių giesmės, jų dovanėlės, linkėjimai leido jiems išgyventi nuširdų džiaugsmą, kad ir jie nebuvo pamiršti ir nors trumpam neįjautė savo negalios.

Parapijos klebono kunigo **Rolando Bičkausko** palaiminti, Jiezno seniūno **Algio Bartusevičiaus** rūpesčiu nuvažiuovome į Žiežmarių šv. apaštalo Jokūbo bažnyčią, kur parapijos klebono kunigo **Roko Puzono** buvom pakviesti jau antrą kartą. Ten dalyvavome šv. Mišiose, ku-

riais aukėjo kunigas **Marius Talutis**, atlikome savo programą. Bažnyčia buvo pilnutėlė suaugusių žmonių ir pradinių klasių mokinių, kuriuos tikybos mokytojos buvo atsivedusios. Visi džiaugėsi, kad mažieji turėjo gerą, prasmingą tikybos pamoką, po kurios buvo apdovanoti šv. paveikslėliais, saldinais, žaislais.

Žiežmariuose mes buvome labai šiltai priimti. Tą šilumą jautėme nuoširdžiai kalbėdami su klebonu kun. R. Puzonu, kun. M. Talučiu ir vietos parapijiečiais, džiaugdamiesi gausiomis ir dosniomis vaišėmis.

Grįžę į Jiezną dar aplankėme vyriausią miesto gyventoją **Alfonsiną Bajorienę**, bebaigiančią 97-tuosius metus, gyvenančią su dukra Romute. Smagu, kad ji atpažino beveik visus karalių grupės narius, kartu pritarė giesmininkams, susidomėjusi klausėsi pasakojimo apie Trijų Karalių misiją. Palinkėjom jai



sveikatos, stiprybės ir Dievo palaimos.

Ačiū Dievui, kad po vienerių metų pertraukos Jiezne vėl susiformavo trijų karalių grupė, kuri tęsia senąsias katalikiškas tradicijas, dalinasi krikščioniškais vertybėmis ir išgyvenimais, neša džiaugsmą kitiems.

Sausio 19 d. 12 val. klebonas R. Bičkauskas aukos šv. Mišias už gyvuosius ir mirusius Jiezno karalius. Bažnyčioje ir ant mirusiųjų karalių kapų sužibės atminimo žvakelės.

Eugenija Rimšienė



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

Internetu 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, NEVYRIAUSYBINES ORGANIZACIJOS, KULTŪRA, SPORTAS: Rimantė Jančauskaitė, apžvalgininkė (60012, rimante@gyvenimas.info); KOREKTŪRA: Ona Ališauskienė (60015); BUHALTERIJA, SKELBIMAI: Ona Lodiene, 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 - 3 spaudos lankai.

Indeksas 67283. Tiražas: trečiadieniais - 2100 egz., šeštadieniais - 2600 egz. Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.

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

ALYTAUS SPAUSTUVĖ