



9 771648 039035

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

Nr. 48 (10301) * 2020 m. birželio 27 d., šeštadienis

Kaina - 0,45 Eur



Šiandien – mėnulio priešpilnis. Saulė teka 4 val. 43 min., leidžiasi 22 val. Dienos ilgumas 17 val. 17 min.

Vardadienai: šiandien – Ema, Gediminas, Gediminė, Kirilas, Ladas, Ladys, Vlada, Vladas, Vladė, Vladislava, Vladislavas, Vladislova, Vladislovas, Vladys, rytoj – Serena, Serenas, Tulgeda, Tulgirda, Tulgirdas, Tulys, pirmadienį – Benita, Benitas, Benius, Paulė, Paulius, Petras, Petrė, Povilas, Svirkančia, Svirkantas, Svirmantas, Svirmantė, antradienį – Ada, Adelė, Adelija, Adelina, Aleta, Otonas, Tautgina, Tautginas, Tautginė, Tautgintas.

Birželio 27 – Tarptautinė žvejų diena. Lietuvos šaulių sajungos įkūrimo diena.

Birželio 29 – Šv. Petras ir Povilas. Lietuvos pasieniečių diena.

Krepšinio pirmenybių čempione tapo „Tango pizza-Stadionas“

Dėl karantino nukeltas Prienų rajono savivaldybės ir „Gyvenimo“ laikraščio krepšinio pirmenybių kovos pagaliau sugržo – birželio 20 dieną Prienų arenosje buvo sužaisti finaliniai susitikimai, išaiškinti nugalėtojai, prizininkai ir įteikti apdovanojimai.



2019-2020 m. Prienų rajono krepšinio pirmenybių čempionė „Tango pizza - Stadiono“ komanda.



Antrosios vietos laimėtoja – „PMVD“ komanda.



Trečią vietą iškovojo Birštono „Versmė“.

MEGA
prekybos ir laisvalaikio centras

DOVANŲ SAFARIS

VASAROS IŠPARDAVIMAS

Apsipirkite MEGOJE už 75 Eur ar didesnę sumą ir dalyvaukite žaidime, kuriame laimi visi!

Žaidimas vyksta iki liepos 31 d.
Žaidimo taisyklės www.mega.lt
PLC MEGA, Islandijos pl. 32, Kaunas



Birželio 17 d. vykusio posėdžio metu Prienų r. savivaldybės eismo saugumo komisija pritarė Revuonos g. rekonstrukcijos darbų rangovo UAB „Daugesta“ pateiktai gatvės uždarymo schemai ir papildomai įpareigojo rangovą:

- pastatyti kelio ženklus Nr. 329, draudžiančius statybvetėje važiuoti greičiu nei 20 km/h;
- pastatyti kelio ženklus Nr. 106, žyminčius kelio ruožą, kuriamo vyksta darbai;
- pastatyti signalinius ženklus, įspėjančius apie kelkraščiuose vykdomus darbus;
- savaigaliui nepalikti pavojingų kelkraščių arba juos maksimaliai saugiai užtverti atitvarais, pažymėti ženklais ar panaudoti kitas priemones, užtikrinančias saugumą.

Siekiant Revuonos gatvės rekonstrukcijos darbų metu užtikrinti kuo didesnį automobilių



stovėjimo vietų skaičių, nutarta Kauno g., ties lopšeliu-darželiu „Saulutė“, prie esamų kelio ženklų, draudžiančių sustoti ar sustoti ir stovėti, įrengti papildomas lenteles Nr. 823, nurodančias, kad ženklas galioja tik darbo dienomis. Savaitgalias, kai vyksta turgus, automobilius bus leidžiamata statyti.

Rangovas patikino, kad verslininkams ir gyventojams pateikimas į savo teritorijas bus užtikrintas.

Sutartyje numatyta, kad Reuvonus g. rekonstrukcijos atlikimo terminas – 10 mėnesių, bet rangovas planuoja pagrindinius darbus užbaigtis šiais metais.

Prienų r. savivaldybės informacija



Rytas STASELIS



Kodėl Prezidentui gali nepavykti?

Praėjusių savaitę prezentas Gitanas Nausėda Seime perskaitė pirmąjį metinį pranešimą. Buvo nuoširdžiai gaila, kad iš įvairių TV kanalų veiksma komentuoti surinkti politikos apžvalgininkai spaudė iš savęs paskutines fantazijas, nors buvo akivaizdu, kad jie neturėjo ką pasakyti.

Ir aš neturėčiau ką apie tai pasakyti. Bene svarbiausia, kas ano pusvalandžio metu man pasirodė: p. Nausėdai patinka būti šalies prezidentu. Ir tai galbūt net svarbi žinia tiems, kurie spėjo suabejoti, ar Ekselencija nesigaili iškeitęs komercinio banko prezidento patarėjo kabinetą į kitą – Simono Daukanto aikštės rūmų antrajame aukšte.

Ko gero, galime tikėtis, kad pamažu mūsų prezidentas visiškai susigvens su savo naujuoju vaidmeniu, o kiti metiniai pranešimai skambės sklandžiau, užtikrinčiau, išgaus daugiau prasmingo turinio. Kas kita – vaidmuo kaip vaidmuo, tačiau ar p. Nausėda gebės susigventi su teisės normomis apibrėžiamomis pareigomis? Ir jei susigvens, tai kaip? Panašiai kaip ministras pirmmininkas Saulius Skvernelis su Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjungos (LVŽS) lyderiu Ramūnu Karbauskiai? Ar taip, kaip iš tikro derėtu ambicingos šalies lyderiu?

Politinės kultūros būklės dugno įvardijimas dugnu ir mišlingos „gerovės valstybės“ projekto kočiojimas kiekviena proga tam nepadės.

Kolega Arūnas Milašius iš portalio „Delfi“ negaleistaingai konstatuoja: „Išmokū didiesiems ūkininkams mažinimo idėja tyliai numaria: Karbauskis ir grupelė stambiųjų išsaugojo išpudingas sumas; Žemės ūkio ministerijos, 5 proc. didžiųjų ūkių susirenka 50 proc. visos paramos.“

Sveiki atvykę į p. Karbauskio gerovės valstybę! O Prezidentas, kalbėdamas su ES lyderiais, dar kelia šurmuli, esą parama šalies žemės ūkui yra nepakankama. 2018 m. ta pati Europa reikalavo, kad būtų įvestos išmokū lubos, kurios neviršytų 150 tūkst. eurų per metus vienam fininiams ar juridiniams asmeniniui. Gudrieji Seimo bebrai su kurmiais sugebėjo tąją idėją apeiti. Ponas Karbauskis sako – aš ne prie ko, kada parlamente kyla balsavimas žemės ar žemės ūkio tema, ištraukiu balsavimo kortelę ir ji ignoruoju.

Išvertus į normalių žmonių kalbą – „trijų rusiškų arba penkių lietuviškų raidžių kombinacija jums visiems į aki, o ne socialinė regionų atskirtis, parama jaunoms ūkininkų šeimoms ir panašūs rinkimų laikų lozangai“!

Kas nors abejotų. Beigi imtū spėlioti, kurioje aplinkoje tie klausimai yra išsprendžiami ir sutvarkomi – balsavimo Seime metu ar neoficialiose diskusijoje Kultūros komitete arba LVŽS frakcijoje.

Labiau netikėta, kad praėjusių savaitę skandalingojo susisiekimo ministro Jaroslavo Narkevičiaus vadovaujama Susisiekimo ministerija atsisakė paafaltuoti keletą kelelio į Naisius – Karbauskui tevonią – kilometrų. Mat tų keistų kelelių asfaltavimas gerovės Lietuvoje pamažu virsta kažkokia patologija.

„Vsio zakono“ (liet. „viskas teisēta“), jei kas pamiršo. Premjeras demonstratyviai nieko nežino apie tai, kac asfaltuojamas keliukas į jo namus. Tačiau kada randasi koks pasipiktinė aktyvus pilietis, nitroemalės dažais ant to keliuko užrašantis tai, ką apie tai galvoja, p. Skvernelis ima stačiai putoti apie Baudžiamają teisę.

Valstybė, mokesčių mokėtojai sukūrė tam tikrą tarnybinę gerovę savo valdžiai: keliukai į Turniškes yra tvarkingi. Tačiau iki šiol niekaip neįsikerta, kad mūsų valdžia žmogui nori „šiek tiek“ asmeninės gerovės.

Tiksliu – „asmeninės gerovės valstybės“.

Krepšinio pirmenybių čempione tapo „Tango pizza-Stadionas“

(Atkelta iš 1 p.)

susikrauti saugaus pranašumo. „PMVD“ turėjo puikią progą laimėti rungtynes, nes, likus 13 sekundžių iki finalinės sienos, jų pranašumas siekė tris taškus. Deja, abu baudų metimai, galėjė įtvirtinti pergalę, skriejo pro šalį, o paskutinės „Tango pizza-Stadiono“ atakos metu R. Gerbutavičius sugebėjo išprovokuoti pražangą mesdamas iš toli. Trimis taikliais baudų metimais jis išlygino rezultatą 73:73. Paskutinė „PMVD“ ataka baigėsi nerezultatyviai, be to – su pražanga. Likus mažiau nei sekundei, „Tango pizza-Stadionas“ pramėtė abi baudas, ir komandoms teko aiškintis santykius pratęsime, kuriamo geriau sužaidė „Tango pizza-Stadionas“, Komanda laimėjo dramatišką mūšį rezultatu 83:80 bei tapo čempionato nugalėtoja!

Trečią vietą iškovojo Birštono „Vermė“

Rungtynėse dėl trečiosios vietas kovojo „Dvariuko-Savos rango“ ir Birštono „Vermė“ komandos. „Vermės“ snaiperis A. Gedminas fantastiškai pradėjo susitikimą – net 6 jo tritaškiai leido „Vermei“ po pirmojo kėlinio atsiplėšti rezultatu 29:20. Antrajame ketvirtysteje ir toliau

vyko rezultatyvi kova. „Dvariuko-Savos rango“ lyderis A. Tilindė per šią atkarpatą sumetė net 15 taškų, tačiau „Vermės“ komandos bokštasis G. Jevstignejevas atsakė 10-ties iš eilės pelnytų taškų atkarpa, po kurios „Vermės“ pranašumas tapo dviženklis – 57:45. Lemiamame ketvirtyste A. Tilindės ir D. Petkevičiaus pastangomis „Dvariukas-Sava ranga“ sumažino atsilikimą iki septimių taškų, tačiau M. Knyšiaus ir K. Juškevičiaus sekmingas žaidimas po varžovų krepšiu įtvirtino „Vermės“ pergalę rezultatu 95:84.

Didelį sigralių palaikymą turėjusi Birštono „Vermės“ komanda iškovojo bronzos medalius, o „Dvariuko-Savos rango“ krepšininkai liko ketvirtuoje vietoje.

Mažoji taurė – „Pušynės“ žaidėjų rankose

Kovoje dėl pirmenybių Mažosios taurės penkiese į rungtynes atvykę „Stakliškių“ krepšininkai po atkaklios kovos turėjo pripažinti dvigubai ilgesnį atsarginių žaidėjų suolelių turejusios „Pušynės“ pranašumą. „Pušynė“ laimėjo rungtynes rezultatu 78:59 ir iškovojo sportinių trofėjų.

Tarp apdovanotųjų – ir simbolinis žaidėjų penketas

Po finalinių rungtynių čempio-

Gyvenimas

Politika

Politinės „tuoktuvės“ įvyko sklandžiai: patvirtinti skyriaus kandidatai į LR Seimą

Birželio 17 d. Prienų KLC surengtame visuotiniame susirinkime buvusios partijos „Tvarka ir teisingumas“ Prienų skyriaus nariai prisijungė prie Lietuvos laisvės sąjungos (liberalų) skyriaus ir suformavo politinį darinį nauju pavadinimu – partijos „Laisvė ir teisingumas“ Prienų skyrių. Pasveikinti prieniečius su politinėmis „tuoktuvėmis“ atvyko partijos „Laisvė ir teisingumas“ pirmininko pirmasis pavaduotojas Artūras Zuokas ir pavaduotojas Kęstutis Bartkevičius, Prienų rajono savivaldybės meras Alvydas Vaicekauskas, Savivaldybės tarybos narys Gintautas Bartulis ir kiti svečiai.



Partijos „Laisvė ir teisingumas“ Prienų skyriaus kandidatai į LR Seimą (iš kairės): J. Strampickas, L. Jakinevičienė ir A. Marcinkevičius.

Autorės nuotrakos

A.Zuokas pastebėjo, kad neseniai gimusios politinės partijos skyrių susijungimas vyksta sklandžiai, ši jėga kelia susidomėjimą ir auksčiausiuose politikos sluoksniuose, ir tarp verslo atstovų. Todėl, jo manymu, artejantiems Seimo rinkimams partija „Laisvė ir teisingumas“ privalo pasirengti itin atsakingai, nes siekiamybė – sudaryti stiprią frakciją parlamente. Jis akcentavo, jog Prienų skyriui, pastumėjusiam partijas šiam žingsniui, taip pat atėjo laikas turėti savo atstovą Seime.

Meras Alvydas Vaicekauskas pasveikino buvusius tvarkiečius ir liberalus su apsisprendimui dirbtu išvien ir pasidžiaugę stabiliu darbu su šiai partneriai Savivaldybės taryboje. Tarybos narys, Liberalų sąjūdžio atstovas Gintautas Bartulis pažadėjo žengti koja kojon su kolegomis, liberalių idėjų nešejas, ir siekti bendro tikslu – Prienų krašto gerovės.

Susirinkime, kuriam pirmininkavo Algis Marcinkevičius, buvo patvirtinta dešimt partijos „Laisvė ir teisingumas“ pirmininko pavaduotojų – po penkis iš abiejų politinių jėgų. A.Zuokas jiems įsegė partinius ženklius.

Naujam skyriui iki metų pabaigoje numatyto ataskaitinio susirinkimo ir rinkimų vadovaus Algirdas Kederys. Loreta Jakinevičienė pasiūlyta partijos „Laisvė ir teisingumas“ kandidate rinkimuose į LR Seimą Dainavos vienmandatėje ir daugiamandatėje apygardose. Daugiamandatėje apygardoje taip pat kandidatuotas Algis Marcinkevičius ir Julius Strampickas. Susirinkimo dalyviai gausiai plojimais patvirtino kandidatūras.

L.Jakinevičienė, trumpai pristatiusi savo politinės karjeros faktus, padėkojo kolegoms už parodytą pasitikėjimą, buvusiems partijos „Tvarka ir teisingumas“ bičiuliams – už tai, kad beveik 200 narių paraiškė norą kartu su jaapti naujo

skyriaus dalimi. Anot jos, dvi susijungusios jėgos yra panašios vertybiniu požiuriu, todėl jų atstovus kviečiame nesidalinti ir dirbtu vienoje komandoje.

– Politika yra labai konflikтиška, o šiandien matome priešingą atvejį. Sutarimas, kompromisas ir rezultatas, – patenkintas sklandžiai išyksiu dviejų partijų skyrių susijungimui po susirinkimo kalbėjo A.Zuokas.

– Pasak jo, širdis džiaugiasi būnant Prienuose ir matant tokius puikius partijos kolegas. „Patyrę, aktyvūs, žinantys, ką daro, turintys savo gyvenimo istoriją“, – A.Zuokas negailėjo pagyrų prieniečiams, tarp kurių, jo vertinimu, yra ir nacionalinio lygmens politikų.

Dalė Lazauskienė



Pirmenybių nugalėtojai ir prizininkai su varžybų organizatoriais ir rėmėjai.



Paguodos turnyre Mažają taurę laimėjo „Pušynė“.

Daugiau informacijos ir nuotraukų: Prienų rajono savivaldybės ir laikraščio „Gyvenimas“ krepšinio pirmenybių Facebooke.

„Gyvenimas“ informacija

Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

PARENGĖ: Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Linksmos ir saugios vasaros!

Vasaras neįsivaizduojama be pagrindinių jos elementų: karštos saulės, vėsaus vandens ir kvepiančio grilyje keptu maisto. Norėdami, kad visi šie malonumai teiktų kuo geresnes emocijas, turime laikytis tam tikrų taisyklių bei saugiai viskuo mėgautis.

Vasaras be saulės – ne vasara! Tik išvyde pirmuosius jos spindulius, visi čiumpame patiesalus ir lepinamės karstaisios spinduliais. Tačiau reikėtų neužmiršti, jog saulės skleidžiamai ultravioletiniai spinduliai (UV) yra pavojingi mūsų odai, akims. Taip pat dera pasisaugoti ne tik tiesioginiu saulės spinduliu, bet ir atsispindinčiu nuo paviršių (vandens, smėlio, baltų sienų). Didžiausia UV spinduliuotė – vidurdieni (12-15 val.), tačiau UV spinduliai mus pasiekia ir tada, kai debesuota.

Per ilgai pagulėjus saulės atokaitoje, mūsų oda parausta ar nudega. Nudegimai sauleje yra pagrindinis odos vėžio rizikos veiksnys. Dėl intensyvių saulės šviesos akys gali parausti, asaroti. Todėl privalu ir suaugusiesiems, ir vaikams devēti kokybiskus tamsintus akinus (ypač mėlynakiams). Vaikų akies lėšukai (iki 12 m.) yra labai skaudrus ir UV spinduliu iš tinklinę patenkina keli kartus daugiau nei suaugusiemis.

Jei saulės poveikio negalima išvengti naudojant priedangą (skėtis nuo saulės, lengvi kūnų dengiantys rūbai, kepurės), reikia naudoti kremą, apsaugantį nuo saulės (SPF). Jis padeda išvengti nudegimų. Tepti reikia išeinant iš namų, o po to pasitepti iš naujo kas dvi valandas arba po kiekvienų maudynių. Ypatinga dėmesį odos priežiūrai turi skirti šviesios odos (I, II tipo) žmonės, nes jų oda yra kur kas jautresnė UV spinduliams nei žmonių, turinčių tamsenę odą.

Vaikų odos apsaugai rekomenduojami kremai su mineraliniais filtrais, t. y. kremai su titanu dioksidu arba cinko oksidu. Mažų vaikų oda nudega greičiau, nes jų odos pigmento melanino sinteze dar nera pakankama (nesukuria apsaugos). Vaikams iki trejų metų nereikėtų ilgai būti saulėje. Kūdikiams saulės vonios rekomenduojamos 20 minučių kas antrą dieną. Tieki laiko pakanka pabūti nepridengtu veiduku ir rankomis, ir sukaupiamas pakankamas vitamino D kiekis rachito profilaktikai.

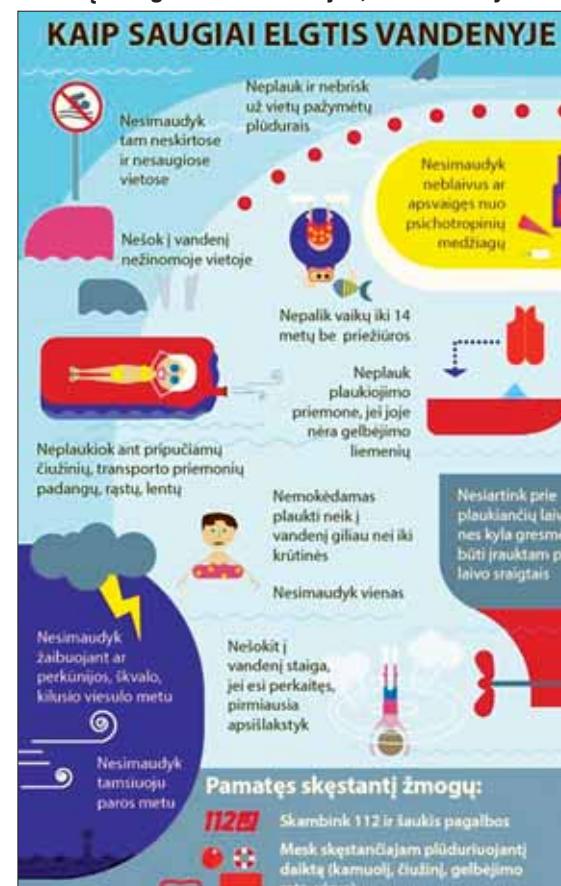
Kitas vasaros malonumas – maudynės vandens telkiniuose. Tai smagus ir saugus pomėgis, jeigu maudomasi tinkamose vietose ir laikomasi tam tikrų taisyklių. Tačiau bet kokiame vandens telkinje yra rizika nuskėsti. O susiklosčiai nepalankiomis aplinkybėmis, skėsta ne tik nemokantys plaukti, bet ir priukūs plaukikai.

Zmonės skėsta įvairiomis aplinkybėmis: maudantis upėje, ežere, jūroje, įkritę į vandens tvenkinį arba įkritę į vietas, kuriose yra vandens ir pakankamas gylis nuskėsti – į šulinius, rezervuarus ir pan. Nuskėsti galima ir baseine, ir net vonioje. Tačiau daugiausia žmonių nuskesta maudydamiesi natūraliuose atviruose vandens telkiniuose.

Pagrindinės skendimų priežastys:

- Pavoju neįvertinimas, nepaisymas arba ignoravimas;
- Informacijos apie saugumą (nesaugumą) vandenye stoka;
- Neapribotas patekimas prie vandens telkinii;
- Priežiūros stoka;
- Galimių išsigelbėti ar būti išgelbėtam nebuvimas.

Pasaulioje skendimai yra viena iš pagrindinių vaikų



iki 5 metų amžiaus mirties priežasčių. Maži vaikai jokiui būdu negali maudytis vieni, nes panerė į vandenį jie nesuvokia, kas vyksta, todėl nesišaukia pagalbos ir nuskėsta tyliai, per keletą sekundžių.

Būtina užtikrinti vaikų saugumą maudynių metu:

- Besimaudančius vaikus visada turi prizūrėti suaugės (mokantis plaukti) asmuo;
- Vaikams draudžiama žaisti prie stačių krantų, ant tiltelių (tilty);
- Plaukti nemokantys asmenys negali bristi toli nuo kranto;
- Nenarodytai nepažįstamose vietose;
- Neplaukti už plūdūrų, poilsiaujant prie jūros stebėti vėliavas, išpejantčias apie pavojus;
- Neplaukti į laivo kelią (erdve skirta plaukoti laivams, vandens motociklams);
- Vandenyje neišdykauti, nesistumdyti;
- Be reikalo nešaukti – skėstu, gelbékite! Nes, iš tikrujų prireikus pagalbos, aplinkiniai gali nereaguoti į jūsų šukavimus;
- Neleiskite vaikams plaukoti ant čiužinių, rastų, savadarbių plaustų;
- Nemokančius plaukti vaikus aprenkite plaukiojimo

(Nukelta į 9 p.)

Vaikų vasaros poilsio stovykla „Skrendu į vasarą“

Pasibaigus mokslo metams, birželio 8–12 dienomis, „Ažuolo“ progimnazija vėl prispildė smaugaus vaikų juoko ir šurmulių! I mokyklą sugrižo vaikų vasaros poilsio stovykla „Skrendu į vasarą“. Jos organizatorės: R. Lyberienė, V. Skaisgirienė ir R. Zykuviene pasirūpino, kad mažiesiems netrukštų pramogų.

Visą savaitę mokiniai turinėgai, įdomiai, linksmiai bei aktyviai leido laiką. Stovyklautojai šiai metais susiskirstė į tris „Saulycių“, „Vaivorykščių“ ir „Žaibų“ komandas, kurių savo ūkius bei emblemas, o po nuotaikings stovyklos atidarymo prasidėjo pažintinės-edukacinės veiklos. Užsiemimai vyko mokyklos erdvėse, lankėmės Justino Marcinkevičiaus bibliotekos Vaikų skyriuje, žaidėme ir sportavome naujose miesto vaikų žaidimų erdvėse. Taip pat mokiniai vyko į Raudondvario dvarą bei turinėjai laiką praleido Tado Ivanausko muziejue.

Stovyklautojai sulaukė ir svečių! Visuomenės sveikatos specialistė V. Lazauskienė mokinius supažindino su sveikos mitybos taisyklėmis bei papasakojo apie



rytinės košės naudą. Su bendruomenės pareigūne I. Raškevičiene stovyklautojai pasikartojo gal ir kiek užmirštas saugaus eismo taisykles. Mokyklos psichologė S. Grigalevičienė mokė vaikus pažinti savo jausmus, patarė, kaip susitardyti netiketose situacijose išvaldyti savo emocijas.

Prie stovyklos komandos prisijungė ir progimnazijos mokytojos. Mokytoja D. Mikulevičienė mokė, kaip taisyklingai dirbtis su moliu ir susikurti sau gražių suvenyrų. Su mokytoja J. Simonaityte, naudodamiesi išmaniosiomis technologijomis

mokinių dalyvavo viktorinoje, sprendė kryžiažodžius.

Paskutinę stovyklos dieną aktyviai judėjome sportinėse varžybose, gražinome mokyklos kiemelį – nuspalvinome jį pačiomis gražiausiomis spalvomis. Greitai prabėgo savaitė! Ji buvo turinėja ir aktyvi. Stovyklos uždarymo metu mokiniai dalijosi savo išpūdziaisiais, linkėjo vieni kitiemis geros vasaros ir smagiu atostogu.

Vaida Lazauskienė, Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti sveikatos priežiūrą mokykloje

Batutas – ne tik pramoga...

Batutai – universali pramoga, tinkanti ir patinkanti ir vaikams, ir suaugusiesiems. Be to, šokinėjimas ant batuto – puikus laisvalaikio praleidimo ir sportavimo būdas. Vis labiau populiarėjanti pramoga – batutai – vis dažniau linksniuoja traumatologiniuose kabinetuose.



Šokinėjimas ant batuto gausybe studijų pripažintas kaip didelę kaulų lūžių ir išnirimių, raiščių plyšimo, gyvybei grėsmingų galvos ir kaklo sužalojimų riziką kelianti pramoga, dėl to autoritetingos pasaulinės gydytojų pediatrų, gydytojų ortopedų, traumatologų organizacijos primygtinai rekomenduoja vengti šio laisvalaikio praleidimo būdo. Jei vis dėlto nepavyksta atsisakyti pramogų ant batuto, patariame bent jau laikytis keleto gyvybiskai svarbių taisyklių:

- vienu metu batutu naudotis gali tik vienas asmuo (nemaža dalis traumų yra nulemtos 2 ar daugiau sozinėtojų tarpusavio susidūrimo);
- nieku gyvu negalima atlikinėti ant batuto salto ir kitų akrobatiinių

manevrų (nusileidimas ant galvos ar kaklo gali baigtis mirtimi arba paralyžiumi visam likusiam gyvenimui);

- nepalikti batutu besinaudančių vaikų be priežiūros;
- neleisti vaikams iki 6 m. naudotis batutu;
- nestatyti batutų terasose, ant kitų paaukštinimų, greta laiptų, medžių, stulpų ir kitų struktūrų;
- visada naudoti apsauginį tinklą bei batutu spiralių apsauginį dangalą;
- nesinaudoti batutu, jei esate nėščia, prastai jaučiate, geriate vaistus ar esate apsavaigė.

Prisiminkite tai patys bei padidinkite su tais, kam tai galėtų būti aktualu.

Važiuojant paspirtuku nepamiršk savo bei kitų saugumo!

Aktyvus laisvalaikis yra neat siejama geros savijautos dalis. Ypač kai šiai laikais egzistuoja platus priemonių pasirinkimas, kurios puikiai tinka sveikatingumui puoselėti ar prisideda prie švaresnės aplinkos kūrimo. Vieną iš daugelio transporto priemonę aptarsime – paspirtuką, kad apsaugotume save bei aplinkinius nuo įvairių traumų.



Paspirtukas – susiseikimo priemonė, pritaikyta važiuoti stacionariams, pasispirtiant – lentele su dvemis ar trimis ratukais ar užkasti išskelta rankena. Paspirtukai yra trijų rūsių: paspirtukas be variklio, motorinis (elektrinis) paspirtukas ir elektrinis „paspirtukas“, dar kitaip vadintamas (elektrinis „čioperis“). Važiuojant sparčiai išpopuliarėjusiais elektriniais paspirtukais turime susipažinti su reikalavimais ir taisyklėmis, kad nekeltume sau bei aplinkiniams pavojus ir išvengtume nesusipratimų ar nelaimingų atsitikimų kelyje, kurių pasekmės gali būti labai skaudžios.

Važiuojant elektriniu paspirtuku, reikalingi asmens tapatybės dokumentai, AM (nuo 15 metų siekiant igyti šią kategoriją nėra privaloma baigtis vairavimo mokyklą, pakanka išlaikyti teorijos egzaminą „Regiroje“) ar kitos kategorijos vairuotojo pažymėjimas. Reikalinga transporto priemonės registracija bei valstybinis numeris, techninė apžiura bei civilinės atsakomybės draudimas. Taip pat privaloma dėvėti šalmą, leidžiama važiuoti važiuojamaja kelio dalimi, bet draudžiama važiuoti šaligatviu ir dviračiu juosta ar taku.

Vairuojant motoriniu (elektriniu) paspirtuku, kitaip vadintamu (elektriniu „čioperiu“), kurio išvaizda gerokai pakitusi nuo mums žinomos ir būdingos. Reikia žinoti motorinėms transporto priemonėms skirtas kelijų eismo taisykles, kad turėtume teisę važiuoti šia priemonė.

Norint (Nukelta į 9 p.)

Vasaros gėrybių nauda sveikatai

Vasara jau lepina mus šviežiomis uogomis, vaisiais ir daržovėmis – tai tikros vitaminų ir mineralų dovanos iš gamtos. Daržovės, vaisiai, uogos yra puikus vitaminų, mineralinių, skaidulinių ir fitocheminių medžiagų, pasižymintių antioksidaciniu savybėmis ir padedančiu apsaugoti mūsų organizmo ląsteles nuo žalingo laisvujų radikalų poveikio, šaltinis.

Vasaros gėrybės labai naudingos žarnynui, teigiamai veikia jo mikrobiotą, mažina puvimo procesus, aktyvina skrandžio ir žarnyno motorinę funkciją, padeda palaikyti organizmo rūgštių ir šarmų pusiausvyrą ir apsaugo nuo išvairių susirgimų.

Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) rekomenduoja kasdien suvalgyti bent po 400 g vaisių, uogų ir daržovių. Reikia atkreipti dėmesį, kad daržovių reikia valgyti daugiau negu vaisių ir uogų. Vaisiams, uogoms ir daržovėms

DARŽOVIŲ NAUDA SVEIKATAI

Salotos

Salotose yra kalio, magnio, natrio, fosforo, geležies, silicio. Jose gausu vitaminų, ypač vitamino C bei karotino, yra chlorofilo, karotinoidų ir kitų biologiskai aktyvių medžiagų.

Agurkai

Agurkuose yra labai daug vandens (vidutiniškai 94-96 proc.). Juose yra šiek tiek vitaminų C, B1, karotino. Iš mineralinių medžiagų daugiausia yra kalio. Agurkuose yra dažkių – chlorofilo ir karotenoidų.

Pomidorai

Pomidoruose daug vitamino C ir karotino, ne-mažai B grupės vitaminų, vitamino PP. Iš mineralinių medžiagų daugiausia yra kalio, mažiau magnio, kalcio, fosforo, geležies, jodo, vario, cinko, fluoro. Pomidoruose yra antioksidanto likopeno.

Baltieji ridikai

Jie turi daug vitamino C, kalio ir kalcio. Ridikams būdingas karčiai aštrus skonis ir savitas aromatas, nes jo sudėtyje yra glikozidų ir eterinių aliejų.

Zirniai

Zirniuose yra 78 proc. vandens, labai mažai riebalų, natrio ir daug

geležies, vitaminų A, C, B1, B2 ir niacinu.

Brokoliai

Juose labai daug mineralinių medžiagų (sieros, geležies, kalio, chromo), chlorofilo, vitaminų A, B, folio rūgštis ir vitamino C.

Baltagūžiai kopūstai

Kopūstų vertė labai didina juose esantį karotinas ir vitaminai B1, B2, K ir B6. Kopūstai kaupia labai vertingą vitaminų PP ir C derini. Kopūstuose daug kalio ir kitų mineralinių medžiagų – kalcio, fosforo, geležies, magnio, sieros, vario, mangano, kobalto, cinko ir kt. Kopūstuose yra vitamino U.

Morkos

Morkose yra mineralinių medžiagų (kalio, kalcio, fosforo, magnio, jodo, natrio, geležies), vitaminų (C, E, B grupių vitaminų, pantoteno rūgštis, B-karotino), fermentų, eterinių aliejų. Morkose yra riebaluose tirpių vitaminų. Morkose daug maistinių skaidulų.

Paprikos

Spalvinguose šio augalo vaisiuose – raudonuose, oranžiniuose, geltonuose ir žaliuose – yra daug B-karotino, vitaminų C, A, B, folio rūgštis, iš mineralinių medžiagų nustatoma fosforo, magnio, natrio ir kalio.

Obuoliai

Aviečių uogose ir lapuose gausu vitaminų

skirtingas spalvas suteikia fitochemikalai (dar vadinami fitonutrientais), kurie skatina imuninės sistemos veiklą, kovoja su bakterijomis ir virusais, slopina uždegimus ir kt. Daržovės, vaisiai ir uogos, kurių spalva yra raudona, turi daug antioksidantų. Padeda reguliuoti kraujospūdį ir saugo organizmo ląsteles nuo pažeidimų. Geltona ir oranžinė spalva rodo, kad šie vaisiai, uogos ir daržovės turi daug karoteno ir vitamino A. Žalias spalvos vaisiai, uogos ir daržovės suteikia energijos, apsaugo širdį, gerina medžiagų apykaitą, stiprina kaulus, raumenis ir gerina smegenų veiklą. Mėlynos ir violetinės spalvos vaisiai, uogos ir daržovės, kaip vynuogės, mėlynės ar baklažanai, pageirina virškinimo sistemos veiklą, yra puiki prevencinė priemonė nuo širdies ligų, reguliuoja cholesterolio kieki, saugo ląsteles nuo pažeidimų. Balta spalva rodo, kad šios gėrybės turės daug antibakterinių savybių (pavyzdžiui, česnakai). Baltos spalvos vaisiai ir daržovės stiprina imuninę sistemą.

Linkime visiems spalvingai skanios ir sveikos vasaros!

VAISIŲ IR UOGŲ NAUDA SVEIKATAI

Vyšnios

Vyšnių yra daug geležies, fosforo, vitaminų C ir E, daug flavonoidų.

Žemuogės

Žemuogėse yra nemažai vitamino C, ypač daug vitamino PP. Dėl geležies, vitaminų C ir B derinio žemuogės žmogaus organizme palaiko normalų kraujodaros vyksmą, todėl naudingos išvairaus amžiaus žmonėms, o ypač vaikams.

Mėlynės

Mėlynės turi daug vitamino (A, E, B1, B2, PP), jose daug kalio, fosforo, kalcio.

Braškės

Jose daug vitamino C. Iš mineralinių medžiagų daugiausia yra kalio.

Gervuogės

Šios uogos sukaupia didelį kiekį A, B grupės vitaminų, vitamino C ir ypač daug vitamino E.

Avietės

Aviečių uogose ir lapuose gausu vitaminų

(C, E, P, B1, B9, PP, karoteno), mineralinių medžiagų (geležies, vario, fosforo, jodo), ląstelienos, pektinų ir organinių rūgštis.

Agrastai

Agrastai turi daug vitamino (C, E, A), mineralinių medžiagų (K, P, Mg).

Juodieji serbentai

Šiose uogose yra biologiskai veiklių medžiagų, kurios teigiamai veikia žmogaus organizmą, o svarbiausia tai, kad naudingas yra beveik visas augalas – uogos, lapai ir pumpurai. Serbentuose yra vitamino C, B1, B2, B6, B9, D, E, K, flavonoidų, rauginių medžiagų, baltymų, glikozidų, eterinių aliejų ir cukraus (daugiausia glikozės ir fruktozės).

Aktinidijos

Šie į miniatūrinius kivius panašūs vaisiai – tikros vitamino C saugyklos. Aktinidijoje gausu mineralinių medžiagų, tačiau labiausiai jos vertinamos būtent dėl vitamino C.

Obuoliai

Obuoliuose yra B grupės vitaminų, vitaminių C ir PP, karotino, daug pektino. Obuoliuose yra daug kalio.

Išmanieji įrenginiai ir vaiko sveikata

Vaikų amžius, kuriame jie pradeda domėtis informaciniemis technologijomis, vis mažėja. Šiuolaikiniai vaikai su jais keliasi, valgo, eina į mokyklą, ruošia namų darbus, žaidžia žaidimus, žiūri filmukus, net eidami į lovą nešasi kartu.

Nuolatinis ir ilgą laiką išmanijuojantys prietaisai naudojimasis paveikia smegenis, miego kokybę, svorių, laikyseną, regejimą, elgesį, emocinę savijautą, socialinius įgūdžius ir net sukelia prieklausomybę. Spartėjant mobiliųjų ir kitų medių prietaisų naudojimui, keičiasi žmonių elgesenos ypatumai ir sveikatos praktikos. Nors šie pokyčiai neišvengiamai patliečia visas visuomenės grupes, rimčiausias pasekmes jie gali turėti būtent mažiem vaikams, nes šiame amžiuje vyksta itin intensyvi fizinė, kognityvinė ir emocinė raida, todėl bet koks testinis poveikis gali turėti reikšmingų ilgalaičių padarinį.

Vaikams priklausomybė nuo išmaniuojančių įrenginių yystosi nuolat naudojantis šiaisiai įrenginiuose, ypač žaidžiant vaizdo žaidimus. Vaizdo žaidimų metu smegenys išskiria dopaminą. Dopaminas – tai hormonas, žmogaus organizme stimuliuojantis pasitenkinimą ir laimę. Mokslišliai tyrimai atskleidė, kad vaizdo žaidimų metu išskiria beveik tokis pat kiekis dopamino, kaip vartojant narkotikus amfetaminą ar ritaliną. Tyrejai taip pat pastebėjo, kad žaidimų mėgejams pamačius patinkančio žaidimo vaizdą smegenys surėguoja taip, kaip vartojančių smegenys, susidūrusios su narkotikus primenančia medžiaga. Iš pirmo žvilgsnio tarsi nieko blogo – vaikas patiria džiaugsmą bei pasitenkinimą paprasčiausiai žaidamas kompiuteriu. Tačiau nuolat leidžiant laiką prie ekrano, kuris sukelia dopamino išsiskyrimą, organizmas ilgai pripranta prie tos būsenos. Tai reiškia, kad vaikas praleidamas tiek pat valandų prie kompiuterio kasdien jaus vis mažiau džiaugsmo, todėl jo organizmas prašys vis daugiau ir daugiau, kad pajustų tokį patį malonumą, kaip anksčiau.

Tyrimo rezultatais, ikimokyklinio amžiaus vaikų buvimas prie ekrano ypač siejasi su elgesio bei emocijų sutrikimų rizika. Todėl siekiant geros vaikų emocinės raidos ir didinant juo elgesio reguliaciją,

(Nukelta į 9 p.)

Miegas – geros dvasinės ir fizinės sveikatos pagrindas

Pasak Pasaulio sveikatos organizacijos (toliau – PSO), miegas yra vienas iš pagrindinių aspektų, norint pasiekti gerą dvasinę ir fizinę sveikatą, nes būtent poilsio metu yra atkuriama organizmo būklė ir jėgos.

Pagal A. Maslou piramidę miegas yra priskiriamas pirmajai pakopai, kuri nurodo fiziologinius žmogaus poreikius. Jeigu šie poreikių, esantys pačioje piramides apačioje, nebūtina patenkinti, tai nebūtina patenkinti ir likusieji. Miegas yra priskiriamas pirmajai pakopai, nes jis yra būtinas žmogaus fiziniam pajėgumui, imunitinėi sistemių, nervų sistemos funkcionavimui. Jei miego būna per mažai ar jis yra netinkamas, prastėja koncentracija, sutrinka atmintis, fizinė veikla bei padideja fizinis, psichologinis nuovargis, kliaudių atsiradimo tikimybė, emociskai išsenkama. Tokiais atvejais, kai žmogus ilgą laiką kokybiškai neišsimiega, gali atsirasti nuotaikų syravimų bei halucinacijų. Taip pat sutrikę miegas gali padidinti išvairių ligų riziką, lėtinį ligų paumėjimą. Dažnai mes leidžiame sau pamiegoti „pietu ar grožio miegelį“, tačiau dienos miegas nėra visavertis dėl triukšmo, šviesos bei gyvenimo ritmo.

• **Alkoholis.** Duomenys rodo, kad alkoholis padeda greičiau užmigti, todėl dažnai žmonės vartoja ji prieš miegą. Tačiau alkoholis sutrikdo paskutinę miego fazę ir miegas lieka nekokybiškas, todėl alkoholio nereikėtų vartoti nemigos problemai spręsti.

• **Sportas.** Fizinis aktyvumas dienos metu pagerina miego kokybę, tačiau sportas, likus keliamioms valandoms iki miego, gali pabloginti užmigimą bei miego kokybę.

• **Sunkiai virškinamas maistas.** Nerekomenduojama prieš miegą valgyti sunkiai virškinamo maisto, nes tai trikdį miegą. Rekomenduojama paskutinį kartą valgyti iki miego likus 2–3 valandoms, bet tik lengvą užkandį.

PATARIMAI, KURIE JUMS PADĒS LENGVIAU UŽMIGTI IR PUIKIAI IŠSIMIEGOTI:

• **Miego laikas.** Kiekvieną rytą kelkiteis ir kiekvieną vakarą eikite miegoti tuo pačiu metu.

ATSTATO KŪNA

PALAIKO ŠIRDIES SVEIKATĄ

MAŽINA STRESĄ

GERINA ATMINTĮ

REGULIUOJA KŪNO SVORĮ

MAŽINA DIABETO RIZIKĄ

STABDO NUOTAIKOS SYRAVIMUS

MIEGO NAUDA

• Telefonai, kompiuteriai ir kitos technologinės priemonės. Nerekomenduojama šiuo prietaisu laikytis savo miegamajame, o ypač jais naudotis prieš einant miegoti.

• **Miego aplinka.** Prieš miegą išvédinkite patalpą. Pasistenkite iš miegamos patalpos pašalinti triukšmą keliančius prietaisus (ventiliatorius ir pan.), nes tai turi neigiamą poveikį miegiui. Jeigu yra galimybė, lova turėtų būti skirta tik miegui, o ne kasdieniam pasėdėjimui, namų darbams daryti ir pan. Kai būsite susikoncentruoti tik į tai, kad lova skirta miegui, atsigulė greičiau užmigsite.

Jeigu minėtos rekomendacijos Jums nepadeda, tuomet vertėtum apsilankytis pas gydytoją ir pasikalbėti apie savo miegą.

Dantų silantavimas – efektyvi apsauga nuo dantų éduonies

Valstybinė ligonių kasa prie Sveikatos apsaugos ministerijos (VLK) primena, kad tėvai, auginantys vaikus nuo 6 iki 14 metų, kviečiami pasinaudoti nemokama savo atžalų nuolatinės krūminės dantų silantavimo paslauga. Visos išlaidos už dantų silantavimą bus padengtos iš Privalomojo sveikatos draudimo fondo (PSDF).

Silantai – tai skysta plombinė medžiaga, kuri užpildomas nuolatinės krūminės nesugeodusiu dantų vagėlių. Taip dantys apsaugomi nuo dantų éduonies, juos lengviau valyti. Jei silantas iškrenta, krūminė dantų dengimo silantinėmis medžiagomis procedūra kartoja.

(Nukelta į 9 p.)



Ką reikia žinoti apie nemokamą vaikų dantų silantavimą?

Skirta vaikams nuo 6 iki 14 metų.

Kreipkitės į savo polikliniką arba odontologijos kliniką.

Silantuojamieji sveiki nuolatiniai krūminiai dantys.

Šis infografikas yra teikta VLK (Valstybinė ligonių kasa prie Sveikatos apsaugos ministerijos) nuolatinės kr



Birštono versmės

2019 metais sėkmingai dirbusi „Eglės sanatorija“ šiemet planuoja rekordinį nuostoli

Dvi didžiausias Lietuvoje sanatorijas Druskininkuose ir Birštone valdančios AB „Eglės“ sanatorijos grupės konsoliduotosios pajamos 2019 metais paauglio 20 procentų ir pasiekė 28,7 mln. eurų. Metinis grupės grynas pelnas iš pagrindinės veiklos siekė 3,9 mln. eurų ir buvo 1 mln. eurų didesnis nei 2018 metais. Tačiau dėl šiai metais prasidėjusios pasaulinės COVID-19 pandemijos ir sustabdytų paslaugų įmonė planuoja rekordinį nuostoli. Pajamos gali kristi daugiau nei 50 procentų.



Praėjusiais metais augo klientų srautai ir pajamos

„2019 metai „Eglės sanatorijai“ buvo sėkmingi ir dėl ilgamečio įdėlio, ir dėl palankių ekonominėjų aplinkybių. Praėjusiais metais augo daugelio mūsų pagrindinių rinkų ekonomikos, gyventojų pajamos, geri buvo ir žmonių lūkesčiai,“ – teigė AB „Eglės sanatorijos“ generalinis direktorius **Artūras Salda**.

Praėjusiais metais lovadieniu skaičius išaugo net 14 procentų. Sparčiausiai augo klientų srautai iš Izraelio (+76%), Lietuvos ir Latvijos (po +18%) bei Vokietijos (+7%). Tolgyiai augo ir skirtinguose kurortuose – Druskininkuose bei Birštone – esančių sanatorijų klientų srautai.

„Labai džiugu, jog mūsų ilgametę patirtį, specialistų kompetenciją, holistinį požiūrį ir procedūroms naudojamą gydomajį purvą bei mineralinį vandenį taip vertino ne tik klientai iš Vokietijos, Rusijos, Izraelio, tačiau daugiau savo sveikata rūpinosi ir lietuvių, – džiaugėsi „Eglės sanatorijos“ direktorius medicinai **Arydas Balčius**. – Gailiai, jog ne visi įvertiname, kokias priekias slygas sveikatinimuisi turime Lietuvoje.“

Beveik 80% pajamų įmonė gavo iš klientų, kurie už paslaugas moka savo lėšomis. Tiek kiek daugiau nei penktadalį savo pajamų įmonė gavo iš Valstybinės ligonių kasos už Privalomojo sveikatos draudimo fondo lėšomis finansuojama medicininė reabilitacija.

„Daugiau nei pusę visų lovadieniu užėmė lietuvių, likusių dalį – užsieniečių, tarp kurių daugiausia klientų iš Vokietijos, – teigė A. Salda. – Toliau rikiavosi Rusijos, Izraelio bei Latvijos piliečiai.“

2019 metais išaugo ir klientų vertinimai. Klientų rekomendacijų rodiklis išaugo nuo 9,0 iki 9,1 balo, o net 83% klientų teigė, jog planuoja grįžti ateityje (2018 metais tokius klientų buvo 81%).

Investicijos į klientų patogumą ir paslaugų kokybę

AB „Eglės sanatorijos“ grupė 2019 metais įvairiomis investicijomis skyrė daugiau nei 2 milijonus eurų, iš kurių apie 300 tūkst. eurų buvo skirti vien medicininės įrangos atnaujinimui bei modernios įrangos įsigijimui. Kitos investicijos buvo skirtos klientų komforto gerinimui bei gydyklos infrastruktūros Druskininkuose atnaujinimui.

Sparčiai didėjo atlyginimai

„Augusios pajamos leido mums sparčiau nei rinkoje didinti atlyginimus darbuotojams, – pasidžiaugė įmonės generalinis direktorius. – Taip pat praplėtėme ir papildomų naudų darbuotojams sąrašą.“

2019 metų vidutinis pilnu etatu dirbančio darbuotojo atlyginimas per metus išaugo net 18% ir pasiekė 1045 eurus ir buvo šiek tiek aukštesnis nei Druskininkų savivaldybės vidurkis bei nedaug atsiliko nuo Birštono savivaldybės vidurkio.

„Įmonėje dirba beveik 900 darbuotojų, iš kurių 39% medicinos darbuotojai ir 61% – kitas aptarnaujantis personalas“, – komentavo A. Salda. Pasak jo, darbo užmokesčio sąnaudos 2019 metais sudarė net 48 procentus visų išlaidų.

„Šis skaičius išaugo ir todėl, jog įmonės politika yra dalintis kartu sukurtais rezultatais su kolektyvu, – paaiškino A. Salda. – Todėl per 2019 metus išmokėjome beveik 800 tūkst. eurų premijų.“

2020 metais planuoja rekordinį nuostoli

Šių metų kovo viduryje šalyje dėl COVID-19 epidemijos paskelbus karantiną, buvo visiškai sustabdyta medicininės reabilitacijos bei sveikatinimo paslaugų teikiančių įstaigų veikla. Tik gegužės pabaigoje įmonė galėjo dalinai atnaujinti veiklą, o paslaugų teikimas buvo

smarkiai apribotas įvairių su karantinu susijusių reikalavimų.

„Dirbame viename labiausiai nuo šios epidemijos nukentėjusių sektorius, – komentavo A. Salda. – Veiklos sustabdymas buvo labai stagišus, teko per labai trumpą laiką pasirūpinti saugiu daugiau nei 1000 klientų evakavimui, kurie tuo metu pas mus gyveno. Turime labai didelę infrastruktūrą, kurią išlaikytį net ir nevykdant veiklos kainuoja labai daug, todėl karantino menešiai pareikalavo didelių finansinių resursų, net ir įvertinant Valstybės pritaikytas lengvatas bei kompenzacijas.

2020 metais įmonė planuoja, jog pajamos kris daugiau nei 50 procentų ir bus fiksuotas rekordinis nuostolis. Tačiau ir ši prognozė gali būti per daug optimistiška, jei šių metų rudenį ateitį antra pandemijos banga ir verslą vėl tektų uždaryti.

„Nors veiklos sustabdymas jau pats savaimė buvo labai didelis smūgis ir psichologiskai, ir finansiškai, tačiau didžiausiai iššūkiai mūsų dar tik laukia, – teigė A. Salda. – Beveik pusę visų mūsų pajamų gaudavome iš užsienio klientų, kuriems bent kol kas yra draudžiamā atvykti į Lietuvą.

Ekspertai viliasi, jog, negalėdami ar nenorečiami vykti į užsienį, lietuvių šiemet atostogoms rinksis Lietuvos kurortus, tačiau ir tai labai priklausys ir nuo Vyriausybės sprendimų dėl karantinio reikalavimų, ir nuo žmonių finansinės situacijos ir lūkesčių.“

AB „Eglės sanatorijos“ grupę sudaro AB „Eglės sanatorija“ ir dukterinė įmonė UAB „Birštono šaltinis“, valdanti sanatorijos status Birštone. 98% AB „Eglės sanatorijos“ akcijų priklauso UAB „Visnorus“, likusios – smulkiesiems akcininkams.

AB „Eglės sanatorijos“ informacija

CAPITAL
PAGALBA VISAI
NT KLAUSIMAI
-PANDAUJAS
-NUOMA
-VETINIMAS
-KREDITAVIMAS

JOLITA VILKĖ
+370 674 31976
jolita.vilke@capital.lt

Gyvenimas tesiasi – nepamirškite užsiprenumeruoti „Gyvenimą“ su „Birštono versmėmis“ ir II šių metų pusmečiui!

„Gyvenimą“ galite užsiprenumeruoti paštuose, pas laiškančius, platinimo agentūroje Birštone, redakcijoje ir elektroniniu paštu: zina@gyvenimas.info.

**„Gyvenimas“
- laikraštis Jums
ir apie Jus!**

Dėl prof. J.Kazlausko premijos skyrimo

Birštono savivaldybė yra įsteigusi Jono Kazlausko premiją, kuri šios srities specialistams teikiama nuo 1990 m.

Šiemet Vilniaus universiteto Baltistikos katedra rekomendavo skirti premiją VU Baltistikos katedros doc. dr. Miguelui Villanuevui Svenssonui – už baltų kalbų istorinės gramatikos tyrimus iš indoeuropeistikos perspektyvos.

M. Villanuevas Svenssonas Vilniaus universitete dėsto indoeuropiečių kalbotyros ir kultūros pagrindus, lotynų, graikų, kalbų istorinę gramatiką, veda senųjų kalbų kursus, skaito paskaitas apie baltų kalbas, dalyvauja ir vadovauja tarptautiniams projektams, yra publikavęs per 60 mokslo darbų ir kt.

Pacientai pasigenda odontologinių paslaugų

Prie Birštono pirminės sveikatos priežiūros centro prisirašės pacientas skundėsi, kad, supūliavus dančiu, išstaigoje jis negalėjo gauti būtinisos pagalbos, nes gydytoja odontologė į kurortą atvažiuoja dirbtis tik pirmadieniais ir penktadieniais.

Vyras Birštone bandė ieškoti kitų specialistų ir sužinojo, kad „Versmės“ sanatorijos patalpose veikusi stomatologinė klinika jau uždaryta. Galiausiai jis sutiko priimti privataus kabineto, veikiančio Prienuose, gydytoja, kuri ir ištraukė skaudantį dantį.

Birštono PSPC direktorius **Dainius Kryžanauskas** apgailestavo dėl to, kad pacientas patyrė nepatogumą, tačiau, jo teigimu, vasarą pacientų srautai yra ne-

dideli, ir išstaiga negali užtikrinti pakankamo darbo krūvio bei atitinkamo atlyginimo gydytojai odontologei, todėl ji dirba dvi dienas per savaitę.

Vis dėlto direktorius minėjo, kad nuo rudens ketinama tekti daugiau odontologinių paslaugų birštoniečiams, bus ieškoma dar vieno gydytojo, kuris galėtų dirbti likusiomis savaitės dienomis.

„Birštono versmių“ informacija

Miško medžių genetinių išteklių apsauga

Svarbiausias miško medžių genetinių išteklių apsaugos tikslas – genetinės įvairovės išsaugojimas ateinančioms kartoms, vietinėms medžių rūšims ir jų populiacijoms atskiriant ar jas atkuriant dirbtiniu būdu ir prisitaikant prie kintančių aplinkos sąlygų.

Dabar visi daugiau ar mažiau supranta biologinės įvairovės reikšmę, tačiau genetinė įvairovė, be kurios negali egzistuoti biologinė įvairovė, dažnai nepelnystai užmirštama. Genetinė įvairovė – visos biologinės įvairovės pagrindas, nes tik paveldimumo nulemtos adaptacijos dėka rūšys, populiacijos ar atskiri individai prisitaiko prie besikeičiančių klimato ir aplinkos sąlygų, sugeba išlikti ir turėti palikuonių. Kalbant paprasčiau,

(Nukelta į 6 p.)



Stanislovo Moravskio SKAITYMAI

Ustronės dvoro duris praverės...

Liepos 24 d. (penktadienį) 18 val. Birštono kurhauze

Apie klasicizmo atspindžius

Stanislovo Moravskio dvoro rūmuose pasakos architektūologas, architektas, architektūros paveikslėjas **Marius Daraškevičius**

Stanislovo Moravskio kūrybą skaičius aktorius **Andrius Bialobžeskis**

Renginį ves istorikė, hum. m. dr. **Reda Griškaitė**

Dainuosis

„Ažuolų klubo“ vyrų choras (meno vad. prof. Povilas Grylys)

Renginį organizuoja



Vakaro mecenatai: Rūta ir Rimvydas Baranauskai

Miško medžių genetinių išteklių apsauga

(Atkelta iš 5 p.)

labai pablogėjus medžių rūšies gyvavimo sąlygoms (klimato šiltėjimas, ligos, kenkėjai, aplinkos užterštumas ir kt.), tikt genetinė rūšies įvairovė lemia, ar rūšis išsiliks. Jei genetinė įvairovė pakankama, net ir sunkiausiomis sąlygomis keletas individų išsiliks, užtikrindami rūšies tēstinumą ir atskirinimą. Todėl miško medžių genetiniai ištekliai – labai vertingas mūsų šalies nacionalinis turtas. Nei vienas gyvas organizmas negyvena amžinai, visi būna jauni, pasensta ir pasiekia irimo stadiją. Taip atsitinka ir su medžiais: kadangi jų gyvenimo trukmė gera kai viršija žmogaus gyvenimo trukmę, dažnai mums apgaulingai atrodo, kad medžiai gali gyventi amžinai. Tačiau medžiai, kaip ir žmonės, išleka tik savo palikuonių dėka. Todėl miškininkai ir skiria daug laiko ir lėšų, atkurdami miškus, formuodami naujas miško kartas ir taip išsaugodami mūsų miškų genetinę įvairovę.

Medžių genetinę įvairovę „pačiupinėti“ sunku – tai populiacijų ir atskirų individų požymiu visuma, užkoduota medžių DNR. Kuo tu požymiu daugiau ir jie įvairesni, tuo genetinė įvairovė didesnė. Todėl miškininkai ieško šios įvairovės gausos arba išskirtinumo „centrų“ vietinėse miško medžių populiacijose ir juos saugo *statiniais* ir *dinaminiais* metodais.

Statinis metodas – medžių genetinės medžiagos (sėklų, žiedadulkų, audinių) saugojimas genų banko saugyklose. Genetinė medžiaga saugoma šiais metodais – temperatūros pagalba sulėtinus virus gyvybinius procesus ir užšaldžius ją labai žemoje temperatūroje. Saugant genetinę medžiagą sulėtinus gyvybinius procesus prieš padedant sėklas į saugykla jos išdžiovinamos iki 3–6 proc. drėgnumo, priklausomai nuo medžio rūšies, ir hermetiškai supakuojamas į laminuotus folijos maišelius. Taip paruoštos sėklas saugomas šaldikliuose iki -30°C temperatūros. Tokios laikymo sąlygos užtikrina sėklų išsilaidymą keleta dešimtmecių (spylgiuočių – iki 40 metų). Saugykla kasmet papildoma naujaus sėklų pavyzdžiais iš genetinių miško medžių išteklių objektų ir nuolat atnaujinama.

Saugant genetinę medžiagą susibaudžius gyvybinius procesus -196°C temperatūroje, ją galima laikyti neribotą laiką. Naudojant šį metodą gali būti saugomos ne tik sėklas, bet ir augalų dalys (pumpurai, meristemos), iš kurių augalas gali būti regeneruotas naudojant *in vitro* metodą – mėgintuvėlyje specialioje terpéje iš organo gabaliuko, sprogdinant pumpurus ar kaliuso ląstelių. Šis metodas turi pranašumą: ji

naudojant galima gauti neribotą skaičių klonuotų sodmenų, saugoma medžiaga užima mažai vietos, todėl galima išsaugoti didelį individų skaičių, augalai užauginami per gana trumpą laiką bet kuriuo metu laiku, išauginami sterilūs augalai, neužkrėsti ligomis.

Miško medžių genetiniai ištekliai Lietuvoje šiuo metu saugomi dvejuose genų bankuose: Augalų genų banke Dotnuvoje (šaldikliuose) ir Valstybinėje miškų tarnyboje Kaune (šaldikliuose ir skystame azote).

Dinaminis genetinių išteklių išsaugojimas – tai medžių populiacijų ar jų dalių saugojimas jų kilmės vietose *in situ*, taikant įvairias priemones jiems atkurti, išlaikant tą pačią populiacijos genetinę įvairovę. Tai medynų, skirtų genetinei įvairovei išsaugoti, atkūrimas, apsauga ir priežiūra. Svarbiausiai dinaminio genetinių išteklių išsaugojimo pranašumas, lyginant su statiniu, – jis garantuoja pastovą populiacijų ir atskirų individų prisitaikymą prie besikeičiančių aplinkos sąlygų daugelyje kartų. *Dinaminis* genetinių išteklių saugojimo metodas sudaro sąlygas vykti nuolatinei medžių ar jų populiacijų adaptacijai kintant aplinkos sąlygoms. Saugant dinaminiais metodais turi būti formuojama įvairiaamžė medyno struktūra ir sudaromos sąlygos medynui nuolat atskurti, t. y. medyne visų amžiaus klasės medžių turi būti maždaug vienodos kiekis: suformavus 3–5 skirtingo amžiaus miško plotus (jaunuolyną, pusamžių, pribrestantį, brandų ir perbrendusį), visuomet turėsime pakankamai gyvybingą, prie besikeičiančių aplinkos sąlygų nuolat prisitaikantį medyną. Nenukentės ir kitų gyvūnų, ir augalų rūšių biologinė įvairovė – joms išsikioti ir tarpti taip pat reikia įvairių medyno ontogenesės stadijų. *Dinaminis* metodas – patikimiausias miško medžių genetinių išteklių apsaugos būdas. Medžių genetinių išteklių nykimą gerai iliustruoja pries 30–50 metų išskirti gamtiniai rezervatai, kuriuose, nevykdant jokios ūkinės veiklos, medžiai perseno ir nedera. Todėl ir būtina medžių genetinių išteklių objektuose taikyti ūkines priemones, išskaitant kirtimus. Priešingu atveju jų vietoje susiformuos kitų medžių rūšių medynai ar krūmynai, o saugomos medžių rūšies genetinę įvairovę bus negrižtamai prarasta.

Lietuvos miškuose atrinkti, saugomi ir prižiūrimi 160 genetinių draustinių ir medynų, 2772 rinkiniai medžiai. Išsamiau apie juos galima sužinoti Valstybinės miškų tarnybos interneto svetainėje adresu www.amvmt.lt.

Informacija parengta Aplinkos ministerijos užsakymu. Užs.Nr.35

SLEGIA KREDITAI AR PRITRŪKAI PINIGU? Tiesiame Jums pagalbos rankai! Akimirksniu palengvinsime Jūsų naštą. **PASKOLOS** nuo 100 iki 5000 eurų, nuo 2 iki 36 mėnesių. **REFINANSAVIMAS** nuo 500 iki 7000 eurų, nuo 6 iki 36 mėnesių. Konkurencingai itin mažos palūkanos rinkoje. Be užstato, be užslėptų sutarties sudarymo mokesčių. Kreiptis tel. 860150935. Tarpininkas Ričardas. Individualios veiklos pažyma Nr.621263. Kredito davėjas „UAB LSV Intergrup“

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

Alytaus
Naujienos

Santaka

Suvalkietis

Gyvenimas tėsiasi – nepamirškite užsiprenumeruoti „Gyvenimą“ su „Birštono versmėmis“ ir II šių metų pusmečiui!

Specialistas
pataria

Valstybinė maisto ir veterinarijos tarnyba atkreipia dėmesį į tai, kad atėjus vasarai yra gana karšta ir **rekomenduoja** gyvūnų laikytojams bei gyvūnų vežėjams saugoti gyvūnus nuo perkaitimo ir saulės smūgio. Staigus oro temperatūros pakilimas kelia papildomų rūpesčių ir gyvūnų laikytojams, ir gyvūnų vežėjams bei veterinarijos gydytojams.

Ūkiniai gyvūnų laikytojams. Esant karštiems orams padidėja iš organizmo išskiriamų skystių kiekis. Dėl šių priežascių pakinta gyvūno organizmo kraujotakos, nervų sistemos ir kitų organų bei audinių fiziologinės funkcijos, todėl ir ganyklose, ir gyvūnų laikymo patalpose laikomi gyvūnai turi turėti galimybę pakankamai atsigerti arba bent jau reguliariai, keli kartus per dieną turi būti pagirdomi. Gyvūnų laikytojai turėtų pasirūpinti, kad gyvūnai nebūtų laikomi saulės atokaijoje karščiausiu dienos metu. Tam puikiai pagelbėtų medžių paunksnė ganykloje, vidurdienį gyvulių parginimas į turtus, gyvūnų aplastymas vandeniu. Jei gyvuliai nuolat laikomi tvarte, o taip pat paukščių fermose, turi būti užtikrinama pakankamai efektyvi védinimo sistema.

Gyvūnų laikytojai, pastebėjė šiluminiam perkaitimui bei saulės smūgiui būdingus gyvūnų elgsenos pakitimus: dažnai paviršinių kvėpavimų, stiprų prakaitavimų, neramius su sutrikusia judesių koordinacija gyvūnus, visų pirma, privalo apsaugoti gyvūnus nuo tiesioginių saulės

spindulių, atvésinti gyvūnus įreniant pavėsines, apipilant vandeniu ir dėl tolimesnio gydymo kreiptis į privačius veterinarijos gydytojus.

Karščių metu gyvūnus puola **kraujasiurbiai vabzdžiai**. Gyvulių, sugelgtų uodus, vargina niežėjimas, patinimas. Kraujasiurbiai gyvūnus ir erzina, nes nuolat aplink suka ratus, lenda į akis, šnerves. **Bitės, širšės, vapsvos.** Šių vabzdžių įkandimas gyvuliu sukelia labai stiprų skausmą, patinimą, įvairias alergines reakcijas, kurios gali nusinešti net gyvybę. Bičių nuodams ypač jautrūs jauni kumeliukai. Labai svarbu pastebėjus išgelimo požymius (paraudimą, ištinimą, pasunkėjus kvėpavimą, paklusia temperatūrą, viduriavimą, trauklius), kuo greičiau kreiptis į veterinarijos gydytoją. Gyvūnų laikytojai turėtų pasirūpinti gyvūnų apsauga nuo vabzdžių. Ganyklose ganomieis gyvuliams šios priemonės turėtų būti naudojamos reguliariai, atsižvelgiant į priemonių naudojimo instrukcijose nurodytus naudojimo reikalavimus. Apsaugos nuo vabzdžių priemonių galima įsigyti veterinarijos vaistinėse. Salyje kasmet nuo vabzdžių nukenčia nemazai gyvulii, atskirais atvejais vabzdžių antpuoliai baigiasi gyvulii mirtimi.

Gyvūnų vežėjams. Aukšta lauko temperatūra bei drėgmė keičia gyvūnų gerovės sąlygas juos vežant. Gyvūnų vežėjai ir gyvūnų palydovai turėtų atkreipti dėmesį transporto priemonių būklę, naudoti sunkvežimius su šviesiais stogais, kad mažiau sugertų saulės šilumos. Veži-

mo metu transporto priemonėje su teikti didesnį plotą gyvūnams, padidinti aukštį virš gyvūnų galvų, kad pagerėtų oro cirkuliaciją, ypatingai ilgų kelionių metu. Turi būti pakankamas kiekis pakratų, pašaru, daugiau vandens atsargų. Nereikėtų planuoti ilgų kelionių karščių metu, planuoti įvairius vėlesnius paros metus. Trumputį kelionių metu, vežant gyvūnus į skerdyklas, jas planuoti anksti ryte ar vakare.

Gyvūnų augintinių laikytojams. Per karščius niekada jokiomis aplinkybėmis nepalikite šuns ar katės automobiliuje. Žmonės neretai planuoja užbegti į parduotuvę tik kelioms minutėms ir mano, kad gyvūnui nieko nenutiks. Kitiemis atrodė, kad pakanka palikti per centimetrą pravertus langus ir viskas bus gerai. Tačiau realiai palikti augintini kaistančioje mašinoje yra netgi labai negerai. Net ir minutei. Spigiant vasarinei saulei automobilio stogas greitai stipriai iškaista, o parkavimo aikštélėse, kaip taisykla, medžių ir pavésių būna retai. Šilumos smūgis „trinktelį“ labai netiketai ir kartais išgelbėti gyvūnų jau gali būti per vėlu. Gyvūno palikimas įkaitusime automobiliuje gali būti traktuojamas kaip žiaurus elgesys su gyvūnais. Važiuojate apsipirkti – palikite augintini namuose.

Vasara – puikus metų laikas. Bet tuo pačiu joje slypi ir nemažai pavojų. Saugokimės patys ir nepamirškime saugoti savo gyvūnus.

Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos informacija

Nauji „Tele2“ pasiūlymai: neriboti duomenys, internetas namams ir nuolaidos telefonams

Vasarą norisi savęs neriboti ir naudotis internetu tiek, kiek reikia, ten, kur tik bebūtum. Neribotą mobilųjį internetą, „Laisvą internetą“ ir „iPhone“ išmaniuosis šiuo metu galima įsigyti itin patraukliomis kainomis. Pasiūlymai jau dabar galima pasinaudoti operatoriaus salonuose ir internetinėje parduotuvėje www.tele2.lt.

Neriboti mobilūs duomenys parai

Vasaros sezono metu gyvename aktyviau nei įprastai – plaukiamo baidarėmis, einame į žygius ar leidžiame laiką prie ežero. Tokiomis aktyviomis dienomis gali prireikti ir daugiau mobiliaus interneto duomenų.

Gera naujiena – šiuo metu neribotus gigabaitus duomenų parai galima užsisakyti vos už 3 Eur. Papildomus duomenis užsakytu labai paprasta – prisijunkite prie mobiliaus tinklo, eikite į www.narsys-tele2.lt arba į „Tele2“ savitarną ir užsisakykite vienkartinį neribotų GB parai paketą vos per kelias sekundes.

Neriboti duomenys parai įsigylios iškart juos užsakius. Be to, iš suteiktų duomenų 1.42 GB galios ir ES šalyse.

„Tele2 Laisvas internetas“ – veikia ten, kur esate jūs

Tiems, kurie ieško kokybiško interneto namams, sodybai ar kelionei, rekomenduojame išbandyti „Tele2 Laisvo interneto“ paslaugą. Ji ypatinga tuo, kad ja naudotis labai paprasta, o įdiegimui nereikia jokių kabelių ar meistrų.



„Laisvas internetas“ nėra priėmias prie gyvenamosios vietas adresu ir veikia bet kuriuose namuose – ten, kur tik galite rasti rozetę. Paslauga veikia net 99 proc. Lietuvos teritorijos, tad interneto modemą galite pasiimti su savimi ir prie jo prijungti daug skirtingų išmaniųjų įrenginių.

„Tele2 Laisvą internetą“ su 12 ar 24 mėn. sutartimi galima užsisakyti vos nuo 4,90 Eur/mėn. Siūloma rinktis iš 25 GB, 50 GB, 100 GB, 200 GB ir neribotų gigabaitų duomenų planų pagal poreikių. Taip pat šiuo metu taikoma speciali akcija – įsigijus bet kurį „Laisvo interneto“ planą, pirmą mėnesį duomenys bus neriboti.

„Tele2 Laisvo interneto“ pasiūlymas dar geresnėmis sąlygomis galioja „Tele2“ klientams, turintiems 1 ir daugiau pokalbių planų vieno vartotojo vardu, o nuolaidos dydis priklauso nuo turimų numerių skaičiaus. Pasiūlymas galioja pasirašant 24 mėn. sutartį kartu su įrangą (modemu, kompiuteriu arba planšete).

Didysis „iPhone“ telefonų išpardavimas

Jeiseniai svajojate įsigyti „iPhone“ išmanųjį telefoną – dabar puikus metas tai padaryti. Šiuo metu įvairiems „Apple“ telefonų modeliams taikomos ypatingos nuolaidos.

Didžiausia nuolaida taikoma prabangaus dizaino, 64 GB atminties „iPhone XS“ modeliui, kuris išskiria ryškiu ir dideliu 5,8 colių „Super Retina“ ekranu, dviguba aukštos kokybės kamera ir pažangiu „A12 Bionic“ lustu. Išmanusis pagamintas iš tvirto nerūdijančio plieno korpuso, atsparus vandeniu bei dulkėms. Taip pat čia veikia ir „Face ID“ veido atpažinimo technologija.

Sutaupyti galite ir įsigydami populiarųjį „iPhone 7“ modelį su 32 GB vidine atmintimi. Šis išmanusis vertinamas dėl savo funkcionalumo, patvarios baterijos ir stilingo, elegantiško dizaino. Telefonas pasižymi ir ypač daug šviesos praleidžiančia 12 MP kamerą, kuri padės daryti ryškias ir detalias nuotraukas.

Be šių modelių, nuolaidos taikomos ir „iPhone XR“, „iPhone 8“, „iPhone 8 Plus“ ir kitų gaminėtių išmaniesiems telefonams.

Daugiau apie pasiūlyme dalyvaujančius įrenginių modelius, nuolaidas, sąlygas, mokesčius ir taisykles sužinosite www.tele2.lt, „Tele2“ salonoose ar paskambinius 117.

Telefonams papildomai taikomas vienkartinis laikmenos mokesčis. Akcijos laikas bei įrenginių kiekių – riboti.

Vairavo neblaivūs

Birželio 18 d. apie 13 val. Prienų r., Naravų k., Nemuno g., patikrini-mui sustabdžius automobilį „Opel Zafira“, ji vairavęs neblaivus (3,42 prom. alkoholio) vyros (g. 1963 m.) buvo sulaikytas ir uždarytas į areš-tinę.

Birželio 21 d. apie 14 val. Prienų r., Stakliškių sen., Būdų k., neblaivus (1,90 prom.) vyras (g. 1976 m.), neturėdamas teisės vairuoti trans-perto priemonę, vairavo automo-bilį „VW Passat“ be registracijos, nedraustas privalomuoju draudi-mu, kliudė priešpriešais važiavusi motociklą „Yamaha“, vairuojamą vyro (g. 1993 m.). Paskui „Yamaha“ važiavęs motociklininkas (g. 1978 m.), vairuodamas „Suzuki“ moto-ciklą, bandydamas išvengti susidū-rimo, nukrito nuo transporto prie-monės. „VW Passat“ vairuotojas buvo sulaikytas ir uždarytas į areš-tinę.

Birželio 21 d. apie 15 val. 30 min. Prienų r., Tartupio k., neblaivus (1,94 prom.) vyras (g. 1952 m.) vairavo traktorių MTZ be regis-tracijos, privalomosios techninės ap-žiūros, nedraustas privalomuoju draudimu. Vairuotojas buvo sulaikytas ir uždarytas į areš-tinę.

Birželio 24 d. apie 8 val. 30 min. Prienų r., Pakumprio k. ke-lyje Kaunas-Prienai-Alytus, neblaivus (1,98 prom.) vyras (g. 1998 m.), vairuodamas automobilį BMW 320I, atstrenkė į priekyje važiavusį automobilį „Toyota Yaris“, vairuojamą moters (g. 1970 m.). Eismo įvykio metu žmonės nenukentėjo, apgaudintos transpor-to priemonės. BMW automobilio vairuotojas buvo sulaikytas ir uždarytas į areš-tinę.

Nelaimė darbe

Birželio 18 d. apie 16 val. 50 min. į Kauno klinikas pristatytas vy-ras (g. 1975 m.), kurį dirbant Prienų r., Veiverių sen., Skriaudžių k., pirmiai duomenimis, prispaudė irengimai. Ivykio aplinkybes aiš-kinasi policija.

Vagystės

Birželio 11 d. apie 18.00 val. Prienuose UAB direktorius pastebėjo, kad neaptvertijo ir nesaugomo-jamoje aikštelyje nuo vilkiko prie-kabos pagrobti galinai žibintai. Padaryta 750 eurų žala.

Birželio 19 d. Alytaus apskr. VPK Prienų r. PK gautas UAB direktoriaus pareiškimas apie tai, kad 2020-06-16, apie 12.00 val., atvykus į nesaugomą teritoriją Prienuose, pastebėjo, jog pagrobti skar-dos lankstiniai. Padaryta 4850 eurų nuostolio.

Birželio 20 d., apie 12.00 val. vyros, gim. 1961 m., pastebėjo, kad išsbrauta į sodybos, esančios Prienų r. sav., ūkinį pastatą, iš kur pavogti du benzininiai pjūklai. Padaryta 650 eurų nuostolio.

Birželio 20 d., apie 12.00 val. vyros, gim. 1957 m., pastebėjo, kad išsbrauta į sodybos, esančios Prienų r. sav., ūkinį pastatą, iš kur pavogtas trimeris. Padaryta 220 eurų turtinė žala.

Birželio 21 d. apie 9 val. 30 min. Prienų r. Lapupio k., iš sklypo, kuriamė vyksta statybos, pavogti du ekskavatoriaus tranšē-jiniai kaušai, planiravimo kaušas. Nuostolis – 2 200 eurų.

Smurtas

Birželio 19 d., apie 22.30 val. Prienuose vyros, gim. 2001 m., gyv. Prienuose, kuriam nustatytais 1,20 prom. neblaivumas, sumušė vyra, gim. 2000 m., gyv. Prienuose, ku-

riam nustatytais 0,83 prom. neblaivumas. Nukentėjusiam Prienų ligoninėje suteikta med. pagalba, po apžiūros išleistas į namus.

Birželio 21 d., apie 01.00 val. Prienų r. sav. vyros, gim. 1986 m., gyv. Kaune, kuriam nustatytais 2,04 prom. neblaivumas, smurtavo prieš seserį, gim. 1976 m., gyv. Kaune, kuriai nustatytais 2,23 prom. neblaivumas. Vyros buvo sulaikytas pagal LR BPK 140 str. ir uždarytas į Alytaus AVPK areštinę.

Birželio 19 d., apie 7.00 val. Prienų r. sav. sūnus, gim. 1961 m., panaudojo fizinių smurtų motinos, gim. 1928 m., atžvilgiu.

Birželio 20 d. 00.30 val. Prienų r. sav. sūnus, gim. 2000 m., konflikto metu panaudojo fizinių smurtų tėvo, gim. 1958 m., ir motinos, gim. 1961 m., atžvilgiu.

Birželio 19 d., apie 23.00 val. Prienuose nepažįstamas asmuo su-mušė pilietį, gim. 1959 m., gyv. Prienuose.

Birželio 22 d., apie 20 val. 45 min. Prienų r., Jiezno mstl., na-muose, neblaivus (1,89 prom.) vyros (g. 1952 m.) peiliu sužalojo neblaivią (2,09 prom.) moterį (g. 1970 m.), kuri dėl durtinių žaidždu paguldyta į ligoninę. Įtariamasis uždarytas į areštinę.

Preke išsiuntė – pinigų negavo

Birželio 23 d. 13 val. 30 min. į Prienų r. PK kreipėsi vyros, gi-mės 1997 m., su pareiškimu, ku-riame nurodoma, jog pirkėjų pri-sistatęs asmuo atsiunte pinigų pavedimo kopiją, gavęs pinigų pervedimo kopiją, preke perda-vė kurjeriu, tačiau, patikrinęs savo banko sąskaitą, pamatė, jog pinigu joje nebuvuo. Padaryta 1150 eurų nuostolio.

Parengta pagal Alytaus apskrities VPK pirminę informaciją

Gyvenimas

2020 m. birželio 27 d.

**Amžinajį atils...**

Taip buvo lemta... Kelionę žemėje baigtį pačiu gra-ziausiu laiku – kai gamta svaigsta nuo žiedų, kvapų, balsų gausos...

Dalijamės netekties skausmu ir nuoširdžius užuoja-tos žodžius skiriame Linutei TAMOŠIŪNIENEI ir jos šeimai dėl mylimo vyro ir tėvelio Leonido TAMOŠIŪNO mirties. Nors maža dalele teužpilda netekties tuštumą mūsų atjauta ir stiprybės palinkėjimas.

Paprienės Rožių tako gyventojai

Reklama**Reklama**

Siūlome darbą tekintojui, frezuotojui, šlifuotojui.

Atlyginimas nuo 600 Eur.

Tel. 8 610 99 933.

UAB „DOLETA“, dirbanti su prestižiniais ir ekskluzyviniais projek-tais, gaminanti išskirtinius ir unikalias langus, žiemos sodus, fasadus bei lauko duris, pasaulyje garsėjanti pažangais, nestandartiniais bei unikaliais sprendimais, plečia veiklą ir ieško komandos narių.

Ieškome:**Aluminio konstrukcijų surinkėjų**

Darbas aluminio konstrukcijų (langai, durys, fasadai) gamyboje. Prisijunk prie mūsų, jei turi patirties aluminio konstrukcijų (langų, durų, fasadų) surinkime. **Atlyginimas:** nuo 800 į rankas.

Aluminio konstrukcijų (langai, durys, fasadai) padalinio vadovo (-ės).

Darbo pobūdis: aluminio konstrukcijų (langai, durys, fasadai) gamybos padalinio veiklos planavimas, organizavimas, koordinavimas; gaminamos produkcijos ir darbo kokybės kontrolės užtikrinimas; darbo laiko sąnaudų priežiūra ir planavimas, gamybinių normų įvykdymo kontrolė.

Prisijunk prie mūsų, jei: turi patirties aluminio konstrukcijų (langų, durų, fasadų) gamyboje; turi vadovavimo patirties; supranti gamybos brėžinius ir technologinius dokumentus;

Atlyginimas: nuo 1000 į rankas.

Darbo vieta: **Jiezna**. Telefonas pasiteiravimui: +370 319 57270. CV siuštis: info@doleta.lt. Atrinktus kandidatus informuosime.

APSISAUGOKIME NU AFRIKINIO KIAULIŲ MARO (AKM)

BIOLOGINIO SAUGUMO REIKALAVIMAI



Aptverkite tvartą tvora



Irenkite dezinfekcinius kilimėlius



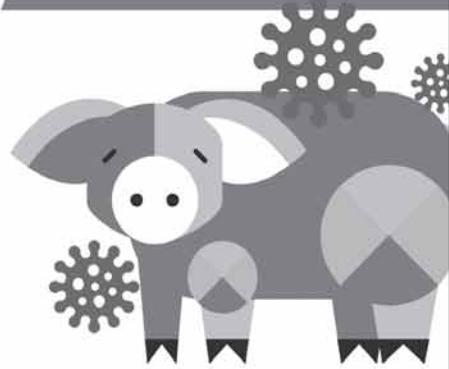
Persirenkite tik darbui tvarte skirtais drabužiais, persiaukite batus



Irenkite apsaugą nuo vabzdžių



Laikykite rankų higienos, jas dezinfekuokite



Nenaudokite kraikui šių metų šiaudų, pjuvenų ar grūdų

Nešerkite kiaulių maisto atliekomis

Venkite pašalinį asmenų kiaulių laikymo patalpose

Nedalyvaukite šernų medžioklėse ar tvarkant šernų gaišenais

Neturėkite kontaktų su medžiotojų aplinka

Venkite lankytis miškuose bei pievose

APIE SERGANČIAS KIAULES BŪTINAI PRANEŠKITE:

- VMVT teritoriniam padaliniui, esančiam kiekviename rajone arba skambinkite visą parą veikiančiu nemokamu telefono nr. 8 800 40 403.
- Privačiam veterinarijos gydytojui.



Virusą iš miškų ar pievų galima pernešti ant rūbų, batų, įrankių ir padargų, drauge su augaliniais produktais (šienu, žole ir kitomis žalienomis). !

Sužinok. Saugok. Augink atsakingai



Finansuojama Europos Sajungos



Universaliam sporto komplekse galés treniruotis dvidešimties sporto šakų atstovai

Birštono savivaldybei iš Valstybės investicijų programos gavus 1,1 mln. eurų, tikimasi per metus baigtis Birštono sporto komplekso pastato vidaus įrengimo darbus ir kitų metų birželį kurorto bendruomenę pakviesi į įkurtuvės.

Surėstos konstrukcijos, vyksta vidaus įrengimo darbai

Daugiafunkcinis sporto kompleksas – dvieju aukštų su cokoliniu aukštu (pusrūsiu).

Per praėjusius metus buvo pasatyti pastatą laikancios ir atitvarinės konstrukcijos – kolonos, sienos, perdangos, keltuvų ir laiptinių šachtos, pertvarų ir išorinės sienos, uždengtas stogas, sudėti langai, durys, vitrinos, atlikti hidroizoliavimo, šiltinimo, elektros prijungimo, drenažo sistemos, nuotekų tinklų įrengimo darbai.

Šalia pastato įrengta atraminė sienelė, lauko laiptų konstrukcijos, pėsčiųjų-dviračių takas, automobilių stovėjimo aikštėlė, sutvarkyta dalis teritorijos aplink pastatą.

Šią gegužę gavus papildomų lėšų, tėsiami sporto komplekso vidaus įrengimo darbai. Šiuo metu pirmajame pastato aukšte įrenginėjamos didžiosios salės parketinės grindys, lygiagrečiai vyksta darbai persirengimo patalpose, dušinėje ir saunoje, vestibiulyje – tame numatyta atskira patalpa mini nealkoholiniam barui.



Galés treniruotis ir vietiniai sportininkai, ir rinktinė nariai

– Statomas daugiafunkcinis sporto kompleksas Birštone labiau skirtas sportininkų treniruotėms, nei didiesiems sporto renginiams ar pramogoms. Jame galés treniruotis ir rengti varžybas 20-ties sporto šakų atstovai. Geresnes sąlygas darbui, ypač žiemos laikotarpiu, turės Birštono sportininkai. Lietuvos sportininkai, šalies rinktinė, sporto centru, klubų nariai, savivaldybių komandų žaidėjai bus kviečiami Birštone rengti pasiruošimo stovyklas, treniruotes, taip pat pasinaudoti reabilitaciniemis kurorto sanatorijų paslaugomis. Komplekso salės bus pritaikytos ir neigaliųjų sportui, į pastato vidų žmonės su negalia pateks dviejų specialiai liftais-keltuvais. Žiūrovams skirtos tik iki 300 vietų mobilios teleskopinės tribūnos. Iš viso kompleksas vienu metu talpins iki 500 žmonių – spor-

tininkų, aptarnaujančiojo personalo ir žiūrovų, – pasakojo Birštono sporto centro direktorius **Saulius Smailys**.

Pirmajame pastato aukšte esanti pagrindinė 1479 kv. metrų ploto sporto salė bus universalė, prireikus mobiliomis užuolaidomis ji galėtų transformuojama į atskiras zonas sportiniams žaidimams: salės futbolui, rankiniui, krepšiniui, tinkliniui, tenisiui, badmintonui.

Cokoliniame pastato aukšte bus įrengtos treniruoklių salės suniačialečiams, dvikovinių sporto šakų atstovams, sportiniams šokiams ir meninės gimnastikos užsiėmimams.

Pagalvota ir apie lengvaatlečius, jų poreikiams bus pritaikyta 235 kv. m patalpa su 50 m ilgio bėgimo takeliu trumpų nuotolių bėgimams, šuoliams, sportiniams ėjimui.

Vėlesniu etapu, 2022 m., sporto komplekso pusrūsyje numatoma įrengti lazerinę šaudykla.

Antrajame pastato aukšte bus iškurdinta VIP zona ir konferencijų salė, paruoštos patalpos stalo teniso treniruotėms, pului, biliardui.

Teks ieškoti papildomų lėšų

Skelbiama, kad sporto komplekso įrengimo sutarties bendra kaina – per 5,1 mln. Eur. Darbus atlieka UAB „Rūdupis“ ir subrangovai.

S.Smailio teigimu, iš VIP šiemet gautų lėšų, ko gero, pakaks tik patalpų, salių įrengimo darbams, todėl sportinio inventoriaus įsigijimui teks ieškoti papildomų finansavimo šaltinių.

Dalė Lazauskienė



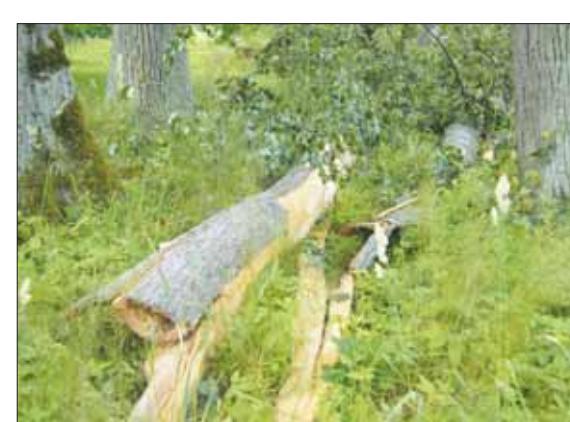
Gaisrininkų gelbėtojų iškvietimai

Birželio 19 d. 05:07 val. gautas pranešimas, kad Prienų r. sav., Šilavoto sen., Naraukelio k., Plento g., įmonėje „Ekofrisa“ užsidegė kompresorius. Atvykus PGP į vietą, degė oro kompresorius. Gesino 3 įmonės darbuotojai gesintuvalis. Panaudojus 1 „B“ šv. gaisras buvo likviduotas. Atlikti žvalgyba kitose patalpose. Gaisro metu esančioje 4x4 m dydžio patalpoje išdegė oro kompresorius apie 1.20×1.20 dydžio. Patalpa mūrinė, perdanga betoninė, dengta skarda. Patalpos nenukentėjo. Pastatai drausti.

21:08 val. gautas pranešimas, kad Prienų r. sav., Važatkemio k., Liepų g., dega automobilis. Atvykus PGP atlikti žvalgyba, automobilį PEUGOE PARTNER buvo apsigesinęs pats savininkas. PGP panaudojo 1 aukšto sp. šv., 200 litrų vandens automobilio detalų ausinimui. Apdegė automobilio salonu plastmasinės detalės.

Gautas pranešimas, kad Birštono sav., Birštonas, Prienų g., iš automobilio kyla dūmai, degimo požymiu nematyti. Atvykus PGP atlikti žvalgyba, iš automobilio AUDI A6 rūko garai. PGP gelbėtojai atkėlė automobilio kapoto dangčių, atjungė akumuliatorių, buvo išbėgęs automobilio ausinimo skystis, degimo nebuvu.

Birželio 20 d. 14:19 val. gautas pranešimas iš neprisistačiusio asmens apie tai, kad Birštono sav., Birštono sen., Šilaičių k., dega miškas. Atvykus PGP 1 ha plote atskirais židiniais degė miško paklotė. Gesinimo darbuose dalyvavo miškininkų AC ir 5 žmonės. Suteimus ir lokalizavus gaisrą, gesinimo darbai nutraukti. Budėti liko miškininkai. 21 d. 00.20 val. grižo AC. 21 d. 08.41 val. gautas pranešimas, kad reikalalinga PGP pagalba. 08.54 val. išvyko Jiezno UK. Atvykus PGP 1,5 ha plote atskirais židiniais degė miško paklotė. Gesinime dalyvavo miškų urėdijos 3 darbuotojai ir 2



AC (vežančios 1m³ ir 4 m³ vandens). Vanduo buvo vežiojamas iš dirbtinio vandens telkinio, esančio už 3 km. Išpilta 6 m³ vandens. Likvidavus gaisrą vietoje liko 2 miškų urėdijos darbuotojai.

Birželio 22 d. 19:07 val. gautas pranešimas, kad Prienų r. sav., Išlaužo sen., Čepeliškių k., dega medžiočio namelis. Atvykus PGP laikinos statybos pavėsinė (medžiočio) degė atvira liepsna. Panaudojus vieną aukšto slėgio šv. ir 7 m³ vandens gaisras buvo užgesintas. Pavėsinė sudegė visiškai. Pavėsinė buvo 10×5m, medinė. Viduje buvo automobilis „Nissan Kin Kop“, kuris sudegė visiškai.

Birželio 21 d. 20:07 val. gautas pranešimas iš neprisistačiusio asmens, kad Prienų r. sav., Birštono sen., Silėnų k., ant kelio užvirkės medis. Atvykę PGP gelbėtojai grandininiu pjūklu medį pašalino nuo važiuojamiosios kelio dalies.

Parengta pagal Kauno PGV pirmines informacijas

Vasara Birštone atgaivins aktyvų sportinį gyvenimą

Birželio 12–13 dienomis kurorte vykusios sportinės varžybos atskleidė, kad ir sportuojančios žmonės, ir žiūrovai jau pasiūlgo aktyvaus laisvalaikio užimtumo ir renginių. Birštono sporto centro direktorius Saulius Smailys paprašėme papasakoti apie tai, kaip karantinas pakoregavo sportininkų pasirengimą ir iš anksto sudarytą vasaros renginių kalendorių, ar taip vėlai prasidėjęs sportinis vasaros sezonas žada būti mažiau aktyvus, nei ankstesniais metais?



Saulius Smailys teigimu, Birštono sporto centras jau nuo gegužės atnaujino užsiėmimus sportininkams atviruose sporto aikštynuose. Laikantis nustatytų saugumo reikalavimų, teniso kortuose vykdomos teniso, stadione – futbolo, lengvosios atletikos, o Nemune – irklavimo treniruotės. Nuo gegužės 18 d. atnaujinti užsiėmimai Sporto centro treniruoklių salėje, teikiami treniruoklių salės pasaulyje klientams.

Tiesa, kaip pastebėjo centro direktorius, jaunimui nebuvo taip prasta vėl sugrižti prie iprasto treniruočių ritmo. Todėl treneriams tenka organizuoti ryties ir popietinės treniruotes, su sportininkais padirbėti ir ilgiau.

Pasak S.Smailio, atsižvelgiant į tai, kad koronavirusinės infekcijos atvejų šalyje sumažėjo, tradicinės vasaros varžybos Birštone bus vykdomos. Birželio 25 dieną kartu su Lietuvos lengvosios atletikos federacija organizuotos Birštono kurorto metimų taurės varžybos, į kurias iš įvairių šalių miestų susirenka geriausiai disko ir ieties metikai, rutulio stūmikai.

Liepos 6-ąją, Valstybės dieną, tradiciškai apvainikuos tarptautinis „Nemuno galiūno“ turnyras. Šiemet jis vyks jau 21 kartą. Šių varžybų iniciatorui, daugkartiniams Nemuno galiūno titulo laimėtojui **Vidui Blekaičiui** iššūkį mes ne tik jauunesnės kartos stipruoliai iš Lietuvos, bet ir svečiai iš Latvijos, galbūt Lenkijos.

I rugpjūčio mėnesį nukeltas tarpautinės A.Mikėno memorialo sportinio ējimo varžybos ir respublikinės irklavimo varžybos – jos paprastai rengiamos pavasarį.

S. Smailys patvirtino, kad kurortą ir šią vasarą treniruočių stovykloms pasirinko Vilniaus ir Kauko teniso klubai, Lietuvos futbolo federacija, Kauno futbolo mokykla,

bus surengta Lietuvos jaunuų varžininkų stovykla. Stadione reguliariai treniruojasi Prienų-Birštono futbolo komanda, kuri ruošiasi LFF III lygos varžyboms.

Birštono sporto centras taip pat numatė liepos mėnesį surengti dvi tradicinės stovyklas prie Guostaus ežero – „Judékime ir plaukime kartu“, „Individualių krepšinio įgūdžių gerinimo stovykla“.

Birštono sporto centru laimėjus finansavimą iš Sporto rémimo fondo, jo parengtam projektui „Birštono bendruomenė irkluoja“ buvo skirta beveik 37 tūkst. eurų. Už šias lėšas buvo nupirktos penkios mokošios ir varžyboms skirtos valtys.

Birštono sporto centro direktoriaus tvirtinimu, atnaujinti sportinį irklavimo inventoriją buvo būtina, nes šiuo metu naudojamas buvo įsigytas prieš 20–30 metų. S.Smailys sakė, kad vienietėmis ir dvietėmis valtimis nuolat reikėjo remonto, o atsakomis varžyboms jas tekdavo skolinti iš kitų Lietuvos klubų.

– Įsigijus naujų valčių, atsirado perspektyva plėsti irklavimo sporto šaką, taip pat užimti kurto bendruomenės narius. Šeštadieniais vienus norinčiuosius išmokti irkluoja sportinę valtį kviečiamie rinktis Nemuno prieplaukoje ties Irklavimo baseine ir nuo 10 iki 13 val. pasitreniruoti su Sporto centro treneriu, – S.Smailys siekia sudominti Birštono gyventojus šia sporto šaka.

Vandens turizmas Birštone turi perspektyvą, nemažai žmonių vasaros atostogų metu mielai renkasi poilsiuose vandens. Todėl Birštono sporto centras liepos 4 d. ketina organizuoti žygį Nemunu, irkluojant vikingų ir kitomis valtimis, jame laukia kurorto bendruomenės narių, norinčių aktyviai praleisti laisvalaikį ir pasigrožėti upės pakrančių vaizdais.

Dalė Lazauskienė
Birštono sporto centro nuotrakus



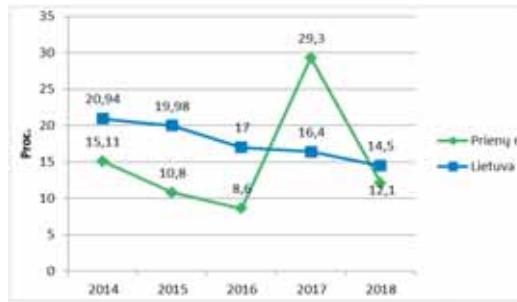
Dantų silantavimas – efektyvi apsauga nuo dantų éduonies

(Atkelta iš 4 p.)

Padengtų silantais dantų kontrolė atlieka po 3 mėnesių, vėliau – kiekvieno profilaktinio tikrinimosi metu.

Lietuvoje atliktų tyrimų duomenimis, daugiau kaip 90 proc. šešiaimečių dantys jau yra pažeisti éduonies (karies), todėl vienas efektyviausių būdų išsaugoti sveikus nuolatinius krūminius dantys – jų silantavimas. Nemokama, iš PSDF lėšų kompensuojama vaikų nuolatiniai krūminius dantų dengimo silantinėmis medžiagomis paslauga, Lietuvoje teikiama jau penkioliktus metus. Tėvai, norintys nemokamai silantuoti vaikų nuolatinius krūminius dantys, turi kreiptis į savo polikliniką arba odontologijos kliniką, kurios yra sudariusios sutartį su teritorine ligonių kasa (TLK). Jei ši paslauga teikiama istaigoje, kuri nėra sudariusi sutarties su TLK, teks mokėti patiem.

Remiantis Higienos instituto duomenimis, ir visoje Lietuvoje, ir Prienų rajone labai maža dalis vaikų dalyvauja šioje pro-



1 pav. Tikslinės populiacijos (proc.) dalis, dalyvavusi vaikų krūminiu dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programoje 2014-2018 m. Lietuvos ir Prienų rajone.

ramoje. 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. (Pav.).

Pas gydytojų odontologų arba burnos higienistų reikės apsilankytį keliis kartus, kol visi nuolatiniai krūminiai dantys bus padengti apsaugine medžiaga. Iš pradžių silantais padengiami pirmieji išdygę krūminiai dantys, o vėlesni apsilankymų metu – kiti. Apsilankymo pas gydytoja odontologą metu gali būti atliekamas vieno danties, dviejų, trijų ar keturių nuolatiniai krūminiai dantų silantavimas.

Kasmet suteikiama per 50 tūkst. vaikų krūminiu dantų dengimo silantinėmis medžiagomis paslaugų.

Parengta pagal VLK informaciją

Vaikų, dalyvavusių krūminiu dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programoje, abs. skaičius
2014
2015
2016
2017
2018

Išmanieji įrenginiai ir vaiko sveikata

(Atkelta iš 4 p.)

būtina riboti buvimo prie ekranų laiką, o taip pat turėti aiškias ir nuoseklias IT prietaisų naudojimo taisykles. Nors IT prietaisai gali atrodyti labai veiksminga priemonė siekiant išlaikyti vaikus ramius ir tylius, tačiau tai nedidina jų gebėjimo reguliuoti emocijas ar elgesį. Tai jokiui būdu neturėt būti vienintelis ar dažnai tai komos būdas užimti arba nuraminti vaikus. Rekomenduojama mokyti vaikus eligesio bei emocijų reguliavimo įvardinant emocijas, jas atpažįstant ir tinkamai reiškiant, o taip pat aptariant problemines situacijas ir kartu ieškant sprendimo būdų. Mažų vaikų emocinių sutrikimų riziką taip pat didina fiziniu aktyvumu stoka. Todėl labai svarbu vaikams sudaryti sąlygas bent valandą per dieną būti fiziškai aktyviems (laisvai ir daug judėti, bėgioti, žaisti sportinius žaidimus).

PATARIMAI:

- Vaikai turi žinoti, kada ir kiek laiko gali praleisti prie ekranų. Taisyklės turi būti konkrečios, aiškios ir jų vaikai turi išmokti laikytis nuo pat mažumės. Tėveliai, būkite nuoseklūs, žinokite, kada pasakyti „Ne“. Juk tai jūsų vaike sveikata.
- Mokykite vaiką kalbant su kitu žmonių padėti išmaniuosius įrenginius ir susitelkti į pokalbi.
- Neleiskite vaikui naudotis išmaniaisiais

įrenginiais valgant. Valgomas prie išmaniju įrenginių skatina nesąmoningą valgymą, kurio metu vaikai suvalgo daugiau negu suvalgytu iprastai. Nesveiki valgymo įpročiai turi itakos antsvorui ir nutukimui.

PSO rekomenduoja vaikams iki 2 metų neleisti būti prie ekranų, 2–5 metų vaikams griežtai riboti buvimo prie ekranų laiką iki 1 val./per dieną; 5–12 metų vaikams buvimo prie ekranų laikas iki 1,5 val./per dieną. Ši laiką reikėtų skaidyti į dvi dalis darant nerumpas pertraukas.

Prieš miegą, siekiant pagerinti vaiko miego kokybę, negalima naudoti išmanijo įrenginio mažiausiai 30 min., dar geriau valandą. Vaiko kūnas ir smegenys turi pasirosti miego režimui, o išmanieji įrenginiai tam trukdo, todėl vaikai užmiegia daug vėliau, nes juos veikia įvairūs vaizdiniai, matyti ekrane. Miegas gali būti neramus, atsklelės vaikas tampa irzlus, neišsimiegojės.

Miego metu visi išmanieji įrenginiai paleikami kambaryje, kuriame žmonės nemiega. Būkite pavyzdžiu. Būdami su vaiku sau kelkite tokius pačių reikalavimus: nesedēkite įnėk į ekraną, ypač šeimos pietų ar vakarienės metu, leisdami laiką su vaikais. Jeigu prie kompiuterio dirbate, paašinkinkite vaikui, kad tai ne pramoga ir ne laisvalaikio leidimo būdas.

Mokinį sveikatos pažymėjimai

Kasmetinis profilaktinis sveikatos patikrinimas, kurio metu įvertinama bendra sveikatos būklė, privalomas visiems mokiniams, dalyvaujantiems ikimokykliniame, priešmokykliniame ir bendrajame ugdyme, pažymėti apie sveikatos būklę reikalauja ugdymo įstaigos.

Ugdymą organizuojančių įstaigų vadovai yra įpareigoti užtikrinti, kad ugdymo procese dalyvautų vaikai, tik nustatyta tarka profilaktiškai pasitikrinę sveikatą. Po sveikatos patikrinimo vaikams yra išduodamas 1 metus galiojančių Mokinio sveikatos pažymėjimus (iki 2020-04-30 – Vaiko sveikatos pažymėjimas).

Ką daryti, jei jau praėjo metai nuo paskutinės vaiko profilaktinės patikros?

Sveikatos apsaugos ministerija (SAM) informuoja, kad karantino metu ir 3 mėnesius po jo netaikomas reikalavimas vaikams, ugdomiems pagal ikimokyklinio, priešmokyklinio, bendrojo ugdymo programas, turėti galiojančių Mokinio sveikatos pažymėjimus. Tai sudarys sąlygas vaikams, kurių sveikatos pažymėjimo galiojimo laikas baigesi, o profilaktiškai pasitikrinti sveikatos dar negali dėl ribotų gydytojų galimybų šia paslaugą suteikti, sekmingai dalyvauti ugdymo procese. Šiuo laikotarpiu Nacionalinis visuomenės sveikatos centras (NVSC) įpareigotas netaikyti mokinį profilaktinio sveikatos tikrinimo kontrolių.

Visi duomenys, susiję su mokinio sveika-

Linksmos ir saugios vasaros!

(Atkelta iš 3 p.)

lieménemis arba užmaukite pripučiamas apsaugas ant rankų. Tai kur kas geresnės prieimonės plaukiojimui nei ratas, nes iš jo mažamečiai dažnai išslysta;

• Jei vaikas šaltame vandenye būna per ilgai, sutrinka organizmo šilumos reguliavimas, dėl to pradedama drebėti. Kraujagyslės susitraukia, oda pamėlynėja (ypač pamėlsta lūpos), pasidaro nelygi lyg žąsies. Tada vaikas būtinai turi išlipti iš vandens. Jis reikia energingai ištrinti sausu rankšluošciu ir priversti judėti, kol suši.

Karstomis dienomis būtina gerti daug skysčių, geriausia paprasto ar mineralizuoto vandens, reikėtų vengti alkoholio, nevalgyti riebus, sunkiai virškinamų maisto. Keliaujant svarbu vartoti kokybiškus, hermetiškai ipakuotus maisto produktus bei gérimus, gerai nuplauti vaisius ir daržoves. Kepant mėsą griliuje, reikėtų stebėti jos iškepimo lygi, nes dažna apsinuodijimų priežastis yra nepakankamai termiškai apdorota mėsa.

Nekokybiškas, nesaugiai paruoštas, greitai gendantis maistas gali sukelti virškinimo sistemos sutrikimus: vėmimą, pykinimą, viduriavimą. Pirmiausia reikėtų ivertinti, ar negalavimo priežastis yra mikrobiinės kilmės. Tam patvirtinti dažniausiai pakanka vieno požymio: pakilus kūno temperatūra. Sergeant būna silpna, pykina. Pagrindinės prastos savijaučios priežastis yra intoksikacija ir skysčių stoka. Turėkite medikamentų, padedančių grā-

žinti skysčių balansą. Valgykite nedaug, tinka ryžių ar bulvių košė, fermentinės sūris, virtos daržovės, arbata. Jeigu į organizmą su maistu pateko bakterijų, medikamentais sulaukiyi viduriavimo nereikėtų skubėti, nes žarnyno liks bakterijų, jų išskiriamai nuodai pateks į kraują, todėl jausites prastai. Jeigu įmanoma, reikia paskatinti vėmimą ir taip išsiplauti skrandį. Jeigu per 2–4 val. viduriavimas liaujasi, galima tikėtis, kad ligos priežastis pašalinta.

Kokio maisto pasiūmti į žygį? Tinka mašeronai, kruopos, konservuoti ankštiniai. Užkandžiu tiks riešutai, džiovinti vaisiai, energinių batoneliai. Imbierų arbata bus naudinga peršalus, sutrikus virškinimui, padės ievikti pykinimą ar pakeis popiečio kava. Neimkite to, kas gali ištirpti šilumoje. Jei keliaujant ims skaudeti galvą, pagalvokite, ar užtektinai gerėte vandens. Dehidratacija – dažna galvos skausmo priežastis. Jei keliasite pėsčiomis ir viską nešite ant pečių, ivertinkite produktų svori, kad kelione būtų maloni ir saugūs nugara.

„Vasaros vaistinėlėje“ turėtų būti šios priemonės:

- kremas nuo Saulės;
- uodus ir erkes atbaidantys tepalai, purškalai ar losjonai (repelentai);
- vaistai nuo karščiavimo, skausmo, viduriavimo, alergijos;
- priemonė žaizdoms dezinfekuoti, pleistrai ir kitos tvarstymo priemonės;
- vaistai, kuriuos vartojate nuolat.

Važiuojant paspirtuku nepamiršk savo bei kitų saugumo!

(Atkelta iš 3 p.)

galima tik sulaukus reikiamo amžiaus: prižiūrint suaugusiajam ne jaunesniams kaip 8 metų asmenims. Turintiems mokyklos išduotą pažymėjimą, – ne jaunesniams kaip 12 metų asmenims, o nuo 14 metų leidžiama savarankiskai vairuoti paspirtuką važiuojamajai dalimi. Motorinio (elektrinio) paspirtuko vairuotojas iki 18 metų amžiaus privalo būti užsiđėjęs ir užsisegęs šalmu. Vyresniams kaip 18 metų asmeniui išlieka rekomendacija – šalmu dėvėjimas. Tačiau nepaisant amžiaus priviloma važiuoti važiuojamaja kelio dalimi, tik dėvint ryškiaspalvę liemenę su šviesą atspindinčiais elementais. Paspirtuku važiuoti

galima dviračių juosta, taku ar šaligatviu nesukeliant pavojaus pėstiesiems. O paspirtukui be variklio galioja pėstiesiems taikomos kelių eismo taisyklės. Leidžiama važiuoti šaligatviais arba pėsčiuju takais dešine puse. Draudžiama važiuoti važiuojamaja kelio dalimi bei dviračių takais ar juostomis.

Dažnai girdime Lietuvos kelių policijos tarnybos perspėjimus, kad asmenys, važiuojantys elektriniais paspirtukais, kaip ir visi kiti eisme dalyvaujantieji, privalo laikytis taisyklėlių. Būti atidiems, saugoti save, gerbtis kitus bei suvokti, kad kelyje esi ne vienas, nes tokiu būdu apsaugosime save ir aplinkinius nuo traumų, kurios gali sukelti ir mirtiną pavojų gyvybei.

ATMINTINĖ DVIRACIŲ, PASPIRTUKŲ IR MOPEDŲ VAIRUOTOJAMS						
TRANSPORTO PRIEMONĖ	MAKSIMALUS GREITIS IR GALIA	PRIVALOMI DOKUMENTAI	PRIVALOMAS ŠALMAS	LEIDŽIAMA VAŽIUOTI DVIRACIŲ TAKU I DVIRACIŲ JUOSTA	LEIDŽIAMA VAŽIUOTI ŠALIGATVIJU	LEIDŽIAMA VAŽIUOTI VAŽIUOJAMAJA KELIO DALIMI
Paspirtukas be variklio Riedulėlis, Riedulė	—	—	—	X	✓	X
Dvyratis	—	—	—	—	—	—
Motorinis (elektrinis) dvyratis	GRETIS iki 25 km/val.	—	—	—	—	—
Motorinis (elektrinis) paspirtukas	—	—	—	—	—	—
Motorinis (elektrinis) triratis	GALIA iki 1 kW	—	—	—	—	—
Riedis (ir kt. smulkios tr.jpr.)	—	—	—	—	—	—
Mopedas	nuo 25 km/val.	Asmeninė tapatybės dokumentas (REAKI 13 st.) VAISUOJA NE SAVININKAS: 1. AM arba bet kurios kitos kategorijos vairuotojo pažymėjimas	—	✓	—	—
Elektrinis mopedas	iki 45 km/val.	2. Registracija, valstybinis numeris XXX 000 3. Techninė apžiūra 4. Civilinės atsakomybės draudimas	—	X	—	✓
Elektrinis „paspirtukas“, (elektrinis „loperis“) pasiekis 35-40 km/val. greit	GALIA nuo 1 kW iki 4 kW	4000 Voltas	—	—	—	—

Reklama**Reklama****PARDUODA****Kietas kuras**

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

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

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

Parduoda įvairias malkas, supjautas kaladėlėmis. Pristato į namus. Tel. 8 671 94 231.

Nekilnojamasis turtas

Parduoda sodybą su žeme šalia Verknės upės (mūrinis namas ir daugiau ūkinė pastatų, 2 ha žemės, žemė prie namų, per sklypą teka upelis, daug medžių, geras privažiavimas – iki pagrindinio kelio – 600 kv.m). Tel. 8 698 27 357.



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 pastatyta pastatas. Kaina – 85000 Eur. Tel. 8 627 51 671.

PERKA**Nekilnojamasis turtas**

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

PERKA MIŠKUS

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

PERKAME MIŠKĄ

ir apvalią medieną su žeme arba išskirsti. Atliekame sanitarinius kirtimus bei retinimus. Konsultuojame.

Tel. 8 680 81777

UAB „EIGILA“ brangiai perka mišką VISOJE

Lietuvoje su žeme arba tik išskirtimui. Tel. 8 687 37 524 arba www.eigila.lt

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.

Perku sodybą su žeme ar mišku nuo 3 ha. Žinantys siūlykite, atsilyginsime. Tel. 8 680 84 444.

Perkame sodybą, žemės sklypą ar mišką prie ežero ar upės. Žinantys siūlykite – atsilyginsime. Tel. 8 611 01 110.

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

PASLAUGOS

Liejame pamatus, betonuojame. Montuojame gipso kartoną, glaistome, džozome, kalame dailyentes, dedame visų tipų grindis, klojame plytelės, atliekame santechnikos darbus, elektros instalacijos darbai, klojame trinkeles, lankstome skardas. Tel. 8 600 96 399.

Šliuojame, dedame ir lakuojame parkečą, dengiame stogus, skardiname, lankstome, šiltiname ir džozome namų fasadus. Kasame pamatus, mūriame, tinkuojame, betonuojame, montuojame tvorą, langus, duris, atliekame langų apdailą, griovimo darbus. Statome karkasinus namus. Tel. 8 620 85350.

Jei sugedo šaldytuvas, šaldiklis – Jums padės meistras Virginijus. Tel. 8 622 02 208.

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

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



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

ĮVAIRŪS

Informuojame žemės sklypo (kad.Nr. 6938/0003:303), esančio Prienų r. sav., Naujosios Ūtos k. paveldėtojus, kad UAB „Geometra“ matininkė I. Apanavičienė (Nr. 2M-M-1944) vykdys 2020.07.09 10:00-10:30 val. žemės sklypų (kad.Nr. 6938/0003:283 ir kad.Nr. 6938/0003:284), esančių Prienų r. sav., Naujosios Ūtos k., Mokyklos g. 33 ribų ženklinimo darbus. Prieikus išsamesnės informacijos, prašom kreiptis į UAB „Geometra“ adresu: Taikos pr. 88A, Kaunas, el. paštu info@geometra.lt arba tel. 8 656 72 255.

Gyvuliai, gyvūnai

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

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

Įmonė tiesiogiai perka galvijus aukščiausiomis ŽUKB „Krekenavos mėsa“ kainomis. Tel. 8 613 79 515.

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

Perka telyčiai arba veršelį nuo 6 mėn. iki 3 metų tolimesniams auginimui ir pienines karves ar visą jų bandą. Tel. 8 625 93 679.

Įvairios prekės

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

Perkame įvairių markių automobilius, motociklus bei kitas transporto priemones nuo 100 iki 5000 Eur. Gali būti su defektais, po eismo įvykių. Pasiimame patys, atsiskaitymas ir dokumentų tvarkymas iš karto pardavimo vietoje. Tel. 8 670 04 685.

**BRANGIAI PERKAME ĮVAIRIAS****ARKLIUS, JAUČIUS, TELYČIAS, KARVES.**

Tel. 8 625 93 679



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



Tel.: 8 614 93 124
BRANGIAI PERKA
veršelius ir didelius mėsinius galvijus.
Tel. (8 634) 23551.

PERKAME-PARDUODAME VERŠELIUS
GEROMIS KAINOMIS
Nuo 2 sav. amžiaus; 50 su viršum kg.
Tel. 8 617 22 283

SŪDUVOS GALVIJAI
brangiai perka karves, jaučius, telyčias. Moka 6 - 21 proc. Sveria, pasiima, atskaito iš karto. Tele 2 8 613 79 515, Bitė 8 614 44 299, Telia 8 620 35 000.

SUSITVARKYKITE NUOTEKAS, TAUSOKITE APLINKĄ IR IŠVENKITE ĮSLAIDŪ BAUDOMIS!
Buitinių nuotekų valymo įrenginiai (Buiteka, Feliksnavis, Traidenis, Švaistė, August ir kt.)

GAMINTOJŲ KAINOMIS
Įrenginių montavimo darbai 10 metų garantija
GALIMYBĖ PIRKTI IŠSIMOKETINAI!
Atvykstame nemokamai konsultacijai visoje Lietuvoje! DIRBAME IR SAVAITGALIAIS Tel. 8686 80106

AKMENS APDIRBIMAS. • Paminklų, antkapių, tvorelių, kapaviečių uždengimų gamyba, projektyavimas; • Betonavimas, montavimas, kapaviečių tvarkymas, užpylimas skalda; • Senų kapaviečių restauravimas; • Nemokama konsultacija kapavietės tvarkymo klausimais; • Kiti akmens gaminiai. Tel. 8 686 96 155.

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

SIENŲ ŠILTINIMAS
1m² kaina nuo 1,40 Eur užpildant oro tarpus Tel. 8 675 7 73 23

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

Reklama**Reklama****PARDUODA****Kietas kuras**

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

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

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

Parduoda įvairias malkas, supjautas kaladėlėmis. Pristato į namus. Tel. 8 671 94 231.

Nekilnojamasis turtas

Parduoda sodybą su žeme šalia Verknės upės (mūrinis namas ir daugiau ūkinė pastatų, 2 ha žemės, žemė prie namų, per sklypą teka upelis, daug medžių, geras privažiavimas – iki pagrindinio kelio – 600 kv.m). Tel. 8 698 27 357.



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

PERKA**Nekilnojamasis turtas**

Brangiausiai Lietuvoje perkame miškus (brandžius, jaunus, malinius, iškirstus), žemes, sodybas. Tel.: 8 686 54 826, 8 684 40 534.

PERKA MIŠKUS

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

PERKAME MIŠKĄ

ir apvalią medieną su žeme arba išskirsti. Atliekame sanitarinius kirtimus bei retinimus. Konsultuojame.

Tel. 8 680 81777

UAB „EIGILA“ brangiai perka mišką VISOJE

Lietuvoje su žeme arba tik išskirtimui. Tel. 8 687 37 524 arba www.eigila.lt

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.

Perku sodybą su žeme ar mišku nuo 3 ha. Žinantys siūlykite, atsilyginsime. Tel. 8 680 84 444.

Perkame sodybą, žemės sklypą ar mišką prie ežero ar upės. Žinantieji siūlykite – atsilyginsime. Tel. 8 611 01 110.

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

PASLAUGOS

Liejame pamatus, betonuojame. Montuojame gipso kartoną, glaistome, džozome, kalame dailyentes, dedame visų tipų grindis, klojame plytelės, atliekame santechnikos darbus, elektros instalacijos darbai, kloj

Tai, kas išaugina... Tėvų žemės trauka

„Mes – iš Ingavango“: gimtojo kaimo, žmonių ir bendruomenės istorijos

„Labai malonus šiu dienų įvykis! Išėjo laukta knyga „Mes – iš Ingavango“. Knyga solidi, kietais viršeliais, 374 puslapių. Mes, visi ingavangiškiai, lenkiams dr. Kostanto Algirdo Aleksyno (jis irgi iš Ingavango) užsispypimui ir darbštumui, jog jis šią knygą paraše, surinko, mus visus subūrė. Apie Ruseckų šeimą teko rašyti man pačiai. Knygoje daug nuotraukų. Mūsų kaimas labai didelis, triju ilgu linijų, Smetonas laikais buvęs didžiausias kaimas Lietuvoje, tad aš net nepažinojau visų gyventojų, bet štai knygoje susipažinsiu. Dar kartą dėkui! Jau atsiverčiau, jau skaitysi...“ Taip savo socialiniame tinkle rašė ingavangiškė, poetė, prozininkė, muziejininkė Aldona Ruseckaitė, kviesdama į knygos sutiktuvės, kurios senojoje kaimo mokykloje įkurtame Ingavango bendruomenės centre įvyko praėjusių sekmadienį.

Autoriui – daugybė padėkų

Knyga išties labai laukta. Tai bylojo pilnulė salė ingavangiškių, svečių. Prie stalo su knygomis driekėsi eilutė, o ją įsigijus buvo smagu gauti ir autoriaus autografa. Sventės vedėja, Ingavango bendruomenės pirminkė **Rasa Jucevičienė** pasveikino susirinkusiuosius, patogiai įsitaisiusius prie vairėmis apkrautų stalų. Kraštiečių vardui nuo nuoširdžiai padėkojo knygos autorui **K.A.Aleksynui** už atliktą didžiulį darbą – parašytą knygą apie Ingavango kaimą.

– Laikas eina, žmonės keičiasi, jei ne knyga, gyvenimas, užrašyti prisiminimai, viskas nukeliautų užmarštin. Kiekvienas kaimas, kampelis su savo istorijomis ir yra Lietuva, – sakė R. Jucevičienė, pakviedama autorių pristatyti knygą.

– Ačiū už žodį. Labai jaudinuo- si... Tą knygą jau visi turi, nėra ko pristatyti. Visiems labai dėkingas už patarimus, išgyvenimus, kuriais pa- sidalinote, – dėkojo ir K.A.Aleksynas. O jam padėkos žodžiai skrijejo ir toliau. Pirmoji pakilo ir žemės ūkio ministro, Seimo nario Andriaus Palionio vardu padėkos žodžius išsakėjo patareja **Valė Petkevičienė**.

– Atvykau įpareigota ir Juozo Palionio labdaros ir paramos fondo atstovų. Andriaus tévelio J. Palionio misija ir idėja buvo suguldyti viso Prienų ir Birštono krašto žmonių istorijas į knygą. Pradžia buvo būtent nuo šio krašto, nuo Šilavoto istorijos, sudėtos į knygą „Kur tekėjo Šlavanta“. Tai buvo pirmas žingsnis į Prienų krašto istorijas. Šitas varpelis skambiai nuskambėjo, nes kasmet ēmė rastis ir daugiau tokų knygų. J. Palionio iniciatyva išleista to krašto, kuriamė jis gime, istorija „Kur Nemunas vinguoja“. Viena po kitos atsirado Pakuonio, Stakliškių mokyklų ir kitos istorijos. Kiekvienas žmogus nori būti svarbus, nori išlikti kaip simbolis, kad čia buvo, čia gyveno ir paliko savo žymę. Didesnės vertybės už kalbą, knygą mes ir neturime, – kalbėjo V. Petkevičienė.

Prienų rajono savivaldybės administracijos direktorės **Jūratės Zailskienės**, kuri taip pat atvyko auto- riui pareikštai padėkā, teigimu, vien tai, kiek daug susirinko susidomėjusių žmonių, išryta didžiausia padė- ka. Už žodžio „Ingavangis“ teisin- gas kirciavimo pamokas ji dėkojo A. Ruseckaitei...



K.A.Aleksynas su žmona.



Buvo mokykla, dabar – bendruomenės centras.



K.A.Aleksynas su „Akacijos“ dainininkais.

Nuotraukos autorės

Mero pavaduotoja **Loreta Juknevičienė** priminė, kad Ingavango bendruomenė yra pirmoji rajone įsikūrusi bendruomenė. Tai rodo, kad čia gyvena labai bendruomeniški žmonės. Jiems svarbi bendrystė, bendri darbai, tad nenuostabu, kad gimė ir ši knyga...

Jau septynerius metus Šilavoto seniūnė dirbanti **Neringa Pilkilienė** sakė, kad yra įpareigota rūpintis visais seniūnijoje esančiais 34 kaimais, ir visi jie – su savo istorijomis. Ingavango kaimo istorija ypač gili.

– Džiugu, kad atsirado žmogus, kuris šio kaimo prisiminimus, istorijas sudėjo į knygą. Ačiū. Ją skaitant galėsite sugrįžti į savo prabėgusius metus, vaikystę, o aš stengiuosi daryti viską, kad turėtumėte kur sugrįžti, – žadėjo seniūnė, asmeniškai nupirkusi penkias knygas, kurias dovanos tiems, kurie galbūt negali jų įsigyti...

Drąsinosi dešimt metų

Mokytoja **Valentina Radzevičienė** priminė, kaip gimė mintis turėti šią knygą.

– Kaimo mokyklą statė daug žmonių. 1930 m. ji iškilo, ir visi „ėjo per ją“. 1989 m. čia patekau ir aš. Kai staiga 2001 metais mokyklą uždarinė, reikėjo visų pagalbos, kad šis pastatas atitektų bendruomenei, nes visokių kalbų buvo, kad nori pirkti tas ar anas... Pirmoji bendruomenės pirminkė **Onutė Tamšiūnienė** buvo labai drąsi, ji visur ėjo, ir 2002 m. čia įkūrėme Ingavango bendruomenės centrą. Tuomet ir pradėjome kalbėti apie čia gyvenusius žmones, jų istorijas, mokyklą. 2006 m. parengėme projektą



gavangiškietė. Savo pasiskymą baigė eilėraščiu apie močiutę Agotą, parašytą to laiko tarme. Dėl kirčiavimo konsultavosi su „kiečiausiu“ tautosakininku – K.A.Aleksynu...

Jam Šilavoto ansamblis „Akacija“ dainininkai dėkojo ne tik už knygą, bet ir už liaudies dainyną, kvietė kartu dainuoti. Sutiko iškart...

Po ilgo karantino laikotarpio žmonės neskubėjo skirstytis, dali- nosi prisiminimais, ieškojo giminystės saknų, dainavo, o akordeonu grojo **Alius Jucevičius**.

Apie knygą

„Mes – iš Ingavango“ – dar dažais kvepianti, puiki, turtinga istorijomis, prisiminimais ir nuotraukomis knyga, įvardinta kaip gimtojo kaimo apybraiža. Parašė ir parengė Kostas Algirdas Aleksynas. Knygą sudaro trys skyriai: „Praeitis“, „Žmonės“, „Bendruomenė“.

Pirmasis – skirtas bendrai kaimo apžvalgai. Duomenys ir pirmosios žinios apie kaimą iš įvairiausiu šaltinių: knygų, periodikos, atsiminių.

Antrasis skyrius apie pačius gyventojus. Pasakoja apie maždaug 80 šeimų. Atskirus straipsnius apie save, savo giminės, kaimynus, pažiūstamus paraše ne tik patys ingavangiškiai, bet ir kiti autoriai.

Trečiajame skyriuje – beveik dvejus dešimtmecius gyvuojančios kaimo bendruomenės veiklos apžvalga.

Knyga išleista 250 egz. tiražu.

Onutė Valkauskienė

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

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 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 - 1750 egz.

Rinko, maketavö UAB „Gyvenimas“.

Internete skaičiykite: www.gyvenimas.info, www.facebook.com/laikrastisGyvenimas

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

A ALYTAUS SPAUSTUVĖ

Projektą remia

SPAUDOS,
RADIVO IR
TELEVISIJOS
RÉMIMO
FONDAS

