



Paba diena

Šiandien saulė teka 4 val. 44 min., leidžiasi 22 val. Mėnulis Vandenyje, dylantis.

Vardadienius švenčia Jaunutis, Jaunius, Viltautas, Viltautė, Virgilijus, Mingaudė. Sekmadienį – Emos, Gedimino, Vladislavo, Vlodo, Norgailės vardadieniai. Pirmadienį – Gaudrė, Irenijus, Serena, Šarūnas, Tulgedas, Tulys. Antradienį pasveikinkite Petrus, Paulius, Povilus, Paules, Benitas, Gedrimės.

Birželio 26 – Tarptautinė diena prievartos aukoms paremti, Tarptautinė kovos su narkomanija diena

Birželio 27 – Lietuvos šaulių sąjungos įkūrimo diena

Birželio 29 – Šv. Petras ir Povilas (Petrinės).

Vasaros kaitra alina ir gyvūnus 2 p.

Tapyba į Rūtos Bielevičienės gyvenimą atėjo netikėtai 3-5 p.

Kodėl plaukti sveika? 4 p.
Kaip gyventi karštomis vasaros dienomis? 4-5 p.

Istoriko T. Narbuto tekstas apie Birštoną pirmą kartą nuskambėjo lietuviškai 6 p.
PVM lengvatos panaikinimas siuntoms iš trečiųjų šalių. Ką svarbu žinoti?

„Rašytojo vienintelis užmokestis – tai amžinybė“ 8 p.

Jiezne

Paminėjo dvasininkų sukaktis

Antradienio vakarą Jiezno Šv. Arkangelo Mykolo ir Jono Krikštytojo parapijos bažnyčioje aukojamų šv. Mišių metu paminėtos iškilaus dvasininko, palikusio ryškų pėdsaką Jiezno krašto žmonių gyvenimuose, Broniaus Bulikos 33-iosios mirties metinės.

Mišiose parapijiečiai taip pat meldėsi ir už dabartinį parapijos kleboną, Kaišiadorių vyskupijos generalvikarą kunigą **Rolandą Bičkauską**. Taip simboliškai sutapo, kad prieš 20 metų būtent birželio 22-ąją tuometis Kaišiadorių vyskupijos ganytojas Juozas Matulaitis pasirašė dekretą dėl kunigo Rolando paskyrimo į Jiezną.

Šie metai kunigui Rolandui Bičkauskui – ženklūs jubiliejinėmis sukaktimis. Balandį jis minėjo gyvenimo 50 metų sukaktį ir kunigystės 25-metį. Ši sukaktis dar kartą buvo prisiminta ir antradienio Mišiose. Jas kartu su klebonu aukojęs Kaišiadorių vyskupijos kancleris kunigas **Gediminas Tamošiūnas** vyskupo Jono Ivanausko pavedimu kunigui Rolandui Bičkauskui jo kunigystės 25-mečio proga įteikė Popiežiaus Pranciškaus Palaiminimo raštą. Kancleris taip pat perdavė ir vyskupo padėką kunigui Rolandui už darbą parapijoje ir kurijoje.



Šviesų kunigo Broniaus Bulikos atminimą jiezniečiai pagerbė malda ir prie jo kapo bažnyčios šventoriuje.

Atidengtas paminklas Trims savanorių kartoms



Trečiadienį naujai rekonstruotoje Jiezno miesto aikštėje atidengtas paminklas Trims Jiezno krašto savanorių kartoms atminti. Paminklo atidengimo ir palaiminimo iškilmės, prasidėjusios iškilminga eiseną ir rikiuote, baigėsi kareiviškėmis vaišėmis. (Daugiau apie šventę – trečiadienio „Gyvenime“ ir www.gyvenimas.info).

Šventė Šv. Jono Krikštytojo gimimo atlydus

Birželio 24-oji Jiezno parapijos tikintiesiems – labai svarbi diena. Jie mini ir vieno iš savo parapijos globėjų – Šv. Jono Krikštytojo – gimimo dieną. Tad ketvirtadienį jiezniškiai ir seniūnijos gyventojai, tegul ir ne taip gausiai, kaip ankstesniais metais, gražiai šventė titulinus atlydus.



Šv. Mišioms vadovavo kurį laiką Jiezne taip pat klebonavęs Molėtų parapijos klebonas **Gintautas Jančiauskas**, pamaldas vainikavo Eucharistinė procesija.

Kai kurie iškilmių dalyviai gal ir pasigedo klebono Rolando Bičkausko iniciatyva po Mišių šventoriuje organizuojamos Agapės, bet nuskriausti neliko. Daug gerų emocijų jiems suteikė Nepriklausomybės aikštėje vykęs folkloro grupės „Kitava“ koncertas.

Sveikiname!

*Pasėdėk, parymok sidabruotą galvą parėmus,
Tolsta, tolsta gražiausi gimtinių takai:
Žinom, kad atiduotum savąją širdį,
Kad laimingi tik būtų taviėji vaikai.
O dienos liūdnos ir laimingos,
Ištirpsta džiaugsmo šurmuly.
Te nieko šiandien tau nestinga,
Aplinkui šypsos artimi.*



80-ojo jubiliejaus proga **Albiną Mariją Laukaitienę**, gyvenančią Balbieriškyje, ir jubiliatės vyrą **Joną** vardo dienos proga sveikina vaikai, anūkai ir proanūkiai.



ATSINAUJINOME!



Durų centras
Tel. 8-315-55956



SODO PURKŠTUVAI
KWAZAR



ŠVIESTUVAI
EGLO



MAIŠYTUVAI

Akcija galioja: 2021.06.01-2021.06.30

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

LANKAVA
statybinis medžiagos



Prienų rajono savivaldybės informacija



PRIENŲ RAJONŲ SAVIVALDYBĖS TARYBOS POSĖDŽIO DARBOTVARKĖ

2021 m. liepos 1 d. 10 val.

- Dėl pritarimo VšĮ Krepšinio sporto klubo „Prienai“ 2020 metų veiklos ataskaitai
- Dėl pritarimo VšĮ „Prienai“ 2020 metų veiklos ataskaitai
- Dėl Prienų rajono savivaldybės tarybos 2021 m. sausio 28 d. sprendimo Nr. T3-1 „Dėl Prienų rajono savivaldybės 2021–2023 metų strateginio veiklos plano patvirtinimo“ pakeitimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės tarybos 2021 m. sausio 28 d. sprendimo Nr. T3-2 „Dėl Prienų rajono savivaldybės 2021 metų biudžeto patvirtinimo“ pakeitimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės bendrojo ugdymo mokyklų didžiausio leistino pareigybių skaičiaus patvirtinimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės bendrojo ugdymo mokyklų, neformaliojo švietimo ir švietimo pagalbos įstaigų darbo laiko suderinimo
- Dėl Prienų miesto garbės piliečio vardo suteikimo
- Dėl turto perėmimo Prienų rajono savivaldybės nuosavybėn ir jo perdavimo valdyti, naudoti ir disponuoti patikėjimo teise Prienų „Žiburio“ gimnazijai ir Prienų „Revuonos“ pagrindinei mokyklai
- Dėl Prienų rajono savivaldybei nuosavybės teise priklausančio turto perdavimo patikėjimo teise pagal patikėjimo sutartis Prienų rajono asmens sveikatos priežiūros įstaigoms
- Dėl nekilnojamojo turto, esančio Ažuolų g. 22, Jiestrakio k., Šilavoto sen., Prienų r. sav., pirkimo neskelbiamų derybų būdu
- Dėl Prienų rajono savivaldybei nuosavybės teise priklausančių gyvenamųjų pastatų turtinių vienetų suformavimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės turto panaudos sutarčių nutraukimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės tarybos 2021 m. gegužės 27 d. sprendimo Nr. T3-134 „Dėl ilgalaikio ir trumpalaikio materialiojo turto perėmimo savivaldybės nuosavybėn ir perdavimo Prienų rajono švietimo įstaigoms valdyti, naudoti ir disponuoti juo patikėjimo teise“ pakeitimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės nekilnojamojo turto nurašymo
- Dėl Prienų rajono savivaldybei nuosavybės teise priklausančio ilgalaikio materialiojo turto nuomos
- Dėl Prienų rajono savivaldybės vietinės reikšmės kelių ir gatvių sąrašo patvirtinimo
- Dėl Kelių ir gatvių įtraukimo į Prienų rajono savivaldybės vietinės reikšmės kelių ir gatvių sąrašą ir išbraukimo iš jo tvarkos aprašo patvirtinimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės tarybos 2017 m. rugpjūčio 31 d. sprendimo Nr. T3-230 „Dėl Prienų rajono savivaldybės teritorijoje esančių kapinių sąrašo patvirtinimo“ pakeitimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės tarybos 2017 m. birželio 29 d. sprendimo Nr. T3-185 „Dėl Prienų rajono savivaldybės kapinių tvarkymo taisyklių, aprašų, susijusių su kapinių priežiūra ir laidojimu jose, patvirtinimo“ pakeitimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės tarybos 2016 m. gegužės 26 d. sprendimo Nr. T3-140 „Dėl Atliekų turėtojų, kuriems nėra galimybių teikti atliekų tvarkymo paslaugų, sąrašo patvirtinimo“ pakeitimo
- Dėl pritarimo sutarčiai
- Dėl Prienų rajono savivaldybei nuosavybės teise priklausančių mokyklinių autobusų perdavimo valdyti, naudoti ir disponuoti patikėjimo teise Prienų rajono švietimo įstaigoms
- Dėl Prienų rajono savivaldybės ilgalaikio materialiojo turto nuomos ir panaudos sutarčių papildymo
- Dėl Prienų rajono savivaldybės būstų pardavimo ir kainų patvirtinimo
- Dėl Prienų rajono savivaldybei nuosavybės teise priklausančių būstų nuomos rinkos kaina
- Dėl kreipimosi į Nacionalinės žemės tarnybos prie Žemės ūkio ministerijos Prienų ir Birštono skyrių dėl kitos paskirties valstybinės žemės sklypų perdavimo Prienų rajono savivaldybei valdyti, naudoti ir disponuoti jais patikėjimo teise
- Dėl tarnybinio nusižengimo

Tarybos sprendimų projektai skelbiami Savivaldybės interneto svetainėje www.prienai.lt, skyriuje „Tarybos posėdžių darbotvarkės“.

Musikaltimai Melaimės

Išgėręs smurtavo prieš moterį
Birželio 21 d. apie 18 val. 30 min. Prienų r., Pikelionių k., konflikto metu, neblaivus (2,07 prom. alkoholio) vyras (g. 1992 m.) smurtavo prieš moterį (g. 1990 m.). Įvykio aplinkybes aiškinasi policija.

Rastas ginklas
Birželio 22 d. apie 12 val. 45 min. Prienų r., Patelviškio k., tvarkant namo kambarį, rastas mažo kalibro graižtvinis šautuvas. Ginklas paimtas. Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 253 str. 1 d.
Autoįvykis
Birželio 21 d. apie 7 val 25 min. Prienų r., Veiverių sen., kelio Kau-

nas-Marijampolė-Suvalkai 31 km, krovinio automobilio „DAF“ su puspriekabe vairuotojas (g. 1969 m.) horizontaliame kelio ruože susidūrė su ta pačia kryptimi važiuoju automobiliu „Audi A6 Avant“, vairuojamu moters (g. 1984 m.). Eismo įvykio metu buvo sužalota automobilio „Audi“ vairuotoja, ji išvežta į Kauno klinika.

Pateko į butą be šeimininkės žinios
Alytaus apskr. VPK Prienų r. PK gautas moters (g. 1984 m.) pareiškimas, kad **birželio 21 d. apie 16 val. 40 min.** Prienų r., Išlaužo sen., Dambrovos k., be jos žinios buvo patekta į jos butą. Įtariamasis (g. 2000 m.) sulaikytas ir uždarytas į ilgalaikio sulaikymo patalpą.

Beržyno parko tvenkinio ir Jiezo ežero vandens kokybės tyrimų rezultatai

Visuomenės sveikatos biuras kartu su Nacionaline visuomenės sveikatos laboratorija maudymosi sezono metu stebės Beržyno parko tvenkinio ir Jiezo ežero, naudojamų visuomenės poreikiams, vandens kokybę. Mėginiai tyrimams atlikti buvo paimti 2021 m. birželio 17 d. Gauti vandens mikrobiologinių tyrimų rezultatai parodė, kad vandens telkinių kokybė atitinka higienos normos reikalavimus, keliamus maudyklų vandens kokybei, ir nekelia grėsmės žmonių sveikatai – žarninių enterokokų ir žarninių lazdelių (*Escherichia coli*) skaičius leidžiamų normų neviršija. Būtent šios bakterijos ir parodo, ar vanduo yra užterštas, ar ne.

Beržyno parko tvenkinio vandens mikrobiologiniai parametrai: žarninių enterokokų – 25 KSV/100 ml (norma – 100 KSV/100 ml), o žarninių lazdelių (*Escherichia coli*) – 70 KSV/100 ml (norma – 1000 KSV/100 ml).

Jiezo ežero vandens mikrobiologiniai parametrai: žarninių enterokokų – 15 KSV/100 ml (norma – 100 KSV/100 ml), o žarninių lazdelių (*Escherichia coli*) – 62 KSV/100 ml (norma – 1000 KSV/100 ml).

Smėlyje helmintų kiaušinėlių nerasta nei viename vandens telkinyje. Nuolaužų, plūduriuojančių medžiagų, dervų likučių, stiklo, plastiko, gumos nerasta nei viename iš tirtų vandens telkinių.

PRIENŲ R. SAV. VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURO
INFORMACIJA APIE BERŽYNO PARKO
TVENKINIO IR JIEZO EŽERO VANDENS
KOKYBĖS STEBĖSENOS VYKDYMO REZULTATUS
2021-06-17

Savivaldybė	Maudymosi parametrai	Bandinio ėmimo data	Mikrobiologiniai parametrai		Fizikiniai, cheminiai ir biologiniai parametrai		Klaidingų kiaušinėlių ir lervų nustatymas
			Žarniniai enterokokai (ksv/100 ml)	Žarninės lazdelės (ksv/100 ml)	Nuolaužos, plūduriuojančios medžiagos, dervų likučiai, stiklas, plastikas, guma	Neturi būti	
Norma			100	1000	Neturi būti	Neturi būti	
Prienų r. savivaldybė	Beržyno parko tvenkinys	2021-06-17	25	70	Nėra	Nėra	
	Jiezo ežeras	2021-06-17	15	62	Nėra	Nėra	

Primename, kad nors vandens kokybė atitinka higienos normos reikalavimus, nepatariama maudytis „žydinčiame“ vandenyje, ypač alergiškiems žmonėms. Dažniausiai vanduo pradeda „žydėti“ liepos mėnesio pradžioje. Priklausomai nuo aplinkos sąlygų vandens „žydėjimo“ laikotarpis gali keistis. Jeigu nusprendėte maudytis „žydinčiame“ vandenyje ir pastebėjote pirmuosius alergijos požymius, daugiau nebesimaudykite šiame vandenyje.

Jei vanduo yra užkrėstas žarninėmis lazdelėmis ar žarniniais enterokokais, gresia žarnyno infekcija, todėl maudantis reikia stengtis, kad į burną nepatektų vandens. Užterštas vanduo taip pat gali sukelti akių bei ausų infekcijas. Maudymasis tokia vandenyje ypač pavojingas vaikams, pagyvenusiems ir silpnesni

imunitetą turintiems žmonėms.

Norint sumažinti vandens taršą, poilsiautojai turėtų laikytis tvarkos, asmens higienos reikalavimų ir elgesio kultūros. Taip pat nepatariama maudytis po smarkių liūčių. Vandens užterštumas labiau padidėja per karščius, nes paspartėja bakterijų dauginimasis vandenyje, vanduo nespėja išsivalyti – į vandenį išskiriama toksinių ir pavojingų žmogaus sveikatai medžiagų apykaitos produktų.

Pasaulio sveikatos organizacija nurodo, kad skendimas yra trečia pagrindinė netyčinių mirčių priežastis visame pasaulyje. Tai sudaro 7 proc. visų mirčių, kurių priežastis – įvairios traumos. Skaičiuojama, kad visame pasaulyje kasmet nuskaista apie 320 000 žmonių, todėl raginame nepamiršti saugaus elgesio vandenyje.

Vasaros kaitra alina ir gyvūnus

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, ir veterinarijos gydytojams.

Ūkiniu gyvūnų laikytojams. Esant karšties orams, padidėja iš organizmo išskiriamų skysčių kiekis. Dėl šių priežasčių pakinta gyvūno organizmo kraujotaka, 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, kelis kartus per dieną, turi būti pagirdomi. Gyvūnų laikytojai turėtų pasirūpinti, kad gyvūnai nebūtų laikomi saulės atokaitoje karščiausiu dienos metu. Tam puikiai pagelbėtų medžių paunksmė ganyklose, vidurdienį – gyvulių parginimas ir tvartus, gyvūnų aplaistymas vandeniu. Jei gyvuliai nuolat laikomi tvarte, o taip pat paukščių fermose, turi būti užtikrinama pakankamai efektyvi vėdinimo sistema.

Gyvūnų laikytojai, pastebėję šiluminiam perkaitimui bei saulės smūgiui būdingus gyvūnų elgesio pakitimus: dažną paviršinį kvėpavimą, stiprų prakaitavimą, neramius, su sutrikusia judesių koordinacija gyvūnus, visų pirma, privalo apsaugoti gyvūnus nuo tiesioginių saulės spindulių, atvėsinti gyvūnus įrengiant pavėsines, apipilant vandeniu ir dėl tolimosios gydymo kreiptis į privačius veterinarijos gydytojus.

Karščių metu gyvūnus puola **kraujasiurbiai vabzdžiai**. Gyvulių, sugeltą uodų, vargina niežėjimas, patinimas. Kraujasiurbiai gyvūnus

ir erzina, nes nuolat aplink suka ratus, lenda į akis, šnerves. **Bitės, širšės, vapsvos.** Šių vabzdžių įkandimas gyvuliui sukelia labai stiprų skausmą, patinimą, įvairias alergines reakcijas, kurios gali nusinėti net gyvybę. Bičių nuodams ypač jautrūs jauni kumeliukai. Labai svarbu pastebėjus įgėlimo požymius (paraudimą, ištinimą, pasunkėjusį kvėpavimą, pakilusią temperatūrą, viduriavimą, traukulius), kuo greičiau kreiptis į veterinarijos gydytoją. Gyvūnų laikytojai turėtų pasirūpinti gyvūnų apsauga nuo vabzdžių. Ganyklose ganomiems gyvuliams šios priemonės turėtų būti naudojamos reguliariai, atsizvelgiant į priemonių naudojimo instrukcijose nurodytus naudojimo reikalavimus. Apsaugos nuo vabzdžių priemonių galima įsigyti veterinarijos vaistinėse. Šalyje kasmet nuo vabzdžių nukenčia nemažai gyvulių, atskirais atvejais vabzdžių antpuoliai baigiasi gyvulių mirtimi.

Gyvūnų vežėjams. Aukšta lauko temperatūra bei drėgmė keičia gyvūnų gerovės sąlygas juos vežant. Gyvūnų vežėjai ir gyvūnų palydovai turėtų atkreipti dėmesį į transporto priemonių būklę, naudoti sunkvežimius su švesiais stogais, kad mažiau sugertų saulės šilumos. Vežimo metu transporto priemonėje suteikti didesnę plotą gyvūnams, padidinti aukštį virš gyvūnų galvų, kad pagerėtų oro cirkuliacija, ypatingai ilgų kelionių

metu. Turi būti pakankamas kiekis pakratų, pašarų, daugiau vandens atsargų. Nereikėtų planuoti ilgų kelionių karščiu metu, planuoti jas vėlesniu paros metu. Trumpų kelionių metu, vežant gyvūnus į skerdyklas, jas planuoti anksti ryte ar vakare.

Gyvūnų augintinių laikytojams. Per karščius niekada, jokiomis aplinkybėmis nepalikite šuns ar katės automobilyje. Žmonės neretai planuoja užbėgti į parduotuvę tik kelioms minutėms ir mano, kad gyvūnui nieko nenutiks. Kitiems atrodo, kad pakanka palikti per centimetrą pravertus langus, ir viskas bus gerai. Tačiau realiai palikti augintinį kaistančioje mašinoje yra netgi labai negerai. Net ir minutei. Spigiant vasarinei saulei, automobilio stogas greitai įkaista, o parkavimo aikštelėse, kaip taisyklė, medžių ir pavėsio būna retai. Šilumos smūgis „trinktelė“ labai netikėtai, ir kartais išgelbėti gyvūną jau gali būti per vėlu. Gyvūno palikimas įkautusiam automobilyje gali būti traktuojamas kaip žiaurus elgesys su gyvūnais. Važiuojate apsipirkti – palikite augintinį namuose.

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

VMVT Alytaus departamento
Prienų skyriaus informacija



Birštono versmės

„Gyvenimas“
- laikraštis Jums
ir apie Jus!

Dizaino asociacijos nariai pristatė savo rankdarbius

Ilgas karantinas prailgo ne visiems – jis buvo palankus kuriantiems, saviraiškos būdų atradusiems žmonėms.

Vėl suaktyvėjus socialiniam gyvenimui, Birštono dizaino asociacijos nariai pasinaudojo proga viešai pristatyti savo darbus. Šventinį savaitgalį Birštono Carito bendruomenės namuose ir jų prieigose veikė Asociacijos narių darbų paroda, skirta Birštono kurorto jubiliejui. Vietiniai gyventojai ir į Birštono kurorto dienų renginius atvykę svečiai galėjo apžiūrėti rankdarbius, pagamintus iš odos, vilnos, siūlų, karoliukų, popieriaus ir kitų medžiagų, juos demonstravo Vida Budreckienė, Ingrida Kašubienė, Rita Koklevičienė, Virginija Jurgelionienė, Salomėja Kindaravičiūtė, Laimutė Slavinskienė ir kiti asociacijos nariai. Norintieji galėjo įsi-



Birštono dizaino asociacijos narių darbų pristatyme.

gyti rankų darbo papuošalų, aksesuarų, mezginių, dailės darbų.

Karantino nuotaikas perkėlė ir į paveikslus

Iš kitų darbų išsiskyrė birštoniečio Valerijaus Gratulevičiaus paveikslų, nutapytų aliejumi ir akvarele, galerija.

Naujausius autoriaus darbus įkvėpė išgyvenimai, patirti pandemijos metu. Valerijus prisipažino, kad pradžioje karantino suvaržymai jį veikė pesimistiškai, todėl kurį laiką net negalėjo paimti į rankas teptuko. Visgi, praleidęs kelis mėnesius tuščiai, jis prisitaikė prie naujų sąlygų, o kūryba kaip tik palengvino kasdienybę. Šiuo laikotarpiu jis permastė tematiką, paveikluose atsirado naujų raiškos formų ir spalvinių tonų.

Bendruomenės namų kiemelio ekspozicijoje lankytojų akis itin traukė Valerijaus tapyti prigesintų spalvų peizažai ir miesto vaizdai, apgaubti mistišku – tarsi rūko ar lietaus – šydu. Jie – lyg vienuose gimusių jausmų ir nuotaikų atspindys...

V. Gratulevičius iš viso yra nuta-



Birštonietis dailininkas Valerijus Gratulevičius prie karantino laikotarpiu nutapytų darbų.

pęs per 100 darbų, jie buvo pristatyti bendroje Dizaino asociacijos narių ir personalinėse parodose. Karantino laikotarpiu autoriniai jo darbai buvo eksponuoti Prienų kultūros ir laisvalaikio centro galerijoje ir kitose viešose erdvėse, o prieš Jounines vėl sugrįžo į Birštoną ir netrukus džiugins Bendruomenės na-

mų lankytojus.

Buvęs Operos ir baletto teatro altų grupės koncertmeisteris, smuikininkas, baigęs savo išpūdingą karjerą, sėkmingai realizuoja savę tapyboje. V. Gratulevičius – ne vienintelis Birštono dizaino asociacijos narys, susidomėjęs dailė ir jai skiriamas savo laisvalaikį.

Tapyba į Rūtos Bielevičienės gyvenimą atėjo netikėtai

Daugeliui birštoniečių maloniu atradimu tapo birželio 12 dieną Birštono Carito bendruomenės namuose atidaryta Birštono gimnazijos matematikos mokytojos Rūtos Bielevičienės debiutinė akvarelių paroda.

Autorę ir jos darbus gausiai susirinkusiems svečiams pristatė Asociacijos vadovė Vilma Krasauskienė pasidžiaugė, kad karantinas Rūtai išėjo į naudą – pabandžiusi tapyti, ji taip išlaisvino savo kūrybines galias, kad per trumpą laiką

sukauptė darbų pirmajai savo parodai.

Pasveikinti Rūtos Bielevičienės, palaikyti ją susirinko gausus būrys birštoniečių, pirmiausia kolegos – Birštono gimnazijos pedagogai su direktoriumi Alvydu Urbanavičiumi, šeimos nariai ir giminaičiai. Parodoje apsilankė, pagyrimų autorei negailėjo ir Birštono savivaldybės merė Nijolė Dirginčienė bei vicemeras Vytautas Kederys.

Savo ruožtu R. Bielevičienė padėkojo parodos dalyviams už palaikymą, o žmonėms, padėjusiems surengti parodą, jos kūrybos kelio pradžioje negailėjusiems patarimų, ji padovanojo po akvarelę ir, skambant fortepijono muzikai, pakvietė apžiūrėti paveikslus.

Matematikos mokytoja Rūta Bielevičienė yra pavyzdys, kad ir padarius sėkmingą karjerą, ne vėlu sugrįžti prie jaunystės svajonių ir (Nukelta į 5 p.)



Dailininkės Rūtos Bielevičienės nutapytos akvarelės.



Mokytoja R. Bielevičienė su kolegomis mokytojais.



Netikėtai išsiskleidusiu Rūtos Bielevičienės talentu, atidarydama jos darbų parodą, pasidžiaugė Birštono dizaino asociacijos vadovė Vilma Krasauskienė ir Rūtos artimieji.

Autorės nuotraukos

Vasaros stovykla „Vaikystės kaleidoskopas“

Visi prisimename vaikystėje rankose laikytą kaleidoskopą, kurį sukinėjant pro mažą stiklinę akį matydavome spalvotų stikliukų ornamentus. Nuostabūs, nepakartojami pasauliai! Sukinėdavome ir negalėdavome atitraukti akių. Labai norime, kad panašius pasaulius atrastų ir mūsų mažieji. Kuo įdomesnės ir įvairesnės jų veiklos, kuo daugiau patys gali sukurti, patirti, tuo smagiau. Tada ir dėliojasi minčių ir išgyventų akimirų ornamentai.

Birželio 16 d. Birštono gimnazijos pradinė klasių mokytojos Asta, Vilmutė, Jūratė, Vilma, Roma, Vaida, Aldrona, Gražina ir Virginija bei dvi mokytojų padėjėjos

(Nukelta į 5 p.)



Atliekų reikalai: klausiate – atsakome

Ar galima nupjautą žolę ir kitas žaliąsias atliekas mesti į maisto atliekų konteinerius? Juk ji irgi suyra?

Taip, žolė ir kitos žaliosios atliekos irgi suyra, bet jas rinkti reikia atskirai, nes žaliosios ir maisto atliekos yra tvarkomos skirtingai: žaliosios atliekos kompostuojamos aikštelėse, maisto – apdorojamos biologiniuose įrenginiuose. Be to, vasarą ir rudenį žaliųjų atliekų susidaro labai daug ir jos labai greit užkimštų maisto atliekų konteinerius, kurie turi būti naudojami pagal paskirtį. Kartu su maisto atliekomis į juos galima mesti nebent kambarinius augalus.

Nupjautos žolės, nugenėtų medžių šakų ar lapų į šiuos konteinerius mesti negalima. Atskirai surinktas žaliąsias atliekas reikia vežti į rūšiavimo centrus, palikti specialiai savivaldybių pažymėtose vietose, jeigu tokios yra, arba, esant galimybei, kompostuoti namuose.



Sveikata

Parengė Veronika PEČKIENĖ

Kaip gyventi karštomis vasaros dienomis?

Lietuvoje atslinkus karščio bangai derėtų labiau pasirūpinti savo ir artimųjų sveikata. Kaip palengvinti gyvenimą kepinant kaitriems saulės spinduliams, kai termometro stulpelis perkopia + 30 laipsnių?

Karštimečių – kalio ir magnio preparatai

Karštomis vasaros dienomis labiau prakaituojate, todėl netenkate vandens bei mikroelementų – kalio ir magnio, kurie būtini normaliai širdies veiklai. Jei organizmui trūksta kalio, gali sutrikti širdies ritmas.

Todėl karštuojant metų laiku derėtų valgyti daugiau produktų, turinčių kalio: džiovintų slyvų, razinų, šviežių abrikosų, arbūzų, bananų, morkų, kopūstų. Turintiems aukštą kraujospūdį ypač labai naudinga varškė – joje idealus kalio, kalcio ir magnio santykis, todėl sėkmingai mažina kraujospūdį.

Jeigu gausiai prakaituojate, sergate širdies ligomis, kelias savaites pagerkite kalio, magnio preparatų.

Gurkšnokite po truputį...

Troškulį geriausiai malšina natūralus negazuotas mineralinis ar paprastas geriamasis vanduo, žalia arbata, natūrali gira, šviežiai išspaustos daržovių sultys. Atgaivina vėsus vanduo, pagardintas medumi su citrina. Mineralinį vandenį derėtų rinktis mažiau sūrų, turinčių daugiau kalio, magnio ir mažiau natrio druskų. Jei kraujospūdis žemas, gerkite atšaldytą kavą ir stiprią žalią arbatą. Atsisakykite saldžių, gazuotų gėrimų, – jie apsunkina organizmą ir nemalšina troškulio. Vartotini vėsūs, bet ne šalti gėrimai.

Nederėtų iš karto išgerti didelio kiekio gėrimo, geriau gurkšnoti dažnai, bet nedaug, po kelis gurkšnius.

Pasirūpinkite širdimi

Karštomis dienomis streikuoja širdis, nes jūs netenkate daug

skysčių bei mikroelementų: kalio, natrio, chloro, kalcio, magnio. Pasak kardiologų, kai organizmui jų trūksta, gali atsirasti įvairių aritmijų, – t.y. prieširdžių virpėjimas, priešlaikiniai širdies susitraukimai.

Aukšta oro temperatūra (kai yra + 27–35 °C) itin kenkia sergantiems širdies ir kraujagyslių ligomis. Gali padidėti ar sumažėti arterinis kraujo spaudimas, širdies plote atsirasti duriantis, gniaužantis ar spaudžiantis skausmas. Drėgnas ir karštas oras apsunkina raumenų darbą, trūkstant deguonies sunkėja kvėpavimas, kojose kaupiasi skysčiai ir pan.

Kaip galėtumėte sau padėti? Karštą vasaros dieną nuo 11 iki 16 valandos venkite tiesioginių saulės spindulių, leiskite laiką ramiai ir pavėsyje. Su savimi visuomet turėkite buteliuką šalto negazuoto vandens ir reikiamų medikamentų. Lauke būkite ryte ir vakare; daugiau ilsėkitės.

Dėl vaistų vartojimo pasitarkite su šeimos gydytoju ar kardiologu, kas jums tiktų geriau: nitroglicerino tabletės, purškiamas aerozolis ar kraujospūdį mažinantys preparatai.

Ką valgyti?

Vartokite daržoves, vaisius, uogas, žalumynus, kuriuose daugiau kalio. Augalinis maistas padės kraujagyslėms bei širdžiai atlaikyti tenkantį krūvį. Gaivina šalta vaisinė sriuba, šaltibarščiai, kisielius, želė su ledais, desertai su vaisiais ar uogomis. Rekomenduojama valgyti neriebios varškės, sūrio, virtą liesą mėsą, žuvį, vartoti kefyra, pasukas.

(Nukelta į 5 p.)

Kodėl plaukti sveika?

Įsibėgėjus vasarai skubame pasimėgauti maudynėmis upėse, ežeruose, jūroje ar SPA baseinuose. Apie plaukimo naudą kalbuosi su AB Birštono sanatorijos „Versmė“ kineziterapeute Reda JAKUBAUSKIENE.

– Kas vyksta žmogaus organizme plaukimo metu?

– Vanduo teigiamai veikia žmogaus organizmą ir sveikatą. Įdomu tai, kad kūnas vandenyje sveria net dešimt kartų mažiau nei sausumoje.

Be to, mankštinantis ar plaukiojant vandenyje žymisi sumažėja traumų tikimybė.

Judėti vandenyje du kartus lengviau, nes neveikia traukos jėga ir kiekvienas judesys atliekamas priešinant vandens slėgiui. Atliekant judesius, susidaro vandens sūkuriai, kurių poveikis turi gydomųjų savybių: masauojamas kūnas, atpalaiduojami raumenys, stimuliuojami mechanoreceptoriai, treniruojama širdis, greitėja medžiagų apykaita, mažėja skausmas.

Plaukiant taisyklingai treniruojami viso kūno raumenys ir gilieji raumenys, kurie įprastai „dirba“ mažiausiai. Plaukimo metu kūnas yra horizontalioje padėtyje, dėl to atspalaiduojama stuburas, mažėja jo apkrova, įtampa, gerėja laikyse-

na, stiprėja nugaros, krūtinės ir pilvo raumenys.

– Ar plaukimas stiprina širdį?

– Plaukimas – puikus aerobinis pratimas. Plaukiojant reguliariai ir pakankamai energingai 30 minučių ar ilgiau valandos, širdies susitraukimų skaičius padidėja net 70 proc., dėl to stiprėja ir efektyviau dirba širdies raumuo. Kadangi plaukimo metu kūno padėtis horizontali, kraujas lengviau prateka kraujagyslėmis, gerėja kraujo apytaka rankų ir kojų raumenyse.

– Kodėl saugiau plaukti nugara?

– Plaukimas nugara lengvina stuburo tarpšlandželių diskų apkrovą ir saugiai ištempia raumenis kaklo, pečių ir juosmens srityse. Tai itin naudinga, kadangi daugumos žmonių įprastomis gyvenimo sąlygomis (dėl ilgai trunkančios statinės sėdimos veiklos) šie raumenys skausmingai įtempti.

Saugiau plaukti nugara – krauliu, bet ne krūtinė, nes tada išlenkiama nugara ir galite pasitempti



AB Birštono sanatorijos „Versmė“ kineziterapeutė Reda Jakubauskienė.

juosmeninę stuburo sritį.

Tad plaukti ant nugaros ypač tinka jauciantiems skausmus kaklo, galvos, pečių, vidurinės stuburo dalies (juosmens, kryžkaulio) srityse.

– Kaip dažnai derėtų plaukioti, kad pajustumė sveikatos pagerėjimą?

– Jeigu norite, kad plaukimo treniruotės būtų efektyvios, rekomenduojama plaukioti 3 kartus per savaitę, ne trumpiau nei po 30 minučių, dar geriau – valandą.

Taisyklingas plaukimas naudingas širdžiai, plaučiams, kraujo apytakai. Plaukimo užsiėmimai malšina stuburo skausmus, padeda gydyti iškrypimus, plokščiapėdystę.

– Kurias atvejais nederėtų maudytis vandens telkinyje ar baseine?

– Prieš brendant į upę dėl saugumo derėtų pasidomėti, ar joje nėra užterštas vanduo. Baseine nerekomenduojama lankytis sergantiems infekcinėmis, užkrečiamomis odos ligomis (pavyzdžiui, nagų grybeliu), taip pat turintiems atvirų žaizdų. Būkite atsargūs, jeigu esate alergiški cheminėms medžiagoms, pavyzdžiui, chlorui. Tada gali pasireikšti odos, kvėpavimo takų, akių gleivinės alergija.

– Dėkui už naudingus patarimus. Linkime visiems sėkmingo plaukiojimo!



Mankštą mineralinio vandens baseine veda AB Birštono sanatorijos „Versmė“ kineziterapeutė Daiva Talačkienė.

Delfi TV programa

2021.06.28-2021.07.04

PIRMADIENIS

06:00 Ugnikalnių takais
06:30 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas
07:00 Savaitės įvykiai su D. Žeimyte-Biliene
08:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
08:30 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu
09:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
10:30 Jos vardas MAMA
11:00 13 731 km dviračiu aplink Skandinaviją
12:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
13:30 Jūs rimtai? Savaitės apžvalga linksmam. Vedėja Kristina Pocyte
14:00 Ispakuota
14:30 Keturios sienos
15:00 Delfi diena. Žinios
15:30 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 interviu
17:35 Delfi diena. Dienos tema
18:00 Delfi diena. Žinios
18:25 Delfi diena. Įvartis: Euro 2020
19:00 Delfi diena. Žinios
19:15 Delfi diena. IS esmės su V. Bruveriu ir D. Žeimyte-Biliene
20:00 Geltonas karutis
20:30 Sveika lėkštė su V. Kurpiene
21:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
21:30 Kasdienybės herojai. Vedėja Rūta Lapė
22:15 Mano pramogos veidai
23:00 Ugnikalnių takais
23:30 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu
00:00 Savaitės įvykiai su D. Žeimyte-Biliene
01:00 Delfi diena
ANTRADIENIS
06:00 Ugnikalnių takais

06:30 GARSIAI!
07:00 Alfai vienas namuose
08:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
08:30 Ispakuota
09:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
10:30 Išlikę
11:00 Alfai live. Vedėjas Alfai Ivanaukas
12:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
13:30 Kasdienybės herojai. Vedėja Rūta Lapė
14:15 Mano pramogos veidai
15:00 Delfi diena. Žinios
15:30 Delfi diena. Dienos tema
16:00 Delfi diena. Žinios
16:15 Delfi diena. Dienos interviu
16:35 Delfi diena. Sveiki! Su gydytoju V. Morozovu
17:00 Delfi diena. Žinios
17:15 Delfi diena. Dienos interviu
17:35 Delfi diena. Dienos tema
18:00 Delfi diena. Žinios
18:25 Delfi diena. Įvartis: Euro 2020
19:00 Delfi diena. Žinios
19:15 Delfi diena. Faktai ir nuomonės su A. Peredniu
20:00 GARSIAI!
20:30 Jos vardas MAMA
21:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
21:30 neZVAIRUOK
22:00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu
22:30 Retro automobilių dirbtuvės
23:00 Ugnikalnių takais
23:30 Kasdienybės herojai. Vedėja Rūta Lapė
00:15 Delfi pulsas
00:30 Delfi diena
05:30 Jos vardas MAMA
TREČIADIENIS
06:00 Ugnikalnių takais
06:30 Sveika lėkštė su V. Kurpiene
07:00 Alfai live. Vedėjas Alfai Ivanaukas
08:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus

08:30 Spausk gaza
09:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
10:30 Sveikatos receptas. Vedėjas Kristina Ciparytė
11:15 GARSIAI!
11:45 Delfi pulsas
12:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
13:30 neZVAIRUOK
14:00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu
14:30 Retro automobilių dirbtuvės
15:00 Delfi diena. Žinios
15:30 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 interviu
17:35 Delfi diena. Dienos tema
18:00 Delfi diena. Žinios
18:25 Delfi diena. Įvartis: Euro 2020
19:00 Delfi diena. Žinios
19:15 Delfi diena. Pokalbis su D. Žeimyte-Biliene
20:00 neZVAIRUOK
21:30 Ar tu ją matei? Neatrasta Žemaitija: Kartena
21:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
21:30 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas
22:00 2800 km Dunojumi baidare su A. Valujavičiumi
23:00 Ugnikalnių takais
23:30 Mano pramogos veidai
00:15 Delfi pulsas
00:30 Delfi diena
05:30 Sveika lėkštė su V. Kurpiene
KETVIRTADIENIS
06:00 Ugnikalnių takais
06:30 Išlikę
07:00 neZVAIRUOK
07:30 Ar tu ją matei? Neatrasta Žemaitija: Kartena
08:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
08:30 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas
09:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
10:30 Keturios sienos
11:00 13 731 km dviračiu aplink Skandinaviją

12:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
13:30 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas
14:00 2800 km Dunojumi baidare su A. Valujavičiumi
15:00 Delfi diena. Žinios
15:30 Delfi diena. Dienos tema
16:00 Delfi diena. Žinios
16:15 Delfi diena. Dienos interviu
16:35 Delfi diena. Verslo požiūris
17:00 Delfi diena. Žinios
17:15 Delfi diena. Dienos interviu
17:35 Delfi diena. Dienos tema
18:00 Delfi diena. Žinios
18:25 Delfi diena. Įvartis: Euro 2020
19:00 Delfi diena. Žinios
19:15 Delfi diena. Pokalbis su D. Žeimyte-Biliene
20:00 Šiandien kimba. Vedėjas Saulius Vigrailis
21:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
21:30 Spausk gaza
22:00 Automobilis už 0 eur
23:00 Ugnikalnių takais
23:30 2800 km Dunojumi baidare su A. Valujavičiumi
00:30 Delfi diena
05:30 Retro automobilių dirbtuvės
PENKTADIENIS
06:00 Ugnikalnių takais
06:30 Jos vardas MAMA
07:00 2800 km Dunojumi baidare su A. Valujavičiumi
08:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
08:30 Sveiki! Su gydytoju V. Morozovu
09:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
10:30 Geltonas karutis
11:00 Alfai vienas namuose
12:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė-Siaulienė
13:30 Spausk gaza
14:00 neZVAIRUOK
14:30 Ar tu ją matei? Neatrasta Žemaitija: Kuliai ir Plateliai
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. Sveiki! Su gydytoju V. Morozovu

17:00 Delfi diena. Žinios
17:15 Delfi diena. Dienos interviu
17:35 Delfi diena. Dienos tema
18:00 Delfi diena. Žinios
18:25 Delfi diena. Įvartis: Euro 2020
19:00 Delfi diena. Žinios
19:15 Delfi diena. Krepšinio zona
20:00 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas
20:30 Delfi premjera
21:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
21:30 Jūs rimtai? Savaitės apžvalga linksmam. Vedėja Kristina Pocyte
22:00 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas
22:30 Kriminalinė zona su D. Dargiu
23:00 Ugnikalnių takais
23:30 Automobilis už 0 Eur
00:30 Delfi diena
05:30 Delfi premjera
SEŠTADIENIS
06:00 13 731 km dviračiu aplink Skandinaviją
07:00 Kasdienybės herojai. Vedėja Rūta Lapė
07:45 Mano pramogos veidai
08:30 Jos vardas MAMA
09:00 Įvartis: Euro 2020
09:30 Geltonas karutis
10:00 Alfai live. Vedėjas Alfai Ivanaukas
11:00 Sveika lėkštė su V. Kurpiene
11:30 Išlikę
12:00 Čepas veža
12:30 Kablys
13:00 Šiandien kimba. Vedėjas Saulius Vigrailis
14:00 Ugnikalnių takais
14:30 Ugnikalnių takais
15:00 Ugnikalnių takais
15:30 Ugnikalnių takais
16:00 Ugnikalnių takais
16:30 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
17:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
17:30 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
18:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
18:30 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
19:00 13 731 km aplink Skandinaviją
20:00 Jūs rimtai? Savaitės apžvalga linksmam. Vedėja Kristina Pocyte
20:30 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas

21:00 Kitokie pasikalbėjimai 2021
23:00 Delfi premjera
23:30 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas
00:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
00:30 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
01:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
02:00 Yugo broliai: bogiausių pasaulyje automobilių per Balkanus
02:30 Mano pramogos veidai
03:15 Mano pramogos veidai
04:00 Kitokie pasikalbėjimai 2021
SEKMADIENIS
06:00 13 731 km aplink Skandinaviją
07:00 Sveika lėkštė su V. Kurpiene
07:30 Geltonas karutis
08:00 Kablys
08:30 Šiandien kimba. Vedėjas Saulius Vigrailis
09:30 Įvartis: Euro 2020
10:00 Alfai vienas namuose
11:00 Keturios sienos
11:30 Ispakuota
12:00 Sekmadienio Šv. Mišių transliacija
13:15 Išlikę
13:45 Sveikatos receptas. Vedėja Kristina Ciparytė
14:30 Sveiki! Su gydytoju V. Morozovu
15:00 Sveika lėkštė su V. Kurpiene
15:30 Geltonas karutis
16:00 neZVAIRUOK
16:30 Spausk gaza
17:00 Automobilis už 0 Eur
18:00 Savaitės įvykiai su D. Žeimyte-Biliene
19:00 13 731 km aplink Skandinaviją
20:00 Kasdienybės herojai. Vedėja Rūta Lapė
20:45 Mano pramogos veidai
21:30 Jos vardas MAMA
22:00 Kitokie pasikalbėjimai 2021
00:00 neZVAIRUOK
00:30 Ar tu ją matei? Neatrasta Žemaitija: Kartena
01:00 Ugnikalnių takais
01:30 Ugnikalnių takais
02:00 Ugnikalnių takais
02:30 Ugnikalnių takais
03:00 Ugnikalnių takais
03:30 Delfi premjera
04:00 Kitokie pasikalbėjimai 2021

Kviečiame skiepytis!

Nors skiepimas Birštono savivaldybėje vyksta sklandžiai, gyventojus kviečiame skiepytis dar aktyviau ir sudarome dar palankesnes sąlygas.

Vakcinavimas bus vykdomas liepos 2 d., 10–14 val., Nemajūnų medicinos punkte.

Konsultuos šeimos gydytoja Jūratė Repšaitė. Dėmesio! Birštono savivaldybės gyventojai,

negalintys atvykti į Nemajūnų medicinos punktą ar į VŠĮ Birštono pirminės sveikatos priežiūros centrą, gali registruotis skiepi. Birštono PSPC vakcinavimo komanda atvyks pas Jus į namus!

Registracija vakcinai vykdoma tel. 8 674 11 611.

Kviečiame nedvejoti ir pasiskiepyti nuo klatingojo koronaviruso.

**Birštono savivaldybės administracijos
ir Birštono PSPC informacija**

Birštono krašto žinios

• **Birštono kurorte, atnaujinant dviračių ir pėsčiųjų takus, daugėja dviratinių, riedutinių, važiuojančiųjų paspirtukais ar kitomis ekologiškomis transporto priemonėmis.** Birštono gimnazijos moksleiviai, geriems orams džiuginant, taip pat vis dažniau išrikiuoja savo dviračius ir paspirtukus šalia įėjimo į gimnaziją. Šioms transporto priemonėms apsaugoti naujiems mokslo metams numatyta įrengti dengtą stoginę, kurioje saugiai savo dviratas transporto priemones galės palikti net 60 moksleivių. Birželio pradžioje jau pasirašyta

rangos darbų sutartis dėl dviračių stoginės įrengimo. Kitas nestandartinis statinys – dviračių saugykla – bus įrengta šalia Kęstučio g. 10 esančio daugiabučio namo, kurio gyventojams jau nebereikės savo dviračių nešti į antrame ar trečiame aukštuose esančius būstus. Ši saugykla bus įrengta iki š. m. lapkričio mėn. pabaigos. Projekto „Darnaus judumo priemonių diegimas Birštono mieste Nr. 04.5.1-TID-R-514-21-0005 bendras biudžetas yra 67 207,26 Eur. Iš jų – 57 126,17 Eur Europos Sąjungos regioninės plėtros fondo lėšos, 10081,09 Eur – Birštono savivaldybės bendrojo finansavimo lėšos.

Kaip gyventi karštomis vasaros dienomis?

(Atkelta iš 4 p.)

Gerkitė širdį stiprinančią gudobelės, jonažolės, sukatzolės, mėtų ar melisos arbatą: po 1/3 stiklinės prieš valgį 3 kartus per dieną.

Atsisakykite alkoholinių kokteilų, kurie atrodo gaivinantys, bet jų poveikis – neigiamas.

Ribokite saldumynus (ypač riebius), stimuliuojančius gėrimus, per dieną derėtų išgerti ne daugiau 2-jų puodelių kavos.

Valgykite daugiau A, C, E vitaminų turinčių morkų, juodųjų serbentų, riešutų.

Patiekalus skaninkite svogūnu, česnaku, – jie mažina kraujospūdį, širdies priepuolių tikimybę.

Fizinis aktyvumas – minimalus

Būtiniausias fizinis darbus derėtų atlikti anksti ryte arba vakare, saulei nusileidus. Karštomis dienomis mankštinkitės minimaliai, nes per kaitrą didesnę krūvį patiria širdis ir kraujagyslės. Akty-

vesnei veiklai tinkamas laikas – rytas ar vakaras (kai oro temperatūra 20–25 laipsnių). Kuo dažniau išsimaudykite upėje, ežere, jūroje ar vėsiaje baseine.

Jeį organizmas reikalauja judesio, rinkitės lėtą pasivaikščiojimą, jogą, kvėpavimo, tempimo pratimus.

Su treniruokliais derėtų dirbti saikingai (ne visa jėga), kuo dažniau atsigeriant vandens.

Vaistai jūsų vaistinėlėje

...Be abejo, jūsų nuolat vartojami vaistai – nuo širdies, kraujospūdžio. Medikamentai, normalizuojantys kraujospūdį dažniausiai prailginto veikimo, todėl geriama viena kartą per dieną. Širdies stiprinimui 4 dienas pagerkite gudobelės ekstrakto. Vaistų dozes reikėtų koreguoti atsižvelgiant į konkretų kraujospūdį, pulsą.

Dėl kiekvieno individualaus atvejo tarkitės su šeimos gydytoju ar kardiologu.

Namuose ar kelionėje turėkite kalio, magnio, kalcio preparatų. Bū-

tina juos vartoti daug judant, prakitaujant, kai jaučiate, kad netenkate daug skysčių.

Patarimai karštymečiu:

• Nebūkite saulėje, nedirbkite ilgai susilenkę: į smegenis pritekėjus daugiau kraujo gali padidėti kraujospūdis ir įvykti net insultas.

• Vidudienį derėtų daug nevalgyti, sočiau papietaukite 17–18 val.

• Dažniau gaivinkitės vėsiu vandeniu: rankas plaukite braukdami nuo pirštų iki pečių, o kojas – iš apačios aukštyn.

• Veidą dažnai prauskite šaltu vandeniu.

• Nenaudokite kvėpalų, dezodorantų ir kosmetikos, jei juose yra eterinių aliejų.

• Dėvėkite lengvus natūralaus audinio (lino, medvilnės) šviesius drabužius.

• Avėkite patogias natūralios odos (ne sintetinės) atviras basutes.

• Nepamirškite galvos apdangalo!

Vasaros stovykla „Vaikystės kaleidoskopas“

(Atkelta iš 3 p.)

Daivos ir Rima susitiko su 27 stovyklautojais. Stovykla – dovana patiems šauniesiems klasių mokiniams už jų puikų mokymąsi, aktyvią moksleivišką veiklą. Vaikai visus metus sunkiai dirbo, daug laiko dėl pandemijos teko praleisti prie kompiuterių. Trūko gyvo kontakto, nuotykių, išvykų. Pirmoji stovyklos diena – pirmas nuotykis – lobių paieška Birštone. Vaikai daug sužinojo, iš naujo pažvelgė į kai kuriuos objektus, linksmi ir judriai leido laiką. Kai surado lobį, jį draugiškai pasidalino. Didžiausias turtas – puikios dienos akimirkos kartu.

Birželio 17-oji – kelionė po Žvėrinčių su Nemuno kilpų regioninio parko darbuotoja Viktorija. Nauji patyrimai: iš kankorėžių dėliojo žaltį, kūrė laužus, kepė dešreles, zefyrus, o svarbiausia – daug išgirdo apie mišką, jo saugojimą, poilsia vietas, augaliją, mažąją architektūrą, daug išmoko. Keliavo ir Birželio 18-ąją, tik šįkart – net į Trakus, kur galėjo susidraugauti su nuostabomis alpakomis, išgirsti apie jas daugybę neįtikėtinų dalykų. Žinoma, kelionė neprailgo, nes žaidė, juokavo.

Birželio 21 d. stovyklautojai lankėsi Nemajūnuose, kepė bandas ir jas skanavo. Niekada nebūna taip gardu, kaip ragaujant savo paties paruoštą maistą! Žinoma, prieš pietus jie klausėsi bandų kepėjos E. Jakučionienės pasakojimo apie lietuviškas tradicijas, papročius. Pavalgę dar ir Dienos centre paviešėjo, bendravo su direktoriumi G. Pačesa, žaidė. Diena pralėkė nepastebimai greitai.

Birželio 22 d. vyko dailės pleneras. Vaikai tapė, pa-



dedami mokytojos L. Kučiauskienės. Pirmą darbą jie kūrė A3 formato lape. Piešė beržo kamieną, o antrąjį – ant iš medžio išdrožtos plunksnos. Visi labai stengėsi. Kiekvienas gavo dovanų vasarai: piešimo sąsiuvinį, akrilo dažų ir teptukų rinkinį. Baigę darbus vaikai gerėjosi savo pačių paruošta paroda, sočiai papietavo ir atsiveikino su mokytojais.

Stovykla baigėsi, tačiau tikimės, kad stovyklautojų vaikystėje lyg tos spalvotos stiklo detalės kaleidoskope įsirėžė bent kelios akimirkos iš penkių kartu praleistų dienų. Atėjo laikas džiaugtis vasara: atrasti, augti, mėgautis ir laukti rudens, kai vėl susitikime mokykloje. Gražios vasaros, mielieji! Dėkojame Birštono savivaldybei už šios stovyklos finansavimą.

Stovyklos veiklų koordinatorė Asta Ferevičienė



Amžinąjį atilsį...

*Žmogus – tik žemės svečias,
Ir turi jis sugrįžt namo.
Bet kaip sunku išleisti jį į kelią,
Kuriuo negrįžta niekas atgalios...*

Nuoširdžiai užjaučiame AB Birštono sanatorijos „Versmė“ darbuotoją Jolantą BRŪZGIENĘ, mirus mylimam tėveliui.

AB Birštono sanatorijos „Versmė“ darbuotojai

Tapyba į Rūtos Bielevičienės gyvenimą atėjo netikėtai

(Atkelta iš 3 p.)

atsidėti tam, dėl ko džiaugiasi širdis.

Pasakodama apie tokį netikėtą sau ir kitiems gyvenimo posūkį, R. Bielevičienė akcentavo, jog niekuomet nėra bandžiusi tapyti, nors paslapčia kirbėjo tokia mintis. Dailės gimnazijoje besimokiusi dukra Jonė buvo pirmoji, kuri padėjo prieš mamą baltą popieriaus lapą, dažų ir paragino piešti. Po atsikalbinėjimų pabandė ir... patiko. Parašė pareiškimą tapti Dizaino asociacijos nare, tačiau, užuot su kitomis narėmis gaminius rankdarbius, ji piešė akvarele. Parodžiusi savo darbus moterims, Rūta sulaukė palankių atsiliepimų, o vadovė V. Krasauskienė paskatino surengti parodą.

„Nesitikėjau, kad į parodą susirinks tiek daug žmonių, jų reakcija mane padrašino. Įgavusi pasitikėjimo ateityje tikiuosi sukurti ir savo darbų internetinį puslapį,“ – pasakojo parodos autorė.

Įdomiausia, kad Rūta nesimokė akademinio piešimo, kompozicijos ar tapybos pagrindų. Ji nenori prisirišti prie to, kas privalo, ir savarankiškai, per interpretacijas, ieško savo kelio. Piešdama paukščius (parodoje yra gervėms skirtas ciklas), jų anatomijos, judesio plastikos mokosi nagrinėdama jų atvaizdus atvirukuose ir nuotraukose, stebėdama Prienų miesto tvenkiniuose bei Nemune gyvenančių ančių elgesį. Prieš liedama peizažus, piešdama itin mėgiamas gamtos abstrakcijas, akvarelinės grafikos darbus. Rūta į namus parsineša smilgų, kitų žolynų ir atidžiai juos išstudijuoja. Piešia vaisių natūrmortus. Nereitai atranda įdomių piešimo technikos pamokėlių Youtube, viena jų – akvarelės liejimas, pučiant dažus. R. Bielevičienė domisi žino-

mų dailininkų kūryba, jai patinka kiniečių ir japonų dailė, šių šalių kultūros motyvų yra ir Rūtos piešiniuose.

„Neskaičiuoju nutapytų paveikslų, jiems skirto laiko, turio idėti daug ir darbo, kad baltas lapas prisipildytų gyvybės. Esu dailininkė mėgėja ir labiausiai džiaugiuosi kūrybine energija, tuo, kad galiu leisti pasireikšti savo fantazijai. Tikrai negalvojau, kad taip pamilsiu piešimą,“ – teigia Rūta Bielevičienė, savo piešiniais pasidalinanti ir su kolegomis bei mokiniais.

Tikslųjų mokslų mokytoja tvirtina, kad matematikos reikšmė mene yra labai svarbi, skaičių pagalba netgi galima piešti, taip pat įmanoma matematiškai aprašyti ornamentus.

Taip susiklostė, kad jaunystėje Rūta pasirinko studijuoti matematiką, bet, ko gero, jai būtų neblogai sekėsi ir meno srityje. Juolab kad jos pusseserė Relita Mielė yra dailininkė, dirbanti su odos meno technomis (jos ir kitų neformalios Kauno menininkų grupės *Derms* dailininkų kūrybiniai darbai šiuo metu eksponuojami Birštono kurhauze, tarptautinėje parodoje „Baltų ženklai šiuolaikinėje odos dailėje“). O Rūtos teta Aldona Mazuolienė yra liaudies menininkė ir ryški asmenybė. Jos abi padrašino Rūtą siekti užsibrėžto tikslo, davė patarimų rengiant parodą. Rūtai taip pat buvo svarbu išgirsti ir kolegų nuomonę, ji pasidžiaugė ir monsinoro dekaną Jono Dalinevičiaus teigiamu požiūriu į kuriančius žmones, jo dėka pirmoji R. Bielevičienės paroda eksponuota būtent Carito bendruomenės namuose.

Dalė Lazauskienė

IVAIRŪS

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. grąžinkite iki 110 Eur. Teirautis tel. 8 601 50 935, Ričiardas.

Projektas „Literatūriniai vakarai po žvaigždėtų vasaros dangum“

Birželio 30 d. (trečiadienį) 19 val.
Birštono kurhauze (B. Sruogos g. 2)

PRISIMENANT PUBLICISTO IR POETO
VLADISLAVO SIROKOMLĖS SAŠAJAS SU BIRŠTONU

Dalyvaus:

literatūrologė, VU Polonistikos centro docentė dr. Irena Fedorovič, V. Sirokomlės muziejaus muziejininkas dr. Jufez Šostakovskis, aktorius Andrius Bialobžeskis, fleitininkė Augustė Janatjeva.

Projekta įgyvendina: Birštono verslo mokykla

Finansuoja: LIETUVOS KULTŪROS TARYBA

Partneriai: Gyvenimas

Renginys bus fotografuojamas ir viešinamas

SVARBU! Lankytojai, turintys ūmių viršutinių kvėpavimo takų ligų požymių, į renginį neįleidžiami. Dalyviams būtina dėvėti apsaugines (medicines) veido kaukes, laikytis saugaus atstumo. Atėjus į renginį bus privaloma užsiregistruoti – užpildyti COVID-19 anketą. Atsiprašome už nepatogumus.

Asmenybių šviesa

Istoriko T. Narbuto tekstas apie Birštoną pirmą kartą nuskambėjo lietuviškai

Birželio 17 d., įgyvendindami projektą „Literatūriniai vakarai po žvaigždėtu vasaros dangum“, finansuojamą Lietuvos kultūros tarybos ir Birštono savivaldybės, kvietėme pažinti Birštoną Teodoro NARBUTO raštuose. Renginį moderavo ir pranešimą apie istoriką Teodorą Narbutą skaitė hum. m. dr. Reda Griškaitė, tekstus, kurių vienas, istorinis Birštono aprašymas, lietuvių kalba nuskambėjo pirmą kartą, skaitė aktorius Rimantas Bagdzevičius, muzika svaigino fortepijoninis trio „AMICI“.

Kaip visuomet hum. m. dr. Redos Griškaitės širdimi išieškoti žodžiai ir faktai apie Teodorą Narbutą – jaudino ir kvietė didžiulius savo istorine praeitimi. Viešnia džiaugėsi, kad pagaliau ir pirmasis lietuvis, istorikas Teodoras Narbutas, rašęs XIX a. pradžioje, ypač savitoje kul-

tūrinėje aplinkoje – Rusijos imperijoje, rado vietą Birštono istorijoje. Pirmoje renginio dalyje ji supažindino su Teodoro Narbuto asmenybe. Jis XVIII a. pabaigoje, būdamas vos 15 m., studijavo karinę architektūrą. Šios studijos ugdė meilę ir atsidaivimą savo kraštui, kuri sklei-

dėsi net ir jo Šiaurių dvare. Ten jis garsėjo kaip modernus dvarininkas, o, anot R. Griškaitės, tai buvo ir intelektualinė sala, kurioje buvo kaupiamos lietuviškos senienos (dailės kūriniai, archeologiniai radiniai, numizmatika ir kt.) bei turtinga biblioteka. Istorinei, literatūrinei veiklai T. Narbutas atsidėjo apkurtes ir dėl to metęs inžinieriaus darbą, kuriame buvo užsitarnavęs kapitono vardą ir gavęs ne vieną apdovanojimą. Nors tuomet jam buvo tik 28 m., tačiau jau buvo sukaupęs pakankamai šaltinių ir galėjo ryžtis rekonstruoti seniausią mūsų tautos istoriją. Juolab kad net ir spaudoje

sklandė idėja, kad jau laikas Lietuvos istoriją parašyti tikram lietuviui, nes kitataučių ji buvo iškraipoma dėl nuostatų apie pagonybę ir vienas kito kartojimo. Manyta, kad tik tikras lietuvis turi galimybę objektyviai pavaizduoti praeitį. 1835-1841 m. Vilniuje vienas po kito pasirodė 9 lietuvių istorijos tomai – „Lietuvių tautos istorija“. Iki šiol tai didžiausias lietuvių istorijos veikalas.

Antroje vakaro dalyje aktorius Rimantas Bagdzevičius įtraukiančiai perskaitė 1862 m. paskelbtą Teodoro Narbuto tekstą „Birštonas. Istorinis aprašymas“. Jį šiomet, 2021 m., pirmą kartą lietuvių kalba išvertė hum. m. dr. R. Griškaitė. To meto garsios asmenybės, T. Narbuto, dėmesys Birštonui – neatsitiktinis. Jo 1862 m. paskelbtą straipsnį inspiravo mūsų mylimo gydytojo, literato Stanislovo Moravskio kūrinys „Nuo Merkinės iki Kauno“. Kita vertus, kaip pastebėjo dr. R. Griškaitė, T. Narbutui imponavo Nemunas. Prie šios upės prabėgo trys gražiausi darbiniai jo gyvenimo metai. Prie jos darė istorijos ir etnografijos tyrimus, kurių metu 1805 m. rastas stambeldiškas žaibo ir griustinio deivės Perkūnaitės atvaizdas, aplankė amžinybės ir pomirtinio gyvenimo deivės Velionos šventyklos vietą ir kt. Būtent dėl to T. Narbutas manė, kad be Nemuno



tyrinėjimų neįmanoma atkurti senojo lietuvių tikėjimo. Jis jautė, kad šioje upėje yra užkonservuota mūsų tautos praeitis. „Pasakykite, iš kur kilęs vardas Nemunas ir aš apsakysiu, iš kur esame mes, lietuviai“, – sakė jis.

T. Narbuto tekstą „Birštonas. Istorinis aprašymas“ bei hum. m. dr. R. Griškaitės pranešimą galėsite rasti Birštono viešosios bibliotekos internetiniame puslapyje, kraštotyros grafoje.

Didžiuojamės, kad pagaliau, po 159 m. nuo T. Narbuto rašinio „Birštonas. Istorinis aprašymas“ paskelbimo, minint kurorto veiklos 175 metų sukaktį, jis buvo išverstas lietuvių kalba. Pagaliau galime savo istorijos aruodą papildyti dar vienos unikalios asmenybės, istoriko žvilgsniu pamačiusios ir įamžinusios Birštoną, tekstu. Juk visi mes gyvename praeities glėbyje. Ir tik ją pažinę, galime jaustis saugiai.



PVM lengvatos panaikinimas siuntoms iš trečiųjų šalių. Ką svarbu žinoti?

Nuo liepos 1 d. visoje Europos Sąjungoje (ES) įsigalios naujos siuntimo iš trečiųjų šalių taisyklės – nuo šios datos pridėtinės vertės mokesčių (PVM) bus apmokestintos visos į ES atvykstančios siuntos, įskaitant ir mažos vertės (iki 22 eurų), kurioms šiuo metu taikoma importo lengvata.

Lietuvos paštas primena, kaip veiks nauja tvarka, kokie bus taikomi mokesčiai bei kitą svarbią informaciją, kuri aktuali laukiant siuntų iš ne ES šalių, pvz. Kinijos, Jungtinės Karalystės, Šveicarijos, JAV ir kt. Bendrovė atkreipia dėmesį, kad net ir prekėms iš el. parduotuvių už ES ribų, užsakytoms dar iki liepos mėn., nauja apmokestinimo ir deklaravimo tvarka bus taikoma, jei jos pasiekia Lietuvos pašta po liepos 1 d.

Remiantis Lietuvos pašto duomenimis, smulkios siuntos iš trečiųjų šalių sudaro daugiau nei 70 proc. visų į Lietuvą atkeliaujančių siuntų, todėl pirmaisiais mėnesiais, kai įsigalios pokyčiai, gali kilti iššūkių. „Intensyviai ruošiamės artėjantiems pokyčiams – procesus adaptuojame taip, kad atsirandantys papildomi žingsniai būtų kuo sklandesni ir siuntas galėtume kuo greičiau pristatyti gavėjams. Nepaisant to, svarbu pabrėžti, kad dėl atsirandančių išmuitinimo procedūrų, siuntos ne tik brangs, bet ir kelias ilgiau“, – sako Lietuvos pašto Rinkodaros ir pardavimų vadovas Norbertas Žioba.

Anot jo, atsiradęs reikalavimas deklaruoti siuntą daliai gavėjų, ypač pradžioje, gali būti sudėtingas. Visgi tikėtina, kad ilgainiui daugelis el. parduotuvių suteiks galimybę importo mokesčius apmokėti dar prekės įsigijimo metu – tuomet išmuitinimo procesas bus daug paprastesnis.

N. Žioba atkreipia dėmesį, kad Lietuvos paštas, atsižvelgdamas į tai, kad naujasis reikalavimas deklaruoti smulkias siuntas paveiks platų klientų ratą, priėmė sprendimą nuo liepos 1 d. smulkios siuntoms taikyti beveik 3 kartus mažesnę nei šiuo metu taikomą tarpininkavimo mokesčių. Tačiau ir toms

siuntoms, kurios bus deklaruojamos ir apmokamos ne per Lietuvos pašta, taip pat bus taikomas siuntos administravimo mokestis. Jis skirtas padengti dėl naujų deklaravimo procesų atsiradusias siuntos saugojimo, apdorojimo ir informacijos perdavimo muitinei sąnaudas.

Ką svarbu žinoti apie artėjančius pokyčius nuo liepos 1 d., jeigu siunta kelias per Lietuvos pašta?

- **Mažos vertės siuntos (iki 22 eurų) bus apmokestinamos pagal jų atvykimo į Lietuvos pašta datą, nepriklausomai nuo to, kada atliktas prekės užsakymas.** Tai reiškia, jeigu prekė užsisakyta gegužės ar birželio mėn., bet į Lietuvą ji atvyks liepos 1 d. ir vėliau, siunta bus deklaruojama ir apmokestinama. Siuntoms, kurių vertė didesnė nei 22 eurai, deklaravimo ir apmokestinimo tvarka nesikeis.

- **Apie siuntos kelionę gavėjas bus informuojamas.** Siuntą užsakis liepos 1 d. ir vėliau, gavėjas bus informuojamas apie į Lietuvą atkeliaujančią siuntą iš trečiosios šalies bei jos tolimesnius pristatymo žingsnius. Pranešimai, priklausomai nuo turimų kontaktinių gavėjo duomenų, bus siunčiami SMS žinute, el. paštu arba neregistruotu laišku. Atsižvelgiant į tai, rekomenduojama visada nurodyti mobiliojo



telefono numerį bei el. pašta (būtinai atkreipti dėmesį, ar duomenys pateikiami tam skirtame laukelyje) – taip informavimas bus sklandesnis, nuo to, kaip greitai gavėjas sureaguos į pranešimą, priklausys ir kaip greitai bus išmuitinta siunta.

- **Gavėjas turės pasirinkti deklaravimo ir apmokestinimo būdą.** Galimi trys būdai:

- 1) per Lietuvos pašta. Tokiu atveju visomis deklaravimo procedūromis rūpinsis Lietuvos paštas, per jį bus apmokami ir mokesčiai. Gavus pranešimą apie atvykstančią siuntą, Lietuvos pašto puslapyje gavėjui reikės pasirinkti, kad naudosis Lietuvos pašto, kaip tarpininko, paslaugomis ir pateikti išankstinę deklaracijai reikalingą informaciją;

- 2) savarankiškai (per LR muitinės kuriamą platformą) arba per kitą tarpininką (ne Lietuvos pašta), atitinkamai sumokami ir mokesčiai. Tokiu atveju deklaravimo procedūromis gavėjas rūpinsis pats arba tai darys pasirinktas tarpininkas. Pasirinkus šį būdą, gavus informacinį pranešimą iš Lietuvos pašto, reikės atsisakyti jo tarpininkavimo

paslaugų (atkreipiamas dėmesys – tokiu atveju Lietuvos paštas taikys siuntos administravimo mokestį). Šį pasirinkimą bus galima padaryti tik, kol siunta dar kelias į Lietuvą.

- 3) prekės pirkimo metu. Šio būdo pats gavėjas pasirinkti negalės – jis įmanomas tik tokiu atveju, jeigu el. parduotuvė turės tokią funkciją. Tuomet importo mokesčius bus galima sumokėti prekės įsigijimo metu. Siuntai dar keliaujant į Lietuvą, jai bus ruošiamas išankstinė deklaracija – tai darys Lietuvos paštas.

Svarbu: galimybė siuntas deklaruoti savarankiškai atsiras tik įsigaliojus pokyčiams, t. y., po liepos 1 d.

- **Į pranešimus reaguoti kaip įmanoma greičiau.** Nors siunta logistikos centre bus saugoma 14 dienų, gavėjai skatinami į pranešimus reaguoti ir atlikti deklaravimui reikalingus veiksmus neatidėliojant – taip siuntos išmuitinimo ir pristatymo procesas bus greitesnis. Jeigu per numatytą siuntos saugojimo laikotarpį gavėjas neatliks reikalingų deklaravimo ir mokesčių apmokėjimo veiksmų, siunta bus grąžinta siuntėjui.

- **Visos siuntos iš ne ES šalių bus apmokestintos.** Galutinė siuntos kaina susidės iš kelių dalių ir priklausys nuo siuntos vertės bei pasirinkto deklaravimo būdo.

- 1) Importo mokesčiai:

- importo PVM bus taikomas visoms prekėms (21 proc. nuo siuntos ir jos siuntimo išlaidų vertės);

- kai prekės vertė viršys 150 eurų, papildomai bus taikomas muito mokestis (tai yra procentinė dalis, skaičiuojama nuo prekės vertės; muito dydis priklauso nuo prekės pobūdžio ir klasifikavimo).

- 2) Papildomi mokesčiai:

- tarpininkavimo mokestis (mokamas Lietuvos paštui arba kitam pasirinktam tarpininkui. Kiekvienas tarpininkas taiko savo nustatytą įkainį);

- siuntos administravimo mokestis (mokamas Lietuvos paštui, jei deklaruojama savarankiškai arba per kitą tarpininką).

Lietuvos paštas nuo liepos 1 d. taikys atnaujintus tarpininkavimo įkainius (šiuo metu visoms siuntoms, kurių vertė viršija 22 eurus, taikomas 8,69 eurų mokestis). Mažos vertės siuntoms, kai jų vertė neviršys 150 eurų, bus taikomas 3 eurų tarpininkavimo mokestis.

Siuntoms, kurios bus deklaruojamos ne per Lietuvos pašta, taip pat bus taikomas siuntos administravimo mokestis. Jis skirtas padengti siuntos saugojimo, apdorojimo ir informacijos perdavimo muitinei sąnaudas:

- kai deklaruojama savarankiškai ar per kitą tarpininką – 2 eurai;

- kai importo mokesčiai apmokami prekės įsigijimo metu – 1 euras (šis mokestis nebus taikomas iki spalio 1 d.).

Svarbu: Lietuvos pašto mokesčiai turės būti apmokami per Lietuvos pašto savitarą – tik apmokėjus siunta bus perduota pristatymui.

Daugiau aktualios informacijos galima rasti specialiaame Lietuvos pašto puslapyje.

Reklama ■ Reklama

ĮVAIRŪS

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

SIŪLO DARBĄ

Reikalingi staliai ir plataus profilio statybininkai. Tel. 8 699 97 333.

UAB „Požeminių linijų statyba“, esanti Garliavoje, ieško darbuotojų:

vamzdynų klojėjų, atlyginimas, atskaičius mokesčius, nuo 1000 EUR, ekskavatorininkų vamzdynų klojėjų, atlyginimas, atskaičius mokesčius, nuo 1400 EUR, vairuotojų vamzdynų klojėjų, atlyginimas, atskaičius mokesčius, nuo 1200 EUR. Visos socialinės garantijos, darbo rūbai, brigados automobilis. Atlyginimas mokamas kartą per mėnesį visada laiku.

Skambinti tel.: 8 698 36 581, (8 37) 55 2614.

Medžio apdirbimo įmonė, gaminanti medinius vasarnamius ir baldus, ieško:

konstruktorius – projektuotojo ruošti brėžinius medinių namelių gamybai, **baldžiaus** – staliaus kietųjų baldų gamybai ir **staliaus** – staklininko medinių namelių gamybai.

Gamykla – Ilgakimio k., Kauno r. Atlyginimas pagal susitarimą. Susisiekti tel. +370 698 35 856 arba dėl baldžiaus pareigų +370 687 81516. Gyvenimo aprašymą (CV) siųsti: info@madisonomedis.lt

PASLAUGOS

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

Šlifuojame, dedame ir lakuojame parketą, dengiame stogus, skardiname, lankstome, šiltiname ir dažome namų fasadus. Kasame pamatus, mūrijame, tinkuojame, betonuojame, montuojame tvorą, 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.

SIENŲ ŠILTINIMAS
į oro tarpus
Tel. 8 696 42 020

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

DURYS – PER 3 DIENAS!

GAMINU DURIS – ypatingai šiltas, saugias nuosaviems namams, ūkiniams pastatams ir rūsiams. Dirbam ir karantino metu. Tel.: 8 653 93 193.

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

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.

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

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

Dažome medinius, tinkuotus namų fasadus ir jų stogus. Tel. 8 621 999 58.

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.

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

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

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

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

Alytaus Naujienos

Santaka

Suvaikietis

PERKA

Nekilnojamas turtas

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

PERKA MIŠKUS

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

Perkame sodybą.
Tel. 8 684 44 444.

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.

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

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.

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.

Nekilnojamas turtas

Parduoda sodybą ant Verknės upės kranto Stakliškių seniūnijoje. Sodyba – tvarkinga, yra 11 ha žemės. Tel. 8 698 35 304.

Įvairios prekės

Parduoda kiaulių skerdieną puselėmis: lietuviška sivilinta – 3 Eur/kg. Subproduktai – 12 Eur. Atveža. Tel. 8 607 12 690.

Parduoda batutą. Tel. 8 698 30 928.

Parduodu garstyčių ir aliejinio ridiko sėklas, tinkančias posėlio ir tarpinių pasėlių sėjai. Tel. 8 610 45 317.

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 sėjamašias, 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

Nekilnojamas turtas

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

Pirksiu sodybą, žemės sklypą gražioje vietoje prie upės, ežero, miško. Tel. 8 604 73 616.

Perkam namą arba sodybą Prienų, Birštono, Jiezno sav., iki 25 tūkst. Eur. Tel. 8 602 37 583.

Gyvuliai, gyvūnai

Įmonė brangiai perka galvijus, atsiskaito iš karto. Išsivežame.

Tel.: 8 686 54 826, 8 684 40 534

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

Galvijų supirkėja V. Astrauskienė su perka karves, bulius, telyčias Krekenavos agrofirmos kainomis. Sveria ir atsiskaito vietoje, moka visus priedus.

Tel.: 8 685 86 131, 8 698 28 063.

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



PERKA GALVIJUS

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

Tel.: (8-614)93124



BRANGIAI PERKA GALVIJUS
8 620 33544
Moka iš karto!



KARVES, BULIUS, TELYČIAS
Tel.: 8 620 25 152,
8 800 08 801

ATSISKAITOME IŠ KARTO!
Pagal skerdeną ir gyvą svorį. Brangiai mėsinius.

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

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.

UAB Rividė parduoda ir pristato:

- Medžio briketai (mišrūs, buko, beržo, ažuolo),
 - Sertifikuotas medžio granules,
 - Akmens anglį (palaida arba fasuota 25 kg);
 - Granulinę akmens anglį (po 1t, po 25kg);
 - Baltarusiškus durpių briketus didmaišiuose arba maišiuose po 25 kg.
- Tel. 8 652 71 212

VIŠTOS, VIŠČIUKAI!

Birželio 28 d. (pirmadienį) ir birželio 30 d. (trečiadienį) bus parduodami „Vilniaus paukštyne“ išperinti greitai augantys vakcinuoti viena-dieniai mėsiniai viščiukai (ROSS-308, KOB-500). Prekiausime vakcinuotomis 2 - 3 - 4 - 5 - 6 mėn. olandų veislės rudomis, juodomis, raibomis, baltomis vištaitėmis, BIG-6 rūšiutais mėsiniais kalakutais. Kombinuotaisiais lesalais. Priimami užsakymai paaugintiems 2 - 3 - 4 - 5 savaičių mėsiniams 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.

Viščiukai ir vištaitės

Birželio 29 d. (antradienį) prekiausime AB „Vilniaus paukštynas“ išperintais greitai augančiais mėsiniais „COOB – 500“, „ROSS – 308“ veislės vakcinuotais vienadieniais viščiukais ir paaugintais 2, 3, 4 savaičių (pagal užsakymą); mėsiniais ančiukais, žasiukais, mėsiniais kalakučiukais BIG-6 (tik užsakius); 3 - 4 - 5 - 6 mėnesių rudomis, raibomis, baltomis, juodomis vakcinuotomis dedeklėmis vištaitėmis, rūšiutais 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.

Nemumnelis



Palma PUGAČIAUSKAITĖ

Drugelis blaškėsi
Šviesoj akis
Užmerkęs
Atsitrenkė
Į sieną
Kodėl
Negelbėjai tu jo?
Sparnai nusvilo
Skristi nemėgino
Lemtis jam
Baudą skyrė
Už kelintą kartą –
Bijai
Drugelio ir vorų, ir erkių?
Tu nemyli jų?
Už kelintą kartą –
Naktimis
Kai lyja
Šv. Jono lietūs
Vestuves vėl
Žiurkės kelia
Be jaunikių
Už kelintą kartą –
Išsigandai?
Girdi
Kaip spąstai
Groja
Šešėliai
Dingsta –
– Gal sugrįš – į kelintą kartą –
...Drugeliai laisvėje
Blaškosi į ugnį
Vorai nemyli erkių
Žiurkės nuo sotumo
mirė
Ir šunys lodami
Nekanda
– Kai išeini į tamsą
Rasotos žemuogės
Lūpas vėl bučiuoja
Trumpiausią naktį
Baimės nugalėjus.

...Kuomet praeiks
Nuteis pasmerks
Neklausę nuodėmių
Į langą nepabėgs
Ilgai klūpėti teks
Negavus išrišimo
ajajai
...pamiršusi žodžius
Ir veidus
Į tylą išėjai –
Atstumo neišlaikiusi
Du metrus
Su pusantrų sumaišėi
Ir šiukšlių neišrūšiavai
Per kelią
Ne perėjoje
Vėl praėjai
ajajai
Kaip banalu
Pasaulis neįdomus
Gal save
Jame tu užmiršai
Dar skiepo negavai?
Ajajai... –
Juk beržas
Sužydėjo
Alergiją
Nugalėjai
Pušis
Išimylėjusi
Jūroj
Gyvenai –
Tai viskas
Žalia?
Čakras
Dar skiri?
Ir įdomu
Gyventi...



...Žodžiais be pieštuko
Rašyti vėl pradėjai
Suprastų kad visi
Raides ir sakinius
Lyg valgydami
Lašinius...
Gegužės laukdama
Nekaltinki pavasari
Šiaurinio vėjo
Pribėrusio į plaukus
Minčių
Lyg utėlių
...sakei sukursi laužą
Iš eilučių
Iš raštų tomų
Dulkių praeities –
Ir meilės karantinas
Tešinio nebeturės

Šiltas lietus skalau
Vėl garbanotus plaukus
Nuo bučinio skonio
Laužas tik prigęs
Matytum
Kad akis –
Ir vandeny
Paskendusią save –
Lyg vakar –
Tryliką gegužės
Kūrpaitę pametusi
Šokyje prie ugnies
Ieškosi?
Atspindžio akių?
Savęs dugne
Ar klumpės
Prie ežero Pagalvės
Rūkas
Kai iškris?..

„Rašytojo vienintelis užmokestis – tai amžinybė“

Tai – Vytauto Mačernio žodžiai iš rašytojos Aldonos Ruseckaitės knygos „Dūžtančios formos“. Kai nuo kaitros alpo žolynai ir gėlynai, susirinkome į estradą prie Nemuno pasiklausyti poetės, rašytojos, muziejininkės, ilgametės Maironio literatūros muziejaus direktorės Aldonos Ruseckaitės pasakojimo apie Vytauto MAČERNIO kūrybą ir sudužusį gyvenimą.

„Pati savęs klausiu, kodėl parašiau šią knygą? Kodėl parašiau, kai apie jauniausią literatūros klasiką Vytautą Mačernį (1921-1944) tiek prirašyta? Atsakymas tėra vienas – aš norėjau parašyti ŠI TEKSTĄ. Norėjau ir tiek“. Tai žodžiai iš autorės užsklandos knygos paibaigoje. Taigi...

Mes apie porą valandų klausėmės ramaus, išsamaus lektoriaus pasakojimo. Rašytoja moka rinkti faktus (juk tiek metų plušėjo Maironio literatūros muziejuje), rašyti, kalbėti. Išgyvenome Vytauto Mačernio ir jo artimųjų gyvenimus, Vytauto didžiąją meilę. Sužadėtinė Bronė sulaukė per šimto metų ir išsaugojo Vytauto laiškus, rašytus jai. Klausėmės poetės skaitomų Vytauto Mačernio sonetų, vizijų ir kitų eilių.

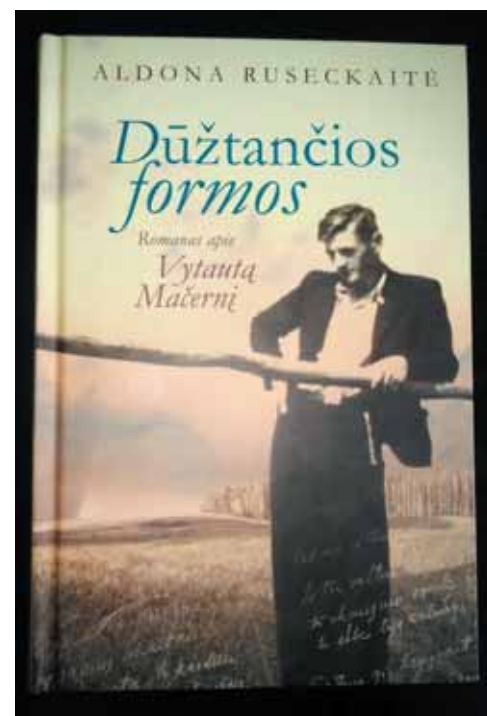
Grojant pušų vargonams, mums dainavo folkloro ansamblio „Gija“ dainininkės ir Aldelė (taip meiliai aš ją vadinu). Jos kartu sudainavo mūsų klasės dainą iš poeto Justino Marcinkevičiaus poemos „Laukinė kriaušė“ apie gerves. Renginyje dalyvavusi Julija Mykolaitienė mus pavaišino savo spaustu sūriu ir pakvietė į būsimą Vinco Mykolaičio - Putino muziejaus 30-metį. Renginyje mūsų buvo per trisdešimt, išsilgusių bendravimo, prasmingo laiko praleidimo kartu.

Klubo „Versmenė“ pirmininkė Leonora Kalantienė padėkojo rašytojai Aldonai Ruseckaitėi įteikdama sveikuolio Stasio Bendinsko pagal senovišką suvalkietišką receptą spaustą saldų sūrį. Grikinę babką iškepė pati Leonora. Tuo ir įdomūs Prienai: vienoj pusėj Nemuno – Suvalkija, kitoj – Dūkija... Dėkojome Vilijai Zablackienei (Naujosios Ūtos laisvalaikio salės organizatorei) už suteiktą pagalbą, užgimė ryšys, ir jau turime bendrų planų ateičiai.

Daug kas išgijo naują rašytojos knygą „Per žarijas“, jau skaito... Juk dažnai einam per žarijas ir gyvenimai dūžta...

Tai štai kaip gražiai paminėjome Vytauto Mačernio 100-metį.

Renginio organizatorė, klubo narė
Gražina Mikušauskaitė



**Kultūra: mummyse
ir šalia mūsų**

Projektą remia

SPAUDOS,
RADIJO IR
TELEVIZIJOS
RĖMIMO
FONDAS



**TIKRAI BRANGIAI PERKAME
MIŠKUS VISOJE LIETUVOJE**
Domina įvairaus brandumo ir sudėties miškai.
Atsiskaitome iš karto.
8-62-62-63-63
Sėkmingai dirbame
nuo 2001 m.

UAB „Girystis“ – tai saugaus sandorio garantas!

**Romutės Šlivinskienės ūkis
nuolat parduoda paršelius.**

Galima pirkti pagal svorį. Turi vežėjų
požymėjimą. Gali pristatyti į vietą.

Tel. 8 682 11 489.



**Ar nepamiršote prenumeratos
ir II šių metų pusmečiui?**

„Gyvenimas“ – laikraštis Jums ir apie Jus!

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/lai kraštisGyvenimas

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 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.

SPAUDOS,
RADIJO IR
TELEVIZIJOS
RĖMIMO
FONDAS



remia rubrikas „Kultūra:
mummyse 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**