

Gyvenimas

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

ISSN 1648-0392



9 771648 039035

Nr. 36 (10386) * 2021 m. gegužės 15 d., šeštadienis

Kaina - 0,45 Eur

Paba diena

Šiandien – mėnulio jaunatis, nuo trečiadienio – priešpilis. Saulė teka 5 val. 13 min., leis 21 val. 19 min. dienos ilgumas 16 val. 7 min.

Vardadieniai: šiandien – Sofija, Sofronija, Zofija, Zosė, Žygvilas, Žygvilė, rytoj – Bitė, Debora, Melita, Ubaldas, Vaidmantas, Vaidmantė, pirmadienį – Gaila, Gailas, Gailė, Nerdinga, Paskalis, Virkanta, Virvaldas, antradienį – Erdmantas, Erdmas, Erdmilas, Erdmilė, Erdvilas, Erdvilė, Venancijus, Venantas. Gegužės 15 – Šv. Izidorius. Sėjos pabaiga. Steigiamojo Seimo diena. Tarptautinė šeimos diena. Gegužės 16 – Šeštinės. Tarptautinė delfino diena. Pasaulinė taikaus gyvenimo kartu diena. Tarptautinė šviesos diena. Partizanų pagerbimo, kariuomenės ir visuomenės vienybės diena. Tarptautinė mirusiųjų nuo AIDS atminimo diena. Gegužės 17 – Pasaulinė informacinės visuomenės diena. Gegužės 18 – Tarptautinė žavėjimosi augalais diena „Žavadienis“. Tarptautinė muziejų diena.

Prienų rajono savivaldybės informacija 2 p.

Lietuvos kurortai pasitinka turistinį sezoną: kur keliausime ir ką veiksime šiemet? 3-6 p.

LSDP Birštono skyriaus informacija 3 p.

Tikras savanoris 3-4 p.

Einatė pasilinksinti? Įvertinkite grėsmę ir būkite atsakingi 4 p.

Birštono krašto žinios 5 p.

Skanaus! 6 p.

Padėka

Esu garbaus amžiaus, turinti judėjimo negalią. Su amžiumi išryškėja ir kitos ligos. Nors esu savo vaikų apsupty rūpesčiu ir meile, bet į medikus kreiptis tenka dažnai. Mano gydytoja Linutė KAZLAUSKIENĖ. Ji subūrė gerą medikų kolektyvą, kaip ji pati sako, kartu dirbant galima kalnus nuversti. Čia dirba personalas, turintis ilgą darbo stažą: visos labai rūpestingos ir suprantančios senų žmonių bėdas. Aš dabar gydausi Veiverių ligoninės Slaugos skyriuje, esu labai patenkinta aptarnavimu, geromis, maloniomis seselėmis. Noriu Joms padėkoti už rūpestį, švelnias rankas ir padrąsinantį žodį.

Dėkoju gydytojoms Linai Kazlauskienei ir Jurgitai Aperienei; masažistei Zitelei Petruševičienei. Taip pat Irmai Raguckienei, Virginijai Gudynienei, Janinai Mitrikevičienei, Vilytei Stelmokienei, Renutei Kulinkevičienei, vyr. slaugos administratori Ramutei Lukoševičienei ir slaugytojų padėjėjoms, o ypač Rasai Tūtlienei, kuri visada maloni, randa gerą žodį ir pralinksmina.

Būkite visos sveikos ir laimingos, mielios ir gerosios medikės.

Su pagarba

Julija Grincevičienė, Skriaudžių kaimo gyventoja

Sveikiname!

Mielas Modestai,

Metai juk ne tam, kad juos skaičiuotų,
Čia buvo vasara – ir vėl klevai rudi.
Čia tik žiema balta skara praėjo,
O pamiškėj ir vėl beržai žali.
Tad nestabdykit laikrodžio rodyklių,
Kad nereikėtų vietoje stovėt,
Tegul negrįš vaikystė ir jaunystė,
Bet liks dienų branda ir jų prasmė.

Nuoširdžius sveikinimus 80-ojo jubiliejaus proga **Modestui URBONUI** siunčia žmona ir vaikai su šeimomis



B.Šo : išmokome skraidyti dangujė kaip paukščiai, nardyti po vandeniu kaip žuvis, o kasdien pritrūkstame išmokti gyventi žemėje kaip žmonės...

„Esu pasiekusi Laisvę“ ...

...kai gegužės rytas jau buvo sodrus pačių gražiausių žalios spalvos atspalvių, negalėjau praleisti šanso nepasivašiniusi stipria ekspreso kava nuostabios gamtos prieglobstyje Birštone Angelės BAJORIENĖS jaukiuose namuose. Gėrėm gardžią kavą ir kalbėjome tiesiog apie gyvenimą gegužės žydėjime, mat kaip tik šią savaitę mano pašnekovė, kupina geros nuotaikos, pradėjo naują gyvenimo etapą, o gal ne – tik pasikeitė skaičiai. Jie juk tokie nereikšmingi atrodo, kai laiminga moteris gali išstarti sau ir kitiems a.a. N.Paltinienės dainos žodžiais: „Metai – tai gėlių žiedai, laiko dovanoti, tegul žydi jie ilgai, ir jų nereik skaičiuoti... Tegul tik sveikatos užtenka. Dėkui už ją kai kuriems Prienų PSPC ir Kauno klinikų gydytojams“.



Visada ir daugumai įpratus matyti Angelę nuolat besišypsantią, energingą, stiprią, klausiu jos, ar nebūna silpnumo akimirku, kai ir ašarą tenka nubraukti? „Nereikia dramatiizuoti jokių asmeninių įvykių, skaudžiausias yra artimų žmonių netektys ar sveikatos problemos. Esu laiminga savo, vaikų ir jų šeimų gyvenimu. Džiaugiuosi, kad ir jie iš mano mamos, savo močiutės, surinko pamatines vertybes. „Vaikeli, tik mylėk žmones“, – sakydavo mama. Ji juk buvo baigusi tik vieną skyrių, bet mums gebėjo įskiepyti visiems laikams meilę žmogui ir gyvenimui.

Prie Angelės švytinčių akių, matyt, prisideda ir jos pačios įvardinta kita savybė, apie kurią ji įtikinamai sako: „Neimu domėn minčių tų žmonių, kurių negerbiu. Tai jie tegul atspalaiduoja... Esu linkusi visą laiką kurti, kurti ir nesustoti. Erdvės mano širdyje, kasdienoje, namuose Birštone ir ofise Vilniuje užtenka

viesiems padoriems, sąžiningiems, atvirais, nuoširdiems, kuriantiems, aktyviems žmonėms.

Pasklaidau praeitį, bet esu ištikima ateities kūrybai. Per brangus gyvenimas švaistyti negatyvui. Tiesiog reikia būti sąžiningam, geranoriškam, atviram, nuoširdžiam, visada mokytis, tobulinti save ir negailėti dalintis su kitais, kuriems to reikia. Kažkuri aktorė yra pasakiusi mintį: „kaip aš girdysiu dvasiniu vandeniu kitus, jei mano šaltinis bus tuščias? Taigi reikia negailėti laiko „prisipildyti“ savo dvasią menu, išmintingų žmonių, ypač senjorų, mąstymais, literatūros kūriniams, gamtos garsais.“

Beje, sunku Angelę ir pristatyti, jos pilna ir Lietuvoje, Europoje, ir ne tik. Viso pokalbio metu netyla telefonas. Angelė Bajorienė yra VŠĮ Tarptautinės socialinės akademijos direktorė ir steigėja, ji ruošia tarptautinių edukacinių ir mokomųjų renginių programas užsienio šalyse,

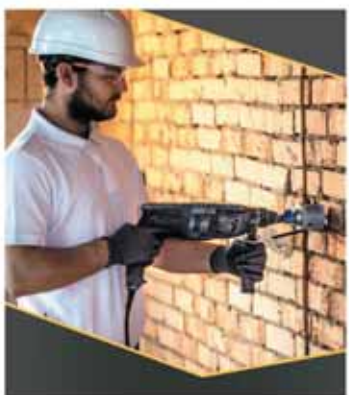
organizuoja, moderuoja renginius. Dar rengia su ekspertais akreditacijai kvalifikacijos kėlimo ir edukacines programas, jas ir vykdo VŠĮ Tarptautinėje socialinėje akademijoje socialinės, sveikatos, švietimo, verslo sričių darbuotojams.

Dabar laukia parengti, bet dėl pandemijos neįvykdyti tarptautiniai gerosios patirties sklaidos renginiai kitose šalyse, su asociacija „Rūpestinga globa“ dar 2008 m. pradėta ir tapusi tradicine Baltijos šalių pavasario konferencija, kurią šiemet, jei leis sudėtingas laikas, reikėtų atšviesti naujesniu formatu Lietuvoje.

Angelė laiko didele garbe būti Lietuvos mokslininkų sąjungos (LMS) nare.

– Gal prieš šešerius metus aktyvistų mišri grupė Vilniuje pradėjo socialiai orientuotos žaliosios ekonomikos (SOZE) koncepcijos

(Nukelta į 8 p.)



ĮRANKIŲ NUOMA



DEKORATYVINIAI AUGALAI IR LAUKO GĖLĖS



LIETAUS NUVEDIMO SISTEMOS GAMRAT



APSAUGOS SISTEMOS

Akcija galioja: 2021.05.03-2021.05.31

Kepyklos g. 17, Alytus
Tel. (8 315) 55970
www.lankava.lt



Viena didžiausių imonių Lietuvoje

tiesiogiai perka karves, bulius, telyčias.

Sveria el. svarstyklėmis. Moka 6 ir 21 proc. PVM. Atsiskaito iš karto.

Tel. 8 635 07 197

TIKRAI BRANGIAI PERKAME MIŠKUS VISOJE LIETUVOJE

Domina įvairaus brandumo ir sudėties miškai. Atsiskaitome iš karto.

Sėkmingai dirbame nuo 2001 m.

8-62-62-63-63

UAB „Girystis“ - tai saugaus sandorio garantas!



2021 M. GEGUŽĖS 17–30 D. VYKŠ BALSAVIMAS UŽ LABIAUSIAI PATIKUSIUS PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS BENDRUOMENĖS INICIATYVŲ, SKIRTŲ GYVENAMAJAI APLINKAI GERINTI, PROJEKTŲ IDĖJŲ PASIŪLYMUS

Informuojame, kad skelbtame kvietime teikti pasiūlymus pagal Prienu rajono savivaldybės bendruomenės iniciatyvų, skirtų gyvenamajai aplinkai gerinti, projektų idėjų atrankos ir finansavimo tvarkos aprašą, patvirtintą Prienu rajono savivaldybės tarybos 2020 m. gruodžio 22 d. sprendimu Nr. T3-297, buvo gautas 21 projektų idėjų pasiūlymas.

Pasibaigus dviem vertinimo etapams, Savivaldybės mero 2021 m. gegužės 10 d. potvarkiu Nr. P1-15 „Dėl Prienu rajono savivaldybės bendruomenės iniciatyvų, skirtų gyvenamajai aplinkai gerinti, projektų idėjų pasiūlymų nuasmeninto sąrašo patvirtinimo“ patvirtintas 14 projektų idėjų pasiūlymų nuasmenintas sąrašas (be projekto idėjos pasiūlymo pareiškėjo ir projekto idėjai pritarusių asmenų asmens duomenų).

Prienu miesto projektų kategorijoje:

1. „Anties sodas“. Projekto vieta – žemės sklypas tarp Janonio g. 7 ir Vytauto g. 27 sklypų, Prienuose. Siūloma įrengti saugų ir estetiškai patrauklų tiltelį per upelį Janonio gatvėje bei prieigą prie upelio, vaistažolių ir gėlių edukacinį darželį, sukurti erdves, kuriose būtų vedamos bendruomenės šventės, edukacinės pamokėlės bei įgyvendinamas saugios kaimynystės principas. Projekto vertė – 9 500 Eur;

2. „Skambantis miestas“. Projekto vieta – Prienu Revuonos parkas. Siūloma įrengti kiekvienam prienamą muzikinę erdvę su lauko muzikos instrumentais po atviru dangumi. Projekto vertė – 25 000 Eur;

3. „Tartoke esančio Bevardžio ežero prieigų sutvarkymas“. Projekto vieta – teritorija prie tvenkinio, esančio ties Malūninkų g. ir Slėnio g. sankryža, Prienuose. Siūloma sutvarkyti tvenkinio prieigą, pastatyti suoliukus, šiukšliadėžes, išvalyti krantą, įrengti treniruoklius. Projekto vertė – 15 000 Eur.

Prienu rajono projektų kategorijoje:

1. „Balbieriškio miestelio centrinio skvero sutvarkymas“. Projekto vieta – viešoji erdvė Jaunimo g. ir Parko g. sankryžoje, Balbieriškyje. Siūloma atnaujinti Balbieriškio miestelio centrinį skvera: įrengti pėsčiųjų takus, apšvietimą, pastatyti suoliukus ir šiukšliadėžes, pasodinti dekoratyvinių augalų, įrengti gėlyną. Projekto vertė – 25 000 Eur;

2. „Erdvės prie Veiverių Šaulių namų sutvarkymas“. Projekto vieta – teritorija prie Šaulių namų Kauno g. 31, Veiveriuose. Siūloma išlyginti žemės sklypą šalia Šaulių namų pastato, įrengti nedidelę trinkelėmis išklotą aikštelę, apželdinti teritoriją, sutvarkyti veją. Projekto vertė – 12 300 Eur;

3. „Gyventojų sveikos gyvensenos bei pilnaverčio laisvalaikio užimtumas“. Projekto vieta – teritorija prie daugiabučių namų Kauno g. 11, Stakliškėse. Siūloma teritorijoje prie daugiabučių namų įrengti suoliukus, vaikų žaidimų aikštelę ir treniruoklius. Projekto vertė – 10 600 Eur;

4. „Jauki aplinka – laimingi gyventojai“. Projekto vieta – teritorija prie Vėžionių k. bibliotekos (Lankų g. 1). Siūloma pabaigti tvirti tvorą aplink bibliotekos teritoriją, pasėti veją, sutvarkyti šaligatvį, pastatyti suoliukus, sūpynes vaikams. Projekto vertė – 9000 Eur;

5. „Karališkuoju vieškeliu – į kunigaikščius

laikus“. Projekto vieta – Stakliškių seniūnija. Siūloma įrengti krypties rodyklės į 19 objektų (archeologinių paminklų, kapaviečių, gamtinių objektų) ir informacinius standus. Projekto vertė – 20 500 Eur;

6. „Kartu mes galim... Gaspadorių iš kiemo pažinti“. Projekto vieta – viešoji erdvė Vilniaus g. 5, Jiezne. Siūloma įrengti apšvietimą, iškloti gumine dangą vaikų žaidimų ir treniruoklių aikštelėse, įrengti tiltelį per upelį-griovį, pastatyti suoliukus prie tako. Projekto vertė – 24 500 Eur;

7. „Keisk ir keiskis“. Projekto vieta – daugiabučio namo teritorija Mokyklos g. 2, Jiezne. Siūloma daugiabučio namo teritorijoje sutvarkyti kelią į laiptines, takelį, pastatyti suoliukus, įrengti vaikų žaidimų aikštelę. Projekto vertė – 9700 Eur;

8. „Lauko žaidimų ir treniruoklių komplekso įrengimas, siekiant kurti patrauklią, sveiką ir saugią aplinką Išlaužo seniūnijos gyventojams“. Projekto vieta – Išlaužo pagrindinės mokyklos teritorija. Siūloma įrengti 130 m² gumos trinkelėmis dengtą aikštelę, žaidimų įrenginius įvairaus amžiaus vaikams ir treniruoklius suaugusiems. Projekto vertė – 25 000 Eur;

9. „Poilsio ir laisvalaikio erdvių įrengimas Klebiškio kaime“. Projekto vieta – teritorija prie tvenkinio Tvenkinio g., Klebiškio k. Siūloma sutvarkyti aplinką prie tvenkinio: suformuoti reljefą, pasėti veją, įrengti suolelius, karstynes vaikams. Projekto vertė – 5 200 Eur;

10. „Viešosios erdvės Aušros gatvėje, Pakuonio miestelyje, pritaikymas gyventojų poreikiams“. Projekto vieta – viešosios erdvės prie Aušros g. 1 ir 2A sklypų, Pakuonyje. Siūloma išvalyti teritoriją (iškirsti menkaverčius medžius ir krūmus) prie Kuonės upelio, įrengti atitvarus, laiptelius, vaikų žaidimų aikštelę, lauko treniruoklius, suoliukus, pasodinti dekoratyvinių krūmų. Projekto vertė – 25 000 Eur;

11. „Viešos erdvės Skriaudžių kaime sutvarkymas ir pritaikymas gyventojų laisvalaikio ir sporto reikmėms“. Projekto vieta – žemės sklypas Jaunimo g. 5A, Skriaudžių k. Siūloma išlyginti esamą stadiono teritoriją, įrengti futbolo aikštelę su natūralios žolės danga bei universalią sporto aikštelę su danga. Projekto vertė – 25 000 Eur.

Kviečiame visus Prienu rajono savivaldybės teritorijoje gyvenamąją vietą deklaravusius gyventojus, ne jaunesnius nei 16 metų, **2021 m. gegužės 17–30 d. balsuoti** už teikiamus projektų idėjų pasiūlymus.

Balsuoti galima užpildant nustatytos formos balsavimo biuletenį Balbieriškio, Išlaužo, Jiezno, Naujosios Ūtos, Pakuonio, Stakliškių, Šilavoto, Veiverių seniūnijų administracinėse patalpose (I–IV 8.00–17.00, V 8.00–15.45; pietų pertrauka 12.00–12.45), Prienu kultūros ir laisvalaikio centre (I–V 12.00–18.00) arba **elektroniniu būdu** <https://apklau-sa.lt/prienu-rajono-savivaldybes-bendruomenes-iniciatyvu-skirtu-gyvenamajai-aplink-trsjsxv.fullpage>

Daugiau informacijos apie projektų idėjų pasiūlymus galite rasti www.prienuai.lt

Prienu r. savivaldybės informacija



KVIETIMAS TEIKTI VIETOS PROJEKTUS Nr. 14

Prienu rajono vietos veiklos grupė kviečia teikti paprastus kaimo vietovių vietos projektus pagal Vietos plėtros strategijos „Prienu rajono vietos veiklos grupės teritorijos 2015-2023 m. vietos plėtros strategija“ (toliau – VPS) VPS priemonės „Vietos projektų pareiškėjų ir vykdytojų mokymas, igūdžių igijimas (kai mokymai susiję su VPS priemonėmis)“ Nr. LEADER-19.2-SAVA-3 (toliau – VPS priemonė) vietos projektams.

VPS priemonės „Vietos projektų pareiškėjų ir vykdytojų mokymas, igūdžių igijimas (kai mokymai susiję su VPS priemonėmis)“ Nr. LEADER-19.2-SAVA-3 (toliau – VPS priemonė) vietos projektams.	Priemonės teikiama parama bus skiriama pareiškėjams, kurie numatys vykdyti vietos projektų pareiškėjų ir vykdytojų mokymus igūdžių igijimui, susijusius su VPS priemonėmis. Remiama vietos veiklos sritis – mokymai, skirti vietos projektų pareiškėjų ir vykdytojų igūdžių igijimui, susijusius su VPS priemonėmis.
	Tinkami vietos projektų vykdytojai: Juridiniai asmenys-NVO.
	Kvietimui skiriama VPS paramos lėšų suma 35 970,00 Eur.;
	Didžiausia galima parama vienam vietos projektui igyvendinti 11 990,00 Eur
	Paramos vietos projektui igyvendinti lyginamoji dalis: Lėšos vietos projektui igyvendinti gali sudaryti iki 100 proc. visų tinkamų finansuoti vietos projektų išlaidų.
	Finansavimo šaltiniai: EŽŪFKP ir Lietuvos Respublikos biudžeto lėšos.

Bendra kvietimo teikti vietos projektus suma **35 970,00 Eur** iš EŽŪFKP ir Lietuvos Respublikos valstybės biudžeto lėšų.

Vietos projektų finansavimo sąlygų aprašas skelbiamas www.prienuvvg.lt interneto svetainėje, taip pat VPS vykdytojos būstinėje adresu: Kauno g. 2, Prienai.

Kvietimas teikti vietos projektus galioja **nuo 2021 m. gegužės 17 d. 09:00 val. iki 2021 m. birželio 21 d. 14:00 val.**

Vietos projektų paraiškos priimamos Prienu rajono vietos veiklos grupės būstinėje adresu: Kauno g. 2, Prienai.

Paraiškos ir jų priedai turi būti užpildyti lietuvių kalba, kartu su vietos projekto paraiška teikiami priedai turi būti sudaryti lietuvių kalba arba kartu turi būti pateiktas oficialus vertimų biuro, įmonės ar vertėjo (fizinio asmens) pasirašytas vertimas į lietuvių kalbą.

Per vieną konkrečios VPS priemonės ir (arba) veiklos srities paramos paraiškų priėmimo laikotarpį vietos projekto paraiškos teikėjas gali pateikti vieną vietos projekto paraišką (išskyrus išimtis, nurodytas Vietos projektų administravimo taisyklių 69 punkte).

Informacija apie kvietimą teikti vietos projektus ir vietos projektų igyvendinimą teikiama Prienu rajono vietos veiklos grupės būstinėje darbo dienomis nuo 08:00 val. iki 17:00 val. (penktadieniais iki 16:00 val.) arba elektroniniu paštu. Už informacijos teikimą atsakingi asmenys: projekto vadovė Virginija Žliobienė tel. +370 630 01 772, projekto administratorius Saulius Narūnas tel. +370 686 31 118, el. paštas: prienuvvg@gmail.com. Uzs. Nr. 034



Pakeistas KPP paraiškų priėmimo grafikas

Pakeistas paramos paraiškų pagal Lietuvos kaimo plėtros 2014–2020 metų programos (KPP) priemonės priėmimo 2021 metais grafikas.

Pakoreguotame grafike nukeltas paraiškų pagal KPP veiklos sritį „Parama EIP veiklos grupėms kurti ir jų veiklai vystyti (galimybių studijų teikimas)“ priėmimas. Paraiškos bus priimamos nuo šių metų rugšėjo 1 d. iki spalio 29 d. (anksčiau buvo planuota kviešti paraiškas teikti nuo 2021 m. birželio 1 d. iki liepos 30 d.).

Keičiasi požiūris į žemės ūkį – bus skatinami tvarūs, efektyviai veikiantys ūkiai

Žemės ūkio ministras Kęstutis Navickas Seimo Kaimo reikalų komitetui pristatė planuojamas investicijas į žemės ūkio produktų gamybą ir perdirbimą naujuoju 2021–2027 m. finansiniu laikotarpiu bei paaikšino pasirinktų prioritetų svarbą.

Bendroji žemės ūkio politika, sukurta 1964 metais, pirmiausia buvo skirta padėti europiečiams isigyti įperkamo ir sveikatai palankaus maisto. Vėliau atsirado kaimo plėtra, visa socialinė dimensija: smulkūs ūkiai, kaimo infrastruktūra, LEADER ir t.t. Ir tik po 2013 m. reformos buvo pradėtas skirti dėmesys agroaplinkosaugai.

Paskutiniame etape, kuris įgaus pagreitį nuo 2023 metų, prie šių tikslų dar labiau akcentuojami su aplinkosauga ir klimato kaita susiję iššūkiai, susitarimai ir bendri siekiai.

Planuojamos investicijos į žemės ūkio produktų gamybą ir perdirbimą 2021–2027 m. bei prioritetai, kuriuos pristatė ministras, buvo derinti su įvairių sektorių atstovais, ūkininkais. Po šio pristatymo ŽŪM, siekdama bendro sutarimo, dar vykdys konsultacijas su socialiniais partneriais. Diskusija su Seimo Kaimo reikalų komitetu bus pratęsta birželio mėnesį.

Parengta pagal ŽŪM informaciją

PR Vakcinacijos strategija „Vaxzevria“ vakcina nesikeičia

Sveikatos apsaugos ministerija (SAM) įvertino Valstybinės vaistų kontrolės tarnybos pateiktą informaciją apie užregistruotas nepageidaujamas reakcijas į „Vaxzevria“ vakciną ir kartu atsizvelgdama į Europos vaistų agentūros (EVA) rekomendacijas bei epidemiologinę padėtį šalyje nusprendė tęsti skiepimą šia vakcina tokia pat tvarka, kokia buvo taikoma nuo pat pradžių.

Tai reiškia, kad „Vaxzevria“ vakcina ir toliau galės skiepytis visi gyventojai nuo 18 metų, ir Lietuva lieka tarp dešimties Europos Sąjungos šalių, kurios netaiko papildomų amžiaus ribojimų šiai vakcinai. Atsakyti papildomų ribojimų jau nusprendė ir Vokietija, anksčiau skyrusi šią vakciną tik asmenims nuo 60 metų.

Roboti amžiaus skiepį „Vaxzevria“ vakcina nerekomenduoja ir EVA, pateikusi išvadą, kad šios vakcinos nauda kovojant su COVID-19 ligos plitimu ir toliau nusveria vakcinos galimų šalutinių poveikių riziką suaugusiems visose amžiaus grupėse. Agentūros vertinimu, „Vaxzevria“ veiksmingai apsaugo nuo

hospitalizavimo, gydymo intensyvios terapijos skyriuje ir mirčių dėl COVID-19 ligos. Didėjant infekcijos atvejų skaičiui didėja ir vakcinos teikiama nauda.

Lietuvoje 14 dienų sergamumas COVID-19 liga šiandien siekia 583 atvejus 100 tūkst. gyventojų, per dieną nustatoma daugiau nei tūkstantis naujų susirgimų, kasdien miršta nuo keliolikos iki kelių dešimčių šia liga sergančių žmonių. Nors situaciją dėl ligoninių lovų užimtumo pavyko stabilizuoti, nerimą kelia tai, kad į ligonines patenka vis jaunesni gyventojai, sergantys COVID-19 liga.

Naujausias Airijoje atliktas tyrimas rodo, kad 1 mln. „Vaxzevria“ vakcina paskiepytų gyventojų tenka

4-10 itin retų šalutinių poveikių ir viena mirtis. Lietuvoje šia vakcina paskiepyta 270 tūkst. gyventojų, atitinkamai mažesnis yra ir galimų itin retų poveikių skaičius.

Skiepį „Vaxzevria“ vakcina SAM ir toliau rekomenduoja daryti 12 savaičių pertrauką tarp pirmos ir antros vakcinos dozės. Tyrimai parodė, kad po ilgesnės pertraukos žmogaus organizme formuojasi daugiau antikūnų ir susidaro tvirtesnis imunitetas – šitai patvirtinama didžiausia vakcinos nauda.

Jeigu ilgesnė pertrauka daro neigiamą įtaką asmens vykdomai veiklai, vakcinacijos centras antrą „Vaxzevria“ vakcinos dozę gali skirti anksčiau, gamintojo siūlomu 4-12 savaičių intervalu. Tačiau gyventojai raginami objektyviai įvertinti poreikį trumpinti laiką tarp pirmos ir antros dozės ir rinktis jų sveikatai naudingiausią sprendimą.

SAM Spaudos tarnyba



Birštono versmės

„Gyvenimas“
- laikraštis Jums
ir apie Jus!

Lietuvos kurortai pasitinka turistinį sezoną: kur keliausime ir ką veiksime šiemet?

Švelnėjant karantino sąlygoms, kai vėl galime pėsčiomis, automobiliu ar dviračiu tyrinėti Lietuvą, ir šylant orams, miestai intensyviai ruošiasi artėjančiam turistiniam sezonui. Parengę pramogų kiekvienam skoniui, šiemet kurortų merai kviečia lietuvius išsėtis savoje šalyje, todėl gegužės 6 d., pirmą kartą Lietuvos kurortų asociacijos surengtoje nuotolinėje konferencijoje kurortinių miestų ir teritorijų merai bei vice-merai pasidalijo mintimis, su kuriomis nuotakomis pasitinka ateinantį turistinį sezoną ir pristatė, kokių naujienų šią vasarą gali tikėtis poilsiautojai.

Vis dar esant prastai epidemiologinei situacijai, kurortams teko atsisakyti didelių renginių, tačiau Anykščių, Birštono, Druskininkų, Ignalinos, Kauno r., Neringos, Palangos, Zarasų ir Trakų vadovai pažada, jog šiemet Lietuvoje bus ką pamatyti ir ką nuveikti.

Birštonas turistinį sezoną pasitinka su didelėmis naujienomis

Vienas seniausių Lietuvos kurortų – Birštonas – šiemet mini 175-ąjį jubiliejų. Deja, dėl Lietuvoje galiojančio karantino jau antrus metus iš eilės Birštonas negali pakviesti svečių į grandiozinę miesto gimtadienio šventę, kasmet sutraukdavusią tūkstančius svečių. Ir nors

(Nukelta į 6 p.)



Birštonas jau ruošiasi ir laivybos sezonui.



Seniausią Lietuvos kurortą puošia Antrąjį pasaulinį karą atlaikiusi biuvetė, kviečianti miesto svečius atsigaivinti mineraliniu vandeniu.

Tikras savanoris

Birštonietis Aivaras POŽAITIS yra baigęs Alytaus kolegiją, Multimedijos, dizaino ir leidybos technologijos, informatikos inžinerijos studijas. Birštono viešojoje bibliotekoje Aivaras lankydavosi nuo mažumės. Jis buvo ir yra išskirtinis. Drovus, tylus, nekrentantis į akis, tačiau kuo Aivarą labiau pažįsti, tuo daugiau jis stebina savo apsiskaitymu, erudicija, savitu mąstymu ir puikiu humoro jausmu. Vaikinas eilę metų yra bibliotekos savanoris. Ir dabar, karantino metu, Aivaras padeda sukurti linksmus naujų knygų pristatymo filmukus, kurie skelbiami bibliotekos svetainėje. Skiltyje „Vaikams“ naujas knygas pristato Žiogas Jeronimas. Kol ribojamas gyvas bendravimas, bandome neprarasti ryšio su savo skaitytojais.

Trumpas pokalbis su mūsų pagalbiniu Aivaru.

– Kaip atsirado noras savanoriauti?

– Daug ką pas mus daro savanoriai bei entuziastai. Kam mokėti pinigų, kai yra žmonių, kurie kažkurio momentu neapsikentę viską padarys už dyką. Taip jau nutiko, kad aš esu tas neapsikentęs.

– Kaip tavo savanoriavimas siejasi su biblioteka?

– Nepamenu tos akimirkos... Gal dėl atmosferos. Juk pastatas – tik paskirtis, visa kita žmonės. Ir Antikos raštuose parašyta, jog žmogui paprastai reikia pastato vidaus, o ne paties pastato.

– Kaip atsirado pirmieji tavo sukurti filmukai, kiek jų ir kokie?

– Neskaičiauvau, kai kurie iš jų pasimetė, kai kuriuos pamečiau pats. Pirmą vaizdo įrašą sumontavau būdamas 12 metų, dar naudodamas Windows Movie Maker. Buvo daug šeimos nuotraukų ir pagalvojau, jog nuotraukas vis vien žmonės dažniausiai uždaro stalčiuje, albumuose užrakina. O juos varto retai. Net ir skaitmeninės nuotraukos guli kažkur aplankuose. Albumas tikriausiai būtų apdulkęs.

Paprastai darau filmukus be išankstinės idėjos. Būna, kad sėdi rimtu veidu, o komedija išeina. O būna ir taip, kad esi nerimtai nusi-



teikęs, tai dar didesnė komedija išeina.

– Ką patartum savo bendraamžiams ir jaunimui, kurie nori savanoriauti?

– Savanoriauti galima visur ir visada, ir be popierių. Padėti atsistoti nugriuvusiam jau yra savanoriaavimas.

– Mėgstamiausia knyga, filmas, citata?

Filmų taip griežtai neskirstau. Yra daug gerų filmų, bet jei reiktų

(Nukelta į 4 p.)

LSDP Birštono skyriaus socialdemokratai prisidėjo prie medelių sodinimo akcijos „Mano dovana Birštonui“

Siekiant atnaujinti ir atkurti Birštono žaliąjį rūbą, Birštono kurortas 175-erių metų jubiliejaus proga kviečia visus birštoniečius, įvairias įstaigas, organizacijas bei kurortą mylinčius žmones jungtis prie akcijos „Mano dovana Birštonui“.

Lietuvos socialdemokratų partijos Birštono skyrius taip pat nusprendė prisidėti prie šios gražios ir prasmingos akcijos. Pavasariškai šilta gegužės 10-osios dienos vakarą, Skyriaus bičiuliai Vytauto Jurgio Meškos parke pasodino net 40 vienetų 1,5 m aukščio pušų. Šis parkas pasirinktas neatsitiktinai – šią žiemą jis smarkiai nukentėjo dėl iškritusio gausaus sniego. Akcijoje dalyvavę Skyriaus nariai pasižadėjo rūpintis pasodintomis pušimis ir, esant sausrui, jas laistyti. Dėkojame BĮ Birštono miesto tvarkymo tarnybai ir kraštovaizdžio architektėi Audronei Daubarienei už akcijos koordinavimą ir tinkamiausių augalų mūsų kurortui parinkimą.



Buvo aptarta ir politinė situacija LSDP

Medelių sodinimo akcija buvo puiki proga Skyriaus bičiuliams susitikti ir „gyvai“ pasveikinti balandžio 21 d. vykusios LSDP Birštono skyriaus ataskaitinės-rinkiminės konferencijos metu naujai dvejų metų kadencijai išrinktą Skyriaus pirmininkę Nijolę DIRGINČIENĘ, pirmąjį pavaduotoją Vyta KEDERĮ, pavaduotojus Dovilę ADAMONYTĘ, Valentina Vincą REVUCKĄ bei Skyriaus tarybą, kurią ateinančius dvejus metus sudarys ne 22, bet 25 nariai.

Taip pat buvo aptarti ir ką tik pasibaigę rinkimai į LSDP pirmininkus, kuriuose Birštono skyrius visus nustebino savo aktyvumu – rinkimuose dalyvavo net 74,6 proc. (203) Birštono skyriaus narių, kurie palaikė Juozo Oleko kandidatūrą: už jį balsavo 135, o už Viliją Blinkevičiūtę – 65 Skyriaus bičiuliai. Dėkojame visiems, kurie dalyvavo rinkimuose!

Visuotiniuose partijos pirmininko rinkimuose dalyvavo daugiau nei 7,9 tūkst. LSDP narių. Lietuvos socialdemokratų partijos pirmininke dvejų metų kadencijai išrinkta europarlamentarė Vilija Blinkevičiūtė. Išrinktoji LSDP pirmininkė pareigas pradės eiti gegužės 29 dieną, tą dieną rengiamas ir partijos suvažiavimas.

Skyriaus bičiuliai kalbėjo, kad bendromis jėgomis ir toliau turime skleisti bei stiprinti socialdemokratinės idėjas ne tik mūsų krašte, bet ir Lietuvoje – to Skyriaus bičiuliai linki ir naujai išrinktai LSDP pirmininkei.

LSDP Birštono skyriaus informacija

Užs. Nr. 035

Subalansuotos mitybos taisyklės pagal mitybos ekspertę Tautvilę Šliažaitę-Miller

Dažnai girdime, kad mityboje reiktų siekti pusiausvyros, tačiau iš tiesų nežinome, kaip tai padaryti. Jei dieną valgome salotas, o vakare – saldumynus, ar galima sakyti, kad maitinamės subalansuotai?

Natūropatinės mitybos ekspertė Tautvilė Šliažaitė-Miller primena subalansuotos mitybos principus ir sako, kad jie turi užtikrinti, jog organizmas gaus visų reikalingų maisto medžiagų. „Balansas mityboje – tai maisto įvairovė ir raktas į gerą savijautą be mitybos kraštutinumų“, – sako T. Šliažaitė-Miller.

Sveikesnė ir subalansuota mityba nereikia ilgų valandų virtuvėje

T. Šliažaitė-Miller sako, kad mitybos balansą gali padėti pasiekti kelios paprastos taisyklės: „Per dieną turėtume suvartoti mažiausiai 5 kumščio dydžio porcijas daržovių ir vaisių. Kiekvieno valgymo metu reiktų gauti baltymų. Taip pat rekomenduojame tris keturis kartus per savaitę valgyti žuvis, rinktis viso grūdo produktus, vengti perdirbtų produktų.“

„Ryte turėtume gauti angliavandenių ir baltymų, į pietų meniu įtraukime daržovių, per vakarienę svarbu gauti baltymų, o angliavandenių galime suvartoti mažiau. Pacientams kartojau, kad sveika mityba nereikia ilgų valandų prie puodų. Pavyzdžiui, duonos gabalėlis, sūlis ir rauginti kopūstai – greitai ir maistingi pietūs“, – sako natūropatinės mitybos specialistė.

Atsakyti maisto produktų – nenaudinga mada

T. Šliažaitė-Miller teigimu, kiekvienos grupės produktai turi skirtingų maisto medžiagų, todėl

mityboje turi būti įvairovė: „Pavyzdžiui, mėsa – baltymų šaltinis. Duona – angliavandenių ir skaidulų šaltinis, tačiau ne vienas šių produktų neturi vitamino C, kuris svarbus imuninei sistemai. Dėl to į mitybą privalome įtraukti vaisių ir daržovių.“

Mitybos specialistė pastebi, kad tam tikrų maisto produktų atsiskyrimas tampa savotiška mada, tačiau nepatiria siaurinti mitybos raciono, jei organizmui to nereikia. „Jei organizmas netoleruoja kurios nors kategorijos produktų, būtina žinoti, kuo juos pakeisti, kad gautumėte visų reikiamų maisto medžiagų. Tie, kurių organizmas tolerantiškas, turėtų valgyti įvairių maistą“, – sako mitybos specialistė.

Mitai, kuriais nereikia tikėti

Pasak T. Šliažaitės-Miller, žmonės bijo angliavandenių – neva jie ne naudingi, nuo jų auga svoris. „Atsakydami duonos, kokybiškų makaronų ar kitų angliavandenių šaltinių, negausime energijos ir norėsimės saldumynų. Pacientams dažnai kartojau, kad duonos gabalėlis visada bus geriau nei pyragėlis“, – teigia mitybos specialistė.

Anot T. Šliažaitės-Miller, ieš-



kodami sveikesnių produktų pirkėjai dažnai „suklumpa“ perskaitę tik kelis akį traukiančius teiginius. Užrašai „be glitimo“, „be cukraus“, „be mielių“ ir kiti ne visada reiškia, kad produktas sveikesnis.

„Jei ant duonos pakuočių užrašyta „be mielių“, būtina atkreipti dėmesį, kad produktas – be kepimo mielių, nes su raugu kepama duona turi natūralių mielių. Duonos sudėtyje esančios mielės – natūralus ingredientas, kuris padeda duoną iškepti minkštesnę, puresnę ir lengvesnę. Nereiktų baimintis dėl mielių neigiamo poveikio, nes gyvosios mielės žūsta aukštoje temperatūroje. Taigi renkant produktus svarbiausia skaityti etiketes ir vertinti visumą“, – sako „Vilniaus duona“ produktų vystymo vadovė Baltijos šalims Snieguolė Šoblinkienė. Nr. 036



Amžinąjį atilsį...

„Išeisiu, sakau, senu papročiu aplankyti savo žydinčio rugio. Kad jau nesugrįšiu, tai nieko: Atgulsiu po jo pašaknėm.“ (Justinas Marcinkevičius)

Dėl tėvelio mirties nuoširdžiai užjaučiame Strielčių bibliotekos bibliotekininkę Daivą MOCKEVIČIENĘ ir jos artimuosius.

Prienu Justino Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos kolektyvas

Skaudžią netekties ir liūdesio valandą nuoširdžiai užjaučiame vyr. finansininę Danutę ŠALČIUVIENĘ dėl jos mylimos mamytės mirties.

UAB „Rūdupis“ darbuotojai

Tikras savanoris

(Atkelta iš 3 p.)

parekomenduoti kažkam filmą, tai pirmiausiai rekomenduojau šiuos du: Bong Joon-ho „Parazitas“ (vienintelis filmas, kurį žiūrėjau tiek daug kartų ir ne dėl to, kad gavo Oskarą. Jau vien prieš Oskarus buvau jį matęs bent tris kartus) bei Michael Cacoyannis „Graikas Zorba“ (Zorba the Greek).

Knyga – „Rašalo širdis“. Mus pradūnukus vedavo į mokyklos biblioteką ir reikėdavo ten rinktis knygas, nesvarbu, ką pasiimsi, svarbiau, kad pasiimtum. Ten pasirinkimas

ne toks didelis, tad atrodydavo, kad visos knygos nuobodžios. „Rašalo širdis“ buvo ta knyga, kuri įvedė mane į knygų pasaulį, po jos pamačiau, kad visgi būna skaitomų knygų.

Citata – Juokas ir verksmas – jie man beveik kaip kinų raštas. (Samuelis Beketas „Molodus“).

– Didžiausia svajonė?

– Pagaliau reikia paimti ir padaryti tą prakeiktą pirmą filmą... kai prisiruošiu.

Aivarą kalbino bibliotekininkė Ingrida Žodžius sudėliojo bibliografe Genovaitė

Einate pasilinksminti? Įvertinkite grėsmę ir būkite atsakingi

Šiandieninis pasaulis pilnas įvairiausių pagundų, kurių klatinga grėsmė dažnai nėra įvertinama iš anksto. Vienas iš pavyzdžių – psichoaktyvių medžiagų vartojimas, kuomet „nekalta“ ir neapgaltas veiksmas galiausiai priveda prie ilgalaikių ir sunkių sveikatos problemų.

Apie priklausomybę nuo psichoaktyvių medžiagų ir jų žalą žmogaus organizmui pasakoja Respublikinio priklausomybės ligų centro (RPLC) direktoriaus pavaduotoja dr. Aušra ŠIRVINSKIENĖ.

Pagalba laiku – efektyvus gydymas

Dažnai asmenys nepajėgia patys įvertinti savo priklausomybės laipsnio ir grėsmės gerovei, todėl tokiose situacijose yra svarbi tinkama ir greita šeimos narių reakcija, skatinanti ieškoti išeities.

„Aplinkinių raginimas gydytis yra tikrai reikalingas pirmiesiems žingsniams žengti, kadangi pats asmuo paprastai priklausomybės faktą neigia. Artimieji dažniausiai pirmieji pastebi medžiagų vartojimo pasekmes, todėl neretai pacientai atvyksta palydimi artimųjų. Svarbiausia yra laiku kreiptis pagalbos – „neįsisėnėjusios“ ligos gydymas yra daug efektyvesnis, o dažnai tai reiškia, kad ir sėkmingesnis. Tai būdinga visiems susirgimams, tarp jų ir priklausomybės ligoms“, – apie svarbų laiką kreiptis pagalbos pasakoja A. Širvinskienė.

Priklausomybė yra tokia pati liga kaip ir kitos

Šiandien vis dar populiariu ieškoti greito sprendimo, žmonės nėra linkę pripažinti sau ir kitiems, kad nuo priklausomybės, kaip ir nuo kitų lėtinių ligų, greitai nepasveikstama. Iš tikrųjų priklausomybė yra liga kaip ir kitos, jai taip pat sukurti pagrįsti gydymo būdai.

Priklausomybės sindromą reikėtų įtarti, kai dėl psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo asmuo pastebi neigiamų pokyčių santykiuose su aplinkiniais, jam darosi sunku užmegzti ryšį ir vykdyti prisiimtus įsipareigojimus. Jei psichoaktyviųjų medžiagų vartojimas dar nesukėlė priklausomybės, tačiau pakenkė sveikatai, ši būseną įvardijama kaip „žalingas vartojimas“.

A. Širvinskienė akcentuoja, jog tik gydytojas psichiatras gali įvertinti būklę ir pakonsultuoti žmogų dėl žalingo vartojimo ar priklausomybės, tačiau ne mažiau svarbi yra pirminė pagalba sveikatos priežiūros įstaigose, pacientų konsultavimas (trumposios konsultacijos) ir pirminės grandies gydytojų gebėjimas identifikuoti pacientus, kuriems reikia pagalbos, ir juos motyvuoti kreiptis pagalbos į gydytojus psichiatrus, kad liga būtų atpažinta ir pradėta gydyti anksčiau.

Stresas slopinamas psichoaktyviomis medžiagomis

Alkoholis – viena labiausiai paplitusių psichoaktyviųjų medžiagų ir dažniausiai pasitaikantis jo vartojimo padariny yra padidėjęs arterinis kraujospūdis. Tai susiję su tuo, kad vartojantis alkoholią asmuo patiria daug streso ir sutrinka jo miego režimas. Toksinis alkoholio poveikis veikia širdies raumenį, atsiranda



Dr. Aušra Širvinskienė viliasi, jog vis daugiau žmonių nuspręš nebe gyventi slegiami baimės, gėdos jausmų, susijusių su priklausomybe, o suskubs kreiptis pagalbos.

Nuotrauka A. Skaraičio

kardiomiopatija, ir kepenis – pakinta kepenų fermentai, atsiranda suriebijimas, po ilgesnio laiko išsivysto cirozė.

A. Širvinskienės teigimu, nuolatinis alkoholio vartojimas taip pat yra susijęs su neurologiniais žmogaus savireguliacijos mechanizmų pakitimais, dėl ko silpnėja jo gebėjimas reguliuoti savo emocijas būsenas. Gana tipiška, kad toks žmogus patirs stipresnį potraukį psichoaktyvioms medžiagoms, siekdamas slopinti stresą. Jei psichoaktyviosios medžiagos, tokios kaip heroinas ar kitos, vartojamos švirkščiamuoju būdu, pasitaiko venų uždegimų, pūlinių, infekcijų, kurios perduodamos per kraują su švirkštimo priemonėmis.

Galimybių sveikti šiandien yra daugiau

Pastaraisiais metais priklausomybės tema tampa aktualesnė, daugėja diskusijų viešojoje erdvėje, norisi ti-

kėtis, kad kartu mažėja su priklausomybės liga susijusi stigma ir mitai.

Nors 2020 m. Respublikinio priklausomybės ligų centro (RPLC) skyriuose dėl epidemiologinės situacijos šalyje gydėsi mažiau pacientų nei 2019 m., tačiau specialistė džiaugiasi didesniu skambučių srautu – kreipiasi asmenys, kurie teiraujasi dėl pagalbos galimybių žalingai vartojantiems ar turintiems priklausomybę.

„RPLC yra sėkmingai gydęsis ne vienas visuomenei žinomas žmogus. Palaiptisui kalbėti apie savo

gydymą, ypač reabilitacijos programose, tampa ne tik kad ne gėda, priešingai – tai viešai pateikiamas tinkamas ryškių elgesio pokyčių paaiškinimas ir privalumas.“

Norintiems pasveikti reikia žinoti, jog būtina tęsti konsultacijas su specialistais, svarbu identifikuoti prieinamus pagalbos resursus ir išmokyti jais naudotis. Priklausomybė yra lėtinė psichikos liga, tačiau tai – gydoma liga, nuo kurios sveikti galimybių šiandien yra daugiau nei bet kada anksčiau.

Norint gauti emocinės ir psichologinės pagalbos, sergančiam bei jo artimiesiems patariama kreiptis į emocinės paramos tarnybas (parama telefonu ar internetiniu susirašinėjimu), o psichikos sveikatos centre ar visuomenės sveikatos biure be gydytojo siuntimo teikiamos nemokamos psichologo konsultacijos.

Taip pat visą parą veikia emocinės pagalbos linija 1809, vienijanti paramą teikiančias linijas: Vilties liniją (116 123), Pagalbos moterims liniją (8 800 66366), Jaunimo liniją (8 800 28 888), Vaikų liniją (116 111), Sidabrinę liniją (8 800 800 20) ir Tėvų liniją (8 800 900 12).

Esant ūmiai būklei, kai gresia pavojus sveikatai ar gyvybei, skambinti 112.

Svarbiausia prisiminti – tu niekada nesi vienas, o dar daugiau aktualios ir patikimos informacijos apie priklausomybes, profesionalios pagalbos galimybes šalyje ir kitus aktualius klausimus galite rasti nacionalinėje psichikos sveikatos svetainėje <https://pagalbasau.lt>

Užs. Nr. 037

Projektas „Būk atsakingas – rinkis gyvenimą!“ yra finansiškai remiamas Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo lėšomis.

Rinkis
Gyvenimą



„Tele2“ naujienos: nuolaidos išmaniesiems įrenginiams, dovanos ir kiti ypatingi pasiūlymai

Svajojantiems apie naują telefoną, išmanųjį laikrodį su „eSIM“ technologija, televizorių namams ar apsaugos kamerą – puikios naujienos. „Tele2“ paruošė daugybę išskirtinių pasiūlymų, kuriais jau dabar galite pasinaudoti operatoriaus fiziniuose salonuose arba internetinėje parduotuvėje www.tele2.lt.

Įsigijusiems laikrodį – ausinės dovanų

Ieškote kokybiško išmaniojo laikrodžio ir gerų belaidžių ausinių? Turime puikų pasiūlymą būtent jums. Rinkitės bet kurį „Samsung“ išmanųjį laikrodį su „eSIM“ technologija ir belaides ausines „Samsung Galaxy Buds Live“ gaukite dovanų. Dovanos vertė – 169 Eur. Dovana bus pridėta automatiškai už simbolinį 0,01 Eur mokestį.

Pasiūlymas galioja pasirinkus bet kurį laikrodžio modelį ir mokant visą sumą iš karto arba sudarant 24 ar 36 mėn. sutartį ir mokant pradinę įmoką bei mėnesinę įmoką, kuri yra nurodyta www.tele2.lt prie konkretaus laikrodžio modelio.

Vieno numerio paslauga laikrodžiams net 6 mėn. nemokamai

Dabar pats geriausias laikas išbandyti paslaugą „Vienas numeris“, kuri susieja telefoną ir laikrodį suteikdama galimybę gauti skambučių, programėlių pranešimus ir SMS ir abu įrenginius tuo pačiu metu.

Norint aktyvuoti šią paslaugą, reikia įsigyti planą laikrodžiui „Neriboti GB“, neriboti pokalbiai, neribotos SMS laikrodžiui“ – 4,90 Eur/mėn. prie jūsų jau turimo „Tele2“ pokalbių plano, arba įsigyti ir pokalbių planą, ir planą laikrodžiui. Šešių mėnesių trukmės plano išbandymas nemokamai galioja sudarius 24 mėn. sutartį. Po 6 mėn. įsigalioja įprasta plano laikrodžiui kaina nurodyta paslaugų teikimo sutartyje.

Patrauklios nuolaidos telefonams

Jei jau seniai svarstote pakeisti savo seną išmanųjį telefoną, dabar itin palankus metas tai padaryti. Įvairiems telefonų modeliams taikomos nuolaidos net iki 34 proc. Telefonus galite įsigyti mokant visą sumą iš karto arba nurodytomis įmokomis su bet kuriuo www.tele2.lt skelbiamu planu ir 24 mėn. sutartimi. Populiarius išmanųjų telefonų modelius



„Samsung Galaxy A52“ ir „Xiaomi Redmi 9“ dabar galite įsigyti su 1 Eur pradine įmoka.

Pradžiuginsime ir tuos, kurie norėtų įsigyti „iPhone“ išmanųjį. Juos dabar galite įsigyti net iki 120 Eur pigiau. Pavyzdžiui, su tokia nuolaida galite įsigyti naujausią „iPhone 12“ telefoną. Telefonus galite įsigyti mokant visą sumą iš karto arba nurodytomis įmokomis su bet kuriuo www.tele2.lt skelbiamu planu ir 24 mėn. sutartimi.

Stebėjimo kameros – su 1 Eur pradine įmoka

Namų apsaugai ir ramybei verta įsigyti patikimą ir kokybišką stebėjimo kamerą. „Tele2“ salonuose ir internetinėje parduotuvėje nuo šiol rasite puikiai vertinamų išmanųjų vaizdo stebėjimo sistemų „Eufy“. Jas šiuo metu galite įsigyti su 1 Eur pradine įmoka. Apsaugos kamerų mėnesinė įmoka prasideda vos nuo 1,88 Eur/mėn.

Pasiūlymai išmaniesiems daiktams galioja su bet kuriuo „Tele2 Laisvo interneto“ www.tele2.lt skelbiamu planu, sudarant 24 mėn. sutartį ir mokant už įrangą dalimis per 36 ar 24 mėn.

Televizorius – dovanų

Nors iki Kalėdų dar toli, „Tele2“ siūlo jums vertingų dovanų. Kiekvienas, įsigijęs 55 colių išrūžiną „Samsung UE55TU7092UXXH“ išmanųjį televizorių ir „Tele2 Laisvo interneto“ planą „Neriboti GB“, dovanų gaus 32 colių televizorių

„Samsung UE32T4302AKXXH“. Pasiūlymas galioja pasirašant 24 mėn. paslaugų teikimo sutartį bei 24 mėn. įrangos išsimokėjimo sutartį. Modemo kaina į pasiūlymą neįskaičiuota ir prasideda nuo 2,5 Eur/mėn.

Išmanioji televizija „Go3“ – pigiau

Vakarų namuose praskaidrinkite kokybišku turiniu. Norintiems išbandyti populiariąją televiziją „Go3“ rekomenduojame rinktis specialų paketą „Startas“. Jame rasite 9 tiesioginės televizijos kanalus su 7 dienų archyvo funkcija ir apie 500 valandų serialų biblioteką. Papildoma dovana – galimybė žiūrėti „TV3“ televizijos laidas ir serialus anksčiau nei per TV. Paketo kaina – 2,99 Eur/mėn. TV priedėlio kaina į pasiūlymą neįskaičiuota ir prasideda nuo 2,5 Eur/mėn.

Turint du ir daugiau pokalbių planų vieno vartotojo vardu „Tele2“ tinkle, „Go3“ televizijos paketus su „Tele2 Laisvo interneto“ planu „Neriboti GB“ dabar galima įsigyti pigiau. Televizijos ir interneto paketų kainos prasideda nuo 18,73 Eur/mėn. „Tele2 Laisvo interneto“ sutarties metu nutraukus pokalbių planų sutartis, nuolaida internetui taip pat nustos galioti.

Daugiau informacijos apie pasiūlymus ir akcijas sužinosite www.tele2.lt arba paskambinę telefonu 117. Įrenginius papildomai taikomas vienkartinis laikmėnesio mokestis. Pasiūlymų laikas ir įrenginių skaičius ribotas.

Birštono krašto žinios

● **Gegužės 9 d.** Savivaldybės merė **Nijolė Dirginčienė**, merės pavaduotojas **Vytas Kederys** ir Administracijos direktorė **Jovita Tirvienė** dalyvavo pasitarime su Lietuvos futbolo federacijos generaliniu sekretoriumi **Edgaru Stankevičiumi** ir Lietuvos salės ir paplūdimio futbolo asociacijos viceprezidentu **Remigijumi Daugėla** dėl Birštono sporto ir sveikatingumo centro įveiklinimo.

Taip pat Savivaldybės merė dalyvavo LR Seimo nario **Andriaus Kupčinsko** inicijuotame nuotoliniame susitikime su **VŠĮ „Investuok Lietuvoje“** dėl investicinės aplinkos Kauno regione, jos privalumų ir tolimesnės perspektyvos.

● **Gegužės 10 d.** Savivaldybės merės pavaduotojas **Vytas Kederys** dalyvavo LR Ekonomikos ir inovacijų ministerijos organizuojamame renginyje, kurio metu LR Sveikatos apsaugos ministerija pristatė Galimybės pasą, kas ir kaip galės juo naudotis, pateikė pagrindinę informaciją dėl registracijos testavimui ir išteklių.

● **Gegužės 11 d.** Savivaldybės merė **Nijolė Dirginčienė** ir Administracijos direktorė **Jovita Tirvienė** susitikimo su Prienų rajono savivaldybės meru **Alvydu Vaitcausku**, Administracijos direktore **Jūrate Zailskiene** ir savivaldybių architektūros ir urbanistikos skyrių vedėjais aptarė Birštono ir Prienų savivaldybėms svarbius bendrus infrastruktūros klausimus: Ivoniškių kapinių detaliojo plano rengimą ir automobilių stovėjimo aikštelių prie jų išplėtimo galimybes, valstybinės reikšmės krašto kelio Nr. 130 Kaunas–Prienai–Alytus remontą, dviračių takų plėtrą, Nemuno įveiklinimo klausimus bei regioninių projektų svarbą abiem savivaldybėms. Taip pat susitikimo metu aptarti bendri savivaldybių socialiniai bei švietimo projektai, mažinantys žmonių socialinę atskirtį ir užtikrinantys švietimo kokybės gerinimą.

● Merės pavaduotojas **Vytas Kederys** dalyvavo Birštono sporto tarybos posėdyje, kurio metu buvo aptartos paslaugų kainos Birštono sporto ir sveikatingumo centre, kurios bus teikiamos tvirtinti Birštono savivaldybės tarybai. Taip pat buvo tvirtinamos strateginės 2021-2024 m. sporto šakos bei kitų Birštono savivaldybės sporto šakų sąrašas.

● **Gegužės 12 d. vykusio Lietuvos kurortų asociacijos visuotinio narių suvažiavimo metu Birštono savivaldybės merė Nijolė Dirginčienė buvo išrinkta Lietuvos kurortų asociacijos prezidente.** Viceprezidentu tapo Kauno rajono savivaldybės meras **Valerijus Makūnas**. Suvažiavimo metu taip pat buvo pristatyta 2020 m. Asociacijos veiklos ir finansinės ataskaitos, 2021 m. finansinė sąmata, aptarti pagrindiniai Asociacijos veiklos aspektai bei ateinančio laikotarpio planai.

● Savivaldybės merė dalyvavo virtualiame seminare „**Mūsų Žemė: merų paktas teisingesnei ir klimatui neutraliai Europai**“ ir „**Technologijos yra atsakymas, o koks buvo klausimas?**“, organizuojamame Lietuvos savivaldybių asociacijos, kartu su Latvijos savivaldybių asociacija ir Europos savivaldybių ir regionų taryba.

● Administracijos direktorė **Jovita Tirvienė**, Ūkio, turto ir kaimo plėtros skyriaus atstovai dalyvavo pasitarime su Daugialfunkcio sporto centro statybos rangovais, kuriame aptarė su objekto statybos užbaigimu susijusius klausimus.

● **Gegužės 13 d.** Savivaldybės merė **Nijolė Dirginčienė** dalyvavo LR Vidaus reikalų ministerijos organizuojamoje virtualioje apskritojo stalo diskusijoje tema „**Stiprūs vadovai – valstybės tarnybos veidas**“, kurios metu buvo kalbama apie lyderystės svarbą valstybės tarnybos pertvarkos procese, koks turėtų būti stiprus ir atsakingo viešojo sektoriaus vadovo profilis, koks turėtų būti institucionalizuotas viešojo sektoriaus vadovų valdymo modelis, kaip išsaugoti ir išlaikyti stiprius vadovus valstybės tarnyboje bei kokią ir kaip sukurti aukštesniosios valstybės tarnybos kompetencijų ugdymo sistemą.

● **Gegužės 14 d.** Savivaldybės merė **Nijolė Dirginčienė** dalyvavo Lietuvos savivaldybių asociacijos tarybos posėdyje, kuriame buvo priarta Konstitucinėms pataisoms dėl tiesioginių merų rinkimų.

Savivaldybės merė lankėsi naujame viešbutyje „Esė“, kuris visai netrukus atvers duris visiems norintiems.

Birštono savivaldybės informacija

SIŪLO DARBA

Viešbučiui-restoranui Birštone reikalinga: kambarinė-valytoja, barmenė-padaavėja, apmokome dirbti, ūkvedys (įvairiems ūkio darbams dirbti). CV galima siųsti el.paštu: pusynebirstone@gmail.com Tel. 8 687 53 756.

Įmonėje reikalingi darbuotojai:

Mašinistas operatorius
Atlyginimas į rankas nuo 1100 eurų ir daugiau
Staklininkas, turintis darbo patirties
Atlyginimas į rankas nuo 1000 eurų ir daugiau
Pagalbinis darbininkas
Atlyginimas į rankas nuo 800 eurų ir daugiau
Sargas
Atlyginimas į rankas nuo 550 eurų ir daugiau
Tel. 8 698 46 063 el.paštas: striecliuentpiuve@gmail.com

Reikalingas: suvirintojas elektra. Atlyginimas – 1000,00 Eur į rankas.

Kreiptis: UAB „Rūdūpis“, Pramonės g. 11, Prienai. Tel. 8 686 02 668.

Senelių slaugos namams „Smiltelė“, esantiems Putrišių k., Prienų r., ieškome slaugytojos padėjėjos (-os). Reikalingas atsakingas žmogus, nebijantis darbo. Darbas su slaugomais ligoniais, jų kasdienė priežiūra. Pageidautina, kad kandidatas vairuotų, kuro išlaidas apmokame. Daugiau informacijos tel. 8 686 60 918.

Delfi TV

programa 2021.05.17-2021.05.19

PIRMADIENIS

06:00 Ugnikalnių takais
06:30 Ar tu ją matei? Neatrasa Žemaitija: Plungė ir Salantai
07:00 Savaitės įvykiai su D. Žeimyte-Biliene
08:00 Orjiaus kelionės. Karantinas Lietuvoje
08:30 Kriminalinė zona su D. Dargiu
09:00 Delfi rytas
10:30 Sveika lėkštė su V.Kurpiene
11:00 13 731 km dviračiu aplink Skandinaviją
12:00 Delfi rytas (k)
13:30 Jūs rimtai?
14:00 Išpakuota. Kodėl Lietuvoje nėra mokslo žurnalistų?
14:30 Raktas į namus
15:00 Delfi diena. Žinios
15:20 Delfi diena. Dienos tema
16:00 Delfi diena. Žinios
16:15 Delfi diena. Dienos interviu
16:35 Delfi diena. Piniginiai reikalai
17:00 Delfi diena. Žinios
17:15 Delfi diena. Dienos tema
17:35 Delfi diena. Piniginiai reikalai
18:00 Delfi diena. Žinios
18:35 Delfi diena. Dienos interviu
19:00 Delfi diena. Žinios
19:15 Delfi diena. Iš smės su V. Bruveriu ir D. Žeimyte-Biliene
20:00 Geltonas karutis
20:30 Jos vardas MAMA
21:00 Kasdienybės herojai
21:45 Mano pramogos veidai

22:30 Ugnikalnių takais
23:00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu
23:30 Savaitės įvykiai su D. Žeimyte-Biliene (k)
00:30 Delfi diena (k)
05:30 Visos mes Ievos. Svečiuose – N. Juška
ANTRADIENIS
06:00 Ugnikalnių takais
06:30 Pokyčių istorija
07:00 Čepas veža
07:30 Alfai vienas namuose
08:30 Išpakuota. Kodėl Lietuvoje nėra mokslo žurnalistų?
09:00 Delfi rytas
10:30 Stiliaus DNR
11:00 Alfai live
12:00 Delfi rytas (k)
13:30 Kasdienybės herojai
14:15 Mano pramogos veidai. Svečiuose –
15:00 Delfi diena. Žinios
15:20 Delfi diena. Dienos tema
16:00 Delfi diena. Žinios
16:15 Delfi diena. Dienos interviu
16:35 Delfi diena. Radikalus smalsumas
17:00 Delfi diena. Žinios
17:15 Delfi diena. Dienos tema
17:35 Delfi diena. Radikalus smalsumas
18:00 Delfi diena. Žinios
18:35 Delfi diena. Dienos interviu
19:00 Delfi diena. Žinios
19:15 Delfi diena. Faktai ir nuomonės su A.Peredniu
20:00 Itoks unikalus
20:30 Eurovizija: gal pagaliau?
21:00 Aš ikona
22:00 Stiliaus DNR
22:30 Ugnikalnių takais
23:00 Kasdienybės herojai
23:45 Itoks unikalus

00:15 Delfi diena (k)
05:00 Čepas veža
05:30 Jos vardas MAMA
TREČIADIENIS
06:00 Ugnikalnių takais
06:30 Visos mes Ievos
07:00 Stiliaus DNR
07:30 Alfai live
08:30 Spausk gazą
09:00 Delfi rytas
10:30 Sveikatos receptas
11:15 Pokyčių istorija
11:45 Delfi Pulsas
12:00 Delfi rytas (k)
13:30 Aš ikona
14:30 Eurovizija: gal pagaliau?
15:00 Delfi diena. Žinios
15:20 Delfi diena. Dienos tema
16:00 Delfi diena. Žinios
16:15 Delfi diena. Dienos interviu
16:35 Delfi diena. Login 2021
17:00 Delfi diena. Žinios
17:15 Delfi diena. Dienos tema
17:35 Delfi diena. Login 2021
18:00 Delfi diena. Žinios
18:35 Delfi diena. Dienos interviu
19:00 Delfi diena. Žinios
19:15 Delfi diena. Pokalbis su D. Žeimyte-Biliene
20:00 Verslo švyturys
21:00 Orjiaus kelionės. Turkija, 4 dalis
21:30 2800 km Dunojumi baidare su A. Valujavičiumi
22:30 Ugnikalnių takais
23:00 Mano pramogos veidai
23:45 Delfi pulsas
00:00 Delfi diena (k)
05:00 Verslo švyturys

Pavežimo paslaugos

Turite problemų nuvykti pas gydytoją, į ligoninę, sanatoriją ar grįžti namo? Ar grupelė iki 8 žmonių jau norite į renginius? Skambinkite tel. 8 688 09 200 „Anelijos paslaugos“. Kaina – sutartinė, apmokėjimas – Jūsų pasirinktu būdu.

PIGIAUSIOS PASKOLOS, REFINANSAVIMAS IR AUTOLIZINGAS. * Paskolos nuo 100 iki 25000 Eur, laikotarpiu iki 7 metų. * Pirmą įmoką galima atidėti iki 3 mėn. * Mažos palūkanos. Pz., pasiskolinkite 100 Eur ir per 3 mėn. gražinkite iki 110 Eur. Teirautis tel. 8 601 50 935, Ričiardas.

ĮVAIRŪS

Ieškoma žemės ūkio paskirties žemės nuomai. Tel. +370 627 99 568.

Išsinuomčiau arba pirkčiau garažą Prienų mieste. Tel. 8 679 47 033.

Lietuvos kurortai pasitinka turistinį sezoną: kur keliausime ir ką veiksime šiame?

(Atkelta iš 3 p.)

Šiame tokios šventės rengti taip pat neleidžia aplinkybės, Birštono savivaldybės merė **Nijolė Dirginčienė** tikina, kad, nors ir kitokia, šventė vis tiek įvyks – jos metu atvirose kurorto erdvėse, skveruose bus organizuojami nedideli gyvo garso, kameriniai koncertai, kiti kultūriniai renginiai. Šventinį savaitgalį planuojama pasveikinti ir savo kraštui nusipelnčius žmones, o dangų papuoš karšto oro balionai – kurorte vyks jau tradicija tapęs Lietuvos karšto oro balionų čempionatas.

Siekiant, kad Birštonas ir toliau išliktų žaliuojančiu ir žydingu miestu, jubiliejiniai metai pradėti iniciatyva „Mano dovana Birštonui“, kurios metu kurorto gyventojai ir svečiai kviečiami padovanoti Birštonui medelį. Šiandien kurorte jau žaliuoja per 100 naujai pasodintų medelių, o Birštono savivaldybės merė **džiaugiasi**, kad mieste pasodinta daug naujų, gražių ažuolų, liepų, beržų ir lietuviškų vyšnių. „Norime padaryti Birštoną žydingu kurortu, kad kiekvienas, atvažiuavęs nuo pavasario iki vėlyvo rudens, matytų kokį nors žydingą augalą“, – sakė Birštono savivaldybės vadovė.

Atėinant turistinį sezoną kurortas galės priimti dar daugiau svečių. Birštone duris atvers naujas, modernus SPA viešbutis, pritaikytas vadinamosios tūkstamčio kartos poreikiams ir gyvenimo būdui. Viešbutis kvies lankytojus, norinčius visas paslaugas gauti nuotoliniu būdu. Ir užsiregistruoti, ir išsiregistruoti, užsisakyti maistą, televizoriaus ekrane arba telefone stebėti, kiek žmonių realiu laiku maudosi baseine ar leidžia laiką pir-

tyse ir netgi šviesas reguliuoti pagal nuotaiką – viską bus galima daryti, pasitelkus išmaniąsias technologijas.

O pavargusiems nuo virtualios kasdienybės, nuotolinių susirinkimų kurortas siūlo naują – dalykinį susitikimą gamtoje. Šiam tikslui parengti net 5 specialūs maršrutai po kurorto teritoriją (3 mieste ir 2 miškuose). „Virtualūs susitikimai taip nusibodo, kartais per dieną jų net 5 susikačiuojame, tad siūlome verslui naują: išeikite į gatvę, išeikite į mišką, o eidami pasikalbėkite apie verslo reikalus – <...> ir apie verslą pakalbėsite, ir su kurortu susipažinsite“, – apie naują iniciatyvą kurorte pasakojo N. Dirginčienė.

Komfortiškas poilsis SPA ar nakvynė gamtoje?

Išbandyti naujus, modernius SPA centrus šiame kviečia ir Druskininkai bei Anykščiai. Anot Druskininkų vicemero **Lino Urmanavičiaus**, kurorto ateities vizija ir toliau išlieka sveikatingumas.

Šiame **Druskininkai** turistus pasitinka atsinaujinę – netrukus čia pradės veikti nauji SPA centrai, startuos naujos sveikatingumo programos, poilsiautojų lauks rekonstruotas K. Dineikos sveikatingumo parkas, sutvarkyti dviračių takai, veiklą pradės LSC sporto kompleksas „Druskininkai“. Turistiniu sezonu Druskininkai kviečia ne tik poilsui, bet ir darbotogoms, mat visai netrukus kurorte duris atvers unikali bendradarbiystės ir bendragyvenimo erdvė „Tech SPA“, o pasimėgauti naujomis paslaugomis kvies Amberton Green SPA – viešbutis miego SPA visoje Šiaurės Europoje ir „Druskininkų Gydyk-



Anot Kultūros sala tapusios Neringos sav. mero **Dariaus Jasaičio**, kurortas kultūros nestokojo niekada, o šį sezoną visko pamatyti ir nebus įmanoma.

loje“ startavusi unikali sveikatingumo programa „Sveikatos ratas“.

Unikalios nakvynės vietas ir SPA centrus išbandyti pakvies ir nepelnytai pamiršti Anykščiai, dar labiau išplėtę SPA paslaugų spektrą. Miesto svečiai Anykščiuose ne tik galės pasimėgauti populiariausiomis SPA paslaugomis, bet ir išbandyti pirmąją Lietuvoje sertifikuotą patyrimų ir terapijos programą ar masažo paslaugas su aliejais, pagamintais iš Anykščių pievose surinktų žolynų.

Lietuvoje vis labiau populiarėjant netradicinėms apgyvendinimo vietoms, **Anykščiai** siūlo ne tik komfortišką poilsį SPA centruose, bet ir nakvynę medžio nameliuose ar netgi danielių aptvare – „Arčiau gamtos“ namelis įkurtas aptvartoje teritorijoje, kurioje gyvena danielių šeima, o netoliese ganosi draugiški žmonės ilgaplaukiai hailando jaučiai.

Anykščių mero **Sigučio Obelevičiaus** teigimu, miestas turi ką pasiūlyti ir aktyvaus turizmo gerbėjams, ir šeimoms, todėl kurortinė teritorija šiame kviečia pasitinka ne tik atsinaujinusiems SPA centruose, bet ir kitokiomis laisvalaikio pramogomis: netoli Medžių lajų tako įsikūręs labirintų parkas šią vasarą virst savotišku Disneylandu, o šalia jo esančio apversto namo atsiranda Kreivas namas, aktyviai leisti laisvalaikį poilsiautojus kvies „Safari“ ir „Ninja“ parkai ir kitos naujos bei laiko patikrintos pramogos. Dar viena naujovė Anykščiuose – į paukščio skrydį kviečiantys pakilti karšto oro balionai.

Pažinti Lietuvą kviečia ekologiškai

Mėgstantiems pramogas ir aktyvų laisvalaikį gausybę pramogų siūlo Zarasų ir Kauno rajono merai. Vasaros sezoną **Zarasų krašte**

atidarys birželio mėnesį prasidėjantis veikti „Sporto ir pramogų parkas“, kuriame įrengta daugiau nei 90-ies kliūčių ruožas medžiuose su skrydžiu lynais į šalimais esančią Putinų salą, sporto ir žaidimų aikštelės, atsiranda ir takas žmonėms, turintiems judumo negalią. O Zaraso ežero Didžiojoje saloje įsikūrusiame vandenlenčių parke „WakeInn“ poilsiautojai galės išbandyti net 15 „Wake station“ figūrų.

Jeigu iki Zarasų vykti toloka, aktyviai ir kultūringam laisvalaikui kviečia visai netoli Prienų įsikūręs **Kauno rajonas**, kurio kurortinę teritoriją sudaro trys Nemuno skaujiami miesteliai – Kulautuva, Kačerginė ir dalis Zapyškio, todėl, Kauno r. savivaldybės mero **Valerijaus Makūno** teigimu, Kauno rajoną geriausia pažinti neskubant.

Pasigrožėti vaizdingomis Nemuno ir Nevėžio panoramomis Kauno rajonas siūlo ir pėsčiomis, ir dviračiais, ir laivais. O šią vasarą prie Nemuno įsikūrusių kurortų svečių laukia sezono naujiena – naujos vandens transporto kryptys, siūlančios ne tik persikelti iš vienos Kauno rajono pusės į kitą, bet ir edukacinius maršrutus: „Literatūrinė Kačerginė“, „Gotikos stebuklas Zapyškyje“, „Bene populiariausias kurortas tarpukariu – Kulautuva“, „Kelionė į Raudoną dvarą prie Nevėžio“, „Pažintis su urbanistikos paveldu – Vilkija“, kuriais plukdys laivas „Zapyškis“.

Keliauti ekologiškai kviečia ir **Trakai**, siūlantys net 60 maršrutų gamtą tausojančiomis priemonėmis: dviračiu, elektriniais paspirtukais ir traukiniais, irklentėmis, mintlentėmis, saulės baterija varomais laiveliais, pramoginiais laivais, barbekiu plaustu, jachtomis, vandens dviračiais, baidarėmis, pėsčiomis



Pasigrožėti vaizdingomis panoramomis Kauno rajonas siūlo ir pėsčiomis, ir dviračiais, ir laivais.

mis ar netgi oro balionu.

Kultūros mylėtojai šią vasarą trauks į pajūrį

Šią vasarą Lietuvos kurortai svečius pasitiks ne tik naujais SPA centrais, atnaujintomis erdvėmis, turistiniais maršrutais, bet ir kultūrinėmis programomis. Jų pasiūlys kiekvienas kurortas ir kurortinė teritorija: Druskininkai šiame žada nustebinti dar neregėtu lazerių šou, 155-ąjį gimtadienį švenčianti **Ignalinina** svečius pasitiks pasipuošusi naujomis meno erdvėmis – žinomų dailininkų paveikslais, perkeltais ant pastatų sienų, tikimasi, kad pandemine situacija čia leis vėl atidaryti festivalių sezoną, o Paliesiaus dvaras suburs klasikinės muzikos gerbėjus.

Tačiau kultūros išsiilgę lietuviai šią vasarą neabejotinai trauks į pajūrį, mat šiame čia bus ką švesti. Vakarų Lietuvoje 2021 m. minimas **Palangos** Lietuvai gražinimo šimtmetis, kurį kurortas pasitinka atnaujintu grafų Tiškevičių paveldu. Nors kurorto planus koreguoja pandemija, Palangos sav. meras **Sarūnas Vaitkus** tikisi, jog liepos 3–4 dienomis šimtmečio paminėjimui skirti renginiai įvyks.

Dar vienas Baltijos jūros skaujamas kurortas – **Neringa**, daugybę metų pritraukdavęs turistus ne tik iš Lietuvos, bet ir užsienio. Tikėtina, jog dėl Lietuvos galiojančių savizoliacijos sąlygų šią vasarą Kuršių Nerijoje užsienio turistų bus mažiau, tačiau šiame Neringa poilsiautojus pasitinka su dideliu kultūrinio projektu, mat Neringa tituluota Kultūros sostine. Kaip sakė pats Neringos savivaldybės meras **Darius Jasaitis**, Neringa kultūros nestokoja niekada, o šį sezoną visko pamatyti tikriausiai ir nebus įmanoma.

Rimantė Jančauskaitė



Anykščiai šiame turistus pakvies išbandyti naujas ir laiko patikrintas pramogas.

Skanaus!

Fetos sūrio salotos su bolivine balanda

Bolivinės baltandos (kynvos) sėklos – super maistas visai dienai.

Salotoms pagaminti reikės: 2 didelių burokėlių, 2 didesnių morkų, 1/2 stiklinės nevirtų bolivininių baltandų sėklų, saujelės migdolų riešutų, 100–200 g fetos sūrio.

Daržovėms pamarinuoti: 2 šaukštų alyvuogių aliejaus, 2 šaukštų citrinos sulčių, 1/4 šaukštelio jūros druskos, 1/4 šaukštelio juodųjų pipirų.

Užpilai: 4 šaukštų alyvuogių aliejaus, 1 šaukštelio medaus, 2 šaukštų citrinos sulčių ar obuolių acto, 1/4 šaukštelio jūros druskos, 1/4 šaukštelio juodųjų pipirų.

Burokėlius bei morkas nulupkite ir sutarkuokite arba supjaustykite šiaudeliais į atskirus dubenis.

Daržoves apšlakstykite alyvuogių aliejumi, citrinos sultimis, pabarstykite jūros druska, pipirais ir gerai išmaišykite. Pamarinuokite daržoves apie 15–20 minučių, kol ruošite salotas.



Užvirkite dvigubą kiekį vandens, suberkite kruopas ir virkite jas 10–15 minučių, kol atsiskirs jų „aureolės“, palikite atvėsti.

Tuščioje, gerai įkaitintoje keptuvėje lengvai paskrudinkite migdolus, kol paruduos. O kai šie atvės, šiek tiek pasmulkinkite peiliu.

Sumaišykite užpilą: citrinų sultyse ištirpinkite medų, įberkite druskos, pipirų ir sumaišykite su alyvuogių aliejumi.

Suverskite išvirtas bolivininių baltandų kruopas į erdvį salotų dubenį, suberkite pakepintus migdolus ir sumaišykite su kruopomis. Tada sudėkite morkas ir burokėlius, užpilkite paruoštu padažu ir viską sumaišykite. Pabaigoje sudėkite kubeliais pjaustytą fetos sūrį.

Iš www.beatosvirtuve.lt

Daržovių troškiny

4 bulvės, 2 morkos, 2 svogūnai, 4 skiltelės česnako, 1/4 saliero, 1 stiklinė avinžirnių, 1 stiklinė lęšių, 100 g sviesto, 3 šaukštai aliejaus, šaukštas miltų, 1/2 stiklinės grietinės, prieskoniai.

Morkas, svogūną, česnaka, salierą smulkiai supjaustyti, pakepinti aliejuje – bebaigiant įberti šaukštą miltų, prieskonius, išmaišyti. Į keramikinius puodelius sudėti apkepintas daržoves. Tada užpilti grietine, 3 šaukštus vandens, uždėti sviestu. Uždengus dangteliais troškinti orkaitėje 30 minučių + 150 °C temperatūroje.

Senbernio blynas

Reikės: 2–3 bulvės, 1 kiaušinis, 1 svogūnas, 2 česnako skiltelės, aliejaus. **Padažui:** 100 g grietinės, 1 skiltelė česnako, pipirų.

Sutarkuoti burokine tarka bulves, įmušti vieną kiaušinį, įdėti druskos, česnako, smulkintą svogūną ir viską sumaišyti. Užpilti vieną blyną ant visos keptuvės ir kepti, kol pagels.

Dėl Stakliškių kadastro vietovės žemės reformos žemėtvarkos projekto papildymo viešo svarstymo

Nacionalinės žemės tarnybos prie Žemės ūkio ministerijos Prienų ir Birštono skyrius informuoja, kad parengtas Kauno apskrities Prienų rajono Stakliškių seniūnijos Stakliškių kadastro vietovės žemės reformos žemėtvarkos projekto papildymas.

Planavimo pagrindas – Nacionalinės žemės tarnybos prie Žemės ūkio ministerijos Prienų ir Birštono skyriaus 2021 m. kovo 22 d. įsakymas Nr. 10VI-155-(14.10.2.) „Dėl Kauno apskrities Prienų rajono Stakliškių seniūnijos Stakliškių kadastro vietovės žemės reformos žemėtvarkos projekto papildymo“.

Žemės reformos žemėtvarkos projektų papildymą rengia uždaroji akcinė bendrovė „Arvimedā“, projekto autorė Nomedā Vilčinskaitė (tel.: (8 37) 32 14 61, 8 682 01358, el. paštas nomeda@arvimedat.lt, adresas: Raudondvario pl. 164 A, Kaunas).

Parengtas Kauno apskrities Prienų rajono Stakliškių seniūnijos Stakliškių kadastro vietovės žemės reformos žemėtvarkos projekto papildymo planas viešai eksponuojamas Nacionalinės žemės tarnybos prie Žemės ūkio ministerijos Prienų ir Birštono skyriuje (Laisvės a. 12, Prienuose) 2021 m. gegužės 24 d. – birželio 4 d. Projekto viešas aptarimas vyks 2021 m. birželio 8 d. 10.00 val. Nacionalinės žemės tarnybos prie Žemės ūkio ministerijos Prienų ir Birštono skyriuje (Laisvės a. 12, Prienai)

PASLAUGOS

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

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

Nebrangiai atvežame sijotą kokybišką juodžemį, maišytą su kompostu. Vežamas kiekis – nuo 4 iki 9 kub.m. **Tel. 8 609 66 753.**

VISI SANTECHNIKOS DARBAI: šildymo, vandentiekio, kanalizacijos, dujinių vanduo-oras katilinių įrengimas. Komplektuojame kokybiškas santechnikos medžiagas su nuolaidomis. **Tel. 8 640 39 204.**

DURYS – PER 3 DIENAS!

GAMINU DURIS – ypatingai šiltas, saugias nuosaviems namams, ūkiniam pastatams ir rūšiams. Dirbam ir karantiną metu. **Tel.: 8 653 93 193.**

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

AKCIJA iki -50%
BALKONŲ (tinka renovacijai)
TERASŲ STIKLINIMAS
PLASTIKINIAI LANGAI
SARVO DURYS
Tel. 8 600 90 034

Susitvarkykite nuotekas, tausokite aplinką ir išvenkite išlaidų baudoms!

Buitinių nuotekų valymo įrenginiai (Buiteka, Feliksnavis, Traidenis, Svaistė, Biomaz, August ir kt.)

GAMINTOJŲ KAINOMIS

Įrenginių projektavimo, montavimo, aptarnavimo darbai

10 metų garantija

GALIMYBĖ PIRKTI IŠSIMOKĖTINAI!

Atvykstame nemokamai konsultacijai visoje Lietuvoje!

DIRBAME IR SAVAITGALIAIS

Tel. 8686 80106

VIŠČIAUKAI, VIŠTAITĖS

GEGUŽĖS 17 d. (pirmadienį) prekiausime „Kaišiadorių“ paukštyno vakcinuotais, sparčiai augančiais ROSS-309 veislės vieniadieniais ir 1–2 savaičių paaugintais mėsiniais broileriais, vieniadienėmis vištaitėmis (olandiškos). Nuo 2 iki 8 mėn. amžiaus įvairių spalvų dėsliosiomis vištaitėmis bei kiaušinius pradėjusiomis dėti vištomis (kaina nuo 4,50 Eur). Turėsime gaidžiukų. Prekiausime kiaušiniiais. Spec. lesalai. Išankstiniai užsakymai tel. 8 608 69 189.

Išlaužas 14.35, Pakuonis 14.45, Prienai 15.00 (ūk.turgus), Jieznas 15.20, Vėžionys 15.30, Stakliškės 15.50, Klebiškis 16.15, Šilavotas 16.20, Leskava 16.25, Skriaudžiai 16.30, Veiveriai 16.35.

VIŠTOS, VIŠČIAUKAI!

Gegužės 17 d. (pirmadienį) ir gegužės 19 d. (trečiadienį) bus parduodami „Vilniaus paukštynė“ išperinti greitai augantys vakcinuoti vieniadieniai mėsiniai viščiukai (ROSS-308, KOB-500). Prekiausime mėsiniais ančiukais (Pekino, mulardu, albinosų), žasiukais, vieniadienėmis rūšiuotomis vištaitėmis, vakcinuotomis 2 - 3 - 4 - 5 - 6 mėn. olandų veislės rudomis, juodomis, raibomis, baltomis vištaitėmis, BIG-6 rūšiuotais mėsiniais kalakutais. Kombinuotaisiais lesalais. Priimami užsakymai paaugintiems 2 - 3 - 4 - 5 savaičių mėsiniais iki 3 kg viščiukams.

Kašonyse – 9.40 val., Jiezne – 10.00 val., Stakliškėse – 10.30 val., Pieštuvėnuose – 10.45 val., Nemajūnuose – 11.10 val., Birštono vienkiemyje – 11.30 val., Prienuose prie turgaus – 12.00 val., Balbieriškyje – 12.30 val., Kunigiškiuose – 12.50 val., Vartuose – 13.00 val., Strielčiuose – 13.20 val., Ašmintoje – 13.30 val., Pakuonyje – 13.45 val., Išlauže – 14.10 val., Rutkiškėse – 14.30 val., Klebiškyje – 14.45 val., Šilavote – 15.00 val., Leskavoje – 15.15 val., Juodbūdyje – 15.30 val., Veiveriuose – 15.45 val., Skriaudžiuose – 16.00 val.
Baltas autobusiukas su užrašu „Prekyba paukščiais“, tel. 8 616 53 928.

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

Skardinimo darbai, kraigai, vėjinės, pakalimai ir t. t. Montuojame „Cedral“. Dėngiame stogus. PATIRTIS. KOKYBĖ. **Tel. 8 636 94 394.**

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

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

Dažome medinius namus, fasadus, stogus savo ir užsakojo medžiagomis. PATIRTIS. KOKYBĖ. Tel. 8 636 94 394.

Atliekame fasadų, stogų, patalpų mechanizuotą dažymą. PURS-KIMĄ DEKORATYVINIŲ TINKŲ. Tel. 8 621 99 958.

Savivarčio sunkvežimio paslaugos. Atvežame: žvyrą, smėlį, skaldą, statybines medžiagas, medieną, atraižas ir kitus krovinius. **Telefonas 8 675 78 390.**

Greitai ir kokybiškai įstatome įdėklus į kaminus. Pristatomi kaminai. Tel.: 8 634 64 490, 8 610 85 100.

Dezinfekuojame, valome geriamojo vandens šulinius. Tel. 8 612 60 250.

Gaminame duris namams, ūkiniams pastatams. 29 m. gamybos patirtis. Tel. 8 686 71 689.

SIENŲ ŠILTINIMAS

į oro tarpus
Tel. 8 696 42 020

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

SIENŲ ŠILTINIMAS

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

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

PERKA

Nekilnojamasis turtas

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

PERKA MIŠKUS

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

Įvairios prekės

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.

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

Superkam bet kokios būklės automobilius, siūlykit įvairius variantus. Tel. 8 684 52 997.

SUSIKRAUSI KAPITALĄ, JEIGU VEŠI MUMS METALĄ. Brangiai perkame metalo laužą. Atsivežame. UAB „Ferometa“, Vasaros g.50 F, Marijampolė. Tel. 8 687 74 433.

Nekilnojamasis turtas

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

PARDUODA

Kietas kuras

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

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

Parduoda pušines malkas (18 erdmetrių). Kaina – sutartinė. Birštono sen. Zają k. Tel. 8 625 07 733.

Nekilnojamasis turtas

Jieznos miesto centre parduoda butą. Gera vieta. Tel. (8 319) 57 481.

Parduodamas 15 a sklypas Kalniečių g., Prienuose. Tel +370 699 46 265.

VIŠTAITĖS, KALAKUČIAUKAI IR AB „VILNIAUS PAUKŠTYNAS“ MĖSINIAI VIŠČIAUKAI!

JŪSŲ UŽSAKYMUS PRISTATYSIME Į NAMUS

Priimami užsakymai jaunoms, 4–5 mėn. dedeklėms vištaitėms, didiesiems mėsiniams BIG-6 veislės 3–4 sav.kalakučiuokams ir AB „VILNIAUS PAUKŠTYNAS“ mėsiniams broileriniams vieniadieniams ir paaugintiems 2–5 sav. mėsiniams viščiukams įsigyti. Tel.: 8 612 17 831, 8 682 84 420.

Viščiukai ir vištaitės

Gegužės 18 d. (antradienį) prekiausime AB „Vilniaus paukštynas“ išperintais greitai augančiais mėsiniais „COOB – 500“, „ROSS – 308“ veislės vakcinuotais vieniadieniais viščiukais ir paaugintais 2, 3, 4 savaičių (pagal užsakymą); mėsiniais ančiukais, žasiukais, mėsiniais kalakučiuokais BIG-6 (tik užsakius); 3 - 4 - 5 - 6 mėnesių rudomis, raibomis, baltomis, juodomis vakcinuotomis dedeklėmis vištaitėmis, rūšiuotais kaimiškais viščiukais. Prekiausime ir lesalais.

Balbieriškyje – 9 val., Sūkuriuose – 9.15 val., Geruliuose – 9.30 val., Paprūdžiuose – 9.40 val., Vartuose – 9.50 val., Naujojoje Utoje – 10 val., Žemaitkiemyje – 10.15 val., Jiestrakyje – 10.30 val., Ingavangyje – 10.35 val., Klebiškyje – 10.40 val., Šilavote – 10.50 val., Leskavoje – 11 val., Skriaudžiuose – 11.15 val., Veiveriuose – 11.30 val., Išlauže – 12.00 val., Pakuonyje – 12.15 val., Ašmintoje – 12.30 val., Strielčiuose – 12.45 val., Prienuose – 13 val., Birštono vienkiemyje – 13.30 val., Nemajūnuose – 13.45 val., Vėžionyse – 13.55 val., Kašonyse – 14.15 val., Jiezne – 14.30 val., Stakliškėse – 14.45 val., Užugostyje – 15 val., Pieštuvėnuose – 15.15 val., Alšinkuose – 15.30 val., Vyšniūnuose – 15.50 val. **Tel. 8 678 09042.**

PERKA

Perkame sodybą.

Tel. 8 684 44 444.

PERKA
įvairius arklius.
Moka PVM.
Tel. 8 611 15 151.



SŪDUVOS GALVIJAI

brangiai perka karves, jaučius, telyčias. Moka 6 - 21 proc. Sveria, pasiima, atsiskaito iš karto. Bitė 8 614 44 299, Telia 8 620 35 000.



BRANGIAI PERKA

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

PERKA
GALVIJUS

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

Tel.: (8-614)93124

agaras
PERKA
KARVES, BULIUS, TELYČIAS

Tel.: 8 620 25 152,

8 800 08 801

ATSISKAITOME IŠ KARTO!

Pagal skerdeną ir gyvą svorį. Brangiai mėsinius.

PARDUODA

Parduoda sodybą Prienų r. Pakuonio sen. gyvenvietėje, namas mūrinis, ūkiniai pastatai, 50 arų žemės. Tel. 8 646 23 751.

Įvairios prekės

Parduoda kiaulių skerdieną puselėmis: lietuviška svilinta – 2,75 Eur kg, lenkiška – 2,55 Eur kg. Subproduktai – 11 Eur. Atveža. Tel. 8 607 12 690.

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

Parduodu naują pakraunamą klausos aparatą. Kaina – 50 Eur. Tel. 8 678 66 028.

Parduoda grūdų sėjimąją „Nordstern“ (4 m pločio), pievines lėkštes BDT-3. Tel. 8 689 82 054.

ŠILTAMIAI. Parduodu įvairaus dydžio šiltnamius. Nemokamas pristatymas. Suteikiu garantiją. Tel. 8 608 90 070.

PARDUODU naujus ir naudotus, o taip pat mini traktoriams ž.ū. padargus: rotacines šienapjoves, bulvių sodinamąsias, kaupikus, kasamąsias ir jų transporterius, trąšų barstytuvus, įvairios talpos purkštuvus, smulkintuvus (mulčerius), įvairaus pločio lėkštines akėčias, frezas, grėblius-vartytuvus, plūgus, kultivatorius ir jų volus, žnyples, šakes rulonams krauti, rankines daržovių sėjimąsias, kaupikus, bulvių varinėtuvas, bulvių šutintuvus, elektrinius piemenis gyvuliams ganyti, kuoliukus, laidą, izoliatorius, įvairias atsargines dalis lenkiškiems padargams. **Tel. 8 687 57 187, www.parduodutehnika.lt**

UAB Rividė parduoda ir pristato:

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

Tel. 8 652 71 212

„Esu pasiekusi Laisvę“ ...

(Atkelta iš 1 p.)

ir projekto kūrimą Lietuvoje. Jo tikslas – skurdo ir socialinės atskirties mažinimas Lietuvoje, regioninės politikos praktinė, pabrėžiu – praktinė, socialinė – ekonominė – kultūrinė plėtra. Malonu, kad šiandien LMS kartu su Lietuvos smulkiojo ir vidutinio verslo taryba parengta SOŽE koncepcija ir projektas jau pasiekė Prezidentūrą, Vyriausybę (koncepcijai pernai pritarė ir ankstesnė S.Skvernelio vadovaujama Vyriausybė), SOŽE svarstys ir Seimo komitetai. Projekto įgyvendinimas sudarytų sąlygas SVV plėtrai regionuose ir juose gyvenančių žmonių verslumo skatinimui bei oriam aprūpinimui vietos pagaminata ekologiška produkcija. Sventiniame sveikinime gimtadienio proga LMS pirmininkas VU prof. dr. D.Serafinas įterpė iškart ir užduotį – visuomeniškai man teks rūpintis socialiniu „kampu“ šiame projekte, – dar apie vieną jai rūpimą labai svarbų projektą primena pašnekovė.

Šį mėnesį A.Bajorienė dalyvauja Jos Didybės Švedijos karalienės Silvijos X forume „Demencija 2021“, skirtame sergančiųjų Alzheimeriu ir demencija oriai ir kokybiškai globai ir slaugai. Kaip socialinio darbo srities atstovė, nuo 2021 m. vasario mėn. ji dalyvauja Belgijos Gento universiteto doktorantūros klausymuose dėl socialinio darbo tyrimų atlikimo. Kas mėnesį taip pat dalyvauja Europos amžėjimo tinklo (EAN – European Aging Network) asociacijos veiklos posėdžiuose, o rugsėjo mėnesį vyks į jų organizuojamą Generalinę Asamblyją Austrijoje, Vienoje.

Pasak mano pašnekovės, kur ji bebūtų dirbusi – mokykloje, redakcijoje – visada, kaip ir visais gyvenimo etapais, lydėjo tos pačios patirtys – bendravimas, išsiklausymas į žmogų žmogaus ir kova už jį. „Jokiam pavaldume nebijojau ginti žmonių, pasakyti drąsiai savo apmąstytą nuomonę ir ją apginti“, – tikina ji, ir nenustebina, juk ji pagal horoskopą – dvigubas jautis. Siek tiek pažinodama, nes taip pat

gimiau po dvigubo jaučio žvaigžde, ir nesistebiu.

„Be žmogiškumo globalizacijoje mes greičiau skęstam, – įsitikinusi Angelė. – Nuo Antikos juk amžinosios vertybės – sąžiningumas, padarumas, atsakomybės jausmas, pagarba kitam. Manau, vyksta šių vertybių devalvacija. Ypač didelis atjautos stygius. Ką mes matom Lietuvoje? Esam išsimokslinę, kompetencijų turim, o nemokam paprasčiausių dalykų – girdėti, atjausti, gerbti“.

Taip pokalbis pakrypsta į Prienų globos namų pusę, kuriuose Angelė, galima turbūt sakyti, gyvena ilgai, arti trisdešimt metų, jiems vadovavusi 20 metų, nuo 2013 m. rudens dirbdama puse etato padavotoja socialiniams reikalams:

– Dauguma viso mano darbinio amžiaus laiko, arti 30 metų, atiduota Prienų globos namams, senjorų ir neįgalųjų kuo šviesesnėms dienelėms kurti. Iš visos širdies dėkoju buvusiems tuomet draugėje darbuotojams, kad kartu darniai, profesionaliai, kūrybiškai kūrėme žmogiškumo laužą, prie kurio dvasiškai sušilome visi – ir gyventojai, jų artimieji, ir darbuotojai. Prienų globos namai buvo žinomi pirmiausia, kaip „namai su dvasia“ gyventojams, besimokanti organizacija, intelektualusis gerosios patirties, metodinis centras Lietuvoje, Pabaltijyje, Europoje, Skandinavijoje su stipriais tarptautiniais ryšiais.

Tai buvo antrieji mano namai su didžiaja šeimyna. Kūčių dieną dar 1993 metais sukūriau tradiciją tik vakarop visai administracijai lauzti kalėdaitį pirmiausia didžiojoje šeimynoje (ne nuo ryto ar pietų, kaip tuomet vyko daugumoje globos namų), būtinai dalyvaujant kunigui, ir tik po to – namuose, su mažąja šeimyna. Kalėdų ryto raudonojo vyno tostas gyventojų valgykloje buvo man privalus, kaip ir Velykų rytą.

Ačiū darbuotojams, kad jie irgi tai darė ne formaliai, o su šilčiausia pagarba gyventojams. Buvo didelis džiaugsmas kurti namus gyvenančiam žmogui būtent ant vertybinio pamato, su ugnele, pridodant, aiš-



Valdovų rūmuose Šarūnui įteikus Karo akademijos magistro diplomą.

ku, profesionalumo – vadybos, socialinio darbo, tinkamos komunikacijos.

Juos, kaip ir kitas vertingas dešimtmečių sėkmingo rezultato patirtis, mėginome perduoti naujai direktorei. Bet šių senųjų dalykų, mačiau, nelabai reikėjo. O man labai „ankšta“ ir žmogiškai, ir profesiskai ten, kur yra netgi viešo melo...

Negalėjau ir negaliu susitaikyti ir su nutylėjimais dėl problemų, nenorėjimu/negebėjimu (?) jas kuo giliau suvokti, analizuoti, keisti situaciją žmogaus – gyventojų ir darbuotojų vardan, garbingumo stygiu atvirai kalbėtis ir t.t.

Man išėjimas iš globos namų – į naudą. Net į teismą nėjau, nes dirbti jau buvo tapę tiesiog „neskanu“ dėl organizacijos riedėjimo nuokalnės paslaugų kokybės ir valdymo prasme. Nukirpti ryšiai ir su kai kuriais žmonėmis, nes jie man patys padavė žirkles.

Visada stengtasi padėti suprasti globojamo, slaugomo žmogaus priežiūros kokybės niuansus, mokytis giliai, sąžiningai, atvirai analizuoti atvejus, visiems kartu mokytis iš jų, teikta daug pasiūlymų raštu. Bet gal tokia globos ir slaugos samprata kaip mano – jau atgyvena XXI a. trečią dešimtmetį? Pasimatuoju šiandienos Europoje, kurios globos namuose lankausi, – tikrai ne, nes esu vertinama kaip ilgalaikės priežiūros sistemos „patirtinė“ tobulinti paslaugų kokybę ir vadybą. Prienų



Birštone liepos 6-ąją švenčiant Žilvino trisdešimtmetį.

globos namuose – galimai bus kitokia samprata, beje, jei tai – samprata?

Ir 2014, ir 2016 m. buvau raginama grįžti į vadovo postą, nes buvo laikini direktoriai. Bet gerai žinojau, kad dirbti didelėje šeimoje reikia ne 8 ar mažiau valandų, o neskaičiuojant laiko ir apskritai neturint sampratos, kad dirbu 8 – 17 val. Man sutrukdė sveikata. Juk jei nuosirdžiai kuri NAMUS, nėra juose darbo laiko. Su šia filosofija ir ėjome visi. Man buvo lengva tuomet, nes mano hobis, gyvenimo būdas visiškai sutapo su mano darbu, didele pagarba senjorai, neįgaliajam. Bet ir rezultatas buvo – laimingi dauguma gyventojų, besididžiuojantis darbu darbuotojas.

...Kadangi Angelės namai dažnai pilni svečių, kuriuose jie jaučiasi laisvai, kaip patys apibūdina „po gera aura“, net nesmalsauju, kas jie tokie. Sako, kad ir akademinės bendruomenės nariai, ir valdžios, įvairių partijų atstovai, ir dvasininkai, ir meno pasaulio žmonės, ir kitų šalių bendrų veiklų kolegos. „Žmonės mūsų aplinkoje jaučiasi saugūs, laisvi, pasitiki mumis, vyksta daug įdomių mokslinių, edukacinių, politinių diskusijų“.

Užklausta, ar nepavargu, ji susimąšiusi trumpam ištarė, kad reikės jau pagalvoti, ar teisingai save išbarstė laiko prasme. O apie ateities svajones:

– Daugiausia dėmesio, laiko, turimų kompetencijų ir jėgų norėčiau skirti senjorų politikai Lietuvoje, į kurią gilinuosi nuo 1994 metų. Reikia pagalvoti apie leidinį dėl senjorystės aukštinimo išminties ir patirties prasme periodo svarbos valstybei ir mums visiems.

Pradėsime siekti, kad atsirastų senjorų patariamieji visuomeniniai miniinstitutai prie ministerijų, Seime, kad išmintis, patirtis būtų reikalinga valstybės ateities modeliui. Galbūt reikalingas netgi Nacionalinis senjorų globos aljansas Lietuvoje, kokie yra kai kuriose šalyse. Ir dar visokių veiklų mintijimuose yra, tarp jų – dar tarptautinės veiklos, SOŽE... O dar, kaip nuolat primena vyriausia anūkė, kad „tu Angelė ir turi tris anūkus iš A raidės – Austėja, Aronas ir Agnė“...

Esu pasiekusi Laisvę – galiu daryti tai, ką noriu, ir tai, ką moku. O kaip tai gebu, pasimatuoju Europos šalyse, kur nuolat prašoma mano ilgametės patirties, eksperto žvilgsnio į senjorų globos namų politikos tobulinimą, kokybės inspektorės misijas. O Prienuose direktorei tapau „pertekline“. Ačiū už išlaisvinimą, tik reikia viską daryti garbingai. Čia vėlgi žmogaus vertybių sistema.

...Taigi ir linkiu Angelei ir gegužės gyvenime, ir nuo jos atsispjyrus – keliaujant gyvenimo keliu pirmyn – turėti neįgyvendinamą svajonę ir siekti ją įgyvendinti, tarsi menamą Olimpo viršukalnę, kur būtų kuo daugiau naujų tikrų narių Draugystės banke, atrandant naujas veiklas bei žemes...

Palma Pugačiauskaitė

ALYTAUS PROFESINIO RENGIMO CENTRE 2021 M. ĮGYVENDINAMOS PROGRAMOS

GINNAZLIOS SKYRIUS

Baigusiems 7, 8 ar 9 klases – pagrindinio ugdymo programa.

Baigusiems 10 ar 11 klasių – vidurinio ugdymo ir profesinio mokymo programos:

- Apdailininko
- Automatinėms sistemoms eksploatavimui mechatroniko
- Automobilinių elektros įrengimų remontininko
- Automobilinių mechanikų
- Kirpėjo
- Kompiuterių tinklų derintojo
- Padavėjo ir barmeno
- Suvirintojo
- Technikos priežiūros verslo darbuotojo
- Virėjo
- Vizualinės reklamos gamintojo

PROFESINIO MOKYMO PROGRAMOS

Baigusiems 10 klasių ir nesiekiantiems vidurinio išsilavinimo:

- Apdailininko

Specialiųjų ugdymosi poreikių asmenims:

- Dažytojo tinkuotojo padėjėjo
- Virėjo

Baigusiems 12 klasių:

- Automobilinių mechanikų
- Ekspeditoriaus
- Elektriko
- Motorinių transporto priemonių kroviniams vežti vairuotojo
- Kirpėjo
- Konditerio
- Kosmetiko
- Paramediko
- Socialinio darbuotojo padėjėjo
- Suvirintojo

Turintiems profesinę kvalifikaciją arba aukštąjį išsilavinimą:

- Apdailininko
- Apskaitininko
- Dekoratyvinio želdinimo verslo ir aplinkos tvarkymo verslo darbuotojo
- Kirpėjo
- Kompiuterinio projektavimo operatoriaus
- Konditerio
- Masažuotojo
- Metalų apdirbimo staklininko
- Motorinių transporto priemonių kroviniams vežti vairuotojo
- Paramediko
- Siuvėjo
- Socialinio darbuotojo padėjėjo
- Slaugytojo padėjėjo
- Suvirintojo
- Šildymo, vėdinimo, oro kondicionavimo sistemų montuotojo
- Visažisto
- Žemės ūkio gamybos verslo darbuotojo

Mokslis nemokamas. Pradiniam mokymui teikiama LAMA BPO informacinė sistema nuo 2021 m. birželio 1 d. savarankiškai arba atvykus į Alytaus profesinio rengimo centrą adresu Pušynų g. 40, I korpusas, 113 kab. Informacija telefonu – 8 612 75 270 arba el. p. karjera@aprc.lt

IKI IKI prekybos tinklo parduotuvei Birštone, Dariaus ir Girėno g. 24, reikalingi:

**kasininkai (-ės) - pardavėjai (-os),
pardavėjai (-os) - konsultantai (-ės),
taromato operatoriai**

Tel. 8 650 59 687,
el. paštas: atranka@iki.lt
Visi mūsų darbo skelbimai
<https://iki.lt/karjera/darbo-pasiulymai/>

Gyvenimas

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

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

Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė

Internetu skaitykite: www.gyvenimas.info, www.facebook.com/laikrastisGyvenimas

Redakcija: Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė - VERSLAS, ŽEMĖS ŪKIS (60523, ramute@gyvenimas.info); SOCIALINĖS PROBLEMOS, ŠVIETIMAS, MEDICINA, TEISĖSAUGA, PASLAUGOS: Dalė Lazauskienė, redaktorės pavaduotoja (60014, dale@gyvenimas.info); APLINKOSAUGA, NEVYRIAUSYBINĖS ORGANIZACIJOS, KULTŪRA, SPORTAS: Rimantė Jančiauskaitė, apžvalgininkė (60012, rimante@gyvenimas.info); KOREKTŪRA: Ona Ališauskienė (60015); BUHALTERIJA, SKELBIMAI: Ona Lodienė, Zina Lankevičienė (tel./faksas 60012, zina@gyvenimas.info); kompiuterininkai (maketav@gyvenimas.info). Mob. tel. 8 605 19 327.
Redakcijos nuomonė nebūtinai sutampa su laiškų autorių nuomonėmis. Už skelbimų turinį neatsakome.

SPAUDOS, RADIJOS IR TELEVIZIJOS RĖMIMO FONDAS

remia rubrikas „Kultūra: mūmyste ir šalia mūsų“ (Fondo parama – 10 000 Eur) ir „Tai, kas išaugina...“ (Fondo parama – 12 000 Eur)

Laikraštis išeina trečiadieniais ir šeštadieniais. Ofsetinė spauda. Apimtis – 3 spaudos lankai. Indeksas 67283. Tiražas – 1750 egz. Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.

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

ALYTAUS SPAUSTUVĖ