



**Laba diena** Šiandien – mėnulio jaunatis. Saulė teka 6 val. 17 min., leisis 18 val. 35 min. Dienos ilgumas 12 val. 18 min.

Vardadieniai: šiandien – Benvenutas, Gedgauda, Gedgaudas, Gerlinda, Vydūnas, rytoj – Oktavija, Oktavijonas, Oktavijus, Tarvyda, Tarvydas, Ūla, penktadienį – Daumantas, Daumantė, Daumilas, Daumilė, Dauminta, Daumintas, Daumintė, Donardas.

Kovo 22 – Pasaulinė vandens diena.  
Kovo 23 – Pasaulinė meteorologijos diena.

Pasisakė prieš žlugdančią žemės ūkio politiką <b>2 p.</b>	Dėl tų, kuriems reikia pagalbos... Sekundžių kaina nelaimės metu: kodėl svarbu turėti planą? <b>5-8 p.</b>	„Apsižvalgyti, 6 p. pasišnekučiuoti ir kažką įsigyti“...
Knygnešiai – lietuviško žodžio nešėjai <b>4-6 p.</b>		„Kiekvienas medis turi savo paslaptį“ <b>8 p.</b>

**„Gyvenimo“ laikraščio ir Prienų rajono savivaldybės 2022–2023 metų krepšinio pirmenybės**

## Rajono krepšinio pirmenybių reguliarusis sezonas artėja prie pabaigos

Kovo 19 d. vykęs Prienų rajono savivaldybės ir „Gyvenimo“ laikraščio krepšinio pirmenybių turas buvo trumpesnis nei planuota. Saulėtai orais ir šiluma susigundę „Jiezno“ krepšininkai paskutinę akimirką nusprendė neatvykti į rungtynes, todėl jiezniškių varžovai, „PMVD“ komandai, buvo įskaityta techninė pergalė 20:0. Ši „pergalė“ PMVD komandai leido užsitikrinti mažiausiai 2-ąją vietą reguliarijame sezone, o dėl 1-osios vietos „PMVD“ dar galės pakovoti su „Dantransa“ – šių komandų akistata įvyks kovo 26 d.



**„Pušynė“ – BC Balbieriškio „Tūzai“**

„Pušynės“ ir „Tūzų“ dvikovoje apylygis žaidimas vyravo maždaug pusę pirmojo kėlinio – tada S. Jeremičiaus ir S. Kazevičiaus tandemo vedami „Tūzai“ įjungė aukštesnę pavarą ir ėmė tolti nuo varžovų. Po pirmojo ketvirčio „Tūzai“ buvo prikyje 26:17. Antrajame kėlinyje S. Jeremičius ir toliau didino savo taškų kraitį, du tolimus metimus pridėjo A. Devyžius, ir „Tūzų“ persvara jau ėmė artėti prie 20-ties taškų žymos.

(Nukelta į 2 p.)

**UAB „TAUROLIS“ BRANGIAI PERKA**  
Bulius, telyčias, karves.  
Atsiskaitome iš karto. Mokame 6 ir 21 proc. Vežame į Lenkiją.  
Tel. 8 687 73 691

**Aukščiausios rūšies pavasarinėmis kainomis**  
Akmens anglis – palaida ir fasuota.  
Pjuvenų briketai – beržo, uosio.  
Durpių briketai – didmaišiuose.  
Medžio ir durpių granulės – fasuotos.  
Atvežame.  
**GRASTA** Tel. 8 687 36216  
Kęstučio g. 97, Prienai

## „Moterys stiprios, ypač motinos – nepaprastai stiprios...“

Gyvenimas tarsi audėjas, audžiantis margaspalvę juostą, kurioje jausti žmogaus pavasariai ir žiemos, džiaugsmi ir rūpesčiai. Tad labai simboliška, kad sulaukus garbingo jubiliejaus, ši juosta žmogų tarsi ir apkabina. Tuomet prieš akis matai savo brangiausius žmones, palikusius, bet padedančius išgyventi iš Dangaus karalystės. Kartu iškyla ir gražiausi prisiminimai, ir liūdniausios akimirkos. Taip mintyse glostydamos prisiminimų juostą apie gyvenimą ir pasikalbėjome su garbingą devyniasdešimties metų jubiliejų neseniai pasitikusia Didalija MICKEVIČIŪTE-RAČKELIENE, gyvenančia Jiezne.



– Jeigu neturi tėviškės namų, prie vietos niekas nepririša. Pripratau čia gyventi ir gerai gyvenu. Iš seno jauno nepadarysi, nuo likimo nepabėgsi. Džiaugiuosi, kad supa labai geri žmonės. Gal Dievas duoda tiek, gal likimas. Nors metai nusineša sveikatą, bet svarbiausia, kad proto palieka. Taigi aš laiminga, tikrai neturiu ko bėdavoti, – su maloniai šilta, santūria šypsena akyse mintimis dalijosi moteris.

(Nukelta į 3 p.)



## Jubiliejinio gimtadienio proga – prasmingi palinkėjimai klebonui

Prienų Kristaus apsireiškimo parapijos klebonas dekanas kun. teol. lic. Vaidotas LABAŠAUSKAS praėjusių metų pabaigoje minėjo kunigystės 25 metų sukaktį, o šių metų kovą – ir gražią 55-erių metų sukaktį.

Kovo 19 dieną po šv. Mišių bažnyčioje kleboną Vaidotą Labašauską su gimtadieniu pirmasis pasveikino Prienų rajono savivaldybės meras Alvydas Vaicekauskas, kuris akcentavo, kad Prienų parapija turi labai šviesų kunigą – mylintį žmones ir šiuo nelengvu laikotarpiu padedantį jiems atsirinkti tai, kas tikra. Sveikinimo žodžius klebonui tarė „Gyvojo rožinio“ grupės narės, parapijiečiai, tikėjimo tiesų besimokantis jaunimas ir vaikai, tikintieji, atvykę iš Kybartų, kur kun. V. Labašauskas anksčiau tarnavo, kiti visuomenės atstovai. Jie klebonui linkėjo Dievo palaimos ir sveikatos, toliau šviesti ypatinga vidine šviesa, dėl kurios jis per trumpą laiką pelnė tikinčiųjų meilę ir pagarbą. Į bažnyčią gausiai susirinkę šv. Mišių dalyviai klebonui teikiamas gėles, deklamuojamas savo kūrybos eiles, nuoširdžius sveikinimo žodžius palydėjo ilgai trunkančiais aplodismentais. Dėkodamas už sveikinimus klebonas V. Labašauskas pasidžiaugė užsimezgia tikra bendryste su prieničiais, kurių geranoriškumo ir aukų dėka per daugiau nei dvejus metus buvo nuveikta nemažai gerų darbų dėl parapijos ir bažnyčios.

„Gyvenimo“ informacija



Jubiliejinio gimtadienio proga kleboną dekaną V. Labašauską pasveikino meras A. Vaicekauskas. Dalės Lazauskienės nuotraukos



Kleboną sveikina „Gyvojo rožinio“ grupės narės.





„Gyvenimo“ laikraščio ir Prienų rajono savivaldybės 2022–2023 metų krepšinio pirmenybės

## Rajono krepšinio pirmenybių reguliarusis sezonas artėja prie pabaigos



(Atkelta iš 1 p.)

„Pušynės“ gretose kiek pastebimesnis buvo du tritaškius pataikęs G. Andreikėnas, tačiau, įpusėjus susitikimui, balbieriškiečių persvara jau nekėlė abejonių – 54:36. Antroje rungtynių dalyje „Pušynės“ puolimas visiškai sustojo, o didžiąją komandos taškų dalį rinko vienintelis D. Židanavičius. Tuo tarpu A. Devyžius ir S. Kazevičius „užmėtė“ rankas nuleidusius varžovus tolimais metimais, ir „Tūzai“ iškovojo triuškinančią pergalę rezultatu 103:60.

**Rezultatyviausi žaidėjai:**

BC Balbieriškio „Tūzai“: S. Kazevičius – 26, S. Jeremičius – 23, A. Devyžius – 18, R. Kudzys – 13.

„Pušynė“: D. Židanavičius – 27, P. Kairiūkštis ir G. Andreikėnas – po 8.

### „Kryžkelių plienas“ – „Pakuonis-Energija“

Kitose dienos rungtynėse tarp „Kryžkelių plieno“ ir BC „Pakuonis-Energijos“ komandų intriga laikėsi tik pirmajame kėlinyje. Rezultatyvų žaidimą demonstravusios abi komandos lengvai rinko taškus, o šiek tiek geriau tą sekėsi daryti Pakuonio komandai, kuri išsiveržė į

priekį 33:25. Po pertraukėlės „Kryžkelių plieno“ žaidimo kokybė ženkliai smuko, o tuo pasinaudojusi „Pakuonis-Energijos“ komanda ėmė tolti. G. Gylio sėkmingas žaidimas leido pakuoniškiams po dviejų kėlinių jau pirmą kartą solidžiai persvara – 52:31. Antroji rungtynių dalis tebuvo formalumas – gynyba buvo nustumta į antrą planą, o abi komandos daugiausia dėmesio skyrė puolimui. „Pakuonis-Energijos“ gretose ryškiausiai spindėjo M. Juščius, L. Steponavičius ir R. Grimalauskas, tuo tarpu „Kryžkelių plienui“ didžiąją taškų dalį rinko K. Česonis ir T. Jegelevičius. 100-ąją pakuoniškių komandos tašką tritaškiu pelnė R. Grimalauskas, o BC „Pakuonis-Energija“ iškovojo lengvą pergalę rezultatu 109:77.

„Kryžkelių plieno“ komanda nubausta technine pražanga.

**Rezultatyviausi žaidėjai:**

BC „Pakuonis-Energija“: L. Steponavičius – 28, M. Juščius – 26, R. Grimalauskas – 18, G. Gylys – 16.

„Kryžkelių plienas“: K. Česonis – 23, T. Jegelevičius – 22, L. Petrauskas – 12, A. Urbanavičius – 10.

„Gyvenimo“ informacija

## Charakterį paskutiniame ketvirtyje parodžiusi Prienų „Labas GAS“ įveikė Utenos klubą

Retą ir labai svarbią pergalę „Betsafe-LKL“ iškovojo Prienų „Labas GAS“ (3-20) komanda, kuri svečiuose 90:86 (24:25, 18:25, 21:20, 27:16) palaužė Utenos „Uniclub Casino – Juventus“ (14-9).

Dabar nuo artimiausių varžovų „Gargždų“ (4-18) prieniškius skiria tik viena pergalė.

Gera atkarpa padėjo „Uniclub Casino – Juventus“ ekipai atitrūkti 8:3, tiesa, Kyanas Andersonas individualia iniciatyva atotrūkę mažino iki minimalaus – 9:10. Lyderio vaidmens Utenos komandoje ėmėsi Martynas Gecevičius, kuris realizavo tris atakas (18:13), o situacija kartojo – „Labas GAS“ parodė reakciją ir Giedrius Bergaudas tolimais šūvis persvėrė rezultatą – 19:18.

Justinas Jogminas ir Karolis Giedraitis tęsė gerą prieniškių darbą – skirtumas augo (36:29), bet grės-

mingiau atitolti nepavyko. Reggie Lynchas padėjo „Uniclub Casino – Juventus“ vėl išsiveržti į priekį (38:37), o po dviejų ketvirčių uteniškiai pirmavo jau 50:42.

Pirmoje mačo dalyje šeimininkams didžiausią indėlį įnešė M. Gecevičius ir R. Lynchas, įmetę po 11 taškų. „Labas GAS“ gretose su 12 taškų rezultatyviausias buvo Kyanas Andersonas.

„Labas GAS“ demonstravo

(Nukelta į 3 p.)



## Pasisakė prieš žlugdančią žemės ūkio politiką

Kovo 16 dieną vykusiame Prienų ūkininkų sąjungos tarybos susirinkime buvo suderinta skyriaus narių pozicija, reaguojant į Aplinkos ministerijos ruošiamų įstatymų projektus dėl žemės naudojimo politikos formavimo, įgyvendinimo ir kontrolės pertvarkos, taip pat atsakant į Lietuvos ūkininkų sąjungos paklausimą dėl LŪS narystės Lietuvos žemės ūkio taryboje sustabdymo.



Prieš kovo 24 dieną vyksiantį Prienų rajono ūkininkų sąjungos narių visuotinį ataskaitinį-rinkiminį susirinkimą sąjungos tarybos nariai aptarė aktualius klausimus.

Autorės nuotrauka

Aptarti ir kiti aktualūs einamieji klausimai, susiję su Prienų ir Birštono krašto atstovų dalyvavimu kovo 23 dienos žemdirbių protesto akcijoje prie LR Seimo bei pasirašymu visuotiniam, pakartotiniam sąjungos narių susirinkimui, vyksiančiam kovo 24 dieną Prienuose. Apsvarstyti ūkininkų prašymai dėl įstojimo į Prienų ūkininkų sąjungą ir jiems pritarta, diskutuota dėl Prienų ŪS tarybos sudėties pagal seniūnijas atnaujinimo, vėluojančių sumokėti nario mokesčių pašalinimo iš sąjungos ir kt.

Prienų ūkininkų sąjungos pirmininkas Martynas Butkevičius pakvietė Tarybos narius pasisakyti, kaip jie vertina Žemės ūkio paskirties žemės įsigijimo įstatymo numatomus pakeitimus. Atsižvelgiant į pareiktas nuomones, Prienų ūkininkų sąjunga parengė atsakymą Lietuvos ūkininkų sąjungai, kuriame nepritarė Aplinkos apsaugos ministerijos ruošiamiems įstatymų projektams. Prieniškiai palaiko LŪS poziciją ir kategoriškai nesutinka su Aplinkos ministerijos inicijuojamais Įstatymo pakeitimais, kuriais siūloma: 1. „nėberiboti didžiausio leistino įsigyti nuosavybės teise žemės ūkio paskirties žemės ploto; 2. parduodant pri-

vačią žemės ūkio paskirties žemę nesuteikti pirmumo teisės ją įsigyti besiribojančių žemės sklypų savininkams, taip pat asmenims, deklaravusiems gyvenamąją vietą parduodamo žemės ūkio paskirties žemės sklypo savivaldybėje“.

Prienų ūkininkų sąjungos rašte atkreipiamas dėmesys į tai, kad ministerijos siūlomas teisės akto pakeitimo projektas nukreiptas prieš smulkius ir vidutinius ūkius bei yra akivaizdžiai sukurtas mažai visuomenės grupei, sukaupusiai didelį kapitalą ir siekiančiai supirkti žemę bei pasipelninti iš jos nuomos.

Po karštų diskusijų žemdirbių Tarybos nariai nepritarė, kad LŪS suspenduotų narystę Lietuvos žemės ūkio taryboje, nes jos valdyme ir darbo organizavime, anot Lietuvos pieno gamintojų asociacijos tarybos prezidento Jono Vilionio, numatomi teigiami pokyčiai.

Jonas Vilionis informavo tarybos narius apie tai, kad vienybę parodžiusios devynios žemės ūkio visuomeninės organizacijos, palaikydamos krizę išgyvenančius pieno gamintojus, kovo 23 dieną prie Seimo planuoja surengti didžiausią pastarojo meto protesto akciją, kurioje planuoja dalyvauti apie 2,5 tūkst.

žmonių. Jų kreipimėsi rašoma, kad „Situacija žemės ūkyje sparčiai prastėja. Pieno sektorius ant išnykimo ribos, jo problemos nespėndžiamos iš esmės. ŽŪM pozicija, instrumentų neturėjimas prieš perdirbėjus parodo visišką institucijos ir jos vadovo neįgalumą. Valdininkai parengę augalininkystę žlugdančius reikalavimus. Didžiulės žemdirbių kritikos ir pastabų sulaukęs Strateginis planas jau taisyomas, nors iki deklaravimo beliko mėnuo laiko. Valdžios institucijos „iš viršaus“ kaip niekada aktyviai krauna ant žemdirbių pečių vis naujus, nepamatuotus apribojimus, absoliučiai nesigilindamos į pasekmes...“

J. Vilionio įsitikinimu, Žemės ūkio ministerija nerodo jokių pastangų atsakingai atstovauti jai patikėto sektoriaus interesams, todėl ūkininkai, žemės ūkio įmonės likviduoja pieno ir galvijų ūkius, atsisako investicijų.

Prienų ūkininkų sąjungos tarybos nariai nusprendė taipogi dalyvauti protesto akcijoje Vilniuje. Jau ši ketvirtadienį į sostinę išvyksta pilnas autobusas mūsų krašto žemdirbių, kurie prie Seimo išreikš nepasitikėjimą vykdoma žemės ūkio politika.

Dalė Lazauskienė

## PR Prasidėjo akcija „Saugom mišką“: aplinkosaugininkai organizuos reidus šalies miškuose

Aplinkos apsaugos departamento Miškų kontrolės departamento pareigūnai pradėjo aplinkosauginę akciją „Saugom mišką“. Akcija truks iki gegužės 15 d. ir jos metu bus organizuojamos tikslinės išvykos visų nuosavybės formų šalies miškuose tam, kad nebūtų vykdomi kirtimai ir medienos ištraukimas draudžiamu laikotarpiu.

**Reikalavimai, į kuriuos per akciją bus kreipiamas atskiras dėmesys**

Prasidedant akcijai, aplinkosaugininkai primena, kad vykdamas miško kirtimus privalu laikytis galiojančių terminų, kai draudžiami kirtimai ir medienos ištraukimas (kai po kirtimo mediena išvežama iš miško).

• Nuo kovo 15 iki rugpjūčio 1 d. draudžiami miško kirtimai ir medienos ištraukimas visų grupių saugomose miškuose bei nacionaliniuose parkuose.

• Nurodytu laiku miško kirtimai ir medienos ištraukimas draudžiami II miškų grupei priskirtuose (ekosistemų apsaugos bei rekreacijos) miškuose, III grupės (apsauginiuose) miškuose, esančiuose saugomose teritorijose, taip pat IV grupės (ūki-

niuose) miškuose, esančiuose nacionaliniuose parkuose.

• IVA (normalaus kirtimo amžiaus ūkininkų miškų) grupės miškuose ir miškuose, kuriems netaikomi prieš tai minėto punkto reikalavimai, jaunuolynų ugdymo kirtimai, medienos ištraukimas draudžiamai nuo balandžio 1 d. iki birželio 1 d., retinimai ir einamieji kirtimai, medienos ištraukimas draudžiamas nuo gegužės 1 d. iki liepos 1 d.

Kad kirtimai vyktų pagal nustatytus reikalavimus, aplinkosaugininkai fiksuoja po ugdomųjų miško kirtimų paliekamą medžių skaičių ir minimalų skalsumą, iki kurio leidžiama išretinti medyną ugdomaisiais miško kirtimais (tam tikrais laiko tarpais nebrandžiamame miške iškertama dalis medžių, kuriuos palikti ūkiniu ir biologiniu požiūriu netikslinga).

Bus stebima ir miško kelių būk-

lė. Pavasarį, nesant įšalo ir gausiai lyjant, iškyla sunkumų vykdamas pagamintos medienos traukimo, išvežimo darbus. Vykdamiesiems veiklą ir miškų savininkams sugadintus kelius bus privalu sutvarkyti.

**Spygliuočių medynai**

Atšilus orams, gali susidaryti palankios sąlygos miško kenkėjams vystytis, todėl per akciją dažniau bus tikrinami spygliuočių medynai.

• žalia spygliuočių mediena nuo balandžio 20 d. (pušies – nuo balandžio 1 d.) iki rugsėjo 1 d. per dešimt dienų po jos iškirtimo turi būti išvežta;

• mediena išvežama, jeigu oro temperatūra yra ne žemesnė kaip 0°C;

• mediena turi būti išvežta ne arčiau kaip 3 km nuo medyno, kuria medieną spygliuočių medžių rūšių yra daugiau kaip 20 proc., pakraščio;

• arba mediena turi būti apdorota insekticidais, arba nužievinta;

• arba mediena turi būti kitais būdais apsaugota nuo medžių liemenų pavojingų kenkėjų.

Mediena laikoma neapsaugota, jei po žievės yra gyvų liemenų kenkėjų: kiaušinėlių, lervų, lėliukių, naujos kartos suaugėlių.

(Nukelta į 7 p.)



# „Moterys stiprios, ypač motinos – nepaprastai stiprios...“

(Atkelta iš 1 p.)

Didalija sako, kad ji iš gimties suvalkietė, tačiau dabar jau sudzūkėjusi. Igliskėliai – moters gimtinė, šešerių metų buvo, kai apsigyveno Marijampolėje, pačiam mieste. Mickevičių šeimoje augo ji, sesė ir brolis. Didalija mokėsi Kaune medicinos seserų mokykloje, kur sako, kad per dvejus metus išmoko visko, ko reikia. Darbo ieškoti tuo metu nereikėjo, praktika labai patiko KMUK Tuberkulioziniame skyriuje. Taip ir paliko ji visą gyvenimą medicinos seserimi, darbą pradėjusi klinikose. Vėliau su vyru Viktoru aptiko skelbimą, kad Jiezno rajono ligoninė ieško specialistų. „Mudu abu suvalkiečiai. Čia atvažiavom 1960 metais. Meilus a.a tuo metu buvo vyr. gydytojas ir mane priėmė medicinos seserimi dirbti, o vyrą – vairuotoju. Jiezno ligoninėje dirbau iki 1997 metų. Labai daug žmonių gyvenime sutikau, gerų ir pacientų, ir bendradarbių ne tik ligoninėje, bet ir dirbdama antraeilėse – lopšelyje-darželyje, rentgeno laborante. Tada ligoninėje buvo visi skyriai“, – prisimindama gausų kolektyvą ir bendrystę su kolegomis, pasakoja sukaktuvininke. Ir iki šios dienos gerbiama Didalija skaito knygas, nors jau šešiolikti metai, kai susilpnėjęs regėjimas. Gelbsti graži bendrystė su LASD ir jos pirmininke **Irena Karsokaite**, kitomis bičiulėmis, kurios aprūpina ir knygomis, aplanko. „Kad viską dar noriu žinoti“, – šypsosi ir džiaugiasi nuoširdžia draugyste su socialine darbuotoja **Virgute**, kaimyne **Irute**, kuri jai paskaito naujienas iš „Savaitės“ ir interneto platybių. Sako, kad senoviškesnius rašytojus tai žino visus pavardėmis, tik dabartinių, jaunų neatsimena. Ne taip seniai skaitė labai įdomią jauno autoriaus knygą apie Japoniją, jos gyventojų papročius, kultūrą. O iš televizijos laidų žiūri ne visas, turi pasirinkti savo laidas.

Jubiliejaus proga Didaliją aplankė Prienų rajono socialinių pa-

slaugų centro darbuotojos, jos mylima Virgutė, Jiezno seniūnas ir Raudonosios nosys – gydytojai klounai. Taip pat giminės iš vyro pusės, su kuriais išsaugotas labai artimas ryšys. Rodo ir sveikinimą bei dovanas, gautas iš Amerikoje gyvenančių dukterėčių, sesers dukrų Zitos ir Laimutės. Ir patikina, kad jos, nežiūrint atstumo – brangiausi jai žmonės.

Buvo smagu versti labai gražiai užlaikomus brangius albumus – jaunystės ir šeimos puslapius, kuriuose išsaugota ir veidai, ir prisiminimai – viskas išsaugota. Taigi viešnagė pas mielą ir, beje, vaišingą šeimninę neprailgo. Juo labiau kad prisiminimai vijo prisiminimus.

– Netekau mamos – netekau dalies širdies, netekau vaikų, dviejų sūnų – beveik visos širdies, vyras likęs – tai gabalėlis širdies. Penktus metus viena – vyras mirė ant mano rankų. Labai gražiai mudu pragyvenome kartu 61 metus, ne visiems taip pasiseka, – praverdama ir skausmo skrynelę sakė gerbiama Didalija.

Moteris vis taip gražiai sako „mudu“, be jokios nuoskaudos, rodo, tik meile tegveno... „Visi mane paliko, bet moterys stiprios, ypač motinos – nepaprastai stiprios, ir Dievulis gal todėl pamiršta...“, – kalba, prisimindama, kai vienas po kito greitai į Amžinybę iškeliavo sūnūs. Ir apgailestauja, kad dabar, vis labiau tobulėjant technologijoms, kai lieka vis mažiau natūralaus bendravimo, kas, pasak moters, yra blogiausia, vis daugiau žmonių pasirenka išeiti patys... „Senoviniai vyrai buvo kietesnio molio, mūsiškiai buvo kitojie. Ai, buvo kaip buvo, dirbom, gyvenom. Dabar pasenau, metai bėga, ir tai natūralu“, – be jokios nuoskaudos praeičiai, dėkodama už gražius atsiminimus ir dabartį atvirauja pašnekovė.

Mena miela Didalija ir tai, kad drauge su vyru be galo mylėjo gamtą ir negalėjo suprasti, kaip reikia gyventi, kai negalės išvykti kartu į žvejybą ar grybauti. „Abu žvejodavom,



Peržengus gyvenimo penkiasdešimtmečio slenkstį.

su valtim plaukėm į Nemuną ties Nibriais, Pelekonim. Pavogė pirmą valtį, antrą..., grybaut taip mėgom, kad ne tas žodis, kiek miškų mudu apsukę. Ir senatvę išivaizdavom tik gamtoje. Bet yra kaip yra, su viskuo susitinkai, ir gyveni“, – gaivindama prisiminimus apie daržus, jame užsiaugintas gėrybes, gėlynus prie namo kalba garbinga jubiliatė ir atverčia albume užsirašytas šviesaus atminimo kun. Bulikos mintis: „Pinigai eina iš rankų į rankas – yra ir žmonių tokių. Šašlavos ir šiukšlės už miesto ribų tįso – būna ir žmonių tokių. Alkanas žvėris junta savo jėgą ir kraujo trokšta – būna ir žmonių tokių... Žmogų su žmogum gali susieti tik meilė, kai žmogus išauga tiek, kad globoti, apdovanoti ir saugoti kitą pajėgia“...

...Galėjom dar kalbėtis ir kalbėtis, bet atėjo laikas ir skirtis. Nuoširdus aciū gerbiamai Didalijai už pasi-



Su artimiausiu išsaugotu ryšiu, nors toliausiai, Amerikoje, gyvenančiomis dukterėčiomis.



Vaikystė su mama, sese, broliu.

dalintas mintis, už pamokas mokėti ir kenčiant džiaugtis. Lai audžia dar gyvenimas ilga, sveikatos kupiną gerų kaimynų ir žmonių draugija dos-

nią gyvenimo juostą. Gal Dievas, gal likimas...

**Palma Pugačiauskaitė**



Jiezno ligoninės kolektyvas 1986 m. birželį.

## Charakterį paskutiniame ketvirtyje parodžiusi Prienų „Labas GAS“ įveikė Utenos klubą

(Atkelta iš 2 p.)

charakterį ir visiškai gražino intrigą į rungtynes. Nors trečiame ketvirtyje uteniškiai dar pasidžiaugė dviženkle persvara (70:60), Domantas Vilys tritaškiu uždarė kėlinį ir tai buvo geras ženklas svečiams.

Iškart po to „Labas GAS“ toliau į priekį tempė D. Vilys ir Giedrius Bergaudas, pavyko priartėti grėsmingai – 67:70. Būtent pastarasis

galiausiai įvedė lygįbę ir persvėrė rezultatą – 76:73. Kyanas Andersonas skirtumą augino dar labiau, tad Donaldas Kairys prašė pertraukėlės – 73:78. Ji nedavė vaisių – puikiai atrodė Dominykas Domarkas, kurio metimais artino prie pergalės „Labas GAS“ – 83:75.

Šansų Utenos komanda turėjo, bet laikas sparčiai seko. Martynas Gecevičius paleido tritaškį, likus pusei minutės (84:89), o Prienų ekipa vėl klydo. Netrukus M. Gecevičius stojo

mesti trijų baudų – pataikė dvi, G. Bergaudas atsakė vienu metimu ir to užteko pergalei.

Utenos komandos aukštaūgis R. Lynchas blokavo net 9 varžovų metimus – tai naujas „Betsafe-LKL“ sezono rekordas. 12 komandinių blokų taip pat leido Utenos komandai pagerinti sezono geriausią pasiekimą.

G. Bergaudas sužaidė karjeros rungtynes „Betsafe-LKL“, pelnęs 16 taškų, atkovojęs 8 kamuolius ir rinkęs 19 naudingumo balų.

Įdomu tai, kad Utenos komanda klydo net 19 kartų, o „Labas GAS“ – vos 6.

„Unichub Casino – Juventus“: Martynas Gecevičius 24 (5/9 trit.), Brandonas Brownas 15, Reggie Lynchas 13 (9 blk.), Martynas Paliukėnas 8 (7 rez. perd.), Dovydas Romančenko 7.

„Labas GAS“: Giedrius Bergaudas (8 atk. kam.) ir Kyanas Andersonas – po 16, Karolis Giedraitis 15, Domantas Vilys 13, Tauras Jogėla 10 (6 atk. kam.).

**Autorius: LKL.lt**



## Aktuali informacija

## PR Kauno apskrities gyventojams jau gražinta 4,7 mln. eurų GPM permokų

Kauno apskrities valstybinė mokesčių inspekcija (Kauno AVMI) informuoja, kad pradėjus gyventojų pajamų mokesčio (GPM) permokų gražinimus, kovo 15 d. duomenimis, per 14 tūkst. Kauno apskrities gyventojų, pateikusių teisingas metines pajamų deklaracijas, jau pervesta apie 4,7 mln. eurų. Visoje Lietuvoje gyventojams gražinta apie 25 mln. eurų. Tai didžiausia suma, kurios pirmosiomis GPM permokų gražinimo dienomis yra sulaukę gyventojai. Visas permokas VMI gražins kaip ir kasmet, iki liepos 31 d.

„Šiuo metu pajamų deklaracijas pateikė per 130 tūkst. Kauno apskrities gyventojų, iš kurių 102 tūkst. deklaravo būtent gražintą GPM sumą – 37 mln. eurų. Kaip ir kasmet primename: sąrašai permokų gražinimui sudaromi atsitiktine tvarka, neatsižvelgiant į deklaracijos pateikimo datą, o visus deklaravusius permokos pasieks iki liepos 31 d.“, – sako Kauno AVMI viršininkė **Judita Stankienė** ir atkreipia dėmesį, kad visus priminimus apie nepateiktas deklaracijas ar tikslintinus duomenis bei kitus dokumentus galima rasti prisijungus prie **Elektroninio deklaravimo sistemos (EDS)**, skiltyje „Pranešimai vartotojui“.

## Kas turi deklaruoti pajamas?

Pajamas **iki gegužės 2 d. deklaruoti privalo** gyventojai, kurie: vykdė individualią veiklą; gavo pajamų, nuo kurių būtina sumokėti mokesčius; pritaikė per didelį metinį neapmokestinamą pajamų dydį (MNP) ir dėl to susidarė mokėtina GPM suma. Taip pat deklaravus pajamas, dalis gyventojų gali pasinaudoti GPM lengvatomis dalį mokesčio susigrąžinti: įmokos už gyvybės draudimą, studijos, palūkanos ir kt., bei tais atvejais, jei buvo pritaikytas per mažas MNP. Dėl 2022 m. užimtų pareigų iki gegužės 2 d. ne tik pajamų, bet ir turto deklaracijas turi pateikti politikai, valstybės tar-

nautojai ir kt.

## Papildomos paslaugos palengvinsiančios pajamų deklaravimą

Visa informacija apie deklaravimą pasiekama VMI internetinėje svetainėje adresu [www.vmi.lt](http://www.vmi.lt) > **Domiuosi pajamų ir turto deklaravimu** bei pateikus klausimus skaitmeniniam asistentui Simui. Išsamius gidus, kaip pildyti pajamų deklaraciją, rasite **VMI Youtube kanale**, kur parengtas ir teminis aktualių seminarų grojaraštis. Naujienos skelbiamos **VMI Facebook** ir **LinkedIn** paskyroje.

Gyventojams, norintiems pasikonsultuoti mokesčių klausimais telefonu 1882 (8 5 2605 060), **nebūtina laukti eilėje** – užsisiakius VMI skambučių per **Mano VMI**, konsultantas pats paskambins klientui nurodytu laiku. Taip pat **Mano VMI** identifikavimo telefonu paslaugą pasirinkę gyventojai konsultacijų telefonu **sulaukia greičiau**, nes sistema automatiškai perkelia skambučių eilės priekį.

Primename, jog neturint galimybės pajamas deklaruoti savarankiškai per EDS, nebūtina vykti į VMI aptarnavimo padalinį, nes šią paslaugą teikiame ir telefonu **8 5 2191 777** > **Pajamų deklaravimas** (spausiti 1). Atkreipiame dėmesį, kad atvykimui į aptarnavimo padalinį **būtina išankstinė registracija** vizitui čia.

## PR Įmokos „Sodrai“ po deklaravimo: Specialistai patars asmeniškai telefonu

Savarankiškai dirbantys gyventojai, kurie Valstybinėje mokesčių inspekcijoje deklaruoja pajamas už praėjusius metus, turės sumokėti ir socialinio draudimo įmokas „Sodrai“. Kiek ir kokių įmokų reikia sumokėti, asmeniškai paaiškins „Sodros“ specialistai – su gyventojais jie susisieks telefonu, elektroniniu paštu arba per asmenines paskyras.

„Gyventojų informavimo kampaniją vykdome trečius metus iš eilės. Per pastaruosius dvejus metus paskambinome 99 proc. pajamas deklaravusių savarankiškai dirbančių žmonių. Automatizuojame daugelį paslaugų, kad gyventojai jas gautų greitai ir patogiai, tačiau vertiname ir asmeninį bendravimą su klientais – tai leidžia ne tik greitai suteikti patikimą informaciją, bet ir išgirsti gyventojams rūpimus klausimus,“ – sako „Sodros“ direktoriaus pavaduotojas **Jerzy Miskis**.

Visi gyventojai vykdantys savarankišką veiklą yra draudžiami pensijų draudimu ir jų senatvės pensijos dydis tiesiogiai priklauso nuo sumokėtų socialinio draudimo įmokų. Savarankiškai su individualios veiklos pažyma dirbantys gyventojai yra draudžiami ligos ir motinystės socialiniu draudimu, tad už ligos laikotarpį, taip pat būdami nėštumo ir gimdymo, tėvystės, vaiko priežiūros atostogose atitinkamai gali gauti motinystės, tėvystės bei vaiko priežiūros išmokas.

Privalomojo sveikatos draudimo (PSD) įmokos taip pat mokamos nuo pajamų ir užtikrina savarankiškai dirbantiems gyventojams galimybę naudotis sveikatos priežiūros paslaugomis.

Užpildžius pajamų mokesčio deklaraciją VMI, yra pateikiamos mokėtinos valstybinio socialinio draudimo (VSD) ir privalomojo sveikatos draudimo (PSD) įmokų sumos.

Vis dėlto jas reikia patikslinti – mokėtina suma gali skirtis priklausomai nuo to, ar žmogus teikė SAV pranešimus ir mokėjo VSD įmokas visus metus, taip pat nuo to, ar kiekvieną mėnesį mokėjo PSD įmokas.

Kiek tiksliai įmokų sumokėti, gali patarti „Sodros“ darbuotojas. Paskambinę arba išsiuntę elektroninį laišką specialistai pateiks mokėtinas sumas. Sulaukus „Sodros“ skambučio, nebūtina sumokėti įmokas kuo greičiau – šiais metais tai reikia padaryti iki gegužės 2 d.

Reikėtų atkreipti dėmesį, kad šiuo laikotarpiu padaugėja ir sukčių, prisidengusių svetimu vardu, skambučių. „Sodros“ specialistai nediktuoja telefonu sąskaitos numerių, į kuriuos reikia pervesti įmokas, taip pat nesuuncia jų elektroniniu paštu ar trumpuosiais žinutėmis.

Pajamas deklaruoję gyventojai savo įsipareigojimus „Sodrai“ – mokėtinų socialinio draudimo įmokų dydį gali sužinoti ir prisijungę prie asmeninės draudėjo paskyros [www.sodra.lt/draudėjai](http://www.sodra.lt/draudėjai). Ten jie ras ir daugiau svarbios informacijos.

Jeigu sumokėti įmokas kyla finansinių sunkumų, gyventojai taip pat gali kreiptis į „Sodrą“ dėl įmokų atidėjimo. Svarbu žinoti, kad atidėjus įmokų mokėjimą atitinkamai neįgyjamas motinystės, ligos socialinio draudimo stažas, kol įmokos nesumokėtos. Tai gali turėti įtakos sprendimams skirti motinystės, tėvystės, vaiko priežiūros, ligos išmokas.

## Atminties keliu

## Knygnešiai – lietuviško žodžio nešėjai

Kovo 16-oji, žymiojo knygnešio Jurgio Bielinio gimimo diena. Lietuvoje ši diena minima kaip Knygnešio diena. Po 1863 m. sukilimo mūsų kalba papuolė tartum į narvą – 40 metų tęsėsi lietuviškos spaudos draudimas, Rusijos caras draudė skaityti lietuviškas knygas, lietuviškai rašyti ar net mąstyti. Tačiau lietuviška dvasia, nepriklausomybės siekis lietuvių širdyse tik dar labiau stiprėjo ir skatino pasipriešinimą carinei priespaudai. Lietuvių kalba išliko, nes ją puoselėjo stipri tauta, lietuviybę išlaikė mūsų protėviai, motinos ir senelės, knygnešiai ir daraktoriai, skleidę lietuvišką žodį iš lūpų į lūpas, iš kartos į kartą. Kaipgi neprisiminti tų didvyrių knygnešių ir daraktorių vardų, kurie nugulė mūsų krašto istorijos lapuose.



Net ir tamsiausiais priespaudos laikais turėjome šviesių žmonių, saugojusių gimtąją lietuvių kalbą ir knygą. Lietuviški leidiniai buvo spausdinami užsienyje (tuometinėje Prūsijoje, Mažojoje Lietuvoje, Amerikoje), nelegaliai gabenami per sieną ir platinami Lietuvoje, kuri tuo metu buvo carinės Rusijos imperijos sudėtyje. Lietuviybės puoselėtojai rizikavo patekti į kalėjimą ar būti ištremti į Sibirą. Jų vardai privalo gyventi mūsų širdyse. Tuos, kuriuos dar atmename, nepaleiskime užmarščiui, pagerbkime prisimindami apie jų darbus.

Kauno apylinkėse knygnešystė buvo labai aktyvi, į šią rizikingą veiklą buvo įsitraukęs gausus būrys vietos gyventojų. Prienų kraštas taip pat turtingas iškilių asmenybių, šviesuolių, didvyrių, knygnešių ir kovotojų už lietuviybę.

Minint Knygnešių dieną – puiki proga prisiminti ir pagerbti vieną iš jų: nepelnytai užmirštą kunigą, knygnešį, lietuviybės puoselėtoją **Silvestrą Leonavičių (Leoną)**. Šiais metais minėsime jo 180-ąsias gimimo metines. Silvestras Leonavičius gimė 1843 m. gruodžio 16 d. Leskavos kaime, valstiečių šeimoje. Leono tėvams persikėlus į Smalėnus, čia jis mokėsi keturklasėje mokykloje. 1864 m. įstojo į Seinų kunigų seminariją ir 1869 m. vyskupo M. Valančiaus buvo išventintas į kunigus. Po išventinimo jaunas kunigas buvo paskirtas Veisiejų parapijos vikaru. Čia jis kartu su klebonu K. Sakavičiumi pradėjo sakyti pamokslus lietuvių kalba, įvedė lietuviškus poterių bei giedojimus ir įsitraukė į knygnešystės veiklą. Tuometinės draudžiamos lietuviškos „kontrabandos“ jis gaudavo iš kunigo M. Sederevičiaus. Daugiausia platino maldaknyges ir kitas religines knygas, šimtus vienetų išdalindavo savo parapijiečiams.

Vėliau kunigas S. Leonavičius buvo paskirtas į Vilkaviškį, Kudirkos Naumiestyje jam padėjo knygnešė **Tomašauskienė**, kuri iš Mažosios Lietuvos slaptais keliais pargabendavo lietuviškos spaudos, knygų ir maldaknygių. Jas kunigas toliau dalindavo žmonėms, sklaidamas lietuvišką žodį.

1880 m. pradėjęs dirbti Meteliose buvo nubaustas Varšuvos generalgubernatoriaus 50 rublių bauda už tai, kad be caro valdžios sutikimo ne savo parapijoje laikydavo mišias. 1883–1884 m. kunigas Leonas dirbo Augustavo dekanate, Hožos parapijoje už patarnavimą buvusiems unitams Varšuvos generalgubernatoriaus įsakė ištremti jį iš parapijos ir nubausti 150 rublių bauda. Ryžtingai nusiteikęs S. Leonavičius, nepaisydamas caro valdžios persekiojimų ir baudų, toliau rūpinosi tikėjimu ir lietuviybės skleidimu.

1885–1896 m. kunigas Leonas dirbo Pajevonio ir Aukštosios Panemunės parapijose. Pajevonyje jis organizavo lietuviškos spaudos gabenimą iš Mažosios Lietuvos. Draudžiamos spaudos ir knygų parsiveždavo neva lankydamas ligonį pasienyje. Parsivežęs spaudą slėpdavo

ją prie klebonijos esančioje koplytėlėje. Nemažai spaudos ir knygų siųsdavo ir paštu. Knygnešystėje jo bendraražgiai buvo ir parapijos patarnautojai. Nežinomi asmenys įskundė kunigą žandarams, buvo vykdoma krata, tačiau nieko nerasta, todėl tai nesutrukdė kunigui ir toliau tęsti šios veiklos. Paskirtas į Aukštosios Panemunės parapiją darbus tęsė. Čia jam maldaknygių ir kitų knygų atsiųsdavo knygnešys **A. Baltrušaitis**, taip pat spaudos atveždavo ir Pajevonio parapijos gyventojai bei jo brolis **Jonas**.

1896 m. kunigas buvo paskirtas į Balbieriškį, nuo 1906 m. ėjo šios parapijos klebono pareigas. Iš Balbieriškio tais pačiais metais buvo perkeltas į Lukšių parapiją, kur buvo nubaustas už aukų rinkimą. Čia jis ir užbaigė savo gyvenimo metus, 1917 m. vasario 18 d. mirė Lukšiuose.

Kunigas S. Leonavičius buvo lietuviybės puoselėtojas, visą gyvenimą platinęs lietuviškas knygas ir spaudą, savo lėšomis rėmęs „Varpą“, „Šviesą“ ir „Ūkininką“, dalyvavęs varpininkų suvažiavime Stebuliške. Jis tikėjimo grįstą keliu nešė šviesą Lietuvos žmonėms iki paskutinio atodūso.

Dievo malonė prieš daugiau nei šimtą metų aplankė ir Šilavotą, į kurią atvyko kunigas **Antanas Radušis**. 1848 m. gimęs Oranuose, Gižų valsčiuje. Vėliau jis studijavo Seinų kunigų seminarijoje, kurią baigęs vikaravo Punske, Sakiuose, Udroje, Skriaudžiuose ir 1896 m. buvo paskirtas Šilavoto klebonu. Apie kunigo nuveiktus darbus, meilę Tėvynei prisimenama ir šiandien. Jis buvo išskirtinė asmenybė, vienas sumaniausių tautos šviesulių, savo meilę Tėvynei išreiškęs besirūpindamas tikėjimu ir kultūra. Kunigas A. Radušis pastatė Šilavoto bažnyčią, klebonijos pastatus ir nepaisydamas spaudos ir mokyklų draudimo klebonijoje įkūrė lietuvišką mokyklą. Visur, kur tik kunigas ėjo ar dirbo, puoselėjo lietuviybę, rūpinosi tautosakos, liaudies dainų rinkimu, platino lietuvišką spaudą.

Mokytojos **I. Mažeikienė** ir **J. Jurkienė** iš Alytaus, surinkusios daug medžiagos apie knygnešius, dalinosi žiniomis ir apie kunigą A. Radušį. Jos pasakojo, kad Seinų seminarijos auklėtinis buvo „Varpą“ leidimo komiteto narys, o apie 1890 metus, dirbdamas Alytaus rajone, Ūdrijoje, kuri tuo metu buvo tapusi knygnešių šventove, kunigas R. Radušis labai aktyviai platino lietuviškas knygas. Pasakojama, kad jis maišais gabenęs lietuvišką „kontrabandą“, raginęs žmones skaityti, šviestis ir puoselėti lietuvišką žodį. Jis su pagalbininkais kunigą **A. Grinevičiaus** namuose buvo įrengęs knygų sandėlį.

Taigi kunigui įsteigti lietuvišką mokyklą Šilavote nebuvo sunku. Jis žinojo, kur gauti knygų, kaip jas atsigabenti ir platinti, todėl knygų turėjo pakankamai, nors gabenti jas, visgi, buvo pakankamai pavojinga. Nešdamas šviesą jis tikėjo, kad nuo mažo įpratę ir išmokę rašto, išsilavinę žmonės dirbs Dievui ir Tėvynei. Visas atsidavęs žmonėms pats liko su skolomis ir be sveikatos, 1918 m.,

būdamas dar neseno amžiaus, mirė.

Dar vienas lietuviybės puoselėtojas – kunigas prelatas **Mykolas Krupavičius**, gimęs 1885 m. Balbieriškyje. Dar besimokydamas Vėverių mokytojų seminarijoje, jaunuolis aktyviai išitraukė į draudžiamos lietuviškos spaudos platinimą. 1904 m. pabaigoje dalyvavo mokinių streiko organizavime, o 1905 m. ėmėsi Vilniaus Seimo nutarimų vykdymo.

Deja, kaip nepatikimas rusų valdžiai lietuvis jis negalėjo mokytojauti. Porą metų gyveno Lomžos gubernijoje, o atėjus palankesniais laikais ir pagerėjus sąlygoms, grįžo į Lietuvą, mokytojavo Papilėje ir dalyvavo lietuviškoje veikloje. Norėdamas daugiau padėti žmonėms, 1908 m. įstojo į Seinų kunigų seminariją, ją baigęs studijavo Petrapilio dvasinėje akademijoje. 1917 m. buvo paskirtas į Voronežo Martyno Yčo gimnaziją kapelionu. Čia organizavo krikščionių demokratų sąjūdį ir dalyvavo Petrapilio lietuvių Seime.

Grįžęs į Lietuvą buvo paskirtas dirbti prie Lietuvos Tarybos. M. Krupavičius, būdamas Seimo daugumos vadovu ir Krikščionių demokratų partijos pirmininku, darė didelę įtaką 1921–1926 m. Lietuvos vidaus gyvenimui. 1927–1929 m. jis išvyko studijuoti į Prancūziją, vėliau grįžęs į Lietuvą tęsė kunigo darbą. Tačiau 1942 m. už memorandumo įteikimą vokiečių okupacinei valdžiai dėl Lietuvos kolonizavimo, žydų ir lenkų persekiojimo, bolševikų įvykdyto turto nacionalizavimo atšaukimo buvo suimtas ir kalintas Eitkūnų ir Tilžės kalėjimuose, o 1943 m. uždarytas karmelitų vienuolyne Regensburge.

Karui pasibaigus, pasižventė Lietuvos reikalams. 1945 m. buvo išrinktas Vyriausiojo Lietuvos išlaisvinimo komiteto pirmininku. Visą gyvenimą buvo atsidavęs žmonėms, Tėvynei ir tiesai. Puoselėdamas lietuviybę iki paskutinio atodūso gyveno vardu Lietuvos. M. Krupavičius mirė Čikagoje 1970 m.

Gausi **Garmų** šeima taip pat nemažai prisidėjo prie draudžiamos spaudos platinimo ir kovos prieš caro valdžią. Vienas iš jų, **Juozas Garmus**, gimė 1877 m. Būčkemyje, Pakuonio parapijoje. Po mokslų ėmėsi kaimo siuvėjo amato. Į lietuviškos spaudos platinimą įsitraukė apie 1896 m. Draudžiamą spaudą Juozui atveždavo **Juozas Kancleris**, o kartais iš Mažosios Lietuvos pargabendavo ir pats. Platino Jiezno, Stakliškių, Aukštadvario, Darsūniškio, Kalvių ir Kruonio apylinkėse. Lietuviška spauda dalinosi ir su broliu Povilu bei kitais „Lietuvos tarnų“ draugijos nariais. Juozas Garmus, būdamas siuvėju ir keliaudamas iš kaimo į kaimą, turėjo geras sąlygas knygoms platinti. Pakuonyje bendradarbiavo su kunigu **Antanu Bajoraičiu** ir kunigu **Juozu Šmulkiu**. Tačiau 1899 m. įkliuvęs jo broliui Povilui krata vyko ir jo namuose. Vengdamas arešto Juozas pabėgo į JAV, čia toliau vertėsi siuvėjo amatu ir bendradarbiavo leidžiant „Ūkininką“, „Tėvynės sargą“, „Vienybę“, o po



# Tai, kas išaugina...

Projektą remia

SPAUDOS,  
RADIOJO IR  
TELEVIZIJOS  
RĖMIMO  
FONDASArčiau  
žmonių

## Dėl tų, kuriems reikia pagalbos...

**Socialinio darbo svarba, sugaištas laikas, įdėtos pastangos, rūpinantis atskirų visuomenės grupių nariais, yra neišmatuojami nei suteiktų paslaugų ar jų gavėjų skaičiumi, nei šiai sričiai skirtomis lėšomis. Statistika labiau tinka, kai pririekia parengti ataskaitas bei pamatuoti pokyčius, įvykusius per tam tikrą laikotarpį.**

Kovo 15 dieną vykusiame Prienu socialinių paslaugų centro darbuotojų ataskaitiniame susirinkime pristatytose 2022 m. veiklos ataskaitose buvo nevienąkart pasiremta skaičiais. Visgi įstaigos ir jos skyrių vadovai savo pasisakymuose pirmiausia akcentavo žmogiškuosius faktorius, kurie lemia įstaigos tikslų įgyvendinimą, socialinių paslaugų kokybę, darbuotojų ir paslaugų gavėjų patitenkinimą. Todėl susirinkime nuskambėjo daug nuoširdžių padėkų kolegoms už sėkmingą komandinį darbą, tarpusavio pagalbą, atsakomybę ir kilstelėtą „kartelę“. Tai, pasak jų, paskatino drąsiai priimti visus su veikla susijusius iššūkius, tobulėti visiems kartu ir asmeniškai. Pasidžiaugta ir kolektyve vyraujančiu geru mikroklimatu, ir darbuotojų puoselejamomis įvairiomis tradicijomis, telkiančiais renginiais.

Prienu rajono savivaldybės socialinių paslaugų centro direktorė **Aurelija Urbonienė** vaizdžiai pailiustravo, kaip per penkiolika metų nuo įsikūrimo pasikeitė pati įstaiga, išaugo jai keliami uždaviniai, išsiplėtė teikiamų paslaugų spektras bei finansavimo apimtis. 2007 m. įstaiga startavo turėdama dvyliką darbuotojų ir penkiolika klientų bei 300 tūkst. litų biudžetą. 2022 metais Socialinių paslaugų centre jau dirbo 76 darbuotojai, kurie teikė paslaugas 1276 jų reikalingiems žmonėms, o

įstaigos biudžetas pasiekė per 1,5 mln. eurų. Įstaigos veiklos finansuojamos Prienu rajono savivaldybės, valstybės, europinių ir kitų projektų lėšomis. Pastaraisiais metais, daugėjant priskiriamų funkcijų, naujų paslaugų ir darbuotojų, valstybės biudžeto lėšų dalis padidėjo iki 800 tūkst. eurų.

Įstaiga ir pati užsidirba lėšų, teikdama mokamas pagalbos į namus, dienos socialinės globos, kompensacinės technikos nuomos, pavėžėjimo paslaugas, už kurias pernai surinkta 68 tūkst. eurų.

Pasak A. Urbonienės, įstaigos stiprybė – kvalifikuoti darbuotojai, sėkmingai vykdomi projektai, plati ir svarbi veiklos sritis, didėjantis kolektyvas. Ji pasidžiaugė tuo, kad įstaiga lyderiauja šalyje pagal didelės vertės Europos socialinio fondo lėšomis finansuojamų projektų įgyvendinimą. Vykdamas projektą „Integralios pagalbos teikimas tikslinių grupių asmenims jų namuose“, per keletus metus buvo pritraukta apie 500 tūkst. eurų lėšų. Projektui „Kompleksinės paslaugos šeimai“ gauta apie 350 tūkst. eurų, paslaugos iki praėjusių metų pabaigos teiktos 1521 asmeniui. Direktorės teigimu, 2023 metais įstaigos darbuotojų laukia nauji iššūkiai, susiję su integralios pagalbos į namus ir kompleksinių paslaugų tęstinumu, dokumentų rengimu, pacientų pavėžėjimo paslau-



Socialinių paslaugų centro direktorė A. Urbonienė (pirma iš dešinės) keletą darbuotojų paskatino padėkos raštais ir gėlėmis.

gos įgyvendinimu, prevencinės veiklos paslaugų organizavimu, dokumentų valdymo sistemos įdiegimu bei žmogiškaisiais ištekliais. Nemažai naujovių ir neaiškumų, neparengtos kai kurių paslaugų teikimo tvarkos, todėl Socialinių paslaugų centro darbuotojams teks pasitempti, nes jų laukia daug darbo ir didelė atsakomybė, – teigė centro direktorė.

Dėkodama kolektyvo nariams už išlaikytus aukštus standartus darbe, A. Urbonienė jiems linkėjo ir asmeninės laimės bei kokybiško poilsio, nes, pasak jos, „laimingas darbuotojas – geras darbuotojas“.

Socialinių paslaugų centro direktorės pavaduotojos socialiniams reikalams Liudos Šeškuvienės teigimu, įstaiga teikia šias akredituotas socialines paslaugas: vaikų dienos socialinės priežiūros; pagalbos namuose suaugusiems asmenims su negalia, jų šeimoms, senovo amžiaus asmenims, jų šeimoms; socialinių įgūdžių ugdymo, palaikymo ir (ar

atkūrimo socialinę riziką patiriančioms šeimoms, jų vaikams, suaugusiems asmenims su negalia, jų šeimoms, senyviems asmenims; laikino atokvėpio ir kt. paslaugas. Nuo 2022 metų pradžios asmenys (šeimoms) gali kreiptis dėl psichologinės pagalbos. Palyginti naujos paslaugos, pradėtos teikti praėjusiais metais: socialinė priežiūra šeimoms, patiriančioms socialinę riziką, auginančioms vaikus su negalia ar vaikus, turinčius raidos sutrikimų, asmenų su negalia šeimoms ir vaikams, taipogi socialinė globa asmens namuose.

Įstaiga taip pat atsakinga už gyventojų asmens veiklos ir gebėjimų dalyvauti klausimyno pildymą bei už Europos pagalbos labiausiai skurstantiems asmenims fondo lėšomis finansuojamo projekto įgyvendinimą. Anot L. Šeškuvienės, per praėjusius metus Prienu rajone maisto produktų bei higienos prekių gavėjų skaičius išaugo nuo 2455 iki 3027, parama teikiama ir karo pabėgėliams iš Uk-

rainos. Ji akcentavo, kad kitais metais produktai nebus dalinami, jiems išsigyti bus skiriamos kortelės.

Nuo 2022 metų gegužės 22 d. Socialinių paslaugų centras tapo pirmąja įstaiga Prienu rajono savivaldybėje, kuriai suteiktas EQUASS Assurance kokybės sertifikatas, teikiant paramos šeimai paslaugas. Kaip minėjo centro direktorės pavaduotoja, per šiuos metus teks pasiruoti šį kokybės standartą įdiegti ir kitoms paslaugoms.

Paramos šeimai skyriaus socialinio darbo organizatorė **Danguolė Juodsnuikienė** kalbėjo apie vieno iš sunkiausių socialiniame bare – darbo su šeimomis – problematiką. Šeimų, kurioms taikoma atvejo vadyba, skaičius išlieka stabilus. 2022 m. dirbta su 159 šeimomis, kuriose auga 325 vaikai. Tačiau socialiniams darbuotojams, atvejo vadybininkams tenka spręsti sudėtingesnes situacijas, susijusias su teisiniais klausimais, ypač kai kyla konfliktų skyrybų metu. Jų klientais tampa šeimos, kurioms trūksta socialinių bei tėvystės įgūdžių, gebėjimų rūpintis vaikais; turinčios sveikatos, elgesio, priklausomybės problemų; susiduriančios su smurtu, finansinėmis ir kitomis problemomis. Todėl šioms šeimoms teikiama paslaugų spektras yra itin įvairus – nuo konsultavimo ir informavimo iki pagalbos prižiūrint vaikus bei įveikiant krizines situacijas. Socialinės darbuotojos padeda organizuoti maitinimą, transporto paslaugas, apsirūpinti drabužiais ir avalyne, reikiama medicamentais, ugdomi asmenų higienos įgūdžiai, teikiama psichologinė pagalba.

D. Juodsnuikienė pasidžiaugė, kad neabejingų žmonių, verslininkų

(Nukelta į 8 p.)

Krizės  
akivaizdoje

## Sekundžių kaina nelaimės metu: kodėl svarbu turėti planą?

Laikas yra svarbiausias veiksnys ir brangiausias išteklius bet kokios nelaimės atveju. Gaisras, potvynis, audra, sprogimas, avarija, oro pavojus, branduolinė avarija – kas benutiktų, kiekviena minutė ar net sekundė gali būti lemiamą. Todėl svarbu iš anksto pasiruošti, turėti savo komandą ir planą, kad, nelaimė nutikus, būtų aišku, kas ir kokių veiksmų turi imtis. Kaip pastebi Vilniaus priešgaisrinės gelbėjimo valdybos Civilinės saugos skyriaus viršininkas Donatas GUREVIČIUS, nors daug Lietuvos gyventojų apie tai yra pagalvoję, realių pasiruošimo veiksmų imasi mažuma.

D. Gurevičiaus teigimu, dauguma žmonių kliaujasi apgaulinga iliuzija, kad nelaimės juos aplenks, o jei kas ir nutiktų, jie sugebės su tuo susidoroti. Visgi realybė kita: nelaimės visada užklumpa netikėtai, pačiu netinkamiausiu metu, o kaip elgtis, žino vienetai.

„Vien ugniesgesiai gelbėtojai reaguoja į 20 tūkst. įvykių per metus, vidutiniškai – per pusimtį atvejų kasdien. Kiekviena nelaimė, ar ji būtų gamtinė, ar žmogaus sukelta, tiesiogiai su ja susidūrusiam yra skausminga, pavyzdžiui, gaisras ne tik suniokoja turtą, pridaro materialinių nuostolių, bet ir gali atimti namus, prieglobstį. Deja, nelaimė įvykus belieka tik apgalvestauti, kad iš anksto nieko nepadarete ir niekaip tam nesiruošėte“, – sako civilinės saugos ekspertas.

Kad taip nenutiktų, pašnekovas turi pasiūlymą: jei savaitgalį nieko neplanuojate, vietoje triskart matyto filmo per televizorių, aptarkite šeimos planą ir susikraukite išvykimo krepšį. Dabar, kai joks pavojus negresia, tam skirta valanda – dvi jums nieko nereikš, užtat jei įvyktų nelaimė, būtent tiek laiko būsite sutaupe ir galėsite iškart imtis veiksmų.

### Kas yra šeimos planas?

Kokia nelaimė ar ekstremalioji situacija benutiktų, scenarijus bus vienas iš trijų: slėptis (pvz., audros, sprogimų, oro pavojaus atvejais), laukti (pvz., dėl snygio, ligos protrūkio, branduolinės avarijos) arba evakuotis (pvz., kilus gaisrui, potvyniui, karui). Esminiai pasiruošimo elementai visais atvejais yra tie patys.

Pirmiausia reikėtų įsitikinti, kad apie nelaimę būsite įspėti laiku – aktyvuoti perspėjimo pranešimus telefone, pasidomėti, kur yra per-

spėjimo sirenos. Taip pat svarbu žinoti, kur galėsite pasislėpti, kaip ir kur evakuositės nelaimės atveju, kas jums galės padėti. Daugiau apie tai galite sužinoti Lietuvos pasiruošimo ekstremaliosioms situacijoms interneto svetainėje [Lt72.lt](http://Lt72.lt).

„Ekstremaliųjų situacijų metu laimi tie, kurie veikia kaip komanda ir turi aiškų veiksmų planą. Todėl reikėtų iš anksto susitarti, kas sudarys jūsų komandą. Tai gali būti šeimos nariai, artimieji, o gal net kaimynai – viskas priklauso nuo individualios situacijos. Tarpusavyje turėtumėte susitarti, kaip elgsitės skirtingais atvejais, kur susitiksite, jei būsite skirtingose vietose, kur slėpsitės ar evakuositės, kaip ten atvyksite, kas paims išvykimo krepšį, jei neturite – apsikeisti kontaktine informacija. Tai ir bus jūsų šeimos planas“, – sako D. Gurevičius.

Jis priduria, kad iš anksto sutarti veiksmus labai svarbu, kadangi įvykus nelaimė telefonas ne visada gali padėti susisiekti. Pavyzdžiui, komandos narys gali telefoną pamesti, palikti namuose, gali išsikrauti baterija ar apskritai neveikti mobilusis ryšys.

### Išvykimo krepšys – nebūtinai vienas

Kaip šeimos planas, taip ir išvykimo krepšys kiekvienu atveju gali būti skirtingas. Svarbiausias išvykimo krepšio, paruošto išgyventi trims paroms, turinys yra:

- bent 12 litrų vandens asmeniui;
- greitai paruošiamas maistas, užkandžiai;
- kompaktiška turistinė viryklė su dujų balionėliu;
- higienos ir medicinos reikmenys;
- radijo imtuvai;



- žibintuvėlis;
- asmens dokumentai;
- keletas šimtų eurų grynaisiais;
- šilti drabužiai;
- miegmaišis, turistinis kilimėlis;
- cigaretės ir juvelyriniai dirbiniai esant būtinybei galėtų būti panaudoti mainams;
- kiti svarbūs išgyvenimui daiktai ir priemonės.

Išvykimo krepšio turinio turėtų užtekti vieniems šeimoms nariams išgyventi mažiausiai 72 valandas, t.y. tris paras. Tai leistų jums ir jūsų artimiesiems išgyventi bei patirti mažesnę žalą, jei reikėtų slėptis ir laukti, ar evakuacijos atveju.

D. Gurevičius atkreipia dėmesį, kad išvykimo krepšius gali būti ir ne vienas. „Išvykimo krepšys yra tik pavadinimas, tai neprivalo būti vienas didelis krepšys ar lagaminas. Kaip tik daiktus geriau paskirstyti mažesnėmis dalimis: dalį susidėti į kuprinę, dalį – į sportinį krepšį, lagaminą ar net dėžę. Svarbiausia, kad tuos daiktus turėtumėte vienoje vietoje ir galėtumėte juos greitai paimti. Juk daugumą šių daiktų galima rasti namuose, tereikia juos atrasti ir susidėti“, – sako jis.

### Žinančių daugiau nei darančių

Išvykimo krepšio turinys gali praversti ne tik prireikus evakuotis, bet ir, pavyzdžiui, kilus audrai, užpusčius ar dingus elektrai. Turėdami vandens ir maisto atsargų galėsite jaustis ramiau, nereikės rizikuoti ar gaišti laiko jų ieškant.

Pasak D. Gurevičiaus, veiksmų planavimas ir tinkamas pasiruošimas ne tik taupo laiką, bet ir suteikia saugumo jausmą. Ekstremaliųjų situacijų atveju tai ypač svarbu, nes padeda nusiraminti ir nuraminti kitus. Kuo daugiau pasiruošusių žmonių, tuo lengviau suvaldyti situaciją.

„Reikia suprasti, kad nesvarbu, kaip puikiai bebūtų pasiruošę valstybinės institucijos, pirmosiomis valandomis būtinas visų susitelkimas. Didelės nelaimės atveju institucijos reaguoja pagal svarbą, taigi ne kiekvieną ta pagalba gali pasiekti iškart. Stiprus esame tik visi kartu, padėdami vieni kitiems“, – teigia pašnekovas.

Šių metų įvykiai patvirtino, kad didelė dalis gyventojų žino, kaip pasiruošti ekstremalioms situacijoms, tačiau realių veiksmų imasi

(Nukelta į 8 p.)



# „Apsižvalgyti, pasišnekučiuoti ir kažką įsigyti“ ...

Pilnas šurmulis buvo turgus prieš pat Juozines. Nuo seno Juozapas laikomas amatininkų globėju. Kaune, Alytuje vyko Kaziuko mugės, o šeštadienio Prienų turgus apie aštuntą valandą ryto atrodė panašus ir į mugę. Mašinų pilnos aikštelės, prieigos, Kauno gatvė. Daug jų suko ir gyvuliukų turgaus link, kuriame jau buvo ir daug prekybininkų, ir pirkėjų.

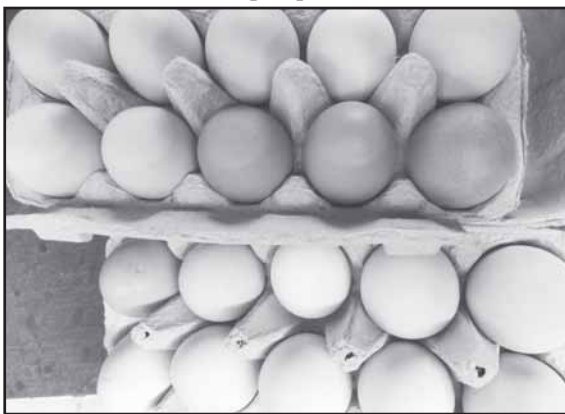
Vištas dedekles, jaunikles pardavinėjo daugeliui pažįstami prekeiviai. Viena višta kainavo 9–10 eurų. Už kaimiškus gaidžius „vyresnius“, jau „mylinčius“ vištas, moteris prašė dešimties, už jauniklius – septynių eurų. Už veislinių Kochankinų „netradicinę“ (dvi vištos ir gaidys) šeimą prašė 45 eurų, buvo galima rinktis ir Bramų veislės, ir kiaušinių perinimui; muskusinė sidabrinė antiš kainavo 15 eurų, pentarka – 12 eurų. Nemažai augintojų siūlė triušius – jų buvo ir dekoratyvinių po 5 eurus už vieną, o už jauniklius ilgaausius prašė 10 eurų, už veislinius – iki 40 eurų.

Kovo 19-ąją, per Juozapines, parskrenda pempės. Tai gilių tradicijų pavasario šventė. Pempė – atbundančios gamtos, atšilimo pranašas. Mūsų senoliai tą dieną spėdavo, kokie metai jų laukia: jeigu tądien oras geras, metai bus palankūs karvėms ir jautiems. Nors dar Gavėnia, bet jau per šv. Juozapą leidžiama juoktis ir tuoktis, tik negalima kelti vestuvių. Tą dieną merginos šluodavo kiemus, pradėdavo tvarkyti savo gėlių darželius, purenti žemę. Kai kur jau būdavo sėjamos vasarinės gėlės, daržovės daigams. Užkalbintas prekeivis Juozas sakė, kad vestuvių jau nekels, atvyks į turgų ir vardinių rytą, tačiau grįžęs bus pasveikintas artimųjų, ir „jeigu dievulis leidžia, tai ir padainuosim visi drauge, vis dar labai traukia į rankas paimti armoniką“. Išties gerai, kad žmonės bendrauja, susitinka, švenčia, dainuoja... Juk pavasariai taip greitai praeina...

O ūkininkų, atvežusių derliaus, buvo taip pat daug, palyginti su praeitais turgais. Centnerį kviečių, kvietrugių pardavė už 16 eurų.

Buvo parduodami pašarai – kombikormos (granulių) vištoms, vištoms miltų, kviečių, traiskytų kviečių, maltų kviečių, miežių, traiskytų miežių, maltų miežių, kukurūzų, traiskytų kukurūzų, žirnių, traiskytų žirnių, grikių, traiskytų grikių, linų sėmenų išspaudų, belukščių avižų, traiskytų belukščių avižų, avižų, traiskytų avižų ir daug įvairių pašarų.

„Apsižvalgyti, pasišnekučiuoti ir kažką būtina įsigyti, to ir atvažiuojam turgun“, – rinkdamiesi kibirus, „lenciūgus“, virves, apžiūrinėdami trimerius, pasakojo Janė ir Vytas. Jiedu jau laukia prasidedančios prekybos vaismedžiais, sakė, kad prisipirko ir įvairių sėklų.



## Knygnešiai – lietuviško žodžio nešėjai

(Atkelta iš 4 p.)

spaudos draudimo ir kitus laikraščius. Tarp lietuvišbės puoselėtojų ir draudžiamos spaudos platintojų buvo ir kiti Juozo broliai.

Visi šie straipsnyje paminėti žmonės – tai tik maža dalis mūsų šviesuolių, prisidėjusių prie lietuviškos spaudos platinimo, nešusių šviesą ateities kartoms. Neturime teisės

palikti jų užmarščiui. Prisiminkime, gerbkime ir vertinkime už tai, ką turime, dėl ko jie sunkiai dirbo ir kovojo. Knygnešystė neabejotinai yra XIX amžiaus Lietuvos istorijos unikalus reiškinys, pasaulyje neturintis analogų. Knygnešiai Lietuvos istorijoje atliko ypatingą vaidmenį.

**Rūta Žiobaitė**  
Prienų krašto muziejaus muziejininkė

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



Įprastai savo vietose naminiu sėmenų aliejumi, kalociumi prekiaavo rajono ūkininkai. Pusė litro šio aliejaus kainavo 4,50 euro, mažesnis buteliukas – 3,50 euro, kalocius – 2–3 eurus. Bitininkai už pusę litro medaus prašė 3,50–4 eurų, už kilogramą – 6 eurų.

Eilutė pirkėjų nuo ankstyvo ryto driekėsi prie žuvies. Juk Gavėnios dar metas, ir dar yra žmonių, kurie laikosi pasniko tradicijų.

Artėjant Velykoms, gali būti, kad kiaušiniai bus brangesni, šį rytą keliose vietose už dešimtį vištos kiaušinių prašė 3 eurų. Paviljone jau tik dvi moterėlės turėjo pieno, mat ankstyvi pirkėjai, kurie išpardavė, jau išvyko. Litras jo kainavo eurą, kilogramas varškės kainavo 4 eurus, sviesto – 12 eurų, litras grietinės – 6 eurus, varškės sūris – 3–5 eurus.

Tradiciskai prie visų prekeivių mėsos gaminiams rikiavosi pirkėjai. Pasirinkti galima iš tų, kurie nuolat prekiauja ant lentynų, iš Išlaužo „Mėsos kraitės“ ar Želsvos krašto autobusėlių, kiek arčiau vartų – iš kioskų. Paviljone galima rasti šviežios lietuviškos kiaušienos, šaltienos, spirgučių, vyniotinio. Kioske netoli vartų, kur prekiaujama kiaušienos skerdiena, pardavėja jau buvo daug išpardavusi ir vos spėjo sukintis vėl papildydama – kilogramas sprandinės kainavo 6,70 euro, šonkaulių – 5,98 euro, galinio kumpio – 5,50 euro, priekinio kumpio su oda – 5,25 euro, išpjovos – 6,70 euro, šoninės – 5,25 euro, maltos kiaušienos – 4,50 euro, lašinių spirgučiams – 1,50 euro, papilvės – 3,75 euro, karkos – 2,50 euro, kojų – 1,50 euro, pugalvių – 1,50 euro.

Užklausti prekybininkai patikino, kad „Mėsos kraitės“ perkamiausia prekė išlieka lašiniuotis, Želsvos krašto gaminių – kryžminis kumpis, kurio kilogramas kainavo 10,90 euro. Kilogramas karšto rūkymo dešrelių kainavo 6,90 euro, sardelių – 5,80 euro, vytintos nugarinės – 14,90 euro, virtos vyniotinio – 10,80 euro. Prie mėsos – šviežių agurkėlių kilogramą pirkto už 4,99 euro, o gražių graikiškų braškių kilogramas kainavo 4,99 euro. Išlieka populiarūs ir daržovės, rūšio – bulvės, morkos, burokėliai, rauginti kopūstai, virti burokėliai, šeimninkų gaminti krieni.

Taiigi vis daugiau saulės ir tarpusavio šilumos, matyt, bus belaukiant Velykų, o turguje – vis daugės prekių ir jų įvairovės.

### Nusikaltimai nelaimės

#### Smurtas

**Kovo 18 d. apie 3 val. 34 min.** Prienų r., Jiezne, už smurtą artimoje aplinkoje sulaukomas neblaivus (girtumą atsisakė pasitikrinti) vyras (g. 1988 m.) nevykdė teisėtų policijos pareigūnų reikalavimų ir aktyviais veiksmais priešinosi Prienų r. PK pareigūnei. Pareigūnė, suteikusi med. pagalbą ligoninėje, išleista gydytis ambulatoriškai. Įtariamasis buvo uždarytas į areštinę. Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 286 str.

#### Vairavo neblaivus

**Kovo 19 d.** Prienų r. Antakalnio k., patikrinimui sustabdytas automobilis „Audi 80E“ kurį vairavo neblaivus (2,23 prom.), neturėdamas teisės vairuoti transporto priemones, vyras (1985 m.).

Parengta pagal Alytaus AVPK pirminę informaciją

## Maistas nuo senėjimo

„Manau, valgyti galima viską, tačiau saikingai. Nors vyrauja neigiama nuomonė apie cukrų ir maltuosius miltus, kita vertus, fruktozė – vaisių cukrus, žmonių maistas buvęs visais laikais. Aišku, cukraus kiekį derėtų riboti dėl galimo nutukimo, diabeto...“, – naujoje knygoje „Aštrus protas – sveikame kūne“ rašo med. m. dr. gydytojas neurologas Jokūbas FIŠAS.

– Ar tinkama mityba padeda atitolinti senatvę?

– Jei norite būti sveiki, vartokite daugiau augalinio maisto, vaisių, daržovių. Gyvenantiems užterštoje aplinkoje (mieste) būtini ir maisto papildai. Daugelio vitaminų, mineralų maisto produktuose jau nėra, – nei lietus, nei dirvožemis jau nėra toks derlingas, koks buvo prieš šimtą metų.

Žalingi lengvai įsisavinami angliavandeniai, cukrus; o ketogeninė dieta – naudinga. Maisto produktai, turintys probiotikų, prebiotikų, teigiamai veikia smegenis.

– O kavos, ar ne per daug geria tautiečiai?

– Kava aktyvina smegenų veiklą, tačiau ja piktnaudžiauti neverta. Išgėrus per daug, sumažėja budrumas, atmintis, atsiranda nerimas. Per dieną patarčiau išgerti du puodelius kavos, ne daugiau.

Venkite sulčių, jose daug cukraus. Verčiau valgyti vaisius, o ne spausti iš jų sultis. Taurelė raudono vyno – nepakenks, jame yra naudingos medžiagos – resveratolio. Vynuogės valgykite su luobelėmis ir kauliukais, nes skaidulinės medžiagos aktyvina žarnyno darbą.

– Visuomenėje populiarėja autofagijos teorija...

– Badaujant, kai nevalgoma 16 ir daugiau valandų, suaktyvėja fermentų sistemos ir prasideda spartus autofagijos (savęs rijimo) procesas. Tada fermentai sunaikina negyvybingas ląsteles ir organizmas atsinaujina. Pradėkite nuo 12, 14 valandų nevalgymo. Kai kurie žmonės valgo kartą per dieną ar nieko nevalgo visą parą. Taip maitinantis prasideda ląstelių autofagija: sveikosios ląstelės atsinaujina, o žuvusios – išnyksta. Organizmas apivalo, mažėja svoris. Tokiu būdu galima išgydyti net vėžį. Tai kelias į sveikatą ir ilgaamžiškumą, tačiau reikalinga motyvacija ir valia.

– Kokie itin naudingi fermentai?

– Tai vanis, Vokietija, Japonija gamina vaistinius papildus, kuriuose yra fermentas *superoksido dismutazė*. Tai – galingas antioksidantas, kovojantis su laisvaisiais radikalais, provokuojančiais daugelį ligų ir negrįžtamų pokyčių organizme.

Labai vertas dėmesio ir natūralus tonizatorius *kordicepsis*, gerinan-

tis fizinių, protinių darbingumą bei stabdantis organizmo senėjimą.

Ne tik senjorams naudingas dvasinės stiprybės augalas – *reishi* grybas.

– Kokiais atvejais vartotini fermentai ir probiotikai?

– Kai patariate didesnę fizinių krūvių, įtampą, stresą, jaučiatės fiziškai išsekę, nusilpus imunitetui, užklupus virusinėms ligoms, vartojant antibiotikus, sergant Parkinsono liga, išsėtine skleroze ir t.t. Fermentai, probiotikai atitolina senatvę.

– Ką papildomai turėtų vartoti senjorai?

– Tai žuvų taukai, kofermentas Q10, vitaminas D. Senstant natūralaus vitamino D sintezė odoje susilpnėja (net ir veikiant saulės spinduliams). Senjorams patarčiau nors trumpai pasikaitinti saulėje. Taip pat būtini B grupės vitaminai, folio rūgštis.

– Jūsų naujoje knygoje randi įdomų posakį: „Mažai maisto – daug gimtadienių“...

– Taip, labai svarbu vyresniame amžiuje riboti maistą. Derėtų baigti valgyti, kai jaučiatės nevisiškai sotūs. Ir rečiau atidarinti šaldytuvą, ypač žiūrint televizorių...

– „Dehidracija – mūsų amžiaus ryškė“. Kas nutinka, kai trūksta vandens?

– Kai geriate per mažai vandens, didėja kraujo klampumas, sutrinka mikrocirkuliacija, todėl pažeidžiamos ląstelių funkcijos, atsiranda ligos.

...Dykumų gyventojai, prisitaikę prie kitų gyvenimo sąlygų, jie tiesiog... išdžiūsta ir todėl gyvena trumpiau. Tąd gerti pakankamai vandens – labai svarbus įprotis.

– Kodėl nepartartina valgyti ryte nuo 6 iki 11 val.?

– Mokslininkas Hiromi Šinja knygoje „Fermentų faktorius“ rašo, kad nuo 6 iki 11 valandos valosi ląstelės. Jeigu pavale po dviejų valandų vėl ieškosite maisto, neleisite ląstelei išsivalyti. Tada joje kaupiasi kenksmingos medžiagos, laisvieji radikalai, prasideda oksidaciniai procesai; uždegimai, augliai, krešuliai, sukeliantys infarktą, insultą. Ląstelei būtinas poilsis, kad ji galėtų sustiprėti, atsinaujinti.

– Dėkui už įdomų ir vertingą pokalbį. Stengsimės gyventi sveikiau.  
Veronika Pečkienė

## Sveikas desertas

1 minkštas avokadas, 2 bananai, 1 šaukštas kakavos.

Supjaustyti gabalėliais gerai prinokusį avokadą, bananus. Į elektrinio trintuvo indą sudėkite vaisius, kakavą ir išplakite.

Tada gautą masę supilkite į taures ar nedidelius indelius ir padėkite į šaldytuvą. Po kelių valandų galime ragauti. Skanaus!

Veronika Pečkienė





## PR Prasadėjo akcija „Saugom mišką“: aplinkosaugininkai organizuos reidus šalies miškuose

(Atkelta iš 2 p.)

### Paukščių lizdaviečių apsauga

Aplinkosaugininkai primena: *Miško kirtimų apribojimai aplink saugomų paukščių lizdavietes* taip pat detalai paaiškinti *Miško kirtimų taisyklėse*. Vienas svarbiausių apribojimų – miškų kirtimai ir medienos ištraukimas griežtai ribojamas kurtinių tuokvietėse.

„Per kirtimus labai svarbu saugoti ir perinčius paukščius, palikti medžius su saugomų paukščių rūšių lizdais. Taip pat reikia palikti tokius medžius, kuriuose yra uoksų, drevių,

ir prie jų formuoti biologinei įvairovei svarbių medžių grupes“, – pažymi Miškų kontrolės departamento direktorius.

O tais atvejais, jei kyla neaiškumų, pasikonsultuoti aplinkosaugininkai kviečia telefonu 8 700 02022 arba el. paštu [konsultacijos@aad.am.lt](mailto:konsultacijos@aad.am.lt)

Pažeidusiems ar nesilaikantiems galiojančių reikalavimų gresia administracinė atsakomybė. Kartu gali būti skiriamas nusizengimo padarymo įrankių ir priemonių, iškirstos medienos arba iš šios veiklos gautų pajamų konfiskavimas.

## SIŪLO DARBA

Birštono sav. esančiame augalininkystės ūkyje **reikalingas** traktorininkas - mechanizatorius, sugebantis dirbti įvairius žemės ūkio darbus. Reikalinga patirtis. Atlyginimas nuo 1000 Eur. **Tel. 8 658 07 728.**

## ĮVAIRŪS

### PRANEŠIMAS DĖL ŠAUKIAMO EILINIO VISUOTINIO NARIŲ SUSIRINKIMO

#### Kredito unijos „Prienų taupa“ narių dėmesiui!

2023 m. balandžio 13 d. 10 val. adresu: Vytauto g. 1A-3, Prienai, šaukiamas kredito unijos „Prienų taupa“ eilinis visuotinis narių susirinkimas, numatant šią darbotvarkę:

1. Vidaus audito tarnybos ataskaita. Ataskaitos įvertinimas.
2. Valdybos ataskaita. Ataskaitos įvertinimas.
3. Paskolų komiteto ataskaita. Ataskaitos įvertinimas.
4. Metinių finansinių ataskaitų rinkinio ir pelno paskirstymo (nuostolių atlyginimo) tvarkos projekto pristatymas. Metinių finansinių ataskaitų rinkinio tvirtinimas. Nutarimo dėl pelno paskirstymo (nuostolių dengimo) tvarkos priėmimas.
5. 2023 metų kredito unijos pajamų ir išlaidų sąmatos tvirtinimas.
6. Dėl narių, neatitinkančių narystės kriterijų, šalinimo iš kredito unijos
7. Visuotinio narių susirinkimo dalyvių informavimas apie planuojamą pajinių įnašų gražinimo ir mažinimo tvarką.

Bendrajį balsavimo biuletenį galite rasti kredito unijos „Prienų taupa“ patalpose adresu: Vytauto g. 1A-3, Prienai. Užpildytus ir pasirašytus bendruosius balsavimo biuletenius prašome pristatyti į kredito uniją iki 2023-04-13 10 val.

Su darbotvarkėje numatytų klausimų nutarimų projektais, atskaitomis bei kitais dokumentais kredito unijos nariai gali susipažinti kredito unijos patalpose, adresu: Vytauto g. 1A-3, Prienai.

Nesuirinkus kvorumui, pakartotinis susirinkimas bus šaukiamas 2023 m. balandžio mėn. 20 d. 11 val. numatant tą pačią darbotvarkę.

Asmuo, įgaliotas teikti išsamią informaciją apie šaukiamą visuotinį narių susirinkimą administracijos vadovas Rimantas Slavinskas, tel.: 8 319 52 833, 8 686 00 456, el. paštas [kupt@lku.lt](mailto:kupt@lku.lt).

#### Kredito unijos „Prienų taupa“ valdyba

Informuojame, kad 2023-04-03 10:30 val. bus atliekamas žemės sklypo (kad. Nr. 6950/0019:127) Kauno g. 12, Skriaudžių k., Prienų r., ribos ženklinimas. Kviečiame gretimo žemės sklypo (kad. Nr. 6950/0019:453), Mažoji g. 2b, Skriaudžių k., Prienų r., savininę arba Jo įgaliotą asmenį 2023-04-03 10:30 val. atvykti prie nuosavybės teise priklausančio žemės sklypo dėl žemės sklypo Kauno g. 12, Skriaudžių k., Prienų r., ribos suderinimo ir paženkinimo vietovėje. Prašome pranešti apie savo atvykimą ar neatvykimą darbus atliekančiai įmonei, likus ne mažiau 2 dienoms iki darbų pradžios adresu: UAB „Žemės matavimai“, Aukštaičių g. 9, Kaunas, Tel. 862923743, el. p.: [zemesmatavimai@gmail.com](mailto:zemesmatavimai@gmail.com). Neatvykus ar neinformavus apie neatvykimą darbai bus tęsiami, prašome pastabas pateikti per 30 dienų nuo matavimų datos.

## PERKA

### Nekilnojamasis turtas

Įmonė **brangiai perka** mišką visoje Lietuvoje, vertina nemokamai, rengia miškotvarkos projektus, atsiskaito iš karto, apmoka visas išlaidas. **Tel. 8 646 79 600.**

**Pirkčiau** sklypą ar pastatą dirbtuvėms. **Tel. +370 679 76 445.**

## PARDUODA

### Kietas kuras

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

**Parduodu** sausas, kapotas malkas, laikomas po stogu, vežame ir mažais kiekiais. Medinius lauko tualetus, pavėsines. Išrašome sąskaitas. **Tel. 8 648 61 061.**

**Parduodamos** geros ir skalsios beržo, juodalksnio malkos. Jei netinka skaldytos malkos, galima pirkti rąstais arba pjautas kaladėmis. Miškų inžinieriaus tūrio ir kokybės kontrolė. Perkant 5 erdm ir didesnio tūrio mašiną atvežimas nekainuoja. Užsakymai priimami **tel. 8 625 33 812.**

### ŠILTINAMIAI

**Parduodu įvairaus dydžio šiltnamius. Nemokamas pristatymas. Suteikiu garantiją.**  
**8 661 51 614**

## PASLAUGOS

**Pilnas pamatų įrengimas** (nustumdymas, polių gręžimas, rostverkas, armatūros karkasai, apšiltinimas ir užpylimas). **Tel. 8 620 85350.**

**Betonavimo, mūravimo ir griovimo darbai. Tvorų montavimas.**  
**Tel. 8 600 96 399.**

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

**Šalčio meistrai taiso: šaldytuvus, šaldiklius, skalbimo mašinas. Atliktam darbui suteikiama garantija.**  
**Tel. 8 622 02 208.**

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

**Pirksiu** ūkinį pastatą ar sodą Birštone.

**Tel. 8 641 04 515.**

### Gyvuliai, gyvūnai

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

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

## PERKA

**UAB Suvalkijos veršeliai**  
brangiai perka veršelius.  
**Tel. 8 634 23 551.**



**PERKA GALVIJUS**

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

**Tel.: (8-614)93124**

## PARDUODA

### Įvairios prekės

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

**Parduodame: KIAULIENOS skerdieną** puselėmis, lietuvišką, svilintą, kaina – 3,50 Eur/kg, puselė sveria apie 40-60 kg. Pateikiame kokybės sertifikatą, kad mėsa LIETUVIŠKA. Atvežimas nemokamas. Taip pat parduodame **SĖKLINES bulves VINETA, LAURA**, kaina – 0,65 Eur/kg. **Tel. 8 607 12 690.**

**Naminiai sviestiniai šakočiai, grybukai, karameliniai ir šokoladiniai „tinginiai“** – tik iš natūralių lietuviškų produktų, pagal senolių receptą. Svoris nuo 100 g iki 5 kg. Siunčiame į Lietuvos miestus ir užsienio šalis. **Tel. 8 650 43 159.** **Lauros kepyklele.** (Adresas: Revuonos g. 48, Prienai).

**Parduodame** amonio salietrą. Pristatome, išrašome sąskaitas. **Tel. 8 605 49 513.**

**Parduodu** MTZ-80 L (2100 Eur), T-25A (1992 m., 3150 Eur), grūdų sėjama „Norstend“ (3 m pločio), 1100 Eur), rusišką SZ3,6 (diskinė, 950 Eur). Atvežu. **Tel. 8 630 93 471.**

**Parduoda** 3-jų korpusų plūgą, šienapjovę – 1,35 m, kultivatorių prie „Belorus“ traktoriaus, benzininį pjūklą „Solo“, 100 vnt. neglazūruotų koklių. **Tel. 8 607 42 609.**

**Parduoda** trąšų barstytuvą AMAZONE (12 m, hidraulinis valdymas), javų kombaino FORTSCHRITT 514 galinį pusašį, rapso atplovėją ROLMAK. **Tel. 8 635 18 146.**

### Gyvuliai, gyvūnai

**Parduoda** karvę su savaitės laiko telyčiuke. **Tel. 8 650 53 651.**

## PASLAUGOS

### DURYS – PER 3 DIENAS!

**Žmoniškoms, pavasarinėmis kainomis**

**Gaminu duris** – ypatingai šiltas, saugias nuosaviems namams, ūkiniams pastatams ir rūsiams. **Tel. 8 653 93 193.**

**Glaistymas, dažymas, tapetavimas** ir kiti apdailos darbai. (Turime darbo patirtį) **Tel. 8 650 72 391.**

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

**Nebrangiai atvežame** sijotą kokybišką juodžemį, maišytą su kompostu. Vežamas kiekis – nuo 4 iki 10 kub.m.

**Tel. 8 609 66 753.**

**Pjauname** medžius, krūmus, genėjame aukštapijovės. Tvarkome apleistus sklypus, griauname pastatus. **Tel. 8 670 18 048.**

**VAISMEDŽIŲ GENĖJIMAS,**  
PURŠKIMAS, BALINIMAS.

**GYVATVORIŲ KARPYMAS, AVARINIŲ MEDŽIŲ PLOVIMAS.**  
Dirbame kokybiškai ir už gerą kainą!

**TEL.: 862859232**

## Delfi TV programa

2023.03.23-2023.03.26

### KETVIRTADIENIS

**06:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“**  
**07:00** Feigino pokalbiai  
**08:00** Orijaus kelionės (29)  
**09:00** Yugo broliai (14)  
**09:30** Ūkininko Petro dienoraštis (125)  
**10:00** Kasdienybės herojai (29)  
**11:00** Delfi rytas  
**11:55** Kenoloto  
**12:00** 13 731 km aplink Skandinaviją su A. Valujavičiumi (45)  
**13:00** Orijaus kelionės (29)  
**14:00** Yugo broliai (14)  
**14:30** Ūkininko Petro dienoraštis (126)  
**15:00** Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga  
**16:30** Delfi RŪ. Naujienos rusų kalba  
**17:00** Iš esmės su A. Peredniu  
**17:55** Kenoloto  
**18:00** Kasdienybės herojai  
**19:00** Ūkininko Petro dienoraštis (126)

**19:30** Yugo broliai (14)  
**20:00** Sporto baras (9)  
**21:00** Ką žmonės dirba visą dieną (7)  
**21:30** Automobilis už 0 Eur. (102)  
**22:00** Ūkininko Petro dienoraštis (127)  
**22:30** Jėga ir Kenoloto  
**22:35** Feigino pokalbiai  
**23:30** Iš esmės su A. Peredniu (k)  
**00:30** Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga (k)  
**02:00** TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS UKRAINA 24“  
**PENKTADIENIS**  
**06:00** TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS UKRAINA 24“  
**07:00** Feigino pokalbiai  
**08:00** Ką žmonės dirba visą dieną (7)  
**08:30** Pas Editą  
**09:00** Yugo broliai (15)  
**09:30** Ūkininko Petro dienoraštis (122)  
**10:00** Alfo vila (26)  
**11:00** Delfi rytas  
**11:55** Kenoloto

**12:00** 13 731 km aplink Skandinaviją su A. Valujavičiumi (46)  
**13:00** Istorijos apie nesėkmes (16)  
**13:30** Ką žmonės dirba visą dieną (7)  
**14:00** Yugo broliai (15)  
**14:30** Ūkininko Petro dienoraštis (127)  
**15:00** Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga  
**16:30** Delfi RŪ. Naujienos rusų kalba  
**17:00** Kasdienybės herojai (29)  
**17:55** Kenoloto  
**18:00** Kasdienybės herojai  
**19:00** Ūkininko Petro dienoraštis (127)  
**19:30** Yugo broliai (15)  
**20:00** Pas Editą  
**20:30** Šeima ant ratų. Afrikos link (17)  
**21:00** Jūs rimtai? (29)  
**21:30** Savaitės kriminalai su Jauniumi Matoniu  
**22:00** Ką žmonės dirba visą dieną (7)  
**22:30** Jėga ir Kenoloto  
**22:35** Feigino pokalbiai  
**23:30** Drašiai (18). N-18  
**00:00** Yugo broliai (11)  
**00:30** Yugo broliai (12)  
**01:00** Yugo broliai (13)  
**01:30** Yugo broliai (14)

**02:00** Yugo broliai (15)  
**02:30** TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS UKRAINA 24“  
**SEŠTADIENIS**  
**06:00** TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS UKRAINA 24“  
**07:00** 13 731 km aplink Skandinaviją su A. Valujavičiumi (47)  
**08:00** 13 731 km aplink Skandinaviją su A. Valujavičiumi (48)  
**09:00** LOGIN 2023  
**09:30** Duok leteną (3)  
**10:00** Alfo didysis šou (24)  
**11:00** Receptų receptai (28)  
**11:30** Šeima ant ratų. Afrikos link (17)  
**11:55** Kenoloto  
**12:00** Šiandien kimba (29)  
**13:00** Pas Editą  
**13:30** Kasdienybės herojai (29)  
**14:30** Ką žmonės dirba visą dieną (7)  
**15:00** Orijaus kelionės  
**16:00** Orijaus kelionės (29)  
**17:00** Ūkininko Petro dienoraštis (124)  
**17:30** Ūkininko Petro dienoraštis (125)  
**17:55** Kenoloto  
**18:00** Egzotiniai keliai  
**18:30** Egzotiniai keliai

**19:00** Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu (9)  
**19:55** Eurojackpot  
**20:00** Savaitės kriminalai su Jauniumi Matoniu  
**20:30** Jūs rimtai? (29)  
**21:00** (Iš)gyventi (4)  
**22:00** Egzotiniai keliai  
**22:30** Jėga ir Kenoloto  
**22:35** Egzotiniai keliai  
**23:05** Orijaus kelionės  
**00:05** 13 731 km aplink Skandinaviją su A. Valujavičiumi (47)  
**01:05** 13 731 km aplink Skandinaviją su A. Valujavičiumi (48)  
**02:00** TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS UKRAINA 24“  
**SEKMADIENIS**  
**06:00** TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS UKRAINA 24“  
**07:00** Šiandien kimba (29)  
**08:00** Orijaus kelionių archyvai  
**08:30** Ateitis dabarčiai (3)  
**09:00** Sporto baras (9)  
**10:00** Alfo vila (27)  
**11:00** Receptų receptai (28)  
**11:30** Istorijos apie nesėkmes (17)  
**11:55** Kenoloto  
**12:00** Sekmadienio Šv. Mišių

transliacija  
**13:30** Pakvaišęs dėl grožio (11)  
**14:00** Jūs rimtai? (29)  
**14:30** Šeima ant ratų. Afrikos link (17)  
**15:00** Orijaus kelionės (29)  
**16:00** Egzotiniai keliai  
**16:30** Egzotiniai keliai  
**17:00** Ūkininko Petro dienoraštis (126)  
**17:30** Ūkininko Petro dienoraštis (127)  
**17:55** Kenoloto  
**18:00** Orijaus kelionių archyvai  
**18:30** Ką žmonės dirba visą dieną (7)  
**19:00** Automobilis už 0 Eur (102)  
**19:30** Savaitės kriminalai su Jauniumi Matoniu  
**20:00** Kasdienybės herojai (29)  
**21:00** Nulinė teorema (Zero theorem) 2014  
**22:30** Jėga ir Kenoloto  
**22:33** Nulinė teorema (Zero theorem) 2014  
**23:15** Egzotiniai keliai  
**23:45** Egzotiniai keliai  
**00:15** Orijaus kelionių archyvai  
**00:45** TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS UKRAINA 24“



# Sekundžių kaina nelaimės metu: kodėl svarbu turėti planą?

(Atkelta iš 5 p.)

paskutinę akimirka. Pirmosiomis dienomis po to, kai Rusija užpuolė Ukrainą, žmonės suskubo pirkti ilgai galiojančių produktų, konservų, tuštino bankomatus, degalinėse formavosi eilės.

## Pasiruošimą naudinga išbandyti

D. Gurevičius teigia, kad žmonėms svarbu išsiugdyti įpročius: visada automobiliuje turėti bent pusę bako kuro, namuose turėti vandens ir ilgai galiojančių maisto produktų atsargų, reguliariai tikrinti ir atnaujinti besibaigiančio galiojimo produktus.

Dar geriau savo pasiruošimą ir turimus daiktus išbandyti realybėje.



„Dabar, ramybės metu, pasiruošimo fazėje, galima išsibandyti daiktus žygyje ar iškyloje, imituojuant tą situaciją. Galbūt paaiškės, kad dujinę viryklę

turite, bet nepasiėmėte degtukų, arba užmiršote juos įdėti į sandarų maišelį ir jie sudrėko? O gal vandens užteko tik vienam vakarui? Tokia išvyka padės pasiruošti geriau, o kartu gali būti smagi patirtis visai šeimai“, – sako D. Gurevičius.

Vėlgi, pasiruošimo įvertinimas leis sutaupyti dar daugiau laiko tada, kai jo reikės labiausiai. Nutikus blogiausiam, būsite pasiruošę veikti. Geriausia atveju, šių žinių ir pasiruošimo niekada taip ir neprireiks.

Visą informaciją apie tai, kaip pasiruošti nelaimėms ir kaip elgtis jų metu, galite rasti svetainėje [Lt72.lt](http://Lt72.lt).

Vidaus reikalų ministerijos informacija

# „Kiekvienas medis turi savo paslaptį“

Prienu Justino Marcinkevičiaus viešojoje bibliotekoje vyko knygos „Medžiai suradę namus“ pristatymas. Dalyvavo tautodailininkas, stalius, baldininkas, kryždirbys, knygos „Medžiai suradę namus“ autorius Petras Pranckevičius.



Nuo vaikystės draugaujantis su medžiu tautodailininkas pasakojo, kad visada atkreipdavo dėmesį į medžius. Net ir būnant miške žvilgsnį prikaustydavo seni ažuolai ar visiškai laibos pušelės. Pasak autoriaus, „blogo medžio nebūna, tereikia mokėti jį „prakalbinti“. Kiekvienas medis turi savitų savybių ir savų paslaptį. Kad ir kaip būtų, su medžiu reikia elgtis sąžiningai. Medžio tu neapgausi“.

Dauguma Petro Pranckevičiaus skulptūrų, kryžių stovi viešose erd-

vėse. Vienetinių baldų, kuriuos mato tik jų šeimnininkai, jis yra prigaminęs daugiau kaip pusšimtį, todėl norėjo „pasislėpusius“ darbus parodyti visiems. Taip atsirado knyga. „Kai pasižiūri į pasą, kur skaičiukai surašyti, ir žinau, kad iki begalybės jų nebus, tai galvoju – paliksiu tokią atmintį“, – sako apie knygą jos autorius. Susitikimo metu, Petras Pranckevičius pasidžiaugė savo mokiniais, kuriems perdavė savo patirtį, ir šandien jų darbai puošia įvairias Alytaus miesto vietas.



# Dėl tų, kuriems reikia pagalbos...

(Atkelta iš 5 p.)

dėka pasisekė išpildyti 149 šių šeimų vaikų kalėdines svajones, o 26 būsimi pirmokai aprūpinti kuprinėmis ir mokymosi reikmenimis. Pernai 53 vaikai dalyvavo keturiuose seniūnijose surengtose stovyklose, tėvai pakviesti į pozityvios tėvystės kursus, atnaujinta šeimų klubo veikla. Vyko įvairūs renginiai, naudingi susitikimai su bendruomenės pareigūnėmis.

Bendrojo skyriaus vadovė Aurelija Žemaitienė daugiau dėmesio skyrė pavėžėjimo paslaugos pristatymui. Anot jos, transporto paslaugų poreikis auga, ji teikiama senyvo amžiaus asmenims, neįgaliesiems, socialinę riziką patiriančioms šeimoms, pacientams. Pernai už paslaugą uždirbta 11920 eurų, 82 proc. pajamų gauta už hemodializės centro pacientų pavėžėjimą. Nuo praėjusių metų spalio per tris mėnesius Socialinių paslaugų centre buvo išbandyta socialinė pavėžėjimo paslauga, kuri, anot pranešėjos, buvo itin paklausi tarp gyventojų, labai palengvinanti gyvenančiųjų kaimiškoje vietovėse mobilumą.

Šiuo metu centre vyksta pasiruošimas pavėžėjimo paslaugos, kuri bus nemokamai teikiama tam tikro segmento pacientams, gavusiems šeimos gydytojų išrašytus siuntimus į aukštesnio lygio gydymo įstaigas, įgyvendinimui savivaldybės lygmeniu nuo 2023 m. liepos 1 dienos.

Socialinio darbo organizatorė Živilė Simanavičienė ir socialinė darbuotoja Rita Vaškevičienė pristatė Socialinės globos ir priežiūros

asmens namuose skyriaus darbuotojų teikiamas paslaugas, iš jų populiariausia – pagalbos į namus paslauga, kurią praėjusiais metais gavo 187 asmenys, daugiausia paslaugos gavėjų – 65-84 metų amžiaus grupėje, didžiausias jų skaičius – Prienu mieste ir Jiezno seniūnijoje. Pasak skyriaus darbuotojų, žmonių atsiliepimai patvirtina, kad šios rūšies paslaugos jiems labai reikalingos ir socialinio bendravimo, ir pagalbos buityje prasme.

Asmenims su negalia buvo teikiama asmeninė pagalbos paslauga. O senyvo amžiaus, neįgaliesiems, slaugomiems asmenims – integruotos pagalbos paslauga, jais rūpinosi dvi specialistų komandos. Artimieji, besirūpinantys sunkiai sergančiais, negalinčiais apsitarnauti šeimos nariais, pagal poreikį gali pasinaudoti laikino atokvėpio paslauga, tačiau, specialistų teigimu, praktikoje ji dar neprijū.

Socialinės globos ir priežiūros institucijoje skyriaus socialinio darbo organizatorė Asta Grauzinienė, pasakodama apie darbą su vaikais, senjorais ir neįgaliaisiais, kurie renkasi užsiėmimus Socialinių paslaugų centre, pastebėjo, jog šios veiklos rezultatai neįmanoma pavaizduoti nei skaičiais, nei grafikais, jie jaučiami širdimi, per kartu išgyventas emocijas ir bendrystę. Apie tai centro darbuotojų Agnė Knašytė ir Violeta Puišienė sukurtame filme kalbėjo neįgalųjų grupės lankytojai. Būtent Socialinių paslaugų centre žmonės su protine negalia rado rūpestingą

šeimą, draugų, igijo įvairių patirčių, pravėrusių jiems langą į pasaulį ir savęs pažinimą.

Atskaitiniame susirinkime dalyvavusi Prienu rajono savivaldybės administracijos Socialinės paramos ir sveikatos skyriaus vedėja Sandra Mekionienė pabrėžė socialinio darbo reikšmę visuomenėje. Pasak jos, socialiniai darbuotojai ir ateityje bus reikalingi, nes visuomet atsiras pažeidžiamų žmonių. Socialinių paslaugų centro darbuotojams ji linkėjo, kad nelengvą savo misiją jie priimtų suprasdami, kaip yra svarbu ištiesti pagalbos ranką esantiems atskirtyje ir keisti jų gyvenimus gerąja linkme.

Dalė Lazauskienė



Iš dešinės: Centro direktorė A. Urbonienė, jos pavaduotoja L. Šeškuvienė, Bendrojo skyriaus vadovė A. Žemaitienė.



Prienu socialinių paslaugų centro darbuotojų atskaitiniame susirinkime.

# Gyvenimas

REDAKCIJOS ADRESAS:  
Kauno g. 19 A, LT - 59147 Prienai.  
El.paštas: [info@gyvenimas.info](mailto:info@gyvenimas.info)

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

Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė

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

SPAUDOS,  
RADIO IR  
TELEVIZIJOS  
REMIMO  
FONDAS

remia rubrikas  
„Koks tu ir aš –  
tokia Lietuva“ ir  
„Tai, kas  
išaugina...“

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

Internetu skaitykite: [www.gyvenimas.info](http://www.gyvenimas.info), [www.facebook.com/laikrastiogyvenimas](https://www.facebook.com/laikrastiogyvenimas)