

Gyvenimas

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

ISSN 1648-0392



9 771648 039035

Nr. 1 (10449) * 2022 m. sausio 5 d., trečiadienis

Kaina – 0,45 Eur

Laba diena

Šiandien – mėnulio jaunatis.
Saulė teka 8 val. 41 min., leisis 16 val. 7 min. Dienos ilgumas 7 val. 26 min.

Vardadieniai: šiandien – Gaudenta, Gaudentas, Rotautas, Rotautė, Telesforas, Vytautas, Vytautė, Vitoldas, rytoj – Aras, Arūnas, Arūnė, Baltazaras, Gasparas, Kasparas, Melchioras, Merkelis, penktadienį – Jaugėda, Jaugėdas, Jaugėlas, Jaugilas, Jaugilė, Jaugys, Liucidas, Liucijonas, Liucijus, Liucilė, Liucina, Liucius, Lucijus, Šviedrys, Šviesė, Šviesis, Šviesius, Šviesuolė.

Sausio 6 – Trys Karaliai.

Tarybos posėdis

Paskutinis praėjusių metų posėdis – su staigmena valdančiajai koalicijai

Paskutiniame 2021 metų Prienų rajono savivaldybės tarybos posėdyje apsvaistytas 17 klausimų. Dar keturi sprendimų projektai valdančiosios koalicijos siūlymu išbraukti iš darbotvarkės, nes dėl jų Tarybos komitetuose ir iš Vyriausybės atstovo gauta nemažai pastabų. Likusieji sprendimų projektai patvirtinti, tačiau posėdis panėšėjo į diskusijų, klausimų ir atsakymų renginį su pabaigai palikta kalėdine staigmena politikams ir rinkėjams.

Pavaldus Administracijos direktoriui

Taryba patvirtino Prienų rajono savivaldybės administracijos struktūros pakeitimus, pagal juos Savivaldybės gydytojas vėl bus tiesiogiai pavaldus Savivaldybės administracijos direktoriui. Prieš kurį laiką jo pareigybės buvo priskirta Socialinės paramos ir sveikatos skyriui. Tada Savivaldybės administracijoje dirbs du į struktūrinius padalinius neįjaušiantys valstybės tarnautojai: jauni mo reikalų koordinatori (vyriausiasis specialistas) ir Savivaldybės gydytojas (vyriausiasis specialistas).

Tarybos nariui **Audriui Narvydui** šis sprendimas pasirodė nelogiškas. Teisės ir personalo skyriaus vedėja **Vytautė Draugelytė** tai pripažino, tačiau pasiteisino šią sritį reglamentuojančių įstatymų prieštaravimu, jos teigimu, dėl būtinybės juos pataisyti yra kreiptasi ir į Lietuvos savivaldybių asociaciją, ir į ministerijas bei LR Seimą. Atsiliepiant į A. Narvydo perskaitytą pranešimą, buvo atsakyta, kad nors įstatymai ir numato galimybę Savivaldybės gydytojui tapti padalinio vadovu, mažos savivaldybės negali sau leisti finansinės prabangos ir steigti atskirą skyrių. Anot Tarybos narės **Rimos Zablačienės**, gyventojų sveikatinimo klausimus galima spręsti ne steigiant naujus etatus, o stiprinant bendradarbiavimą tarp Savivaldybės gydytojo, Švietimo ir sporto skyriaus, Prienų KKSC ir kitų įstaigų.

Patikslino, kaip renkamos ir kam skiriamos biudžeto lėšos

Taryba patvirtino 2021 m. Prienų rajono savivaldybės strateginio plano ir rajono biudžeto pakeitimus. Keičiantis asignavimams ir programoms įrašyti naujų finansuojamų priemonių, o biudžeto pajamos padidintos 812,1 tūkst. eurų, t. y. lėšomis, gautomis iš ES struktūrinių fondų, tikslinėmis dotacijomis, surinktu Gyventojų pajamų mokesčiu, kitais mokesčiais ir kt. Finansų skyriaus vedėja **Jurgita Čerkauskienė** nuteikė optimistiškai dėl 2021 metų Savivaldybės biudžeto plano įvykdymo. Anot jos, biudžetinėms įstaigoms nukreiptos lėšos leis laiku sumokėti atlyginimus, „Sodros“ ir komunalinius mokesčius, o jeigu įstaigos turės sutauptų lėšų, galės ir paskatinti savo darbuotojus.

Pasinaudodamas proga Tarybos narys **Arūnas Vaidogas** skyriaus vedėjos teiravosi, ar papildomai lėšų buvo skirta ir nuo aferistų nukentėjusiam Prienų KKSC, ir Savivaldybės administracijai, kad būtų išmokėta teismo priteista maždaug 9 tūkst. eurų suma atlyginti bendrovei „Daukšiagirio sodai“ už valstybinėje žemėje, tiesiant kelią, iškiristas oboelis. J. Čerkauskienės teigimu, pradedamus Prienų KKSC kompensuos iš uždirbtų specialiųjų lėšų. Ji patikslino, kad dalis priteistų lėšų jau sumokėta, tačiau Savivaldybės teisininkai svarsto galimybę apskusti šią teismo nutartį. Tam skatino ir Tarybos

(Nukelta į 3 p.)

Niūrusis metų slenkstis
2 p.

Keičiasi Kelių eismo taisyklės
2-6 p.

Ar žalinamosiose pievose pamatysime karvę?
3 p.

Dovana sau – gražūs, sveiki plaukai
Namu ūkis
4 p.
5 p.

Gyventojų senėjimas – ne tik Lietuvos, bet ir Europos ypatybė
6 p.

Šiuolaikiškos profesijos atstovams Černevičiams gyvenimas vienkiemyje – ne trūkumas

Kol vieni iš regionų ieškoti galimybių traukia į didmiestį, kiti jas suradę vėl grįžta į gimtąjį kraštą. **Karolina ir Saulius ČERNEVIČIAI** yra profesionalūs fotografai, o vienas dažniausiai jų fotografuojamų objektų – tai juvelyriniai dirbiniai. Iš pirmo žvilgsnio atrodo, kad tokios profesijos atstovai niekaip negalėtų rasti savo vietos vienkiemyje, bet rado... ir tėvų žemėje susikūrė savo ramybės oazę.

Prienų rajone – savitas pasaulis

„Kaune liko mūsų aktyvios veiklos: ten įsikūrusi mūsų fotostudija, dukros mokykla, tapybos studija ir
(Nukelta į 8 p.)



Juozo Lukšos jubiliejinus metus palydinti

Praėjusiais 2021 metais, dabartinei Seimo pirmininkės pavaduotojai **Radvilei Morkūnaitei-Mikulėnienei** inicijavus ir Lietuvos Respublikos Seimui priėmus nutarimą paminėti Lietuvos Laisvės kovotojo karžygio – Lietuvos Laisvės Kovos Sąjūdžio atstovo užsieniui majoro **Juozo LUKŠOS 100-ąsias gimimo ir 70-ąsias žūties metines**, per visus metus buvo gausu renginių: dokumentinių filmų peržiūrų, istorinių leidinių sutiktuvių, parodų, žygių, susitikimų, konferencijų, supažindinusių su šio jauno talentingo Lietuvos inteligento gyvenimu ir Laisvės kova, įmynusia vieną žymiausių brydžių Lietuvos ginkluotosios rezistencijos istorijoje.

Prie Juozo Lukšos rezistencinės veiklos garsinimo keliais renginiais prisidėjo ir VŠĮ „Lukšų vyrai“, iš kurių išpūdingiausias vasarą surengtas keturračių žygis per Lietuvą ir Lenkiją. Iš Lukšų sodybos Juodbūdyje išvažiavę žygeiviai pakartojo Juozo Lukšos ir jo ginklo brolių 1947 metų kelionės atkarpą „per geležinę uždangą“ iš tuomet sovietų okupuotos Lietuvos.

Gruodžio 31 dieną besibaigian-



čius 2021-uosius ir Juozo Lukšos minėjimo metus palydėti prasmingai vėlgi kitaip sumanė VŠĮ „Lukšų vyrai“ ikūrėjas **Gintautas Mauricas**. Organizacijos narius, Lietuvos pasipriešinimo istorijai neabejingus tautiečius jis pakvietė susirinkti Juozo Lukšos žūties vietoje prie paminklo Pabartupyje, prisiminti ir pagerbti Laisvės kovotojus: Juozą Lukšą, jo brolius, tėvus bei bendražygius, ir jų atminimui skirti nesudėtingą aštuonių kilometrų žygį.

Gintautas Mauricas džiaugiasi, kad paskutinę metų dieną susibūrė ištvėrimingų ir dvasiškai stiprių bendraminčių, nepabūgusių staiga pabjurusio oro, nemenkas būrys ir į žygį atvyko net su vaikais, o kai kurie –

ir su keturkojais augintiniais. Pasveikinti žygeivių, pasidalinti svarbiausiais Lukšų šeimos istorijos ir veiklos epizodais, jaukiai pasibūti prie laužo, skambant partizanų dainoms, atvyko ir Juozo Lukšos brolio, Tauro apygardos Laisvės kovotojo, Lietuvos politinių kalinių ir tremtinių sąjungos garbės pirmininko, kapitono Antano Lukšos duktė **Dalia** su vaikaite **Kotryna** ir sūnus **Kęstutis**. Jie du, skatindami domėtis ir puoselėti tautos istoriją – neatsiejama turimos Lietuvos laisvės dalį – priminė ir tai, kad ši „Lukšų vyrų“ parinkta susibūrimui paskutinioji metų diena – simbolinė ir galbūt taps tradicine besidomintiems pasipriešinimo istorija. Juk Juozas Lukša su jauniausiu broliu Stasiu būtent paskutinį 1945 metų gruodžio vakarą įmynė pirmuosius partizaniškus žingsnius. Šį liudijimą Laisvės kovotojas paliko savo knygoje „Partizanai“, parašytoje Juozo Daumanto slapyvardžiu 1948 metais Paryžiuje. „< Naujiems metams (1946) su broliu Stepu (Stasiu Lukša, g. 1926 m.) nuvykome į sutartą su Kardu vienkiemį ir nekantraudami laukėme pasirodant atyktančių partizanų. Nepraslinkus nė pusvalandžiui po sutemų, siauruose
(Nukelta į 7 p.)

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

Būkite su
„Gyvenimu“
ir 2022-aisiais!

GRUODŽIO 31 D.
ŽYGIS
JUOZO METUS
PALYDINT
UNIOA
RUC

Nuomonė

Rytas STASELIS

Niūrusis metų slenkstis



Tai, kaip Rusijos prezidentas Vladimiras Putinas šokinėja prieš Vakarų valstybes, labai primena 1938-uosius, kada nacių valdoma Vokietija pirmiausiai užėmė ir aneksavo Austriją, o vėliau ėmėsi Čekoslovakijos.

Anais laikais, kaip ir Rusija po „šaltojo karo“, Vokietija jautėsi pažeminta ir I Pasaulinio karo nugalėtojų nuskriausta. Viena svarbesnių, ligi sukelianti II Pasaulinį karą nacių lyderio Adolfo Hitlerio dėmesio kryptį, buvo po įvairias šalis, susikūrusias po I Pasaulinio karo, „išsi-barstę“ vokiečių kilmės žmonės – Austrijoje, Čekoslovakijoje, Lenkijoje. Nekalbant apie Elzasą ir Lotaringiją Prancūzijoje.

Skaitant 1938-ųjų istorines kronikas, stačiai negali susiturti neprisiminęs pačios XXI amžiuje p. Putino ir jo kompanijos sugalvotos „rusų pasaulio“ koncepcijos. Ji nurodo, kad rusai, baltarusiai bei ukrainiečiai iš tikrųjų yra dirbtinai perskirta vieninga tauta. O viskas, ko šiandien siekia p. Putinas – atstatyti „didžiąją Rusiją“. Koncepcijos autoriai yra velniškai „malonūs“ dėl to, kad „didžiosios Rusijos“ ribas leidžia nustatyti mūsų pačių vaizduotei: Imperija su „Pribaltika“ ar be jos.

Buvęs Čekijos prezidentas Vaclavas Havelas yra sakęs, esą didžiausia problema yra ta, kad ji nežino, kur prasideda ir kur baigiasi. Galima būtų antrinti, kad toks požiūris yra ne tik pačios Rusijos, bet ir per amžius amžinuosius nesibaigianti jos kaimynų problema.

Iki II Pasaulinio karo pradžios tokiu kampu galima buvo vertinti ir Vokietiją, kuri p. Hitlerio valia tapo „Vokiečių Imperija“ (vok. Deutsches Reich). Vokietijoje Hitleris savo tikslo siekė gana sparčiai ir nuosekliai. Naudodamas masinę propagandą, dirgindamas nacionalines stygas, organizuodamas kaimyninėse šalyse separatistinius judėjimus. Prie Lietuvos prijungtame Klaipėdos krašte aktyviai veikė Theodoro von Sasso ir Ernsto Neumanno politinės organizacijos, Čekoslovakijoje – Sudetų Vokiečių partija ir jos ryškus lyderis Konradas Henleinas. Dievažytasi, esą naciukams kaimyninėse šalyse Berlynas nedaro ir nesiekia jokios įtakos. O šie dirbo savo juodą darbą.

Tai, kaip Kremlius 2014 m., prieštaraujant tarptautinei teisei bei savo pačios išpareigojimams, atplėšė nuo Ukrainos ir aneksavo Krymą – labai panašu į Austrijos „anšlūsą“ 1938-aisiais. Vėlesnė p. Putino inspiaruota invazija į Rytų Ukrainą labai primena nacių valia įgyvendintą invaziją į tuometinės Čekoslovakijos Sudetų sritį ir vėlesnį visos šalies pavergimą.

Daugiau kaip prieš 80 metų agresyvi p. Hitlerio politika buvo gana sėkminga, nes Vakarų šalys Čekoslovakiją paliko nacių valiai. Didžioji Britanija ir Prancūzija – tuometinių Vakarų pasaulio stuburas Europoje – išgyveno pokarinį sindromą. Šių šalių politikai siekė, kad žemyne nepasikartotų milijonus gyvybių nusinešęs karas. Todėl trumparegiškai manė, kad nacių žverui ir nasrus pakūšus Čekoslovakiją, jis apsiramins. Nepavyko.

Pono Putino įvykdytą Krymo aneksiją šiuolaikiniai Vakarai taip pat sutiko gana vangiai. Tik su giliu „susirūpinimu“ ir „apgailėstvimu“. Tiesa, paskelbė ir ekonominių sankcijų.

Tačiau, jeigu kas nors tikėjosi, kad prarijęs Krymą p. Putinas pasisotins ilgam, skaudžiai klydo. Šiandien, įžengiant į 2022-uosius, Kremliaus šeimininkas Vakarams iškėlė ultimatumą – Vakarai turi išpareigoti dėl Rusijos saugumo (tarsi per paskutinius tris dešimtmečius kas nors jau grasė), neplėsti gynybinių sąjungų arčiau Rusijos sienų ir nedislokuoti papildomos ginkluotės šalyse Rytų ir Vidurio Europoje. Tačiau neįsipareigoja, kad nesieks sukelti karinio konflikto.

Ką jam atsakys Vakarai? Jei vėl bus vangūs, Europoje XXI amžiaus pradžioje turėsime dar vieną politinį anšlūsą. Klausimas, ar prisizaisime ligi III Pasaulinio karo dėl to, kad dabartinis Rusijos politinis elitas kompleksuoja, esą yra negerbiamas po pralaimėjimo „šaltojo karo“ ginklavimosi varžybose?

Tai – šiek tiek niūresnė perspektyva už COVID-19 ir „prastą mūsų vyriausybės komunikaciją“.

LVŽS vicepirmininkas Aurelijus Veryga: „Būkime tais, kurie kuria“

Gyvename itin sudėtingu laikotarpiu. Pandemija, geopolitiniai neramumai kaimyninėse valstybėse, valdančiųjų sukelta diplomatinė krizė su viena didžiausių pasaulio ekonomikų, nelegalių migrantų krizė, bandymai iš esmės keisti žmogaus, kaip biologinio ir socialinio konstrukto sampratą, bandymai judėti link žodžio laisvės suvaržymo ir pan. Ir tai tik dalis labai rimtų problemų, su kuriomis susiduriame jau šiandien.

Atrodytų visame šiame kontekste turėtų nublankti visi mūsų, kaip partijos, vidiniai nesutarimai ar emocijos. Tačiau taip nėra. Turbūt visi pastebėjome, su koku atkaklumu ir kruopštumu stengiamasi išryškinti kiekvieną mūsų praradimą ar nesutarimą. Jie yra išsamiai aptariami, pateikiami kaip partijos byrėjimo ženklai. Turbūt pastebėjote, kaip sistemingai beveik kas savaitę pateikiamos vis naujos „blogos“ naujienos apie kokį nors skyrių ar naują „išsivį“. Nepaisant tikrai itin rimtų problemų valstybėje ir aplinkui ją, vis bandoma parodyti, kad problemos yra LVŽS, nors ji nėra valdančiojoje daugumoje. Visa tai rodo, kad LVŽS vertinamas kaip rimtas ir labai svarbus politinis varžovas, kurį reikia silpninti visomis išgalėmis. Bandoma įtikinti, kad iš jos reikia bėgti, nes ji „neturi ateities“, o „pabėgėliai“ kaip kokią maldą kartoja, kad partija suradikalėjo, pakeitė savo kryptį ir t.t. Tačiau ar iš tiesų?

Penkiomis darnomis grįsta 2016 metų rinkimų programa buvo tokia pat vertybinė ir grįsta pagarba šeimai, istorijai, kalbai ir kitoms esminėms vertybėms, kurių partija neatšakė iki šiol. Kodėl jos kai kam tapo radikaliomis? O niekšiškausia yra tai, kad išėjusieji nepuola ieškoti liberalių pažiūrų rinkėjų ar galimų bendrapartiečių. Vietoje to, kad burtų naujas komandas ir ieškotų savo tapatybės, bandoma viloti senus partijos narius ir griauti viską iš vidaus.

Mums bandoma įkalti, kad mes esame neišsilavinę kolūkiečiai, kad mūsų pavadinimas atgyvenęs. Kam to reikia? Ogi dėl dviejų dalykų. Pirmiausia, toks menkinimas mažina partijos patrauklumą ir sunkina naujų narių pritraukimą, nes visi norime būti protingi, išsilavinę, neatsilikti nuo laikmečio. Antra, tai yra būdas mažinti mūsų pačių ir mūsų narių pasitikėjimą savimi. Jei pavyktų mus įtikinti, kad mes esame kažkokie nevykėliai, tai būtų mūsų oponentų didžiausia sėkmė. Žmogus, kuris nepasitiki savimi, savo požiūriu, pasirinkimu ar vertybėmis, niekada neįtikins kitų, kad reikia juo sekti. Todėl jokiais būdais neturime pasiduoti tokiam pasitikėjimo griovimui. Žinoma, negalima to supainioti su puikybe, nes pasitikėjimas savimi nėra išklia puikybės, kuri yra ne kurianti, o griauanti jėga. Jei norite pavyzdžiui, pasižiūrėkite į dabartinę premjerę ar užsienio reikalų ministrą.

Mes esame daugiau nei šimto

metų tradicijas skaičiuojanti politinė jėga, kuri turi kuo didžiulius. Turime gilią šaknis ir tvirtus pamatus. Tai mūsų oponentai dažnu atveju yra politiniai naujadarai ir prisitaikėliai.

Kai kam kliūva mūsų pavadinimas ir net siūloma jį keisti. Manau, kad tai labai nebrandus požiūris. Vykystėje ir paauglystėje ne vienas esame tam tikru momentu išgyvenę dėl savo vardo ir galvoje, kad mūsų draugų vardas yra geresnis ir suteikia jiems daugiau patrauklumo ar mažiau preteksto tyčiotis. Tačiau, kas kuria tikrąją vertę: vardas savo šeiminiui, ar šeiminiui savo vardui? Mūsų vardas bus vertas tiek, kiek tos vertės mes jam sukursime patys. Kad ir kaip skambiai pasivadintumėm, jei tame nebus turinio, tai bus tik laikinas blizgulis, kurie nieko nekeis.

Dar vienas iš būdų nešti nestabilumą, tai nuolat skleisti paskalas apie tai, kad iš mūsų kas nors tuoj išeis. Net ir apie save esu ne kartą girdėjęs skleidžiamas paskalas apie galimą išėjimą, o viešumoje net paminima, kad dėl to yra lažinamasi. Tai taip pat skatina mūsų narius nuolat tikslintis, klausinėti, nepasitikėti. Absoliučia dauguma atvejų tai yra blefas. O kas dėl manęs, tai galiu pasakyti labai ramiai ir atsakingai – aš esu jūsų komandos žmogus, o aš savo komandos nepalieku ir neišduodu. Augsim ir dirbsim, kartu, mokysimės vienas iš kito.

Kartais mums pritrūksta komandinės dvasios ar lojalumo. Jokia komanda negali gyvuoti ilgai, jei kiekviena smulkmena priveda prie vidinių nesutarimų, santykių aiškinimosi ir emocijų. Perfrazuojant JAV prezidentą **Džoną Kenedį**, kuris kažkada pasakė „Neklausk, ką tau gali duoti valstybė, klausk, ką tu gali jai duoti“ galime pasakyti, kad ir mes kiekvienas turime galvoti, kaip kiekvienas prisidedame ar asmeniškai prisitaikome prie komandos, padedame jai augti, atidedame į šalį savo asmenines ambicijas ir norus, o ne galvoti, kaip komanda turi prisitaikyti prie manęs. Sena lietuvių išmintis apie šluotą, kurios neįmanoma sulaužyti, jei ji yra surišta, ir kaip lengva laužyti po vieną jos raželį yra kaip niekad tinkama mums. Darbo tikrai turėsime daug. Jei norime, kad pasaulyje plintanti žmogaus bevalstybės, lyties, šeimos, kalbos, tikėjimo vizija neišspildytų bent mūsų valstybėje, turime labai stengtis ir daug dirbti.

Net šurpu, kokie įžvalgūs buvo

kai kurie XX a. rašytojai, rašydami apie ateities visuomenę. Anglų rašytojo **Ados Huxley** 1931 metais parašytoje antiutopijoje rašoma:

„Puikūs Naujo pasaulio visuomenė – tobula. Joje visi laimingi, niekas neserga ir išoriškai nesensta. Čia nėra jausmų, nėra senų dalykų, ypač tokių atgyvenusių, kaip kultūra. Kūdikiai išpilstomi buteliukuose, žodžiai tėvas ir motina tapę kone keiksmazodžiais, ilgalaikiai santykiai su vienu žmogumi laikomi nepadoriais. Žmogaus asmenybė bei sąmonė formuojami nuo ankstyviausių dienų ir klesti kastų sistema. Bet koks bandymas mąstyti laikomas nukrypimu, valstybė diktuoja rašytojams ką rašyti, ir aukštinais požiūris, kad istorija – tai paistalai.“

Apsidairius aplinkui galima matyti, kad tai ne tokia jau ir antiutopija, kaip atrodytų iš pirmo žvilgsnio. Žodžiai tėvas ir mama jau bandomi išrauti iš kalbos, nebelieka vietos ir lytį apibrėžiantiems žodžiams (pasiūlomas terminas – „žmoga“). Siūloma leisti keisti lytį nesulaukus pilnametystės ir be tėvų žinios. Psichologai jau kalba, kad pora gali būti ir trys ar daugiau ir skirtingų lyčių. Siekiama įteisinti srogatinę motinystę. Kalėdos jau tampa neįtraukia sąvoka. Norima įvesti bausmes už neapykantos kalbą, o bandantys pasakyti savo nuomonę apie netradicines seksualines orientacijas persekiojami ir metami iš darbo.

Vyrai, bausti už moterų prievartavimą, pasikeičia lytį ir perkeliama į moterų kalėjimą. Stumiamos atskirti didinsiančios „tūkstantmečio“ gimnazijos. Atskirti „elitą“ ir „varguolius“ bus dar paprasčiau. Kalba nesvarbi, kalbos inspekcija atgyvena, nes trukdo „vystytis“ kalbai ir t.t. Tęsti būtų galima be galo.

Būti tradicinių konservatyvių pažiūrų nėra nei gėda, nei nemodernu. Pasaulio istorija žino ne vieną pavyzdį, ką reikšia pamiršti tai, kas iš tikrųjų svarbu ir užsižaisiti modernybėmis. Tačiau istorija nėra savaiminis dalykas. Istoriją kuria žmonės. Sakoma, jog tam, kad vyktų baisūs dalykai, nereikia daugumos, užtenka, kad dauguma tiesiog nereaguotų ir nieko nedarytų. Nebūkime ta pasyvia, stebinčia, besistebinčia, nusiviliančia ir fatalistinėmis nuotaikomis gyvenančia visuomenės dalimi. Būkime tais, kurie kuria.

Politinė reklama. Bus apmokėta iš LVŽS sąskaitos. Užs. Nr. 001

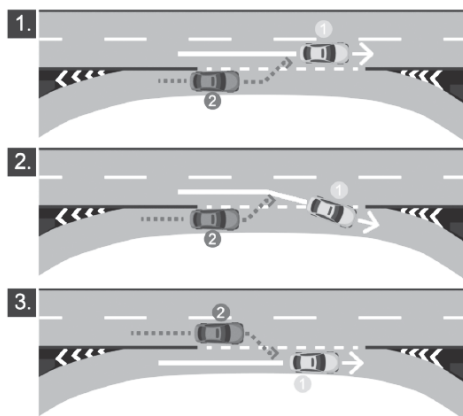
Keičiasi Kelių eismo taisyklės

Ką reikia žinoti apie eismo tvarką greitėjimo ir lėtėjimo juostose

Nuo sausio 1 d. Lietuvoje keičiantis daliai Kelių eismo taisyklių (KET), vairuotojai kviečiami iš anksto susipažinti su aiškiau reglamentuota tvarka dėl įvažiavimo į bendrą greitėjimo ir lėtėjimo juostą ir išvažiavimo iš jos. Tikimasi, kad tai padės išvengti galimų avarinių situacijų.

Ilgą laiką vykstant diskusijoms dėl eismo tvarkos važiuojant bendromis greitėjimo ir lėtėjimo juostomis, tikslinami KET reikalavimai ir aiškiau apibrėžiama, kokiose situacijose ir kas turi pirmumą kelyje.

Nuo Naujųjų metų įsigaliojančiais pakeitimais aiškiau reglamentuojamos dvi eismo situacijos, kurios susidaro norint įvažiuoti į bendrą greitėjimo ir lėtėjimo juostą arba išvažiuoti iš jos.



Pagal nuo sausio 1 d. įsigaliojantį KET 112 punkto pakeitimą, greitėjimo juosta važiuojantis ir į transporto srautą ketinantis įsilieti (persirikiuoti) vairuotojas privalės duoti kelią transporto srautui važiuojančiai transporto priemonei (1 situacija) arba į lėtėjimo juostą persirikiuojančiai transporto priemonei (2 situacija).

Jei greitėjimo juosta važiuojančios transporto priemonės vairuotojas tęsia judėjimą ta pačia eismo juosta tiesiai (iš greitėjimo juostos į lėtėjimo juostą) ir neketina persirikiuoti į gretimą eismo juostą (išlieti į transporto srautą), tokioje situacijoje kelią turės duoti iš kelio išvažiuojantis ir į lėtėjimo juostą besirikiuojantis transporto priemonės vairuotojas (3 situacija).

Į ką atkreipti dėmesį apsisukant šviesoforais reguliuojamose sankryžose
Susisiekimo ministerija vairuotojus iš anksto supažindina su būsima pirmumo tvarka apsisukant šviesoforais reguliuojamose sankryžose. Nuo Naujųjų metų įsigaliosiantys pakeitimai įtvirtins aiškia pirmumo tvarką, padės išvengti avarinių situacijų.

Pastebima, kad šiuo metu vairuotojams kykla neišskumų šviesoforu reguliuojamose sankryžose, kai vienas vairuotojas apsisuka, o kitas (iš šoninio kelio) suka į dešinę ir jį važiavimo trajektorijos susikerta. Dažnai mažesnė

sankryžose tokia situacija sukelia neišskumų dėl to, kad važiavimo pirmumas sankryžose skiriasi ir priklauso nuo sankryžoje naudojamų šviesoforų derinių – tam tikrais atvejais duoti kelią privalo apsisukantis vairuotojas, kitais atvejais – sukantis į dešinę vairuotojas.

Nuo Naujųjų metų įsigaliojančiuose KET pakeitimuose įtvirtinta, kad, apsisukdamas sankryžoje, kurioje eismas reguliuojamas šviesoforu, vairuotojas privalo duoti kelią iš kitų kryptų pagal leidžiamą šviesoforo signalą judantiems eismo dalyviams (pavyzdžiui, į dešinę sukantiems vairuotojams).

Pažymėtina, kad apsisukantis vairuotojas turės pirmumą vieninteliu retai pasitaikančiu atveju – kai į dešinę sukama degant draudžiamam raudonam šviesoforo signalui, ties kuriuo pritivirtinta lentelė su žalia rodykle. Tokiu atveju į dešinę sukantis vairuotojas privalo praleisti visus eismo dalyvius, kurių judėjimo kryptį kerta.

(Nukelta į 6 p.)



Ar žalinamosiose pievose pamatysime karvę?

Justinas ADOMAITIS

„Šalies pienininkystė geriausiai atspindi viso agrarinio sektoriaus laukiančius pokyčius, – kalba Pašventupio kaimo ūkininkas, Lietuvos pieno gamintojų asociacijos (LPGA) prezidentas Jonas Vilionis, – gamybos kaštų nepadengiančios pieno supirkimo kainos, Europos Sąjungos vidurkio nesiekiančios tiesioginės išmokos, nepamatuojamai griežti žaliajo kurso reikalavimai – visa tai ūkininkams šiandien jau kelia ne tik susirūpinimą. Prieš porą dešimtmečių rajone turėjome apie du tūkstančius pieno ūkių, šiandien tiek likę karvių. Žaliuojantys laukai miesto nepamaitins“.

Pasak J. Vilionio, prieš keliolika metų Lietuvoje pieno gamyba vertėsi apie 125 tūkst. ūkių, 2021 m. pienu perdirbti parduoda 15 tūkst. pieno gamintojų. LPGA prezidentas J. Vilionis prisipažino šiemet apie susidariusią situaciją informavęs aukščiausius šalies vadovus, kalbėjęs Europos pieno tarybos Generalinėje asamblėjoje, o visai neseniai susitikęs su Europos Komisijos nariais, atsakingais už žemės ūkį ir aplinkosaugą. **Januszu Wojciechowski** ir **Virginijumi Sinkevičiumi**. Neseniai J. Vilionis su kolegomis diskutavo apie pienininkystės ateitį, galimybę optimizuoti verslą, ieškant būdų mažinti pieno gamybos kaštus. Dalyvaudami Europos pieno tarybos veikloje lietuviai sužinojo, jog visos bendrijos mastu pienininkystė patiria riziką. „Pasaulyje trūksta pieno, o prekybininkai ir pieno perdirbėjai savo pelnus kraunasi išnaudodami ūkininkus, už pieną mokėdami gamybos kaštų nepadengiančias kainas, – kalba J. Vilionis, – vokiečių mokslininkai paskaičiavo, jog nedideliame Lietuvoje pienu ūkyje pagaminti kilogramą pieno kainuoja 55–58 euro centų, dideliame ūkyje – apie 30 euro centų“.

Kaimyniniame rajone LPGA tarybos nariai diskutavo apie pieno ūkių situaciją ir perspektyvas, dalijosi išvalgomis. Nuotoliniu būdu į lietuvių kreipėsi Europos pieno tarybos (EPT) viceprezidentas, danų ūkininkas **Kjartanas Poulsenas**. Prisistatydami jis minėjo, jog Danijoje ūkininkauja 30 metų, su kaimynu susi-

kooperavęs prieš 23 metus, laiko 500 karvių. Pieną parduoda tarptautiniam kooperatyvui „Arla“. Tai rimtas susivienijimas, kurio metinė apyvarta siekia apie 13 mlrd. Eur, tačiau ūkininkams dėl pieno supirkimo kainų kartais tenka kreiptis į teismus. Pasak K. Poulseno, EPT yra iškėlusį iniciatyvą apskaičiuoti pieno gamybos savikainą atskirų šalių ir atskirų ūkių mastu. Situacija pasaulio ir Europos pieno rinkose kinta, todėl būtina sekti ir fiksuoti pieno kelią. Su gautais duomenimis supažindinami atskirų šalių ir Europos Parlamento politikai. Būtina palaikyti dialogą, nors į ūkininkų argumentus ne visuomet įsiklausoma. Todėl EPT pavasarį planuoja surengti protesto akciją Briuselyje, nes gruodžio viduryje ji buvo atšaukta dėl pandemijos.

„Naujuoju ES finansiniu laikotarpiu pieno gamintojams rengiami nauji pavalkai, – sakė EPT viceprezidentas K. Poulsenas, – tai žaliasis kursas, trumpojo grandinė nuo lauko iki stalo ir visa kita. Šie nauji reikalavimai ūkininkams kainuos, o kiek – niekas nepaskaičiavo“.

Pasak K. Poulseno, Danijoje 17 proc. pieno tiekia ekologiniai ūkiai, tačiau nepanašu, kad pastarieji uždirbtų daugiau. Pavyzdžiui, jeigu už paprasto žaliajo pieno kilogramą mokama iki 40 euro centų, už ekologinį – 48 euro centai. Reikalavimai ekologiniam ūkiui griežtesni, karvės nuo balandžio iki lapkričio turi būti ganomos lauke, todėl ir pieno savikaina didesnė.

Danijos ūkiuose 92 proc. karvių



LPGA prezidentas Jonas Vilionis ir ŽŪIKVC Gyvūnų ir gyvūnų produktų apskaitos departamento direktorė Daiva Beinorienė.

produktyvumas siekia 10 400 kg per laktaciją, vidutinė ūkio banda – 200 karvių. Nacionalinė banda – 560 tūkst. karvių, pieno ūkių – 2 300. Pasak K. Poulseno, kasmet vidutinė ūkio banda padidėja po 15 karvių. Mažesnių ūkių, laikantių iki 20 karvių, Danijoje likę apie 250. „Išsmulkaus ir stambaus ūkio superkamo pieno kilogramo kaina skiriasi dviem trim euro centais“, – sakė K. Poulsenas. Jis prisipažino, jog ūkininkai jam patinka, daugiausia rūpėsių sukelti biurokratinis darbas su dokumentais. Ateityje K. Poulsenas ketina ūkio bandą mažinti iki 300 karvių, prieš keletą metų pasistatytos biodujų jėgainės apskaita riboti ir įsirengti saulės energija maitinamą elektrinę, kuri ūkiui būtų pelningesnė.

Nelinksma statistika

Žemės ūkio informacijos ir kaimo verslo centro (ŽŪIKVC) Gyvūnų ir gyvūnų produktų apskaitos departamento direktorė **Daiva Beinorienė** apžvelgė šalies pieno ūkių situaciją. Prieš Lietuvoje nustatant pieno kvotas buvo įregistruota 125 tūkst. pienu parduodančių ūkininkų, 2021 m. žiemos pradžioje jų likę apie 15 tūkst. Pasak D. Beinorienės, karvių skaičius mažėja kasmet ir kas mėnesį. Pavyzdžiui, šių metų sausio 1 d. Lietuvos ūkiuose laikyta 635 236

galvijai, tarp jų – 234 345 karvės. Gruodžio 1 d. jų liko 634 387 ir 226 125. Pastaraisiais metais vidutinė ūkio banda padidėjo iki 9,4 karvės (2017 m. buvo 6,1 karvės). D. Beinorienės teigimu, valstybės mastu pieno ūkių konkurencingumui kenkia jų struktūra. Po 1–2 karves šalyje laikoma 13 677 ūkiuose, po 3–5 karves – 4 457 ūkiuose, po 6–10 karvių – 2 508 ūkiuose, po 11–20 – 1542 ūkiuose, po 21–30 – 670 ūkiuose, po 31–50 – 576 ūkiuose, po 51–100 – 407 ūkiuose, po 101–150 – 120 ūkių, daugiau nei 151 – 147 ūkiuose.

Pagal pieno žaliavos pardavimą perdirbti 80,3 proc. viso nacionalinio kiekio parduoda laikantieji daugiau nei 15 karvių, tačiau jų skaičius tesudaro tik 16 proc. pieno gamintojų. Daugiausia, net 64,4 proc. pieno gamintojų sudaro laikantieji iki 5 karvių, tačiau jie parduoda tik 9,3 proc. šalyje perdirbamo pieno. Kitas rūpestis, pasak D. Beinorienės, tai ūkininkų amžius. Beveik 40 proc. pieno gamintojų – vyresni nei 60 metų, 52 proc. – 41–60 metų ir tik 8 proc. – jaunesni nei 40 metų.

Nuotoliniu būdu į LPGA tarybos narius kreipėsi Europos Parlamento narys **Bronis Ropė** palygino Lietuvos praėjusio 2014–2020 m. ir 2021–2027 m. Bendrosios žemės ūkio politikos finansavimą. Pirmuoju laikotarpiu Lietuva gavo 3 109,6



EPT viceprezidentas Kjartanas Poulsenas LPGA tarybos susirinkime-konferencijoje dalyvavo nuotoliniu būdu.

mln. Eur tiesioginių išmokų, antroju laikotarpiu gaus 4 054,4 mln. Eur (lėšų padidėjo 30,4 proc.). Kaimo plėtrai ir gaivinimui skirta 1 613,1 mln. Eur ir 1559,9 mln. Eur (lėšų sumažėjo 3,3 proc.), bendra suma praėjusiu laikotarpiu – 4 722,7 mln. Eur, ateinančiu – 5 614,3 mln. Eur (lėšų padidėjo 18,9 proc.).

„Mus klampina pinigai ir neteisingas jų padalijimas, – sakė Seimo KRK pirmininkas **Viktoras Pranciškietis**, – žemės ūkio programas rengia miesto žmonės, bet jas įgyvendinti tenka visiškai kitiems. Dėl tos priežasties nėra galvojančiųjų apie ilgalaikę žemės ūkio perspektyvą“. Parlamentaras pateikė pavyzdį: labai panašios Zarasų rajono ir Punsko krašto gamtinės situacijos – kalvotos vietovės, prasta dirva, smulki žemėnauda. Tačiau Lenkijoje (Punsko krašte) klesti pieno ūkiai, o Lietuvoje skundžiamasi bedarbyste ir tuštinėjais kaimais.

„Amerikiečiai jau galvoja, ar turės ką valgyti, kai Europos žemės ūkį nusiaubus žaliajo kurso škvapas, – pašmaikštavo Seimo Ekonomikos komiteto pirmininkas **Kazys Starkevičius**, – turime imtis drąsių sprendimų, į rinką tiekti ekologinius ir kokybiškus maisto produktus, o ne jų žaliavą. Tarpukariu pagal sviesto eksportą Lietuva pasaulyje užėmė vieną pirmaujančių vietų“.

Paskutinis praėjusių metų posėdis – su staigmena valdančiajai koalicijai

(Atkelta iš 1 p.)

narė Rima Zablackienė. Jai taip pat buvo įdomu sužinoti, kaip Savivaldybė ketina įvertinti Prienų KKSC vadovo atsakomybę, kas atlygins įstaigos patirtą žalą. Meras **Alvydas Vaicekauskas** patikino, kad jo sudaryta komisija, atlikusi patikrinimą, rekomendavo įstaigos direktoriui skirti išpėjimą. Padarius dar vieną nusizengimą, direktorius būtų atleistas iš darbo. Savo ruožtu įstaigos direktorius turėtų įvertinti ir buhalterės, pervedusios pinigus sukčiams, elgesį.

Meras prasitarė, kad, vykstant išteisminiam tyrimui, dalies lėšų pervedimą pavyko sustabdyti, todėl yra vilčių jas atgauti.

Skatins užsidirbti patiems

Po diskusijų buvo patvirtinti VŠĮ „Prienai“ teikiamų paslaugų įkainiai, skatinant Turizmo ir verslo informacijos centrą užsidirbti lėšų išlaikymui. A.Narvydo nuomone, Prienų TVIC verslui siūlomos paslaugos yra „silpnos“, palyginti su teikiama kitose savivaldybėse, verslininkams reikėtų rimtesnės pagalbos įmonių steigimo, verslo projektų rengimo, finansinių ataskaitų, deklaracijų pildymo ir kt. klausimais. Kultūros ir turizmo skyriaus vedėjas **Rimantas Šiugzdinis** priminė, kad TVIC dar tik augina veiklas, centre – du darbuotojai, o Joniškio VTIC, kurio pavyzdį pateikė A.Narvydas, dirba net penki darbuotojai, tarp jų – ir verslo konsultantai.

Darbu su jaunimu – po 0,25 etato

Prienų kultūros ir laisvalaikio centre patvirtintas didžiausias leistinas pareigybių skaičius – 32. Tiesa, su diskusijų dėl etatų padidinimo (po 0,25 etato) dviems darbuotojams, dirbantiems su Atviros jaunimo erdvės „Prienas“ lankytojais. Tarybos nariams kilo klausimų, kodėl ketinama plėsti paslaugas jaunimui tik dviejose – Šilavoto ir N.Ūtos seniūnijose, kas sutiks dirbti mobilų darbą už tokį menką atlygį, ar dviejų valandų pabendravimas per mėnesį padės išspręsti jaunimo atskirties mažinimui ir jų aktyvinimui keliamus uždavinius.

R.Šiugzdinis patikslino, kad šiuo metu puse krūvio dirbantiems darbuotojams skyrus po 0,25 etato, jis išaugtų iki 0,75 etato kiekvienam. Ir skyriaus vedėjas, ir jaunųjų politikų **Deivido Dargužio** bei **Alekso Banišausko** nuomone, darbas su jaunimu, ypač nemotyvuotu, yra labai reikalingas, AJE organizuojama nemažai renginių, mokymų, teikiama konsultacijų, įgyvendinami projektai. R.Zablackienė ir A.Vaidogas nuogaštavo, kad darbas su jaunais žmonėmis netaptų formalus. Anot R.Zablackienės, paslaugas jaunimui reikėtų plėsti ne tik į paminėtas, bet ir į kitas seniūnijas, bet pirmiausia reikėtų išsiaiškinti, koks šių paslaugų poreikis.

Bendruomenės narių reikmėms – patalpos mokykloje

Prienų rajono Šilavoto bendruomenės centrui ir Šilavoto Davatkyno bendruomenei perduotos valdyti ir

naudoti panaudos teise Prienų rajono savivaldybei nuosavybės teise priklausiančios, Šilavoto pagrindinės mokyklos patalpos teise valdomos negyvenamosios patalpos bendruomenių nuostatuose numatytoms veikloms (išskyrus komercines) vykdyti. Meras paaiškino, kad Šilavoto bendruomenė iš projekto lėšų yra nupirkusi treniruoklius, tačiau jie netelpa vienoje patalpoje. Anot jo, mokykloje vaikų mažėja, jos likimas kaip ir nulemtas, todėl bendruomenei ateityje teks pasirūpinti patalpų, suremontuotos salės įveiklinimu. Treniruokliais naudosis bendruomenės nariai, R.Zablackienės nuomone, kad užsiėmimai duotų naudą, bendruomenei reikėtų pritraukti mokykloje dirbantį sporto specialistą.

Projekto lėšomis – informaciniai kelio ženklai

Taryba pritarė, kad Prienų rajono savivaldybės administracija partnerio teisėmis dalyvautų projekte „Kraštovaizdžio vertybių apsauga ir pritaikymas pažinti (II)“. Kaip teigė Investicijų skyriaus vedėjas **Vaida Stasytienė**, projektą įgyvendina Valstybinė saugomų teritorijų tarnyba prie Aplinkos ministerijos, ir Savivaldybei nereikės prie jo prisidėti savo lėšomis. Ji tik bus atsakinga už saugomose teritorijose naujai įrengtų arba pakeistų informacinių kelio ženklų priežiūrą. Pagal projektą prie vietinės reikšmės kelių bus pastatyti trys ženklai „Aukštadvario regioninis parkas“, „Balbieriškio biosferos poligonas“, „Nemuno kilpų regioninis parkas“, „Alšios valstybinis

draustinis“, „Rūdgirių valstybinis draustinis“ ir „Skriaudžių valstybinis geologinis draustinis“.

Pasikeitė jaunimo reikalų tarybos sudėtis

Posėdyje patvirtinta pasikeitusi Prienų rajono savivaldybės jaunimo reikalų tarybos sudėtis. Joje pareigų atsisakiusius jaunuosius pakeis kiti asociacijos „Laimingas Prienų kraštas“ nariai. A.Narvydui tai užkliuvo, jo nuomone, reikia sudaryti sąlygas tarybos veikloje dalyvauti ir kitų jaunimo organizacijų atstovams, pavyzdžiui, jauniems konservatoriams. Jam atsakyta, kad kitų organizacijų nariai galės įsitraukti į tarybą, kai tik taps asociacijos „Laimingas Prienų kraštas“ nariais.

Klausimai šiemet – atsakymai kitąmet

Posėdyje priimti ir kiti sprendimai. Po mero A.Vaicekausko padėkos Tarybos nariams už šiais metais atliktą darbą ir šventinių palinkėjimų, politikai neskubėjo atsiveikinti iki kito posėdžio, kuris vyks 2022 metų sausio 28 dieną. Audrius Narvydas pateikė daugybę klausimų merui ir Savivaldybės administracijos direktorei, į kuriuos atsakymus pageidavo gauti žodžiu. Tarp jam rūpimų temų – tyrimo dėl Prienų KKSC prarastų lėšų išvados, moralinės bei materialinės atsakomybės dėl iškirto sodų, Pociūnų aerodromo turto, eismo saugumo priemonių diegimo, AB „Prienų šiluma“ direktoriaus R.Blaževičiaus atleidimo, sveikatos priežiūros įstaigų pertvarkos, bibliobuso pirkimo ir kiti

klausimai. Meras pažadėjo į pateiktus klausimus įsigilinti ir atsakyti jau po Naujųjų.

Tarybos narė Rima Zablackienė Pakuonio gyventojų ir svečių vardu kreipėsi į merą ir Tarybos narius dėl pėsčiųjų tako įrengimo prie regioninio kelio Pakuonio miestelyje, Sodų gatvėje. Kreipimesi nurodyta nemažai argumentų, kodėl reikėtų nedelsiant parengti dokumentus Lietuvos automobilių kelių direkcijai dėl pėsčiųjų tako įrengimo bei skirti lėšų iš 2022 metų biudžeto.

V. Kupstas pasitraukė iš Tarybos nario pareigų

Valdančiajai koalicijai priklausantis Tarybos narys **Vaidotas Kupstas** daugumą kolegų nustebinio pranešęs, kad nuo 2022 m. sausio 1 d. atsisako Tarybos nario pareigų – jas, kaip kalėdinę dovana, perdavė ankstesnėje kadencijoje dirbusiai **Aušrai Deltuvieni**. V.Kupstas – nepartinis, į Prienų rajono savivaldybės tarybą buvo išrinktas pagal partijos „Tvarka ir teisingumas“ sąrašą. Savo pasisakyme jis patikino, jog Tarybos nario mandato atsisako ne dėl politinių, o dėl asmeninių priežasčių ir kitos veiklos. Jis padėkojo Tarybos nariams už bendrystę, patarimus ir pagarimą, kurie jam padėjo ugdytis krikščioniškasias ir žmogiškasias savybes. „Nepakeičiamų žmonių nėra. Atėjo naujos veiklos sezonas mano gyvenime“, – atsiveikindamas su politika, sakė V.Kupstas. Savo ruožtu meras ir Tarybos nariai padėkojo už nuoširdų ir atsakingą darbą, kviesdami apsigalvoti ir toliau dirbti kartu.

Dalė Lazauskienė

Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

SAM informuoja apie Galimybių paso pakeitimus nuo gruodžio 28 d.

Nuo gruodžio 28 d. šalies gyventojams, pasiskiepėjusiems pagal pilną vakcinacijos planą prieš daugiau nei 7 mėn., Galimybių pasas arba jam alternatyvūs dokumentai nebegalios. Atsižvelgiant į planuojamus pokyčius, gyventojams, kuriems jau atėjo laikas skiepytis sustiprinančiąja COVID-19 vakcinos doze, rekomenduojama registruotis vakcinai ir pasiskiepyti.

Galimybių pasas ar jam alternatyvūs dokumentai galios **16 m. ir vyresniems:**

vakcinuotiems asmenims:

• Ribotą laiką – kai asmuo yra pasiskiepijęs viena iš šių COVID-19 vakcinų:

– praėjus vienai savaitei, bet ne daugiau kaip 210 dienų nuo „Comirnaty“ ar „Spikevax“ vakcinos antrosios dozės suleidimo pagal skiepijimo schemą;

– praėjus 2 savaitėms, bet ne daugiau kaip 210 dienų nuo „COVID-19 Vaccine Janssen“ vakcinos dozės suleidimo;

– praėjus 4 savaitėms, bet ne daugiau kaip 13 savaičių nuo pirmos „Vaxzevria“ vakcinos dozės suleidimo. Po antros „Vaxzevria“ vakcinos dozės suleidimo pagal skiepijimo schemą praėjus ne daugiau kaip 210 dienų;

– praėjus 2 savaitėms, bet ne daugiau kaip 210 dienų nuo „Comirnaty“, „Spikevax“ ar „Vaxzevria“ vakcinos vienos dozės suleidimo asmeniui, kuris persirgo COVID-19 liga (koronaviruso infekcija) ir diagnozė buvo patvirtinta remiantis teigiamu SARS-CoV-2 PGR tyrimo rezultatu;

– praėjus vienai savaitei, bet ne daugiau kaip 210

dienų nuo „Comirnaty“ ar „Vaxzevria“ vakcinos antrosios dozės suleidimo, jei pirmajai skiepo dozei buvo naudojama „Vaxzevria“ vakcina, o antrajai – „Comirnaty“ vakcina arba atvirkščiai.

• Neribotą laiką – kai asmuo:

– pasiskiepijęs sustiprinančiąja „Comirnaty“, „Spikevax“ ar „COVID-19 Vaccine Janssen“ vakcinos doze (išgalioja tą pačią pasiskiepijimo sustiprinančiąja doze dieną). Skiepijimas sustiprinančiąja doze iki 18 m. amžiaus vaikams nevykdomas;

– pasiskiepijęs pagal pilną schemą, jei jis yra 16–18 m. amžiaus asmuo (įskaitant persirgusius, jei liga patvirtinta PGR tyrimu ir pasiskiepijusius nepilna schema asmenis).

– persirgęs COVID-19 liga (patvirtinta teigiamu PGR tyrimo rezultatu) ir pasiskiepytas pagal pilną schemą.

Persirgusiems asmenims:

• kai asmuo persirgo COVID-19 liga ir diagnozė buvo patvirtinta remiantis teigiamu PGR tyrimo ar antigeno testo rezultatu, o nuo teigiamo tyrimo rezultato

(Nukelta į 6 p.)

Dovana sau – gražūs, sveiki plaukai

Ne paslaptis, kad dauguma moterų nori turėti gražiai sutvarkytus plaukus. Kokias darom klaidas plaukų priežiūroje ir kaip galėtumėte tai ištaisyti, apie tai kalbamės su „Ažuolyno grožio studija“ vadove ir profesionalia kirpėja-modeliuotoja, spalvų eksperte Alma MATUSEVIČIENE.

– Kokias klaidas daro moterys, naudodamos plaukų šampūną?

– Pagrindinė klaida – šampūno vartoja per daug. Pakanka nedidelio kiekio šampūno, paskirsčius jį tarp delnų, švelniai pirštų galiukais išmasažuoti galvos odą ir plaukus. Šampūną gerai išskalaukite, pagal poreikį procedūrą pakartokite. Tada lengviau išskalaukite plaukus, o šampūną naudosite ilgiau (ekonomiškiau).

Antra klaida – šampūno pasirinkimas. Dažnai plaudamos galvą kasdien ar kas antrą – trečią dieną naudoja tą patį šampūną. Taisyklė būtų tokia: jeigu galvą plaunate dažnai, rinkitės švelnesnės sudėties šampūną, kuris skirtas kasdieniniam vartojimui.

– O kiek kartų derėtų plauti galvą šampūnu: vieną ar du kartus?

– Labai geras klausimas. Jeigu galvą plaunate dažnai (3–4 kartus per savaitę), pakanka plaukus ištrinkti šampūnu vieną kartą. Jeigu galvą plaunate retai (1–2 k. savaitėje) ar jaučiate, kad jūsų galva nėra švari, tada ją derėtų trinkti šampūnu du kartus.

– Kada naudoti balzamą, o kada – kaukę?

– Jeigu plaukai sveiki, nedažyti, pakanka perplovus galvą šampūnu, panaudoti balzamą. Tačiau jeigu plaukai lūžinėja, slenka, pažeista jų struktūra, derėtų po šampūno naudoti kaukę. Kaukę rekomenduočiau rinktis todėl, kad jų sudėtyje yra daugiau sudedamųjų dalių ir ji suteiks stipresnį plaukų atstatomąjį poveikį. Naudoti po šampūno ir balzamą, ir kaukę – tai klaida. Pakanka vieno produkto.

– Kartais kyla noras eksperimentuoti. Kokia spalva vis tik derėtų vengti dažyti plaukus?

– Esame pakankamai šviesios odos, todėl juoda plaukų spalva labai retai kam tinka. Dažydamos plaukus namuose ar grožio salone verčiau rinkitės rudus atspalvius, – tai jaunina, o ir veidas atrodys kur kas gyvesnis. Beje, reta vyresnio amžiaus moteris, nusidažiusi plaukus šviesiai su pilku atspalviu, atrodys jaunesnė, nes pilka spalva paryškina raukšles, blukina veidą. Tuo tarpu švelniai gelsva, medaus spalva – gyvina, jaunina. Šviesesnė plaukų spalva neįrėmina veido, odoje mažiau pastebimi nelygumai, pigmentinės dėmės.

Gražiai atrodys keliais tonais patamsinti ar pašviesinti plaukai. Keisdami spalvą – keičiate veidą, kuriama harmonija ar kontrastas. Ir viena, ir kita yra gerai. Svarbiausia, kad veido odos, akių ir plaukų spalva derėtų tarpusavyje.

Sėkmingo dažymo paslaptis – dažų spalva turi būti artima natūraliai jūsų plaukų spalvai.

– Ar vyresniam amžiuje tinka trumpi kirpčiukai?

– Kirpčiukai tinka prie įvairių šukuosenų. Kartais trumpučiai kirp-



„Gražūs plaukai – visų pirma sveiki plaukai: tinkanti jų spalva ir kirpimas,“ – atkreipia dėmesį „Ažuolyno grožio studija“ vadovė ir kirpėja-modeliuotoja Alma Matusevičienė.

čiukai gražiai atidengia veido ovalą ir patrauklius veido bruožus; o ilgesni, beveik iki akių vidurio – paslaptinę žvilgsnį. Tačiau vyresnio amžiaus moteris turėtų vengti lygių, ant kaktos krintančių kirpčiukų. Jie labiau išryškina esamas raukšles... Visada gražu atvira kaktą ir akys, net jeigu ir puošia raukšlelės.

– Ką derėtų priminti apie plaukų džiavinimą?

– Pagrindinė klaida – moteris neretai perdžiovina plaukus. Leiskite jiems išdžiūti natūraliai – tai geriausia. Arba išdžiovinkite juos šilta feno srove (laikant feną 15–20 cm nuo galvos), nes namuose dabar šilta. Pasistenkite, kad plaukų džiavinimas truktų kuo trumpiau.

– Yra moterų, kurios visą žiemą pravaikšto be galvos apdangalo...

– Atvėsus orams svarbu nuo šalčio, vėjo ar sniego pridengti ir saugoti plaukus. Ipraskite išeidami iš namų ant galvos užsidėti kepurę ar gobtuvą. Saltuoju metų laiku dėvėdami galvos apdangalą apsaugosite plaukus nuo kontrastingų temperatūrų svyravimų bei žalingo aplinkos poveikio. Temperatūros svyravimai kenkia ir galvos odai, ir plaukams.

– Kas skatina plaukų augimą?

– Plaukų augimas priklauso nuo genetikos, todėl jų augimo pagreitinoti neįmanoma. Kur kas svarbiau – išsaugoti sveikus plaukus. Todėl kas 1,5–2 mėnesius pakirpkite nutriušius, suplonėjusius galiukus.

Pasirūpinkite, kad jūsų mityboje netrūktų vitamino B12 ir geležies, pasistenkite gerai išsimiegoti, dažniau būti gryname ore.

– Dėkoju už įdomų pokalbį, vertingus patarimus.

Veronika Pečkienė

Saugi ir efektyvi kataraktos operacija

Pastebėjote silpstantį regėjimą, nebežiūrite daiktų kontūrų, vaizdai tapo išplaukę, matomi tarsi pro rūką – reiktų nedelsiant pasikonsultuoti su gydytoju. Visi šie požymiai būdingi vienai pagrindinių regėjimo netekimo priežasčių pasaulyje – kataraktai. Kas tai per liga, kokios susirgimo priežastys, kaip gydytis?

Katarakta – akių liga, kai akies lęšiukas drumstėja. Pagrindinė kataraktos priežastis – amžius. Katarakta gali keliauti iš kartos į kartą, gali būti įgimta ar įgyta po traumas ar ligos, tačiau dažniausia ligos pasireiškimo priežastis – amžius. Su metais vyksta akies lęšiuko pokyčiai, formuojasi drumstys trukdančios gerai matyti. Pradinės stadijoje katarakta gali nesukelti regėjimo problemų, tačiau bėgant metams drumstys ryškėja, plečiasi, kas lemia palaipsniui blogėjantį regėjimą, kuris gali baigtis aklumu.

Ligos simptomai

Sergant katarakta silpnėja matymo ryškumas, vaizdai tampa išplaukę, matomi tarsi žiūrint pro rūką. Drumstėdamas lęšiukas iškraipo spalvas, gali atsirasti jautrumas ryškiai šviesai, dingsta kontrastinis matymas. Kad ir kokius akinius žmogus užsidėtų, matymas nepagerėja. Kai lęšiuko drumstis pradeda trukdyti pilnaverčiam gyvenimui, darbinei veiklai, reiktų nedelsiant kreiptis į specialistą.



Normalus regėjimas

Kataraktos paveiktas regėjimas

Gydymo metodai: trumpa ir saugi operacija

Kataraktą išgydyti galima tik atlikus chirurginę drumsto akies lęšiuko pakeitimo operaciją. Vaistų kataraktai gydyti nėra. Vienas moderniausių, greičiausių ir saugiausių kataraktos operacijos metodų – fakoemulsifikacija. Šio metodo dėka sudrumstėjęs akies lęšiukas ultragarsu susmulkinamas akies viduje ir išsiurbiamas per ypač mažą pjūvį ne-traumuojuojant akies. Kataraktos operacija – neskausminga procedūra, dažniausiai atliekama naudojant vietinę nejautrą. Operacija trunka apie 30 minučių, regėjimas pagerėja jau pirmomis dienomis po operacijos, tačiau galutiniam nusistovėjimui gali prireikti ir keletą savaičių.

Delsimo pavojus

Pastebėjus pirmuosius ligos

požymius reiktų ilgai nedelsti ir pasikonsultuoti su gydytoju. Dažnai žmonės, sužinoję apie ligą, mano, kad operaciją galima atidėti vėlesniam laikui, tačiau tai yra klaidingas mąstymas. Kataraktos operacija ir gydymas yra daug sėkmingesnis ligos pradinėje stadijoje, kol nėra labai ryškių pakitimų. Per ilgai laukiantis liga progresuoja ir išsivysto vadinamoji perbrendusi katarakta, kuri gali nulemti antrinės glaukomos ar akies skausmų pasireiškimą. Tokiais atvejais kataraktos operacija būna techniškai sudėtinga, padidėja pooperacinių komplikacijų rizika, regėjimas atsistato per ilgesnį laikotarpį. Jeigu dėl antrinės glaukomos žūsta nervas – regėjimo susigrąžinti nebeįmanoma.

Užs. Nr. 002

Modernios ir saugios operacijos.

Akių chirurgijos centre operacijos atliekamos pasitelkiant gydytojų patirtį bei naujas technologijas. Operacijas atlieka ilgametę darbo patirtį sukaupę gydytojai profesionalai: Saulius Ačas, Algirdas Šidlauskas ir Vytautas Jašinskas. Tai puikūs savo srities specialistai, atlikę ne vieną ypač sudėtingą akių operaciją, kas leido įgyti neįkainojamos patirties. Akių chirurgijos centre dirbantys gydytojai aprūpinti modernia diagnostine ir operacine įranga, kokybiškais priemonėmis. Kataraktos operacijos atliekamos fakoemulsifikacijos būdu. Jeigu pastebėjote, kad akyse atsiranda rūkas, matymas ne toks ryškus kaip buvo anksčiau – neatidėliokite vizito pas gydytoją. Šiuolaikinė metodika leidžia pasiekti puikių rezultatų. Svarbu laiku susirūpinti ir neleisti ligai komplikuotis.

Šiuolaikinė mikrochirurginė įranga, kokybiškos priemonės, profesionali patyrusių specialistų komanda padės pasiekti puikių rezultatų. „Akių chirurgijos centras“, Savanorių pr. 66, Kaunas. Registruokitės telefonu (837) 750 805. www.akiuchirurgija.lt





Namu ūkis

Sausio mėnesio priminimai...

Mes jau 2022-ųjų Viešpaties metų kelyje... Ir tegul kasdien tas kelias mums būna prasmingas, kupinas mažų malonių ir džiaugsmingų netikėtumų, naujų atradimų, įdomių darbų ir lengvų atokvėpių!

Apie šios žiemos orus sinoptikai pranašauja ir pagal senolių spėjimus, ir pagal mokslo atradimus. Dažnai jie gerokai skirtingi. O mes linkėjime sau šilumos ir geros nuotaikos šiapus lango ir namų jaukumo.

Namams...

Kaip bebūtų gaila, jau reikia mažu nurinkti Kalėdines puošmenas, tvarkingai sudėti jas į dėžes ir paslėpti kitiems metams. Ypač atidžiai reikia suvynioti ant kartono pagrindo girliandas, kad nesusipainiotų laidai. Ant dėžių, kad vėliau lengvai surastume, užklijuokime Kalėdinį paveikslėlį.

Neišmeskite dovanų maišelių, vnyojamo popieriaus skiaučiu, šventinių servetėlių ir kt. smulkmenų – taip realiai išmoksime keisti savo įpročius, mažiau pirkime, daugiau suvartosime to, ką jau turime.

Neatidėliojant reikėtų išskalbti šventines staltieses, servetėles, kalėdinius rankšluosčius ir dailiai išlygintus sudėti į maišelius, iškvėpinti ir... į atokesnį stalčių. Nustebsite, kaip tie metai greitai bėga ir vėl mums tų daiktų prireiks. Ir nėra didesnio malonumo, kaip rasti viską tvarkingai padėta.

Dar mūsų nusižiūrėti iš kitų šalių kalėdiniai megztiniai, smagios kojines, visokios kepurės ir kiti nuotaiką keliantys dalykėliai – neskubėkime jų nurašyti, tegul jie tampa tradiciniais ir palaukia naujų švenčių.

Žaliai eglutei, jeigu ji vazonėlyje, taip pat reikia dėmesio. Nelaikykite kambaryje ilgai, kad užmigęs žiemai medelis neatgytų. Išnešę sausį į šaltį ar mėgindami pasodinti tokią žaliaskarę į gruntą – pražudytume. Todėl jai reikia rasti vėsesnę vietą – uždarame balkone, rūsyje ar kitur. Kovą – balandį jau galima išnešti ir į lauką, o atšilus gruntui jau galima ir persodinti.

Eglutė ar kėnį persodindami turėsite atkreipti dėmesį į medelio rūšį ir veislę, atitinkamai pritaikyti gruntą. Tačiau nusiteikite, kad sėkmė – ne šimtaprocentinė. Jei pirkote gan didoką eglutę, o ji išprausta į mažą vazoną, tikimybė tokia, kad jos šaknys yra stipriai apkapotos, pažeistos ir medelis neprigis. Kitąmet pirkite tiesiai iš augintojų, medelyne.

Dažnai per žiemos šventes namus puošiamo ar dovanų gauname gyvų gėlių vazonėlyuose. Apie jų priežiūrą plačiau – patarimuose gėlininkams.

Dovanos, dovanos, dovanos... Kad ir kiek bekalbėtume apie jų mažinimą, Kalėdų seniai darosi vis dovesni, dovanų kaugės po eglėmis vis didėja. Verta atidžiai peržiūrėti šeimynos gautas dovanėles, nuspręsti, ką tikrai panaudosite, o tai, kas kelia abejonių ar nėra galimybės pasikeisti (dabar jau madinga palikti ir čekį), tiesiog padovanokite labdarai ar tam, kam šio daikto tikrai reikia, kas jį vertins ir panaudos.

Išėję kokią ramesnę dieną po švenčių pasivaikščioti, užsukite į prekybos centrą ir dabar jau tikrai be šurmulio ir su didele nuolaida galite aptikti kitoms Kalėdoms reikalingų dalykų. Prislėpę juos kuo giliau, gruodį pasidžiaugsite savo įžvalgumu.

O kad šventinė nuotaika taip greitai iš namų neiškeliautų, verta prisiminti natūralių eterinių aliejų magišką galią sveikatai, nuotaikai ir visai aplinkai pagerinti. Mokslas tvirtai įrodė, kad veikliosios eterinių aliejų fitoorganinės medžiagos, patekusios į organizmą per kvėpavimo takus, odą, gleivinę labai greitai pasiekia centrinę žmogaus nervų sistemą ir daug greičiau nei tinktūros ar tepalai malšina skausmą, padeda atsipalaiduoti, veikia gilesnius organus, naikina infekciją. Raskite laiko, domėkitės aromaterapija, taip pat fitoterapija.

Gėlininkui, sodininkui, daržininkui...

Nusipirkote šventėms ar gavote dovanų puansetijų vazonėlių, plokštenių kaktusą, persinį ciklameną, orchidėją ar kitą žydinčią gėlę? Nepalikite jos be priežiūros, kad dar po savaitės kitos netektų išmesti.

Dažniausiai skundžiamasi, kad greitai nuleipsta ir kambario temperatūros neatlaiko puansetija (puošnioji karpazolė). Nepamirškite, kad ši dar Kalėdų žvaigžde vadinama gėlė tikrai ne „vienkartinė“ ir jai numetus lapus neskubėkite išmesti. Tai daugiametis augalas. Nužydėjus reikia ją keletą mėnesių laikyti ramybėje, vėsiai.

Pavasarij nugenėkite, persodinkite į gerą žemę, neškite į šilumą, laistykite, karkykite ir formuokite medelį. Subujojusi prieš kitos žiemos šventes ji vėl pradžiugins naujais žiedais. Vienas perspėjimas – jai labai nepatinka skersvėjai. O prieš perkant gėlę nuo jų gali būti nukentėjusi ir pažeista dar prekybos centre. Turėkite kantrybės, gal pasiseks atgauti vintą augalą.

Kalėdų kaktusas, tikrasis plokšteni (lot. Schlumbergera truncata) žydi paprastai Kalėdiniu laikotarpiu, todėl taip ir vadinamas. Tai tropinis kaktusas, ne dykumų, todėl laistyti jį reikia saikingai, tačiau drėgmę palaikyti nuolat. Stebėkite, kada išdžiūsta viršutinis žemės sluoksnis, tada ir liekite, tačiau ne iš viršaus, o tik žemę.

Jei netikėtai pradėjo kristi žiedai, tikriausiai perlaistėte ar per šiltai laikote vazonėlių, o gal trūksta šviesos. Po žydėjimo šiam kaktusui būtinas 30 dienų ramybės laikotarpis. Tomis dienomis neturėkite, nekarkykite. Po ramybės periodo jau galima nuskabyti nuvytusius žiedus ir rūpintis gėle kaip įprasta.

Švenčių metu taip švytinčiai žydėjęs naujai įsigytas ar dovanų gautas ciklamenas taip pat dažnai greitai nuvilia. Tačiau ir jis nėra „vienkartinė“, kaip mėgstame sakyti, gėlė. Tinkamai prižiūrimas jis gali žydėti metų metus. Jei laikysite žydintį ciklameną ištiklinate balkone, kur temperatūra 6–12°C šilumos, žydėjimas gali tęstis net apie pusmetį.

Peržydėjusį ciklameną pradėkite laistyti vis mažiau, netręškite – jam taip pat reikalingas ramybės periodas. Tačiau nepersistenkime – ne uždirovinkime visiškai, ypač jaunas, su dar mažais šakniagumbiais augalus. Teko girdėti – yra padedančių ciklameną į šaldytuvą. Jokių būdu! Po kurio laiko ciklamenas ataugins lapelius. Pasistenkite jam rasti pačią šviesiausią ir vėsiausią vietą.

Atvirkščiai – žydinti orchidėja (Phalaenopsis) gerai jausis šilumoje. Ji mėgsta drėgną ir šviežią orą, bet nepakenčia skersvėjų. Jas įprasta auginti permatomuose vazonėlyuose, todėl lengva stebėti, kada augalui reikia vandens: jei šaknys šviesiai žalios, žalios ar žalsvos, tuomet drėgmės pakanka, jei papilkėjusios, jau reikia laistyti. Orchidėjos nemėgsta kieto vandens. Labiau patinka lietaus ar virintas vanduo. Kas trečią laistymą reikia patręšti specialiomis trąšomis, tačiau ne anksčiau, kaip po kelių mėnesių po pirkimo, kad nepertęstume.

Nužydėjusių orchidėjų žiedkotį nupjauti ar palikti? Ši gėlė neturi ramybės periodo, po keletos mėnesių ir vėl žydi. Tačiau gėlininkai primena, kad iš peržydėjusios akutės nauji žiedai nesiformuoja. Todėl žiedkotį galite nupjauti visą, palikti jo viršutinę dalį ar nupjauti iki miegančios akutės, paliekant 1 cm virš jos. Bet štai margaziedžių, ūksminių, gražių ir storalapų rūšių orchidėjų žiedkočių nupjauti nereikia, nes ant jų bus sukrauti nauji žiedai.

Apskritai visuomet stenkitės pasilikti naujos gėlės etiketę arba užsirašyti jos pavadinimą, kad vėliau galėtumėte patikslinti, kokių sąlygų būtent šios rūšies gėlei labiausiai reikia.

O kaip sode? Šiltą storoką sniego sluoksnį naujametinis lietus greitai nulijo, vėl juos apnuogindamas, taip pat ir gėlynus. Taigi aplankykime juos, patikrinkime, kaip ten kas laikosi, ar vėjai nenudraskė apdangalų. Žemės sluoksnis šiuo metu gerokai įšalęs, tačiau verta užmesti eglėšakių ant jautresnių augalų, pamulčiuoti durpėmis. Gal kur susikaupę gausiai vandens, jį būtina grioveliais nuleisti.

Oro temperatūros permainas greitai pajunta net ir podėliuose saugomas derlius: vaisiai, daržovės, daugiamečių gėlių gumbai... Būkime budrūs, stebėkime, perrinkime ir pašalinkime viską, kas nors truputį genda. Ypač tai pasakytina apie bulves. Kelios supuvusios ir sudrėkusios gali pražudyti visa derlių. Atidžiai stebėkite ir svogūnus, česnakus, morkas.

Lėkte pralėks keli žiemos mėnesiai, todėl nestresuojant būtina ramiai, tačiau neatidėliojant daryti inventurizaciją: kokios likusios atsargos, kiek ir ko reikia įsigyti. Trąšos, sėklos, inventorius! Nauji planai ir sumanymai, informacija apie naujas sodų ir augalų madas – štai ir pralėks kaip vėjas ilgi ir tamsūs vakarai besiruošiant šiuo metų darbams. Tiesa... kas dar? Aha, prieskoninių žolelių sėja ant palangės... Ratas sukasi.

Pašnekesiai Šviesa grįžta...

Sunku po švenčių atsibusti tarsi iš gražaus sapno ir pereiti į kasdienybę. Norėtuši dar pratesti šį švelnių emocijų, malonaus jaudulio ir nuostabių akimirų kupiną laiką, kai nesivaržome sakyti viens kitam gražių žodžių, linkėjimų, teikiame dovanas, darome malonias staigmenas. Šypsomės saviems ir nepažįstamiems, susijaudinę žiūrime šimtą kartų Kalėdinius filmukus, traukiame iš lentynų niekučius, įvairias namų puošmenas ir džiaugiamės tarsi vaikai viskuo, kas skaidrina nuotaiką.

Kaip sulaukyti šią mus apgaubusią aurą, kaip išsaugoti kuo ilgiau nors dalelę to šventumo, užpildžiusio mūsų širdis? Negi supakavę tarsi eglutės žaisliukus padėsime į lentyną ir tą gražiąją savo širdies dalelę? Tikėkimės, kad taip nenuitiks bent kurį laiką. Nes vargu ar galėtume pamiršti, kaip gražiai šiomet beveik kiekvienas miestelis puošėsi, laukė švenčių, kaip kiekviena bendruomenė norėjo turėti prie bažnyčių savas prakartėles, būrėsi ir stengėsi vienaip ar kitaip kartu paminėti šventes, nors ir labai buvo neramu – pandemija ir nauja Covido banga tiesiog pragaištingai alsavo į nugarą. Ar galėtume pamiršti, kaip dosniai žmonės aukoję miltiečių geriams darbams? Bent aš tikiu, kad visi šie ir kiti gražūs dalykai tikrai nustumė į antrą planą iki kaulo įgrįsusius pastarųjų mėnesių ginčus, nesutarimus, politikavimą, susipriešinimą ir visokius nereikšmingus, bet labai varginančius ginčus.

Keli pastarieji žiemos mėnesiai bent jau mums, vyresniesiems, tariamai užsitarnavusiems tą vadinamąjį poilsį, leis kiek ramiau ir lėčiau leisti laiką namuose, ramia sąžine mėgautis gera knyga, įdomiu filmu, koncertu, daugiau laiko skirti miėlam rankdarbiui ar tiesiog pokalbiui su drauge. Mintyse galėsime jau planuoti pavasario ir vasaros darbus, pasvajoti, ką tokio norėtume pagaliau nuveikti įsimintino, naujo, nepatirto.

Neskubėkime atgali į pilką kasdienybę. Ji užklups ir taip, nepasirošiusius. O dabar dar iki Trijų Karalių, mūsų biblijinių herojų Kasparo, Merkelio ir Baltazaro dienos, švėskime ir džiūgaukime! Kaip ir jie, nuneškime kūdikėliui Jėzui brangias dovanas, savo širdies auksą, dovanokime mirą ir smilkučią – sveikinkime, linkėkime, dalinkimės tuo, ką turime gražiausia ir geriausia, nes viskas sugrįš su kaupu, nereikia tuo net abejoti. O Šienpjovių žvaigždynas, nuėjęs savo kelią, jau ilgina dieną – ŠVIESA sugrįžta.

Linkėdama laimingų 2022-ųjų,
Jūsų Augustina

SKANAUS!

Burokėliai vaistui ir maistui

Stebuklingu gyduoliu, šakniavaisių karaliumi ir dar visokiausiais pelnytis pagiriamaisiais epitetais yra apdovanotas burokėlis. Nuo senų senovės tai žinojo ir ne tik kaip daržovę, bet ir kaip gydymą priemonę burokėlių vartojo arabai, persai. Į savo receptus jį įtraukė Hipokratas. Jį vertino garsūs senovės gydytojai ir kaip puikią priemonę nudojo nuo virškinamojo trakto ir limfagyslių ligų, jo pagalba gydė pūlingas ir piktybines opas, mažakraujystę ir kt. Priskaiciuojama per šimtą gydomųjų burokėlių savybių!

Maistui naudojami ir burokėlių lapai, ir šakniavaisiai. Daržovė labai atspari ir šviežia gerai išsilaiko ilgą laiką. Anot specialistų, ši unikali daržovė, kurios vitaminų, karotinoidų ir folio rūgšties rinkinio nesunaikina ilgas laikymas ir aukšta temperatūra, yra dar per mažai vertinama.

Keptų burokėlių salotos

Burokėlius iškepti orkaitėje, nulupti ir sutarkuoti stambia tarka. Smulkiai supjaustyti išmirkytus džiovintus abrikosus arba slyvas. Susmulkinti išgliaudytus riešutus, su trinti porą skiltelių česnako, viską sumaišyti (dėti priedus pagal skonį – daugiau ar mažiau), berti druskos, skaninti aliejumi, citrinos sultimis, arba galima dėti lygiomis dalimis sumaišytos grietinės su majonezu.

Burokėlių ikrai

Reikės: 500 g nevirtų burokėlių, 2–3 šaukštų cukraus, 2 šaukštų sviesto, pusės citrinos sulčių, druskos, citrinos žievelės.

Burokėlius nulupti ir sumalti mėsmale, berti cukrų, dėti sviestą, supilti citrinos sultis, įtarkuoti cit-



rinos žievelės, pasūdyti pagal skonį, viską sumaišyti ir virti ant lėtos ugnies 5–10 minučių, nuolat maišant.

Burokėlių gira

Nuplautus, nuluptus burokėlius stambiai sutarkuoti ir pridėti jų trečdalį trilitrinio stiklainio. Užpilti virintu vandeniu, įdėti 100 g cukraus, 50 g juodos duonos. Uždengtą marle stiklainį laikyti šiltai, kol nustos rūgti. Paskui pastatyti šaltai. Nugėrus galima vandens papildyti.

Atsiminkite: storoji lapkočių dalis ir viršutė burokėlio dalis – nuodingi. Jų negalima valgyti, ruošiant reikia nupjauti. Šakniavaisiai su baltais ruožais – nemaistingi. Maistui rinkitės kuo tamsesnius, pailgus ir saldžius burokėlius. Vitaminai ir spalva daržovėje išliks, jei prieš virdami ar kepdami nelupsite, virsite pasaldintame vandenyje (ketvirtadalis arbatinio šaukštelio litrai vandens) uždengta poodė.

Gydymui tiks nevirtų burokėlių sultys. Nevirtuose burokėliuose išlieka daugiau vitaminų, bet organizmas pasisavina geriau virtus.

Gyventojų senėjimas – ne tik Lietuvos, bet ir Europos ypatybė

Ilgėjanti gyvenimo trukmė – didelis žmonijos laimėjimas, lemtas daugelio teigiamų pokyčių svarbiausiose žmonių veiklos srityse. Šie procesai sparčiai keičia daugelio valstybių demografinę struktūrą. Tai sąlygoja dabartinę vakarų pasaulio ypatybę – gyventojų senėjimą.

Gyventojų senėjimo problema kompleksinė, apimanti įvairias sritis. Naujas jaunų ir vyresnio amžiaus gyventojų santykis visuomenėje verčia naujoms poreikiams pritaikyti turimus visuomenės ekonomikos (galimybes dalyvauti darbo rinkoje, pajamų lygį), socialinio saugumo (socialines garantijas), sveikatos apsaugos (poreikius atitinkančią paslaugų plėtrą), žmogaus visaverčio gyvenimo (poreikius atitinkančius būstus, aplinką, gyvenviečių infrastruktūrą, susisiekimą ir panašiai), politikos (politinių ir visuomeninių organizacijų galia) ir kitus išteklius.

Gyventojų senėjimas Lietuvoje, kaip ir kitose valstybėse, sukelia sudėtingus daugelio sričių socialinius ir ekonominius pokyčius, kuriuos svarbu teisingai įvertinti ir numatyti, kad būtų galima laiku imtis veiksmų. Šių veiksmų tikslas – kuo geriau pasinaudoti teigiamomis visuomenės senėjimo pasekmėmis ir įveikti ar sušvelninti neigiamas jo pasekmes.

Remiantis Lietuvos statistikos departamento duomenimis, 2021 m. pradžioje Lietuvoje gyveno 557 tūkst. asmenų, vyresnių nei 65 m. (19,9 proc. visų gyventojų). Mažas gimstamumas ir ilgėjanti gyvenimo trukmė lemia jau kelis dešimtmečius ryškėjančias gyventojų senėjimo tendencijas ir Europoje, ir Lietuvoje. Atitinkamai šiai gyventojų grupei reikalinga skirti vis daugiau dėmesio.

Siekiant išsiaiškinti produktus ir paslaugas, kuriomis tikimasi pailginti pagyvenusių žmonių „sveiko“ gyvenimo trukmę, asociacija Europos judėjimas Lietuvoje atliko išsamų tyrimą. Remiantis Lietuvos savivaldybių atsakingų asmenų ir Lietu-

vos seniūnų apklausa identifikavome pagrindines senjorų gyvenimą apimančias sritis ir problematiką bei galimus jos sprendimus. Šalia respondentų identifikuotų priemonių buvo išanalizuota užsienio šalių patirtis, mokslinių tyrimų rezultatai ir pasiūlymai. Aktualiausiomis sritimis buvo įvardintos: socialinės ir sveikatos paslaugos, mobilumas, laisvalaikio praleidimo būdai, informavimas ir švietimas, būsto pritaikymas ir asmens saugumo paslaugos.

Vienatvė ir socialinė izoliacija yra pagrindiniai senjorų sergamumo ir mirtingumo rizikos veiksniai. Ypač pažeidžiami patys vyriausieji suaugusieji, gyvenantys vieni. Remiantis naujausiais tyrimais, 20–30 proc. vyresnio amžiaus žmonių yra socialiai izoliuoti arba jaučiasi vieniši.

Atlikta respondentų apklausa pagrindinis su laisvalaikio susijusios problemos aktualiausias yra patiems seniausiems senjorams, kadangi jie ir blogiau informuoti apie vykstančius renginius, ir nuvykti jiems iki jų dažnai būna sudėtinga, ir tų renginių infrastruktūra dažnai būna nepritaikyta vyresnio amžiaus žmonėms.

Tyrimas parodė, kad socialinės apsaugos ir sveikatos paslaugos yra svarbiausios paslaugos senjorams, kadangi yra tiesiogiai susijusios su jo asmeniu ir turėtų būti teikiamos „čia ir dabar“. Iš pasiūlytų priemonių teikiant socialines paslaugas darysiančias didžiausią poveikį senjorų gyvenimo kokybei, reikėtų laikyti pasiūlymus: mažinti mokesčius asmenims, kurie apsiima globoti pagyvenusius artimuosius ir/arba įskaitant tą laiką į darbo stažą, aktyvinti

kaimo bendruomenes užsiimti ir rengti projektus socialinei gerovei gerinti, steigti „savipagalbos“ grupes, kuriose motyvuoti bendruomenės nariai padėtų kitiems asmenims, čia galėtų būti kuriamas socialinis tinklas senjorams bei pagyvenusiems žmonėms, sukurti programėlę, kurią atsisiuntę iš išmanųjį prietaisą atsakingas ir pasirengęs savanoriavimui pilietis matytų pagyvenusio žmogaus pagalbos poreikį. Perspektyvoje tokia programa senjorui ar neigiamam jo prašomą paslaugą suteikęs pilietis gautų apmokėjimą už paslaugas iš savivaldos.

Mobilumas, kaip ir informavimas ir švietimas, yra universalios paslaugos, kurios susijusios su visų kitų paslaugų. Lietuvoje tai ypač aktualu žmonėms, gyvenantiems atokiaose vietovėse. Tyrimas atskleidė, kad Lietuvoje aktualiausias yra senjorų pavežėjimo poreikis, kuris tampa dar labiau aktualus moksleivių atostogų metu, kai pavežėjimas – tai ir pasinaudojimas geltonuoju autobusu (dabar juo vežami tik moksleiviai), specialusis taksi, kuris galėtų būti senjorų kviečiamas pagal poreikį, ir dalį išlaidų galėtų kompensuoti savivaldybė. Ši problema D. Britanijoje yra sprendžiama įdiegus normatyvų sistemą, kai viešojo transporto judėjimo maršrutai yra išdėstyti taip, kad kiekvienos sodybos gyventojai galėtų pasiekti artimiausią viešojo transporto stotelę ne ilgiau kaip per 15 min. Kituose šaltiniuose siūlomas diegti viešasis transportas be vairuotojų; vietovėms, kuriose yra daug senyvo amžiaus žmonių, būtų tikslinga suilyti sukurti programėlę, kuri „suvestų į vieną vietą“ norinčius kažkur vykti ir tuos, kurie galėtų atlikti tokią paslaugą. Tai padėtų savivaldybės teritorijoje esančių gyventojų mobilumo paslaugai realizuoti.

Asociacija Europos judėjimas Lietuvoje vykdo projektą „Senjorų įsitraukimas į demokratinį viešojo valdymo procesus“ (Nr. 10.1.2-ESFA-K-917-03-0013). Projektas parengtas pagal veiksmų programos priemonę 10.1.2-ESFA-K-917 Visuomenės nepakantumo korupcijai didinimo ir dalyvavimo viešojo valdymo procesuose skatinimo iniciatyvos. Projektas finansuojamas iš Europos socialinio fondo. Užs. Nr. 003

Kuriame Lietuvos ateitį
2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa



SAM informuoja apie Galimybės paso pakeitimus nuo gruodžio 28 d.

(Atkelta iš 4 p.)

praėjo ne daugiau kaip 210 dienų (bet ne anksčiau, nei asmeniui baigėsi paskirtos izoliacijos terminas).

Tyrimus atlikusiems asmenims:

- kai asmuo prieš mažiau nei 60 dienų yra gavęs teigiamą (kai nustatomi anti-S, anti-S1 arba anti-RBD IgG antikūnai prieš SARS-CoV-2) kiekybinio ar pusiau kiekybinio serologinio imunologinio tyrimo atsakymą. Atkreipiame dėmesį, kad mobiliuose punktuose atliekami greitieji serologiniai testai Galimybės pasui nėra tinkami. Šalies gyventojai gali atlikti kiekybinį ir pusiau kiekybinį serologinį tyrimą ir po persirgimo, ir po pilnos vakcinacijos schemas.

- atlikusiems mokamą PGR tyrimą ir gavus neigiamą rezultatą – ne anksčiau nei prieš 72 valandas (skaičiuojant nuo ėminio paėmimo momento).

Nuo gruodžio 28 d. Galimybės

pasas ar jam alternatyvūs dokumentai bus privalomi ir **vaikams nuo 12 metų ir 2 mėnesių iki 16 metų** amžiaus. Galimybės pasas ir jam alternatyvūs dokumentai bus išduodami pasiskiepėjusiems, persirgusiems ar tyrimus atlikusiems vaikams:

- ne anksčiau kaip prieš 7 dienas (skaičiuojant nuo ėminio paėmimo momento) atliktas PGR tyrimas arba nosies landomų tepinėlių ėminių kaupinių tyrimas PGR metodu ugdymo įstaigoje ir nustatytas neigiamas rezultatas;

- neribotą laiką išduodamas pasiskiepėjus pagal pilną schemą arba persirgus (kai liga patvirtinta teigiamu PGR tyrimo rezultatu) ir pasiskiepėjus bent viena vakcinos doze. Šiuo metu sustiprinančiąja doze vaikai nėra vakcinuojami;

- persirgus, kai diagnozė buvo patvirtinta remiantis teigiamu PGR tyrimo ar antigeno testo rezultatu, o nuo teigiamo tyrimo rezultato praėjo ne daugiau kaip 210 dienų (bet ne anksčiau, nei asmeniui baigėsi paskirtos izoliacijos terminas);

- prieš mažiau nei 60 dienų gavus teigiamą (kai nustatomi anti-S, anti-S1 arba anti-RBD IgG antikūnai prieš SARS-CoV-2) kiekybinio ar pusiau kiekybinio serologinio imunologinio tyrimo atsakymą.

Sveikatos apsaugos ministerija primena, kad pasiskiepyti pirmą kartą arba gauti sustiprinančiąją COVID-19 vakcinos dozę gyventojai gali registruodamiesi internetu [Korona.stop.lt](https://korona.stop.lt) arba telefonu 1808. Pasiskiepyti taip pat galima kai kuriose sveikatos priežiūros įstaigose pas šeimos gydytoją. Norėdami sužinoti, ar asmens sveikatos priežiūros įstaiga vykdo skiepimą nuo COVID-19 ligos, šalies gyventojai turėtų kreiptis į įstaigos registratūrą.

Ko svarbu nepamiršti asmenims, turintiems Galimybės pasą?

- Siekiant išvengti COVID-19 plitimo, pajutus pirmuosius peršalimo simptomus, labai svarbu likti namuose ir registruotis COVID-19 tyrimui skambinant į Karštąją liniją



Amžinąjį atilsį...

Nutolo balsas. Negrįžtamai išėjo mylimas žmogus – Mama. Pasiliko tylūs namai...

Skaudžią netekties valandą dėl mylimos Mamytės mirties nuoširdžiai užjaučiame Dalę LAZAUSKIENĘ ir visus artimuosius.

Telydi velionę Amžinybės šviesa, o liūdinčius – dvasios stiprybė.

„Gyvenimo“ kolektyvas

Keičiasi specialiųjų transporto priemonių praleidimo tvarka

(Atkelta iš 2 p.)

Keičiasi specialiųjų transporto priemonių praleidimo tvarka

Keičiantis daliai Kelių eismo taisyklių (KET), vairuotojai kviečiami susipažinti su būsimais pokyčiais, kokia tvarka nuo šių metų reikės praleisti specialiasias transporto priemones ir jas lydintį transportą. Naujoji tvarka leis policijos, greitosios medicinos pagalbos, gaisrinės ar kitų specialiųjų transporto priemonių vairuotojams nelaimės vietą pasiekti greičiau ir taip prisidėti prie gyvybių išsaugojimo.

Atkreipiame dėmesį, kad nuo Naujųjų pastebėję specialiasias transporto priemones su įjungtais mėlynais ir raudonais (arba tik mėlynais) švyturėliais ir specialiaisais garso signalais bei jas lydintį transportą vairuotojai turės elgtis kitaip.

Nuo sausio 1 d. važiuojant keliu, kuriame galima važiuoti tik viena kryptimi ir turinčiame dvi ir daugiau eismo juostų, pastebėjus specialiasias transporto priemones, kraštinėje kairėje eismo juostoje esančios transporto priemonės turės trauktis kairėn. Visos kitos transporto priemonės, esančios dešiniau, turės trauktis dešinėn ir taip sudaryti avarinį koridorių specialiosioms transporto priemonėms.

Dabar galiojantis praleidimo principas išlieka kelyje, kuriame viena kryptimi yra viena eismo juosta:

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

Musikaltimai nelaimės

Radinys. Gruodžio 28 d. apie 19 val. 30 min. Prienuose, patikrinimui sustabdžius automobilį „Audi A6“, pas vyrą (g. 1997 m.) rasta, įtariama, augalinės kilmės narkotinė medžiaga. Įvykis tiriamas.

Smurtas. Gruodžio 29 d. apie 19 val. 30 min. Prienu r., Veiverių sen., Kampinių k., išgertuvių metu neblaivus (2.72 prom. alkoholio) vyras (g. 1962 m.) smurtavo prieš neblaivų (2.64 prom. alkoholio) sūnų (g. 1985 m.). Įtariamasis buvo sulaikytas ir uždarytas į ilgalaikio sulaikymo patalpą.

Sausio 1 d. apie 19 val. 30 min. Prienu r., Jiezne, namuose, neblaivus (1.76 prom.) vyras (g. 2001 m.) smurtavo prieš neblaivą (1.68 prom.) motiną (g. 1979 m.) ir neblaivų (1.64 prom.) dėdę (g. 1980 m.). Įtariamasis buvo sulaikytas ir uždarytas į ilgalaikio sulaikymo patalpą.

Vairavo neblaivus. Sausio 1 d. apie 4 val. 30 min. Prienu r., Balbieriškio mstl., Vilniaus g., buvo sustabdytas automobilis „BMW“, kurį vairavo neblaivus (1.81 prom.) vyras (g. 1990 m.).

Gaisras Veiverių seniūnijoje. Gruodžio 28 d. 15:06 val. gautas pranešimas, kad Prienu r. sav., Veiverių sen., Mozūriškių k., Draugystės g., atvira liepsna dega namas. Atvykus ugniagesiams gyvenamasis namas degė atvira liepsna. Pastatas medinis, 15x6 m dydžio, vieno aukšto, su mansarda, stogas dengtas šiferiu. Nudėgę namo stogas, išdegę medinė perdanga ir namo vidus su namų apyvokos daiktais. Iš namo išnešti du dujų balionai. Išsaugoti keturi ūkinės paskirties pastatai, esantys už 5, 20, 30 ir 40 m nuo

(Nukelta į 7 p.)

1808 arba internetu 1808.lt. Europos ligų prevencijos ir kontrolės centras (ECDC) naujausiose rekomendacijose nurodo, kad dažniausi COVID-19 simptomai yra kosulys, karščiavimas, dusulys ir staigus skonio bei kvapo netekimas. Rečiau pasireiškiantys simptomai gali būti gerklės skausmas, sloga, nosies užgulimas, galvos skausmas, šaltkrėtis, raumenų skausmas, nuovargis, vėmimas ir (arba) viduriavimas, svaigulys.

- Asmuo, pajutęs COVID-19 ligos simptomus, gali atlikti ir savi-kontrolės testą, tačiau pasireiškus simptomams, rekomenduojama likti namuose ir į vaistinę nevykti. Nepaisant savikontrolės tyrimo atsakymo, svarbu užsiregistruoti patvirtinančiam PGR tyrimo atlikimui šalies mobiliuose punktuose.

- Taip pat svarbu vengti nebūtinų kontaktų su kitais asmenimis – nedalyvauti renginiuose, nesibūriuoti viešose vietose, prekybos centruose. Griežtai rekomenduojama vengti nebūtinų kelionių.

- Jei nustatyta COVID-19 liga, asmuo privalo izoliuotis, užpildyti Nacionalinio visuomenės sveikatos centro anketą, kurią galite rasti čia, ir joje nurodyti visus sąlytį turėjusius asmenis bei lankytas vietas.

SAM Spaudos tarnyba

SPRENDIMAI PRIIMTI BIRŠTONO SAVIVALDYBĖS TARYBOS 2021 M. GRUODŽIO 30 D. POSĖDYJE

Eil. Nr.	Sprendimo numeris	Sprendimo antraštė
1	2	3
1.	TSE-205	Dėl Birštono savivaldybės infrastruktūros plėtros įmokos tarifo patvirtinimo
2.	TSE-206	Dėl Birštono savivaldybės infrastruktūros plėtros įmokos mokėjimo ir atleidimo nuo jos mokėjimo tvarkos aprašo patvirtinimo

Gyventojų dėmesiai!

AB Birštono sanatorija „Vermė“ išparduoda lovas, spintas, kėdes ir kitą nenaudojamą inventorių. Išpardavimas vyks **2022 m. sausio 5–6 d.** (trečiadienį, ketvirtadienį) **nuo 13:00 val. iki 15:00 val.**

A korpuso rūsyje (fojė valgyklos link) adresu: B. Sruogos g. 6, Birštonas.

Komisija

PARDUODA

Kietas kuras

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

PARDUODAMOS KOKYBIŠKOS MALKOS. Keitųjų arba minkštųjų lapuočių – azuolas, uosis, beržas, juodalksnis. Miškininko kokybės kontrolė ir atvežimas. Užsakant 5 arba 10 erdm – atvežimas nemokamas. **Tel. 8 635 82 808.**

Įvairios prekės

Parduodami nauji šaldytuvai ir šaldikliai „Snaigė“. **Kalėdinės nuolaidos ir garantija 5 metai.** Pristatymas į namus nemokamas. **Tel. 8 675 50 466.**

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

ĮVAIRŪS

Informuojame žemės sklypų, esančių Prienu r. sav., Išlaužo sen., Purvininkų k. (kadastr. Nr. 6948/0002:368) savininkės J. J. paveldėtojus, (kadastr. Nr. 6948/0002:369) savininkės A. K. paveldėtojus, (kadastr. Nr. 6948/0002:27) savininkę I. R., kad matininkas Audrius Kreivys, dirbantis pagal individualios v. pažymą Nr. 872647 (kvalifikacijos pažymėjimo Nr. 2M-M-2505) 2022 m. sausio 17 d. nuo 10:00 val. vykdys žemės sklypo (kadastr. Nr. 6948/0002:308), esančio Prienu r. sav., Išlaužo sen., Purvininkų k., ribų paženklinimo darbus.

Prireikus išsamesnės informacijos, prašome kreiptis pas matininką Audrių Kreivį adresu: A. Juozapavičiaus pr. 82A, Kaunas, el. paštu audriuskreivys@gmail.com arba telefonu 8 676 72 848.

Musikaltimai ir laimės

(Atkelta iš 6 p.)

gaisravietės. Gaisrui gesinti vanduo buvo tiekiamas iš gamtinio vandens šaltinio, esančio už 50 m. Dūmų detektorius neįrengtas. Pajėgų atvykimas į gaisravietę užtruko dėl slidžios kelio dangos.

Gelbėjo šunį. Gruodžio 29 d. gaisrininkai gelbėtojai vyko į Prienu r. sav., Šilavoto sen., Lėsiškio k., gel-

bėti kanalizacijos šulinyje 3 m gylyje įkritusio šuns. Glaustinėmis kopėčiomis nusileista į šulinį, šuniukas iškeltas ir perduotas šeimninkei.

Degė suodžiai. Gruodžio 29 d. 18:27 val. gautas pranešimas, kad Prienu r. sav., Prienu sen., Strielčių k., Liepų g., dega namas. Atvykus ugniagesiams atvira liepsna degė kamina. Pabudėta, kol suodžiai išdegė. Namai 1 a., mūrinis, 11x8 m, stogas dengtas skarda. Dūmų detektoriaus nebuvo.

Juozo Lukšos jubiliejinus metus palydinti

(Atkelta iš 2 p.)

sodo varteliuose subraškėjo netyčia užkliudyti ginklai, išduodami, kad partizanai jau čia. >... <– Sveikinu Naujųjų metų pradędant naują gyvenimą. Kaip spėjai pasigirti, nuo šiol viena pėda keliausim, – šypsodamasis pasisveikino Skirgaila. >... <Po pasikalbėjimo su Tauru apygardos vadu Mykolu Jonu nuo šios dienos jau buvau partizanas ir turėjau numatytas man pareigas – Geležinio Vilko rinktinės spaudos skyriaus vadovo. >... <Pasibaigus susitikimui keliolika minučių po dvyliktos tamsumoje nutolo paskutiniai partizanų žingsniai. Mudu su Stepu irgi nesnaudėm. Pagal susitarimą su Kardu dar šią naktį turėjome iškelti jiemis iš paskos. Visi mūsų paruošti partizanavimui reikmenys buvo palikti pas K. Čia persirengėm iš anksto paruoštais drabužiais, susiveržėm diržais, prisitvirtindami prie jų šovininės ir granatos ir pasiruošėm atsisveikinti su namiškiais.

Mamos skruostais riedėjo ašaros. Priėję prie jos, abu su broliu Stepu priklaupėm, laukdami palaiminimo. Ištiesusi savo sugrūbusias nuo darbo rankas, bet švelniais kaip motinos, priglaudė prie savęs mudviejų palenktas galvas ir tyliai laimino pasirinktą kelią, kurį mums nurodė gili Tėvynės meilė, priešinimasis prieš elementariausių žmogaus teisių sunaikinimą, prieš žmogaus protu neaprepiamą dvidešimtojo amžiaus vergiją. „Viešpats Dievas tesaugo judviejų žingsnius,“ – buvo paskutiniai mamos žodžiai.

Širdyje prašydami Aukščiausiojo palaimos, išpaudėm



Gintautas Mauricas su Kęstučiu Lukša.

pirmuosius partizaniškus žingsnius į gimtąją žemę, dėl kurios prisiekėm paaugoti visas žemiškos laimės viltis ir net gyvybes. Šis kelias jau tūkstančius buvo pakvietęs šventon kovon...“

Parengė Dalia Lukšaitė-Maciukevičienė

P.S. Šiuo išskirtiniu gruodžio 31-osios susibūrimu ir žygiu aktyvioji VŠĮ „Lukšų vyrai“ veikla nesibaigė – jau sausio 7-8 dienomis bus organizuojama stovykla „Vilkų ir vilkiukų žiema“ tėvams su vaikais. Temos – vilkai, ugnis, vanduo, žemė ir ryšio tarp artimųjų stiprinimas.

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.**

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

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.**

PERKA

Nekilnojamasis turtas

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

Gyuliai, 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.**

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

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.**

PERKA GALVIJUS
KARVES, TELYČIAS, BULIUS
PAGAL SKERDENAS ARBA GYVŲ SVORĮ. SVERIA, MOKA IŠ KARTO, PAIMA PATYS.
Tel.: (8-614)93124

PERKA
KARVES, BULIUS, TELYČIAS
8 620 25 152, 8 800 08 801
ATSISKAITOME IŠ KARTO!
Pagal skerdeną ir gyvų svorį. Brangiai mėsinis

UM
UTENOS MĖSA
BRANGIAI PERKA GALVIJUS
8 620 33544
Moka iš karto!

Delfi TV programa

2022.01.05-2022.01.09

TREČIADIENIS

06:00 2800 km Dunojumi baidare su A. Valujavičiumi
07:00 Mano pramogos veidai
07:30 Mano pramogos veidai
08:00 Ateities karta
09:00 Delfi rytas
10:00 Dakaras be cenzūros
11:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė -Šiaulienė
12:00 Verslo požiūris
12:30 13 731 km dviračiu aplink Skandinaviją
13:30 Į pasaulio kraštą. Šeimos nuotykių ant ratų
14:00 Kieno didesni?
15:00 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga
16:00 Dakaras be cenzūros
17:00 Iš esmės su G. Klimkaite ir K. Pocyte
18:00 Ateities karta
19:00 2800 km Dunojumi baidare su A. Valujavičiumi
20:00 Kaip pas žmones
21:00 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas
21:30 Gimė ne Lietuvoje
22:00 Dakaras be cenzūros
23:00 Iš esmės su G. Klimkaite ir K. Pocyte
00:00 Delfi diena
01:00 Dakaras be cenzūros

02:00 Iš esmės su G. Klimkaite ir K. Pocyte
03:00 Delfi diena
04:00 Kitokie pasikalbėjimai
KETVIRTADIENIS
06:00 2800 km Dunojumi baidare su A. Valujavičiumi
07:00 Ugnikalnių takais
07:30 Ugnikalnių takais
08:00 Sveikatos receptas
09:00 Delfi rytas
10:00 Dakaras be cenzūros
11:00 Delfi rytas. Dienos naujienų apžvalga. Vedėjos Kristina Ciparytė ir Dalia Vaitkutė -Šiaulienė
12:00 Marketingas 360
12:30 Kasdienybės herojai. Vedėja Rūta Lapė
13:30 Orijaus kelionės. Vedėjas Orijus Gasanovas
14:00 Gimė ne Lietuvoje
14:30 Jos vardas mama
15:00 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga
16:00 Dakaras be cenzūros
17:00 Iš esmės su D. Žeimyte-Biliene
18:00 Gimė ne Lietuvoje
18:30 Retro automobilių dirbtuvės
19:00 2800 km Dunojumi baidare su A. Valujavičiumi
20:00 13 731 km dviračiu aplink Skandinaviją
21:00 Į pasaulio kraštą. Šeimos nuotykių ant ratų

21:30 Automobilis už 0 eurų
22:00 Dakaras be cenzūros
23:00 Iš esmės su D. Žeimyte-Biliene
00:00 Delfi diena
01:00 Dakaras be cenzūros
02:00 Iš esmės su D. Žeimyte-Biliene
03:00 Delfi diena
04:00 Kitokie pasikalbėjimai
ŠEŠTADIENIS
06:00 Mano pramogos veidai
06:30 Mano pramogos veidai
07:00 Mano pramogos veidai
07:30 Ugnikalnių takais
08:00 Lietuviškos atostogos
08:30 Marketingas 360
09:00 Šaro Barsa
09:30 Receptų receptai
10:00 Alfido didysis šou. Vedėjas Alfas Ivanauskas
11:00 Radikalus smalsumas
11:30 Kasdienybės herojai
12:30 Šiandien kimba
13:30 Meistro dienoraštis
14:00 neŽVAIRUOK
14:30 Gimė ne Lietuvoje
15:00 13 731 km dviračiu aplink Skandinaviją
16:00 Orijaus kelionių archyvai
16:30 Orijaus kelionių archyvai
17:00 Orijaus kelionių archyvai
17:30 Orijaus kelionių archyvai
18:00 Orijaus kelionės
18:30 Jūs rimtai?
19:00 Šiaurės Korėja – šalis po geležine uždanga
20:00 Lietuviškos atostogos
20:30 Į pasaulio kraštą. Šeimos nuotykių ant ratų
21:00 Kaip pas žmones
22:00 Dakaras be cenzūros
23:00 Iš esmės su D. Žeimyte-Biliene
00:00 Delfi diena
01:00 Dakaras be cenzūros

02:00 Iš esmės su D. Žeimyte-Biliene
03:00 Delfi diena
04:00 Kitokie pasikalbėjimai
SEKMDIENIS
06:00 Mano pramogos veidai
06:30 Mano pramogos veidai
07:00 Mano pramogos veidai
07:30 Ugnikalnių takais
08:00 Lietuviškos atostogos
08:30 Šiandien kimba. Vedėjas Saulius Vigrainis
09:30 Meistro dienoraštis
10:00 Alfas vienas namuose
11:00 Receptų receptai
11:30 Jūs rimtai?
12:00 Sekmdienio Šv. Mišių transliacija
13:15 Sveikatos receptas
14:00 Ateities karta
15:00 13 731 km dviračiu aplink Skandinaviją
16:00 Orijaus kelionių archyvai
16:30 Orijaus kelionių archyvai
17:00 Retro automobilių dirbtuvės
17:30 Automobilis už 0 eurų
18:00 Kieno didesni?
19:00 Kasdienybės herojai. Vedėja Rūta Lapė
20:00 Lietuviškos atostogos
20:30 Šaro Barsa
21:00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu
22:00 Dakaras be cenzūros
23:00 Kitokie pasikalbėjimai
01:00 13 731 km dviračiu aplink Skandinaviją
02:00 Mano pramogos veidai
02:30 Kitokie pasikalbėjimai
04:30 Kasdienybės herojai. Vedėja Rūta Lapė
05:15 Kasdienybės herojai. Vedėja Rūta Lapė

Kultūra mumyse ir šalia mūsų: (ne)atrasti veidai

Šiuolaikiškos profesijos atstovams Černevičiams gyvenimas vienkiemyje – ne trūkumas

(Atkelta iš 1 p.)

tapybos ir keramikos dirbtuvės, kiti reikalai. Na, o Prienų rajone – kitas pasaulis, judantis savu ritmu – tai tylą, erdvę, laisvę, meditacija hamake ir ant laužo ruošti pietūs. Tai zylės ir geniai už lango, zuikiai ir stirmos laukuose, ir sodas, į kurį gali ryte išeiti basas su kavos puodeliu rankose“, – sako Prienų rajone su šeima apsigyvenusi Karolina Černevičienė.

Tiesa, pati Karolina kilusi iš Vilniaus. Veiverių krašte gimė ir užaugo Karolinos vyro mama, ir pats Saulius vaikystėje čia visus laukus išlandžiojo, iki šiol kaimynystėje gyvena ir būrys jo giminaičių.

Sostinėje gimusi ir užaugusi moteris neslepia, jog palikti didmiestį ir išsikraustyti į vienkiemį buvo netikėtas sprendimas ne tik jai pačiai, bet ir jos artimiesiems. „Pirmaisiais metais buvo tikrai sunku. Miestas niekada nestovi vietoje, visada esi judesyje, chaose, triukšme. Tame bėgime ir aš gyvenau, tad nors man ir labai patiko ši ramybė, organizmui ir protui reikėjo daug pastangų prisitaikyti prie „stovinčio laiko“. Kai išmokau lėtesnio gyvenimo būdo, ėmiau jaustis kur kas geriau“, – apie draustišką pokyčius pasakoja Karolina.

Ji iki šiol prisimena ir pirmą mintį, aplankiusią apsigyvenus Prienų krašte – tai laisvė, kuri ir sužavėjo didmiesčio žmogų. „Kurį laiką ilgėjau Vilniaus, bet po poros metų vėl ten nuvažiavusi, supratau, kad jau seniai nebesu to miesto dalimi, kad atradau šį tą daug stabilesnio“, – teigia moteris.

„Miesto“ profesija gyvenimui kaimė netrūkdo

Karolina ir Saulius šiuo metu specializuojasi mažų ir labai mažų gaminių fotografavimo srityje. Šeima dirba su imonių produkcijos įamžinimu. Anot Karolinos, tai itin kruopštus, specifinis darbas, reikalaujantis daug žinių ir apsišarvavimo geležine kantrybe. Čia svarbios ne tik techninės žinios, tokios, kaip produkto anatomija, šviesos fizikos dėsniai, rakurso ir kompoziciniai sprendimai. Taip pat turi apmąstyti labai daug aspektų, suvokti, kad tavo darbo rezultatas nebus tik vaizdas. „Ta nuotrauka tampa viena pagrin-

dinių jungčių tarp kliento ir parduotojo. Šiais laikais, kai vizualinė informacija tapo itin svarbi, o internetinė prekyba tiesiog šoko į aukštumas, mūsų atliekamas darbas yra neatšiejama viso šio proceso dalis“, – apie judviejų su vyru darbo specifiką pasakoja moteris.

Beje, Saulius ne tik fotografuoja, bet taip pat yra fotografijos mokytojas. Gebėjimą perteikti žinias jis turėjo nuo ankstyvos jaunystės. Dar pabaigęs vidurinę mokyklą, joje buvo įsidarbinęs kompiuterių techniku, vėliau čia 5–12 klasių moksleivius mokė informacinių technologijų. Išmokęs fotografuoti ir sukaukęs nemažą žinių bagažą, vėl pasuko mokytojo keliu – vedė fotografijos kursus suaugusiems, kuriuos galėjo lankyti visi besidomintys fotografija. Ilgainiui jo vedami kursai sulaukė tokio susidomėjimo, kad visi norintieji net netilpdavo studijoje. Iggijęs mokytojo patirties, Saulius įkūrė savo fotografijos mokyklą. „Kartais būna keista, kai į mano mokymus ateina fotografai, turintys daugiau patirties ir žinių, nei aš pats – juos žavi pozityvi atmosfera ir galimybė pasimėgauti kūrybine laisvė. Mokymas padeda tobulėti ir man pačiam. Manau, kad tai yra didžiausias mano, kaip mokytojo, pasiekimas“, – minintis dalijasi fotografas.

Saulius pastebi, jog pamažu video formatus užvaldo ne tik socialiniai tinklai, bet veržiasi ir į verslą, prekybą, todėl vis daugiau savo laiko jis skiria naujai sričiai – videografijai. „Iš pirmo žvilgsnio gali atrodyti, kad fotografija ir videografija yra labai panašūs dalykai, tačiau taip tikrai nėra. Kadangi dabartinės technologijos suteikia galimybę ta pačia įranga ir filmuoti, ir fotografuoti, pradėjau eksperimentuoti su filmavimais. Tuomet ir pradėjau pastebėti dalykus, apie kuriuos anksčiau net nesusimąstydavau. Dabar visai kitaip žiūriu ir kino filmus – vietoj to, kad sekčiau siužetą, pagauanu save, analizuojantį scenas – koks apšvietimas, kiek žmonių prisidėjo prie vienos ar kitos scenos paruošimo, kodėl pasirinkta vienokia ar kitokia įranga“, – apie naują savo aistrą pasakoja S. Černevičius.

Šeimos profesija orientuota labiau į miesto rinką, tačiau, anot jų, netikėtai tapo didele mūsų gyvenimo dalimi. Kadise buvo tapusi ne tik darbu, bet ir užimdavo visą laisvalaikį. Ilgainiui, atsirado kitų pomėgių, kurie išstūmė fotografiją iš laisvalaikio sferos, bet foto ir video sfera mes vis dar kvėpuojame, visur ir visada tai pastebime, vis dar tuo gyvename, tai – mūsų šaknys“, – jam antrina ir žmona Karolina.

Paklausti, kodėl nusprendė užsimiti netradicine fotografijos kryptimi – fotografuoti produktus, o ne šeimynines šventes ar peizažus, fotografuoti duetas teigia, kad pačioje pradžioje savo „arkliuko“ ieškojo bandymų keliu – jamžino ir vestuves, ir krikštynas, ir kitokius renginius. Tačiau, Karolinos teigimu, visų sričių apimti negali, nes vienokios taisyklės yra verslo fotografijoje, visai kitokia „galmūro“. Moteris išsitikinus, jog kuo siauresnę sritį pasirenki, tuo geresniu jos specialistu tampi. „Tiesa, kad ir kiek skirtingų sričių būtume išmėginę, kone labiausiai iki šiol žavi portreto žanras. Jis visuomet turi paslėpto žavesio“, – sako fotografė.

Menas – gyvenimo palydovas

Nors Černevičių šeimos gyvenime fotografija – ir hobbis, ir darbas. Greta jos jaunos šeimos gyvenime – daugybė naujų atradimų. Saulius atrodęs video kūrybą, o menininkės gyslelę turinčiai Karolinai labai patinka tapyti. Kartu su tapyba į gyvenimą netikėtai atėjo ir keramikos amatas.

Nors tapyboje Karolina yra naujokė, ir, kaip pati sako, kol kas neaišku, kur visi šie pabandymai nuves, tačiau ji jau yra nutapusi Nyderlandų tapytojo J. Vermejerio paveikslo „Pienininkė“ reprodukciją, kuri su tapybos studijos „ART“ vadovės Žanetos pagalba jau buvo eksponuojama ir parodoje. „Procesas truko gana ilgai, tačiau patirtis buvo neįkainojama. Na, o keramika – tai kita mano terapija. Atsėdėjus ilgas valandas prie kompiuterio, retu suojant nuotraukas, nėra nieko geriau, kaip sustingusias rankas pramankštinti dirbant su moliu. Ne vienerius metus fotografuoju kitų rankomis padarytus gaminius, ilgainiui pradėjo kankinti apčiuopiamumo ilgesys. Tad nutariau pabandyti šį amatą ir pati, o pabandžiusi niekaip negalėjau atsisraukti – keramika mane užbūrė. Dabar ją atrandau labai pamažu, bet su dideliu entuziazmu“, – apie naujus



tam gyvenimas vienkiemyje visai netrūkdo. Priešingai – tai jiems labiau privilegija nei trūkumas, mat po darbų maratono mieste taip norisi atitrūkti nuo aplinkinio pasaulio ir pasimėgauti ramybe. „Šurmulyje mieliai pabūname, bet mums būtinos pertraukos“, – sako Černevičiai.

Fotografijos link pastūmėjo žmona

Beje, Sauliaus gabumus fotografijai dailės mokytoja pastebėjo dar mokykloje. „Buvau vienintelis klaseje, kuris turėjo privilegiją dailės namų darbus atlikti kompiuteriu – dariau fotomanipuliacijas, o sveičiu iš Olandijos vizito proga mokykloje buvo surengta mano skaitmeninių darbų paroda“, – pasakoja S. Černevičius. Tačiau iš informacinių technologijų į fotografijos kelią vyrą visai netyčia nukreipė žmona, kuri, paaugus dukrai, nusprendė įgyvendinti vaikystės svajonę ir išmokyti fotografijos subtilių. „Jai pradėjus mokyti fotografijos, atsivėrė naujos patirtys mums abiem. Grįžusi iš paskaitų, ji papasakodavo neįtikėtinų dalykų, kurių išmoko. Deja, ne viską galėjau suprasti, nes pats to nesimokiau. Viskas buvo taip įdomu, kad vieną dieną ją gerokai nustebinau apsisprendęs, kad aš irgi eisiu mokytis fotografijos.“

Kai mokytojas manęs paklausė, kodėl nusprendžiau mokytis fotografijos, pasijuokiau: „Tam, kad pagaliau suprasciau, apie ką žmona kalba“, – šypsosi pašnekovas.

Anot jo, daugelį aplinkinių stebina, kad iki šiol jie visur kartu – partneriai ne tik gyvenime, bet ir darbe. „Nuo tada, kai pabaigėme mokslus, abu „sirgome“ šia „liga“, vienas kitą papildydavome: žmona, išmokusi ką nors naujo, pasidalindavo savo patirtimis su manimi, aš – su ja. Taip skatindavom vienas kitą tobulėti, stumtis pirmyn. Tapome puikia komanda – žmona geriau išmano ir pastebi vienus dalykus, aš – kitus, taip vienas kitam padedame, pataisome. Bet mums gera viskuo dalintis“, – sako Saulius. „Fotografija visai



atradimus pasakoja moteris.

Savo laikiną keramikos kampelį K. Černevičienė įkūrė jai ypatingoje vietoje – augalų prieglaudoje „Gyvybės langelis“ Kaune. Čia ji ir savanoriauja, padeda prižiūrėti ir gydyti augalus. Dabar Karolina atvira – savo gyvenimo ji neišivaizduoja ne tik be fotografijos, bet ir be augalų. Ir ne tik darbo aplinkoje, bet ir Veiverių krašte įsikūrusiuose namuose. „Mano erdvėje tiesiog privalo būti „žalialis“ kampelis“, o augalų „prieglaudoje“ esantis augalų kiekis išties įspūdingas, buvimas čia ne tik įkvepia – tai ypatingas laikas su savimi“, – sako menininkė.

Visgi šalia visų kitų veiklų Černevičių šeimoje pagrindine vis tiek išlieka fotografija. Kaip žinia, žiema dėkinga švenčių gausa, kurių proga įsiamžinti nori ne vienas, todėl vis dar ketinantiems įsiamžinti šventinėje fotosesijoje Karolina ir Saulius pataria neužmiršti, jog net ir fotografijose svarbu nuosirdus džiaugsmas, geri santykiai ir ramybė.

„Kuo daugiau nuotraukose asmeniškumo, tuo nuotrauka vertingesnė, o, metams bėgant, jos sentimentalioji vertė išaugs dešimteriopai. Tad vietoj to, kad rezervuotumėte laiką anksčiau paruoštoje studijoje, pasvarstykite pasikviesti fotografa ir savo namus, savo komforto zoną. Po daugelio metų, žiūrėdami į nuotraukas, prisiminsite ne tik tai, kokie buvate jauni, bet nuotraukos primins ir namus, kuriuose tuo metu gyvenote, iš kurių, galbūt, jau būsite išsikrauste, o visos šeimos rankomis papuošta Kalėdinė eglutė bus tokia vienintelė ir tik jūsų. To asmeniškumo nerassite net gražiausiai išpuoštoje fotostudijoje“, – patarimu dalijasi fotografijos mokytojas Saulius, prisidėjusių metų proga kartu su žmona linkėdamas šiltų, tikrų emocijų ir gražių prisiminimų, dėmesingumo, savitarpio supratimo ir atjautos. Ir, žinoma, nepamiršti to, kas svarbiausia – džiaugtis vieni kitais bei atkurti ryšius su artimais draugais ar šeimos nariais.

Rimantė Jančauskaitė



K. Černevičienės tapyta J. Vermejerio paveikslo „Pienininkė“ reprodukcija.

Gyvenimas

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

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

Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė

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

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

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

Laikraštis išeina trečiadieniais ir šeštadieniais. Ofsetinė spauda. Apimtis – 2 spaudos lankai. Indeksas 67283. Tiražas: trečiadieniais – 1400 egz., šeštadieniais – 1750 egz. Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.

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

ALYTAUS SPAUSTUVĖ