

Laba diena

Šiandien – mėnulio jaunatis, nuo penktadienio – priešpilnis. Saulė teka 5 val. 51 min., ieisis 20 val. 42 min. Dienos ilgumas 14 val. 51 min. Vardadienai: šiandien – Gailė, Gailenė, Klaudija, Klaudijus, Sandinga, Selma, Selmas, rytoj – Aušra, Aušrė, Aušrinė, Aušrius, Aušrys, Gotarta, Gotartas, Gotautas, Gotautė, Sidona, Zita, Žydrė, penktadienį – Rimgailas, Rimgailė, Valerija, Valė, Vygaandas, Vygaundė, Vyganta, Vygartas, Vygas, Vytolis, Vytuolė.

Balandžio 26 – Pasaulinė intelektinės nuosavybės diena.
Balandžio 27 – Medicinos darbuotojų diena.
Balandžio 28 – Pasaulinė darbuotojų saugos ir sveikatos diena.

Aukso vertės parama, kuri nieko nekainuoja

Kredito unijos „Prienų taupa“ nariams pristatytiems 2022 metų ataskaitos

Rajono čempionų vardus iškovojo BC Balbieriškio „Tūzai“ 3-8 p.

Nemokami fizinio aktyvumo užsiėmimai Prienų rajono savivaldybės gyventojams

„Visa duona skani, jeigu esi alkanas“ ...
6 p.



Gerbiami medicinos darbuotojai,

Jums tenka kilni ir atsakinga Hipokrato priesaikos įprasminta misija – saugoti kiekvieno žmogaus gyvybę ir sveikatą. Rūpindamiesi žmogumi Jūs kasdien kuriate mažus ir didelius stebuklus.

Sveikindamas artejančios profesinės šventės proga, visų krašto žmonių vardu dėkoju Jums už kilnų darbą, suteiktas viltis, profesionalumą ir linkiu dvasinės stiprybės, sveikatos, energijos, aplinkinių pagarbos ir dekingumo. Tegul nestingu Jums išvermės ir kantrybės kasdienėje kovoje su skausmu, telydi ne vien įtampa ir atsakomybė, bet ir nuoširdūs dekingumo žodžiai, supratimas, geranoriškumas.

Prienų r. savivaldybės meras Alvydas Vaicekauskas

Paskelbtas naujos kadencijos startas



Balandžio 20 d. iškilmingai prisiekė ketvirtai kadencijai perinktas Prienų rajono savivaldybės meras Alvydas Vaicekauskas ir Tarybos nariai. Priesaikas priėmė ir pažymėjimus įteikė Prienų rajono apygardos rinkimų komisijos pirmininko pavaduotoja Jūratė Mickevičienė. Šis įvykis posėdžių salėje sukėlė šventinį šurmuli – pasveikinti mero ir Tarybos narių atvyko Vyriausybės atstovas Kauno ir Marijampolės apskrityse Andrius Cechanavičius, Birštono savivaldybės merė Nijolė Dirginčienė, Kauno regiono plėtros tarybos administracijos direktorė Simona Stočkienė, LR Seimo narės Orintos Leiputės padėjėja Aurelija Lankelienė, Savivaldybės administracijos, seniūnijų, įstaigų, nevyriausybinių organizacijų atstovai ir kiti svečiai.

Septyni iš 25 narių prisiekė pirmą kartą

Naujoje Prienų rajono savivaldybės taryboje dirb 6 politinių partijų atstovai. Daugiausia socialdemokratų, kurie rinkimuose iškovojo 12 mandatus, Demokratų sąjunga „Vardan Lietuvos“ turi 5 mandatus, Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjunga – 3 mandatus, Tėvynės sąjunga-Lietuvos krikščionys demokratai – 2 mandatus, Lietuvos regionų partija – 2 mandatus, Krikščionių sąjunga – 1 mandatą.

Valdančiąją daugumą sudaro 16 Tarybos narių: socialdemokratai Aleksas Banišauskas, Ramūnas Buitkus, Deividas Dargužis, Andrius Grumadas, Daiva Macijauskienė, Jaunė Mališauskas, Angelė Mickevičienė, Henrikas Radvilavičius, Mindaugas Rukas, Eimantas Šalomskas, Simona Vaicekauskaitė-Šalčė, Rima Zablackienė; Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjungos atstovai Artūras Buitkus, Jonas Vilionis ir Rita Keturakiene; Krikščionių sąjungos atstovė Rasa Ivanauskienė.

Likusieji 9 Tarybos nariai susi-

būrė į Tarybos mažumą (opozicija): Loretė Jakinevičienė, Aušra Deltuviėnė, Vaidotas Karvelis, Algimantas Marcinkevičius, Cezaras Pacevičius (frakcija „Vardan Lietuvos“), Arūnas Vaidogas, Egidijus Visockas (Regionų frakcija), Rasa Juocevičienė ir Jovydas Juocevičius (TS-LKD).

Dauguma vietos politikų buvo išrinkti tiesioginiuose rinkimuose, keletas juų i Tarybą pateko, kai aukščiau sarašuose buvę partiečiai atsisakė iškrovotų mandatų dėl darbinių interesų ar pasiūlytų politinio pasiti-

kėjimo postų. Septyni politikai prisiekė pirmą kartą. Jauniausias iš Tarybos narių A. Grumadas, kuriam siemet suakė 20 metų.

Vicemerų pareigos patikėtos moterims

Po inauguracijos surengtame pirmajame šios kadencijos Savivaldybės tarybos posėdyje meras Alvydas Vaicekauskas perskaitė kovo 15 dieną pasirašytą Tarybos koalicinę sutartį, kurią sudarė LSDP, LVŽS ir Krikščionių sąjungos atstovai, pasižadėjė drauge įgyvendinti koalicijos

programą. Pagal ją susitarta dėl vice-mero ir Administracijos direktoriaus postų socialdemokratams ir antro vicemero posto „valstiečiams“. Todėl mero teikimu ir daugumos Tarybos narių balsais buvo patvirtintos dvi vicemerės: Laimutė Jančiukienė (LVŽS) ir Jūratė Zaikskienė (LSDP).

Opozicijos atstovams parūpo, ar abiems vicemerei pavyks išvengti interesų konflikto dėl to, kad joms artimi asmenys dirba Savivaldybės administracijoje. Meras juos

(Nukelta į 3 p.)

Tai, kas išaugina... Arčiau žmonių

Aukso vertės parama, kuri nieko nekainuoja

Valstybinės mokesčių inspekcijos (VMI) duomenimis, net 70 proc. Lietuvos gyventojų niekam nepaskiria 1,2 proc. nuo sumokėto gyventojų pajamų mokesčio (GPM). Taip kasmet į valstybės biudžetą grįžta apie 25 milijonai „neišrūsiuotų“ eurų, kurie reikšmingai galėtų prisidėti prie skurdo mažinimo ar kitų visuomenės reikmių tenkinimo.

Igyvendindamas socialinę kampaniją „Meti pinigus? Mesk teisingai!“, Lietuvos Caritas skatina visuomenę sąmoningai rūšiuoti ne tik atliekas, bet ir pinigus, o siekiant atkreipti žmonių dėmesį į šią problemą, organizacijos iniciatyva dešimtyje Lietuvos miestų atsirado „auksiniai“ pinigų konteineriai.

Anot idėjos autorų **Dalijos Kaukėnaitės** ir **Anos Luisos Monse**, socialinės akcijos tikslas – paskatinti piliečius keisti savo įpročius ir paimaudoti pilietine galią skirti 1,2 proc. nuo sumokėto jų pajamų mokesčio toms sritims, kurioms, jų nuomone, labiausiai to reikia, o „auksiniai“ konteineriai – tai viena iš priemonių užmegztį kontaktą su žmonėmis ir pradėti svarbų dialogą. „Taip, kaip rūšiuojame atliekas savo namuose, galime išrūšiuoti ir savo pinigus“, – išitikinusi viena iš idėjos autorų A. L. Monse.

Ką reiškia gyventi tvariai? Jei tai – siekiamybė, kodėl, turėjant vienuomenė, daugėja skurdo? Kokios jo formos plinta ne tik tarp vargingų, bet ir pasiturinčių žmonių? Kaip teisingai rūšiuodami kiekvienas galime prisidėti prie vargo mažinimo? Iš šiuos klausimus balandžio 17 dieną vykusios spaudos konferencijos metu bandė atsakyti Lietuvos socialinių mokslo centro direktorius prof. **Boguslavas Gruževskis** bei Lietuvos Carito vadovė **Deimantė Bukeikaitė**.

Anot D. Bukeikaitės, Lietuvos Caritas – tai plačiausią pagalbos tinklą visoje Lietuvoje turinti nevyriau-sybinių organizaciją. Vien per praėjusius metus Carito organizacija pagalbą maistu arba maisto paketais

suteikė apie 70000 žmonių, aplankė 16000 vienišų asmenų, kuriems ne tik padėjo patenkinti pačius būtiniausius poreikius, bet ir skyrė valandėlę dėmesio. 2022-aisiais Caritas taip pat rūpinosi apie 35000 karo pabėgių, patenkino beveik 6000 sergančių žmonių poreikius bei apie 4000 vaikų suteikė kitokią vaikystę, kurios galbūt negali pasiūlyti jų tėveliai.

D. Bukeikaitės teigimu, kone 4500 Carito savanorių ir beveik 300 darbuotojų kiekvieną dieną yra šalia šeimų su vaikais, seneliais, sergančių bei vienišų žmonių, šalia priklauso mybių turinčių asmenų ir jų artimųjų bei kitų pažeidžiamų visuomenės grupių, kurioms reikia pačios įvairiausios, kartais labai „žemiškos“ ir kasdienės pagalbos.

„Organizacijos teikiama pagalba – skirta konkretiems poreikiams, kuriuos mes patys kasdien tenkiname, atliepti. Savimi ir savo artimaisiais galbūt galime pasirūpinti, bet Lietuvoje yra tūkstančiai žmonių, kuriems reikia šiuo atveju mūsų organizacijos pagalbos. Tačiau, kad organizacija galėtų padėti, jai taip pat reikia kitų žmonių paramos, skiriant savo laiką, gebėjimus ir žinias, pajamas ar konkretiūs daiktus bei priemones,“ – organizacijos kasdienybės iššūkiai dalijasi Lietuvos Carito vadovė.

D. Bukeikaitės teigimu, ne tik Caritui, bet ir kitoms nevyriau-sybiniems organizacijoms, teikiančioms pagalbą žmonėms ir neturinčioms stabilaus finansavimo, kiekvienas euras yra aukso vertės, nes jis virsta į dubenėlį sriubos, prie-



Apie neišnaudotas galimybes prisidėti prie skurdo ir kitų visuomenės problemų mažinimo diskutavo: Lietuvos Carito komunikacijos koordinatorė I. Urbonaityė, Lietuvos socialinių mokslo centro direktorius prof. B. Gruževskis, Lietuvos Carito vadovė D. Bukeikaitė bei socialinės akcijos „Meti pinigus? Mesk teisingai!“ idėjos autorės D. Kaukėnaitė ir A. L. Monse.

mones vaikams ar malkas senoliams. Todėl net ir minimalias pajamas gaunancių žmonių skirti 1,2 proc. nuo GPM suteiktų daugiau galimybių pasiekti dar daugiau žmonių ir jais pasirūpinti.

„Carito organizacija kiekvieną dieną yra šalia žmonių, šalia vargo, sunkumų ir džiaugsmų, nes žmonės, kuriems reikia pagalbos, vėliau dažnasi sėkmės istorijomis, kaip jiems pavyko įveikti tam tikrus gyvenimo iššūkius ir toliau eti gyvenimo keliu. Caritas nėra tik vargas ir sunkumai, tai – džiaugsmai, patyrimai ir kartu atradimai“, – apie paramos, kuri nieko nekainuoja, prasmė sako D. Bukeikaitė.

Lietuvos socialinių mokslo centro direktoriaus prof. Boguslavo Gruževskio pastebėjimu, problema yra ne tai, jog kasmet į valstybės biudžetą grįžta apie 25 milijonai „neišrūsiuotų“ eurų, nes jie vis tiek grįžta, tačiau tai, jog lietuvių nepasinaudoja galimybe formuoti savo viešąjį erdvę. Ir, kaip sako profesorius, tai parodo

mūsų socialinę brandą ir žemą piliečių sąmoningumą...

Anot B. Gruževskio, didžioji blogybė yra, kad mes nemokame demokratinėmis priemonėmis formuoti norimos vienosios erdvės dizaino. Profesorius teigimu, 25 milijonai eurų, apie kuriuos kalbama, nėra dideli pinigai, tačiau tai – didelė galimybė formuoti savo aplinką taip, kaip pačiam norisi. „Tai tavo erdvė, tu čia gyveni, tai skirk juos tam, kam tu nori. Dažnai mes kaltiname valstybę, kad ji biudžetą eikvoja ne ten, kur reikia, o mes patys nepasinaudojame galimybę jį paskirstyti“, – mintimis dalijasi B. Gruževskis.

Lietuvos socialinių mokslo centro direktoriaus teigimu, 70 proc. (dirbančių asmenų, kurie niekam neskiria 1,2 proc. GPM – aut.p.) – tai labai dideli skaičiai, rodantys, jog demokratijos mokykloje lietuvių yra 3–4 klasėje. „Mes dar net nebaigėme pradinės mokyklos, tai jūs man atsakykit: ar užtektų, jei tiek žmonių būtų nebaigę pradinės mo-

kyklos tokiam civilizuotam gyvenimui?“, – retoriškai klausė profesorius.

Kita vertus, ne viskas yra taip blogai, mat, kaip sako B. Gruževskis, vien tai, kad tokią priemonę turime Lietuvoje – tai jau yra didelis demokratinės valstybės pasiekimas.

Profesorius džiaugiasi ir prasminga Carito organizacijos socialine kampanija pastatyti „auksinius“ pinigų konteinerius, taip atkrepiant visuomenės dėmesį į vertybines problemas. Pasak B. Gruževskio atliekų ir pinigų rūšiavimas turi vieną bendrą vektorių – jis parodo žmonių sąmoningumo lygi. „Galima perfrazuoti Antikos graikų posakį ir pasakyti: „Parodyk man, kaip tu elgiesi su savo atliekomis, aš pasakysiu, koks yra tavo sąmoningumas ir demokratijos lygis“, – sako Lietuvos socialinių mokslo centro direktorius prof. B. Gruževskis.

Rimantė Jančauskaitė

Kredito unijos „Prienų taupa“ nariams pristatytos 2022 metų ataskaitos

Balandžio 20 d. Prienų kultūros ir laisvalaikio centre vyko Kredito unijos „Prienų taupa“ visuotinis narių susirinkimas, kuriame išklausytos vidaus auditu, valdybos, paskolų komiteto ataskaitos, pristatytas metinių finansinių ataskaitų rinkinio ir pelno paskirstymo (nuostolių atlyginimo) tvarkos projektas bei aptarti kiti klausimai.

Praėjusiais metais KU „Prienų taupa“ bendruomenę papildė 55 nariai, joje dirbo 9 darbuotojai, aktyviai veikė 5 asmenų Valdyba, kurią sudarė: pirmininkė Violeta Kirlienė, Juozas Kursevičius, Angelė Martusevičienė, Ona Oleškevičienė ir Alvydas Radvila.

Anot Valdybos pirmininkės Violetos Kirlienės, praėjusiais metais išyko 53 valdybos posėdžiai, kurių metu svarstyti narių priėmimo, jų prašymų dėl kredito limito kreditinėje kortelėje suteikimo ar pratešimo, paskolų išdavimo ir kiti klaušimai.



Kaip sakė pati V. Kirlienė, metų eigoje taip pat didelis dėmesys buvo skirtas paskolų portfelio valdymui ir skolininkų kontrolei. Buvo svarstyti ir patenkinti narių prašymai atidėti paskolų grąžinimo terminus, pakeisti užtikrinimo priemones, paskolos paskirti. Kiekvieną mėnesį valdyba svarstė paskolų vertinimo rezultatus.

Per praėjusius metus valdyba apsvarstė 83 prašymus suteikti paskolas per 2 mln. eurų sumai. Paskolų komiteto narė Lauras Babravičienės teigimu, paskolos buvo išduodamos įvairiems tikslams, tačiau daugiausiai prašymų KU „Prienų taupa“ sulaukė išduoti paskolas žemei išsigyt ir žemės ūkio verslui vystyti, taip pat suteikti vartojimo paskolas. Didžiausia suteikta paskola fiziniams asmeniui siekė 292 941 Eur, juridiniams – 155 829,68 Eur.



Valdybos pirmininkė Violeta Kirlienė.



KU „Prienų taupa“ vadovas Rimantas Slavinskas.

narių, praėjusiais metais taip pat buvo aktyviai vykdoma veikla rinkodaros srityje, papildoma ir atnaujina ma informacinių medžiagų, darbuotojai turėjo galimybę kelti kvalifikaciją mokymuose ir seminaruose.

Susitikimo metu taip pat pasidžiaugta, jog Kredito unija vykdo visus Lietuvos banko numatyti normatyvus, o likvidumo rodiklis praėjusiais metais sudarė 334,95 proc. (reikalaujamas 100 proc.), kapitalo pakankamumas 2022 m. buvo 21,22 proc.

Rimantė Jančauskaitė

Paskelbtas naujos kadencijos startas

(Atkelta iš 1 p.)

patikino, kad vicemerės asmeniškai nekuruos su jų šeimų nariais susijusių sričių. Dėl šios priežasties, vengdama viešųjų ir privačių interesų pažeidimo, J.Zailskienė darbą Savivaldybės administracijoje iškeitė į vicemerės pareigas.

Mero politinio pasitikėjimo komandoje – penkios moterys. Jo patarejų pareigos patikėtos Agnei Daržiūnai ir Viktorijai Ignatavičienei, Tarybos posėdžiuose sekretore toliau dirbė Birutė Žvirblienė.

Posėdžyje patvirtinti Tarybos komitetai, paskirti komitetų pirmininkai ir jų pavaduotojai: Sveikatos ir socialinių reikalų komiteto pirmininkė R. Keturakienė, pavaduotoja R. Ivanauskienė; Ekonominės plėtros, finansų ir investicijų komiteto pirmininkė S. Vaicekauskaitė-Šalčė, pavaduotoja R. Zablackienė; Kultūros, švietimo, turizmo ir sporto komiteto pirmininkas D. Dargužis, pavaduotojas A. Buitkus; Bendruomenės ir kaimo reikalų komiteto pirmininkas A. Banišauskas, pavaduotojas M. Rukas; Kontrolės komiteto pirmininkas Arūnas Vaidotas, pavaduotojas Cezaras Pacevičius.

Paskirti Tarybos nariai, kurie pavaduos mera Tarybos posėdžiuose tais atvejais, kai jo igalojimai nutrūksta nesuėjus terminui; kai meras netenka mandato ir pan. Balsų dauguma pritarta socialdemokratų Deivido Dargužio ir Alekso Banišausko kandidatūroms.

Opozicija jai suteiktas teises panaudos gindama gyventojų interesus

Iškart po iškilmingos priesaikos surengtoje spaudo konferencijoje Savivaldybės tarybos mažumos atstovai perskaityė pareiškimą dėl darbo opozicijoje krypčią. Konferencijoje pristatyta opozicijos lyderė – pasitikėjimas suteiktas frakcijos „Vardan Lietuvos“ atstovei Lorelei Jakinevičienei, paskelbta, kas eis frakciją seniūnų pareigas.

L.Jakinevičienė informavo, kad pagal išstatymus trys vadovaujantys postai Taryboje priklauso opozicijai, todėl, pasinaudojant šia teise, į Kontrolės komiteto pirmininko pareigas pasiūlytas šiame komitete ir anksčiau dirbęs Arūnas Vaidotas (Regionų frakcija), į Etikos komisijos



Prienu rajono savivaldybės vicemerė J. Zailskienė ir L. Jančiukienė.



Prienu rajono savivaldybės vicemerė J. Zailskienė.



Prienu rajono savivaldybės vicemerė J. Zailskienė ir L. Jančiukienė.

pirmininko pareigas – Algimantas Marcinkevičius (frakcija „Vardan Lietuvos“), o į Antikorupcijos komisijos pirmininko pareigas – Jovydas Juocevičius (TS-LKD frakcija). L.Jakinevičienė apgailestavo, kad koalicija nesutiko užleisti pirmininko ar jo pavaduotojo posto né viename iš likusių keturių komitetų, nors ankstesnėje Taryboje tuometinė opozicijos atstovė R.Keturakienė vadovavo Sveikatos ir socialinių reikalų komitetui. Iš to galima daryti išvadą, kokias demokratiniai principais bus vadovaujamas, – pastebėjo L.Jakinevičienė.

Bendra pareiškimą pasirašė devyni Tarybos mažumos atstovai pasižadėjo savo veikla siekti, kad Savivaldybėje būtų laikomasi viešumo, skaidrumo, teisėtumo, viešųjų interesų viršenybės prieš privačius interesus, sąžiningumo principų, taip pat pasisakė prieš nepotizmą ir kronižizmo apraškas Savivaldybėje, kai į tam tikras profesines ar politines pareigas skiriamai giminaicių, artimi pažįstamų, t.y. sau palankūs asmenys.

Padalaujantys Vietos savivaldos išstatymą labiau sustiprintos opozicijos teisės, todėl, pasak L.Jakinevičienės, opozicija žada periodiškai kvesti spaudo konferencijas, ne rečiau kaip kartą per pusmetį pasinaudoti teise Tarybos

posėdžio pabaigoje surengti Tarybos mažumos valandą ir užduoti klausimus merui, vicemerams, komitetų pirmininkams, Administracijos direktoriui. Kartą per pusmetį opozicija galės jai rūpimus klausimus ištrauktį Tarybos posėdžio darbotvarę. Tarybos mažuma savo veikla, priimtus pareiškimus viešins specialiai sukurtoje Feisbuko grupėje.

Frakcijos „Vardan Lietuvos“ seniūnas Algimantas Marcinkevičius viliasi, kad dirbant opozicijoje pasiseks pernelyg nenutolti nuo atstovaujamos Demokratų partijos rinkinių programos, šiuo tikslu ketinama parangi ir Tarybai teikti tvirtinti gyventojams aktualius sprendimų projektus dėl ženklesnio Savivaldybės prisidėjimo lešomis prie melioracijos įrengimų priežiūros, dėl individualių nuotekų tinklų įrengimo dalies lešų kofinansavimo gyventojams, dėl Savivaldybės piniginės paramos seimai, gimus kūdikiui.

Regionų frakcijos narys Arūnas Vaidotas mano, jog Savivaldybė turėtų rasti galimybų gyventojams,

ypač pensinio amžiaus, pagelbėti prisijungiant ir prie centralizuotų nuotekų tinklų. Tikimasi, kad šiuos pasiūlymus palaiks ir valdančioji dauguma.

Regionų frakcijos seniūno Egidijaus Visocko išsitikinimu, svarbu atsigrežti į žmones, stiprinti šeimos vaidmenį bendruomenės savivaldoje, dėl to jis siūlys steigti Šeimos tarybą prie Savivaldybės, kuri rūpintusi vaikų ugdymu, šeimų stiprinimu ir gausinumu.

TS-LKD frakcijos seniūnas Jovydas Juocevičius nusiteikės spręsti čia ir dabar gyventojams kylančias problemas, jas viešinti. Dirbdamas Ekonominės plėtros, finansų ir investicijų komitete, jis ketina labiau gilintis į verslo plėtrą, savivaldybės investicinio patrauklumo, kelių, istorinės atminties išsaugojimo temas. Kita frakcijos narė Rasa Juocevičienė – praeityje buvusi ilgametė Švietimo skyriaus vedėja, todėl jos akiratyje bus šios srities klausimai.

Parengė Dalė Lazauskienė



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

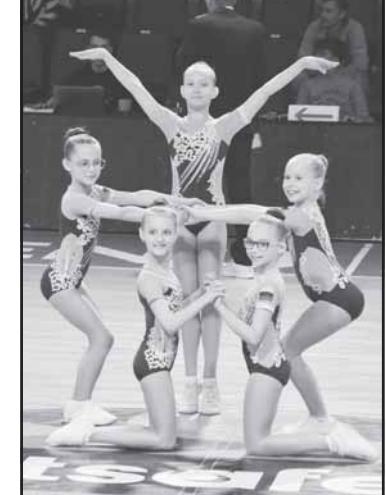
Rajono čempionų vardus iškovojo BC Balbieriškio „Tūzai“



Gyvenimo prizas – Šilavoto komandai.



Prizai – simbolinio penketuko žaidėjams: P. Ivanauskui, K. Okmanui, A. Gedminui.



Prienų KKSC gimnastės.

Penkis mėnesius trukusios „Gyvenimo“ laikraščio ir Prienų rajono savivaldybės krepšinio pirmenybės baigėsi. Balandžio 22 d. Prienų sporto ir pramogų arenos vyko finalinės kovos, po kurių paaikėjė Mažosios taurės nugalėtojai, Didžiosios taurės prizininkai ir pirmenybių čempionai.

Mažoji taurė iškeliau į Birštoną

Finalų diena prasidėjo rungtynių nėmis dėl Mažosios taurės, kuriose kovojo „Birštono sporto centras“ ir „Pušynė“.

Susitikimą šiek tiek geriau pradėjo „Pušynė“, tačiau puikiai kamuoju besidalijusi „Birštono SC“ komanda greitai sustygavo savo žaidimą ir po V. Diškevičiaus tolimo metimo išsiveržė į prieik 22:17. Antrajame kėlinyje G. Andreikėnas „Pušynė“ ekipai pelnė 10 taškų, o sekmingo komandos senbuvio žaidimo įkvėpta „Pušynė“, išpėjus rungtynėms, jau buvo priekyje 40:38. Trečiąjame ketvirtysteje abi komandos demonstravo rezultatyvų žaidimą, tačiau nei vieniem, nei kitiems nepavyko susikrauti apčiuopiamo pranašumo. „Birštono SC“ komanda didžiajai taškų dalį rinko baudų metimais, tuo tarpu „Pušynė“ gretose išspūdingą atkarpa sužaidė T. Svedas, kurio net 17 pelnytų taškų leido „Pušynė“ prieš lemiamą rungtynių atkarpa pirmauti 69:63. Ketvirtąjame kėlinyje „Pušynė“ dar kurį laiką buvo priekyje, tačiau „Birštono SC“ komandai galiausiai pavyko persverti rungtynių svarstyklės į savo pusę ir išsiveržti į prieik. Sėkmingesnai baudžius realizavę birštoniškiai išlaikė trapų pranašumą, o dvi „Pu-

šynės“ atakos, galėjusios pakeisti rungtynių eiga, baigėsi klaudomis. „Birštono sporto centro“ komanda laimėjo atkaklias rungtynes rezultatu 87:83 ir iškovojo Mažają taurę!

„Birštono SC“ – „Pušynė“ 87:83 (22:17, 16:23, 25:29, 24:14).

Bronzą iškovojo „PMVD“

Dėl čempionato bronzos medalių kovojo dvi pusfinaliuose skaudžius pralaimėjimus patyrusios komandos – „PMVD“ ir „Dantransa“.

„PMVD“ nuo pirmųjų minucių demonstravo kur kas didesnį norą laimeti ir reabilituotis po pusfinalyje patirto pralaimėjimo. Puikiai ir puolime, ir gynyboje žaidusio G. Vasiliausko dėka „PMVD“ po pirmojo ketvirtiečio pirmavo 29:19. Antrajame kėlinyje vaizdas ir toliau nesikeitė: G. Vasiliauska sėkmingai pakeitės K. Rimšaila rinko vieną tašką po kito, o „PMVD“ persvara ir toliau didėjo bei pasiekė 20-ties taškų ribą – 55:34. Trečiąjame kėlinyje „PMVD“ vienu metu turejo net 27 taškų pranašumą, tačiau M. Gūžio ir K. Chadauskio tolimum metimų serija pagaliau padubino „Dantransos“ ekipą ir iš „PMVD“ turėtos milžiniškos persvaros prieš ketvirtąjį kėlinį beliko 12 taškų – 73:61. Ketvirtąjame kėlinyje „Dantransa“ priartėjo iki 10-ties taškų, tačiau tai buvo viskas,

ką pastarosios komandos žaidėjams pavyko padaryti. Susikaupusi ir drausmingiau pradėjusi žaisti „PMVD“ galiausiai vėl ēmė tolti ir susigražino 20-ties taškų pranašumą. Paskutinės rungtynių minutės įtakos susitikimo baigčiai jau nebėtėjė, ir „PMVD“ įveikė savo varžovus rezultatu 98:71 bei iškovojo bronzos medalius!

„Dantransos“ komandos žaidėjas R. Gerbutavičius nubaustas techninė pražanga. „Dantransos“ komanda nubausta techninė pražanga. „PMVD“ – „Dantransa“ 98:71 (29:19, 26:15, 18:27, 25:10).

Didžiojo finalo verta dvikova

Finale dėl pirmosios vietos išleidžiamą dvikovą stojo BC Balbieriškio „Tūzai“ ir „Versmė“.

Gausiai arenaje susirinkę žiūrovai jau nuo pirmųjų susitikimo minucių galėjo stebėti atkaklią kovą, kuri sėkmingiau prasidėjo „Versmė“ komandai: kaip jau tapo iprasta, „Versmė“ snaiperiai per pirmajį ketvirtį pataikė net 5 tolimus metimus ir išsiveržė į prieik 23:15. Po pertraukėlės „Tūzai“ pagerino reikalus gynyboje ir nebeleido priešininkams susikurti lengvų progų metimams iš toli, tačiau „Versmė“ ir toliau išlaikė turėtą pranašumą. Apiskritai, „Tūzai“ antrajame kėlinyje daugiau nei pusę savo taškų surinko baudų metimais, o pastaruju deficitas sumažėjo tik vienu tašku. Ipusėjus finalui, „Versmė“ pirmavo 45:38. Trečiąjame ketvirtysteje abiejų komandų puolimo tempas krito, o toks žaidimas buvo parankesnis „Tūzai“ komandai, kuri po truputį ēmė artėti prie savo varžovų. „Versmė“ žai-

(Nukelta į 8 p.)

Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

PARENGĖ: Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Nemokami fizinio aktyvumo užsiėmimai Prienų rajono savivaldybės gyventojams

SVEIKATA – tai ne tik ligų ir fizinės negalios nebuvinas, bet ir fizinė, dvasinė bei socialinė žmonių gerovė. Fizinio aktyvumo dėka tvirtėja, stiprėja kūnas bei stimuliuojama smegenų sveikata, palaikoma atmintis ir pažinimo funkcijos bei atitolinama demencija bei kitų neurologinių būklių, tokų, kaip Alzheimerio ir Parkinsono ligos, išsvystymas.

Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras didelį dėmesį skiria Prienų rajono gyventojų fizinio aktyvumo skatinimui ir kviečia visus jungtis į nemokamus įvairius fizinio aktyvumo užsiėmimus Balbieriškio ir Naujosios Ūtos seniūnijose bei Prienuose. Informaciją apie vykstančius užsiėmimus galite gauti el. p. prienai.vs.biuras@gmail.com, arba tel. (8 319) 54 427.



**ŠIAURIETIŠKO ĖJIMO
MOKYMAI PRIENUOSE**



**NIRVANA FITNESS
UŽSIĒMIMAI PRIENUOSE**



**PILATES UŽSIĒMIMAI
BALBIERIŠKIO SENIŪNijoje**



**GRIUVIMŲ PREVENCIJOS
PROGRAMOS FIZINIO
AKTYVUMO UŽSIĒMIMAI
NAUJOSIOS ŪTOS
SENIŪNijoje**



**PILATES UŽSIĒMIMAI
BALBIERIŠKIO SENIŪNijoje**



**GRIUVIMŲ PREVENCIJOS
PROGRAMOS FIZINIO
AKTYVUMO UŽSIĒMIMAI
BALBIERIŠKIO SENIŪNijoje**

Pasitikrinkite pagal ligų prevencijos programas

Sveikata – ne tik už ją atsakingų institucijų, bet ir pačių gyventojų rūpestis. Ligonų kasos ragina neatidėlioti vizito pas savo šeimos gydytoją. Ankstyvai ligų diagnostikai skirtos prevencijos programos apmokamos Privalomojo sveikatos draudimo fondo lėšomis privalomuoju sveikatos draudimu apdraustiems bei nustatyto amžiaus žmonėms.

MOTERYS

Gimdos kaklelio ir krūties vėžys

25-34 m. (imtinai) kartą per 3 metus
35-59 m. (imtinai) kartą per 5 metus
atliekami tyrimai

50-69 m. (imtinai)
Kartą per 2 metus
atliekamas mamografinis tyrimas

Širdies ir kraujagyslių ligos

Vyrams 40-54 m. (imtinai)
Moterims 50-64 m. (imtinai)
Kartą per 1 metus
atliekami tyrimai

Storosios žarnos vėžys

50-74 m. (imtinai)
Kartą per 2 metus
atliekamas slapto kraujavimo testas

VYRAI

Prostatas vėžys

50-69 m. (imtinai)
nuo 45 m., jei sirgo tėvas ar broliai
Kas 2 arba 5 metus
atsižvelgiant į amžių
ir PSA tyrimo rezultatus

**ĮVEIKIME
PRIKLAUSOMYBĘ
KARTU!**

**NEMOKAMOS
KONSULTACIJOS**

KONSULTACIJOS VYKS:
J. Basanavičiaus g. 16,
Prienai

Nemokamos konsultacijos laikas tiesiogiai derinamas su konsultante

PRIKLAUSOMYBĖS

nepaiso nei žmogaus amžiaus, nei lyties, nei išsilavinimo – susidurti su žalingo alkoholio vartojimo rizika gali kiekvienas.

KREIPTIS

- į priklausomybių konsultantą galima be gydytojo siuntimo,
- konsultantas dirba tik mokslu pagrįstais metodais (nekoduojama, nehipnotizuojama ir pan.),
- laikosi anonimiškumo ir konfidentialumo principu.



Vandens diena 2023

Kovo 22 dieną, „Ažuolo“ progimnazijoje paminėta Pasaulinė vandens diena.

Vanduo yra būtinės gyvybei. Žmogus be maisto išgyvena savaitę, tačiau be vandens gali mirti per keletą dienų. Vanduo sudaro didžiausią žmogaus organizmo dalį – apie 60-70 %. Netekes apie 12-20 % vandens, organizmas žūsta apsinuodijęs savo paties apykaitos produktais. Gyvybiniai procesai gali vykti tik tada, kai laštelėse yra pakankamai vandens. Organizmu sensitivitetas, vandens audiniuose mažėja – tai susiję su lėtėjančia medžiagų apykaita. Jokia kita medžiaga neatlieka tiek daug įvairiausių žmogaus organizmo funkcijų kaip vanduo. Vandens trūkumas pasireiškia labai greitai, simptomai atsiranda trūkstant vos 1 % vandens. Dehidratacijai tariantis, gresia pavojus širdies-kraujagyslių, kvėpavimo ir termoreguliacinės sistemos veiklai.



21 DIENOS VANDENS GĒRIMO IŠŠŪKIS

Kasdien išgerdamas pakankamą kiekį vandens, tu padėsi savo organizmului:



#nieko nekainuoja



#2l vandens per dieną

PARENGĖ: Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras Revuonos g. 4, Prienai, Telefonas/faksas (8 319) 544 27, Mobilusis telefonas 8 678 79 995, El. paštas prienai.vs.biuras@gmail.com Internete: <http://www.vsb-prienai.lt> <http://www.facebook.com/prienuvsb/>

INFORMACIJĄ RINKO:

Direktorė Ilona Lenčiauskienė. Mobilusis telefonas 8 678 79 994.

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos stebėseną, Birutė Vitkauskaitė

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos stiprinimą, Evelina Tamošiūnienė

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos stiprinimą, Ramunė Gražulė

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos stiprinimą, Rima Jaškevičienė

Visuomenės sveikatos specialistai mokyklose:

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą „Ažuolo“ progimnazijoje, Naujosios Utos daugiafunkciame centre, Ašmintos daugiafunkciame centre, Vaida Lautskienė

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą Balbieriškio pagrindinėje mokykloje, Išlaužo pagrindinėje mokykloje, Gintarė Meškauskė

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą „Revuonos“ pagrindinėje mokykloje, Prienų lopšelyje-darželyje „Pasaka“, Prienų lopšelyje-darželyje „Saulutė“, Prienų „Revuonos“ pagrindinės mokyklos Šilavoto pradinio ugdymo skyriuje, Eglė Orechoviene

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą Prienų r. Stakliškių gimnazijoje, Aureliją Butkevičienė

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą Prienų r. Jiezno gimnazijoje, Prienų „Žiburio“ gimnazijoje, Girmantę Mažeikiene

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą Prienų r. Pakuonio pagrindinėje mokykloje, Prienų lopšelyje-darželyje „Gintarėlis“, Prienų r. Skriaudžiu pagrindinėje mokykloje, Dalia Kukėnė

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanti visuomenės sveikatos priežiūrą Prienų r. Veiverių Tomo Žilinsko gimnazijoje, Monika Matusevičienė



20 RŪGŠTAUS KŪNO SIMPTOMŲ IR 10 BŪDŲ GREITAI JĮ SUŠARMINTI

Kvėpavimo sistema:

Gleivių perteklius
Lėtinis kosulys
Krūtinės skausmas
Sinuso problemos

Širdies ir kraujagyslių sistema:

Aritmia
Širdies priepluočių Insultas
Padidėjęs širdies susitraukimų dažnis

Virškinimo sistema:

Slapimo pūslės
Inkstų infekcijos
Mielių infekcijos
Pilvo pūtimas
Virškinimo sutrikimai
Imuniteto trūkumas

Nervų sistema:

Lėtinis nuovargis
Demencija
Rūkas smogenyse
Nervų problemos

Raumenys ir kaulai:

Dantų uždegimas
Sąnarių skausmas
Raumenų skausmai

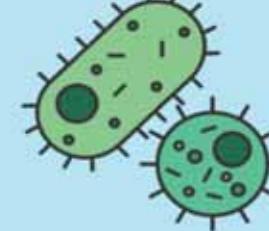
Kiti simptomių:

Odos problemos
Svorio padidėjimas
Diabetas
Alergijos

FAKTAI APIE MENINGOKOKINĘ infekciją

1

SUKELĖJAS



MENINGOKOKINĖ INFEKCIJA - tai ümi bakterinė infekcija, kurią sukelia bakterija *Neisseria Meningitidis*

2

DAZNIAUSIA SERGA

Meningokokine infekcija dažniausiai serga vaikai iki 5 m. amžiaus. Paaugliai yra antroji amžiaus grupė pagal riziką susirgti šia infekcija. Efektyviausias būdas apsaugoti nuo meningokinės infekcijos – sklepių



3

UŽSIKRĖTIMO BŪDAI

Ši infekcija plinta oro lašeliniu būdu, artimai bendraujant su sergančiu ar bakterijos nešiotu. Laikotarpis nuo užsikrėtimo iki pirmųjų simptomų 3 – 4 d.



4

SIMPTOMAI

Pirmieji simptomai prasideda staiga ir primena gripą: karščiavimas, vėmimas, mieguistumas, vangumas, galvos skausmas, kaklo raumenų įtempimas, sąnarių ir raumenų skausmas, hemoraginis bėrimas

5

HEMORAGINIS BĒRIMAS

Hemoraginis bėrimas dažniausiai atsiranda per pirmają parą ir plinta nuo šlaunų, sėdmėnų, blažužų iki liemens, pažastų, veido. Hemoraginė odos bėrimą nuo kitų bėrimų padeda atskirti „stiklinės“ testas: prispaudus stiklinę ties bėrimu jis neišnyksta

PARENGĖ PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Individualios psichologo konsultacijos



NEMOKAMOS

Reikia palaiikymo sunkioje gyvenimo situacijoje?

Norite geriau suprasti save, savo situaciją, labiau pasitikėti savimi?

Norite lavinti savo stipriąsias asmenybės puses?

- Konsultacijų metu pagalba teikiama asmenims jaučiantiems nerimą, liūdesį, stresą, pyktį, nesaugumo jausmą, vienišumą, patiriantiems sunkumų santykje su savimi ir kitais.

Aktuali INFORMACIJA:

- ✓ Konfidencialios konsultacijos. Gali būti teikiamos anonimiškai.
- ✓ Vyksa kontaktiniu ir nuotoliniu būdu.
- ✓ Teikiame vaikams ir suaugusiesiems, šeimoms nariams. Vaikai iki 16 metų konsultuojami gavus rašytinį vieno iš tėvų ar globėjo sutikimą.
- ✓ Vienam asmeniui teikiame ne daugiau kaip 6 individualios konsultacijos.
- ✓ Vienos konsultacijos trukmė: 1-2 val.
- ✓ Konsultacijos vyksa darbo dienomis.

Konsultacijos VYKS:

- Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (Revuonos g. 4, Prienai)

REGISTRACIJA
8 678 79 995

„Visa duona skani, jeigu esi alkanas“...

Vis daugiau žalumos, žiedų ir pavasario, o turguje vis daugiau šurmilio, ypač prieš Jurgines. Jeigu pradėti nuo gėlių, tai, žinoma, kol kas karaliau našlaitės. Buvo žemuogių, braškių daigų bei daigų daigelių sodinti į šiltnamį. Prekiavo ir vaismedžiais, vaiskrūmiais, dekoratyviniais augalais.

Apie dešimtą valandą atvykę pieno bei pieno produktų jau galite nerasti, šviežios kiaulienos ar žuvies taip pat bus mažesnis pasirinkimas. Tad geriau anksčiau kelt, kai tokie gražūs rytais, kai tyla tarytum skambas... Pusė kilogramo sviesto kainavo 5–6 eurus, litras pieno kainavo eurą, varškės – du eurus, pusė litro grietinės kainavo 3,50 euro, o varškės sūrio kilogramas 5,50–6,50 euro. Dešimt vienos kiaušinių kainavo 2,50 euro.

Geraidar perkamos daržovės iš rūsio. Viena šeimininkė virtų burokelių kilogramą pardavė už pusantro euro ir šyptelėjo, sakydama, kad gal jau reikėtų ir dviejų prašyti. Kaip kad ir stiklinė gražių pupelių – tik euras, o kavos puodelis kur nors kavinukėje, anot pirkėjos Vidos, jau 2,20–2,80 euro. Šviežių agurkelių kilogramas kainavo 4 eurus, ryšelis gražių ridikelių – 0,80–1 eura, kai tuo pačiu metu šalimai esančiam prekybos centre ryšelis ridikelių su akcija kainavo 0,45 euro. Vieni pirkėjai sekė akcijas, renkasi kur pigiau ir daržovės, nekreipdami dėmesio, kur jos užaugintos, kiti gi renkasi pirkti turguje.

Kilogramas šviežios sprandinės kainavo 7 eurus, karkos – 3 eurus, lašinukų galima pasirinkti ir pagal storį, pagal palikto raumenuko kiekį – parūkytų, sūdytų. Galima jų ir paskanauti, tada išsirinkti. Kilogramas kainavo įvairiai: iš 6–7 eurus, iš 12 eurų.

Vis daugiau perkančių grilio dešreles, šašlykus ar sprandinę, iš kurios patys marinuos šašlykus – juk prasideda gražus metas daugiau laiko praleisti gamtoje. Ir turguje galima pasirinkti kepsninių, šašlykinių. Ypač daug šurmilio buvo paviljone po stogu, tačiau „be sienų“, kur prekiavo ir naujais, ir dėvėtais drabužiais, avalyne, būtine technika. Beje, ir šeštadienį, ir sekmedienį turguje buvo galima rasti darbužių, kurių kaina 0,50 euro, euras, du, trys eurai.

Pakeliui gyvuliukų turgaus link, galima išsirinkti būtinės chemijos, dantų pastos, kitų bučių reikalangių prekių. O ten, kur gyvūneliai, visados daug šilumos, daugiau ir bendrystės. „Kad aš labai noriu į turgų, tik jau dukra nelabai nori vežiot, – šypsodamas sakė Monika Cikanavičienė, atvežusi namie augintų gaidžiukų, vištelių ir, žinoma, kiaušinių. Buvo išties visko – vištaičių, vištų,



kurių viena kainavo 8–10 euru, ar veislinių – jų kaina du kartus didesnė. Buvo ir pentarkų, triušių, mažycių viščiukų, žąsiukų, pastarųjų vienas kainavo 3,50–7 eurus, priklausomai nuo amžiaus. Ne vienoje turgaus vietoje galima rasti ir pasirinkti pašarų vištoms, viščiukams, kitiems augintiniams. Ūkininkų ar prekevių, prekiavjančių grūdais, buvo ištisa eilutė. Centneris kviečių kainavo jau tik 12 euru. Kodėl gi kaina krito, savo nuomonę vietiniai ūkininkai turi. Juk kartais galbūt ne viskas priklauso nuo gamtos, nuo dangaus, bet ir nuo kitų dalykų... Jurginės kadaise buvo švenčiamos, turėjo savo paprocius. Šv. Jurgi garbino ne tik artojai, bet ir žvezai. Tikėta, kad Šv. Jurgis gali ir debesis nukreipti. O Duonos apeigų metu žemdirbys galėjo geriau susikalbėti su žeme mai-tintoja. Būtent apie duoną ją besirenantiems šalimai turgaus esančioje Linutės krautuvėlėje pati Lina šypsodamas ir sakė, kad jeigu esi alkanas, tai visa duona bus skani. Ir išties tuomet, kai dar mūsų tévai šventė Jurgines, dar duona turėjo sakralumo, šventumo ir ją gerbimo tradicijų. Daug prakaito žmonės išliedavo, kol patekdavo duonos kepalas ant stalo. Dabar duonos, kaip ir visa ko, yra didelis pasirinkimas. Ar gebame branginti duonos riekę, kurios trūkdavo, kuri buvo tokia gardi su viestu arba su ką tik pamelžtu pienu... Labai skubėdami sodinti atvežtinius medžius, augalus, labai skubėdami rinktis dėvėtus *nike* ar *adidas* maikutes, ieškodami kitų firminių padėvėtų rūbų, ar nenustebtumėm, jei atvykę į turgų kitą šeštadienį ar sekmedienį nerastume né vieno prekeivio, prekiaujančio sendaikčiais, iš kitų šalių atvežtais, kur kiti išmeta, įvairiausią daiktų, mažų ir didelių, padėvėtų drabužių, batų, rankinių, apatinio trikotažo, patalynės, maudymosi kostiumėlių, skėcių, žiedų, auskarų, šam-pūno, skalbimo miltelių – pigiau...

Avokadai: ką žinome?

Naudingų medžiagų šaltinis

Avokadai – riebalų, baltymų, angliavandeniu, vario, kalio, magnio, folio rūgštis, A, E, C, B grupės vitaminų, omega-3, omega-6 riebalų rūgštų šaltiniai. Šis vaisius mažina širdies ir kraujagyslių, žarnyno, akių ligų riziką. Vartojant avokadus ne tik sustiprinsite širdį, turėsite daugiau energijos, pagerinsite savijautą, bet ir sumažinsite cholesterolio kiekį kraujyje.

• Avokadas gali sumažinti arterinių kraujo spaudimą, širdies infarkto riziką.



Ką gaminti?

Avokadas dera su kiaušiniu, lašiša, mocarellos sūriu; ridikeliiais, žaliais ar raugintais agurkais, česnakais, marinuotais ar saulėje džiovintais pomidorais. Prinokusį avokada galima tepti vietoje sviesto ant megstamas duonos riekės dar pabarstant, pavyzdžiu, sezamo ar kitų sėklų. Jeigu receptui naudojate tik pusę avokado ir norite, kad jis neparuduotų, kitą pusę išrinkite citrinos sultimi. Tada ją suvyniokite į maistinę plėvelę ir laikykite saldytuve.

Avokadas su lašiša (receptas)

1 avokadas, 80–100 g sūdytos lašišos, 1–2 česnako skiltelės, 1/2 citrinos sulčių, trintų kajeno pipirų (nebutina).

Prinokusį avokadą perpjaukite pusiau ir išimkite kauliuką. Susmulkininkite lašišą, ja pašlakstykitė citrinos sultimi ir smulkintais aštriais pipirais. Išmaišykite ir palikite 5 minutėms. Smulkiai supjaustykite česnako skiltelės. Tada į avokado „duobutes“ sudėkite lašišą, o ant viršaus užberkite smulkintą česnako. Dar pašlakstykitė likusios citrinos sultimi. Skanaus!

Veronika Pečkienė

Kaip nokinti?

Avokadai neprinoksta ant medžio, jie tik nuskinti prinoksta arba suminkštėja. Prekybos centruose dažnai parduodami kieti avokadai. Vyrava nuomonė, kad jie sukietėja, kai ilgai laikomi saldytuve.

Tad nusipirkę avokadą, ji idėkite į popierinį maišelį su obuoliais ir bananais. Pastarieji vaisiai turi daug etileno duju, jos ir pagreitina kitų šalia esančių vaisių nokimo procesą. Tada laikykite vaisius 2–3 paras kambario temperatūroje, kur šilčiau. Prinokusį avokadą galima laikyti saldytuve savaitę. Jis išliks šviežias.

Perpjautas ar sutrintas vaisius neparudos, jeigu jis pašlakstysis šviežiomis citrinos sultimi.

• Avokado brendimas sulėtėja saldyt, todėl leiskite avokadui pilnai sunokti kambario temperatūroje.



Amžinajį atils...

Mylimas žmogus amžinybėn neišeina – sunkią valandą ir šviesią minutę jis visada šalia: mintyse, prisiminimuose ir darbuose...

Dėl mylimos Mamytės mirties nuoširdžiai užjaučiame Laimą JEKINEVIČIENĘ ir artimusius.

Statybininkų g. 19 namo gyventojai

Skaudžią netekties valandą nuoširdžiai užjaučiame Juozą PUGAČIAUSKĄ dėl mylimos sesers mirties.

Telydi velionę Amžinybės šviesa, o artimusius – dvasios stiprybę.

„Gyvenimo“ redakcija

Teisėsauga Alytuje sulaikyti asmenys nepilnamečiams pardavinėjė „žolę“

Kaip įprastai Alytuje patruliuodami pareigūnai „aplanko“ ir jaunimo pamėgtas vietas mieste. Balandžio 19 d., vakarėjant, Žirgų gatve važiuodami Reagavimo skyriaus pareigūnai, atokiau nuo gatvės, miškelyje, pastebėjo automobilį „Audi 80“, kuriame matėsi sėdintys žmonės. Pareigūnai nutarė patikrinti automobilį ir jo ekipažą. Priužiavus policijos patruliui, automobiliuje sėdėjė jaunuolai tikino, kad atvažiavo pabūti gamtoje, pabendrauti, tačiau elgesi nerimastingai, matėsi, kad yra įsitempę.

Patikrinus 18-metį automobilio vairuotoją ir kartu buvusius 17-mečius keleivius, pas asmenis draudžiamų daiktų rasta nebuvo. Patruliui akį patraukė automobilio viduje buvusi kuprinė, į kurią vis dirščiojo vienas iš keleivių. Nuo jauta neapgavo, kuprinės viduje nepilnametis slėpė, galimai, narkotines ar psychotropines medžiagas, liaudyme vadinamą „žolę“ ir tam skirtą trintuvę, bei elektroninę cigarečę. Kiti ekipažo nariai gynėsi nežinoję, kad draugas turi draudžiamų preparatų.

Pareigūnai sulaikė 17-metį Lazdijų rajono gyventoją, atlikus kratajį gyvenamojoje vietoje buvo rastas ir paimtas daiktas, panašus į pistoletą.

Toliau aiškintis aplinkybių ir atlikti ikiteisinį tyrimą dėl neteisėto disponavimo narkotinėmis ar psychotropinėmis medžiagomis bei tikslu jas platinti ēmési Alytaus apskr. VPK KP organizuoto nusikalstamumo tyrimo skyriaus pareigūnai. Netrukus buvo nustatytas nesenai pilnametystės sulaukęs asmuo, kuris skatino nepilnametį varoti kvaishalus. Jaunuolis policijos pareigūnams žinomas, teistas už ne-



teisėtą disponavimą narkotinėmis ar psychotropinėmis medžiagomis. Aštuoniolikmečio alytiškio atžvilgiu pradėtas ikiteisinis tyrimas dėl nepilnamečio lenkimo vartoti narkotines ar psychotropines medžiagas. Už šį labai sunkų nusikaltimą vakinui gresia laisvės atėmimo bausmė iki dešimties metų.

Nustatytas ir dar vienas šios grandinės dalyvis, 20-metis alytiškis, kuriam pareikštas įtarimas dėl neteisėto disponavimo narkotinėmis psychotropinėmis medžiagomis turint tikslą jas platinti.

Visiems trimis asmenims paskirta kardo mojų priemonė – registracija Policijos ištaigoje.

Ikiteisinį tyrimą kontroliuoja Kauno apygardos prokuratūra.

Per kelias pastarąsias dienas tai jau ne pirmas atvejis, kai Alytaus apskrities tyrimo komisija su narkotinėmis medžiagomis įkliūva nepilnamečiai.

Policijos pareigūnai ragina ne pilnamečius sutelkti dėmesį į mokslius, rasti maloniu veiklą ir užsiėmimą, kurių nedraudžia įstatymai. Narkotinių medžiagų igijimas bei platinimas gali turėti rimtas pasekmes ir sugadinti jūsų gyvenimo kokybę.

40 min. Prienų r., Veiverių sen., Skriaudžių k., išvykus konflikto metu, neblaivus (1,03 prom. alkoholio) vyras (g. 1991 m.) smurtavo prieš kitą neblaivų (1,60 prom. alkoholio) vyra (g. 1959 m.). Išvykis tiriamas.

Balandžio 23 d. apie 18 val. Prienų r., Veiverių sen., Veiverių mstl., konflikto metu, vyras (g. 1993 m.) smurtavo prieš moterį (g. 1994 m.). Išvykio aplinkybes aiškinasi policija.

Parengta pagal Alytaus APVK pirminę informaciją

Nusikaltimai Nelaimės

Smurtas

Balandžio 21 d. apie 15 val.

15 min. Prienų r., Balbieriškio sen., Balbieriškio mstl., gyvenamo namo kambaryste, konflikto metu, neblaivus (2,32 prom. alkoholio) vyras (g. 1986 m.) smurtavo prieš kitą neblaivų (2,08 prom. alkoholio) vyra (g. 1954 m.). Įtarimasis buvo sulaikytas ir uždraytas į ilgalaikio sulaikymo patalpą.

Balandžio 21 d. apie 19 val.

PR VMI primena: gegužės 2 d. – paskutinė diena miško savininkams sumokėti privalomus atskaitymus

Kauno apskrities valstybinė mokesčių inspekcija (Kauno AVMI) primena, kad privatų mišką turintys gyventojai, kurie gavo pajamų už jų miškuose paruoštą ir parduotą žaliavinę medieną bei parduotą nenukirstą mišką, kaip ir kasmet, turi sumokėti 5 proc. atskaitymus nuo gautos sumos. Tai padaryti reikia iki gegužės 2 d., Elektroninio deklaravimo sistemoje pateikiant deklaracijos FR0463 formą.

„Kauno apskrityje šias deklaracijas už 2022 metus pateikė nedidelė dalis miško valdytojų – gyventojų, deklaravusių pajamas, nuo kurių mokami 5 proc. atskaitymai. Atkreipiame dėmesį, kad dar nesėjuims to padaryti miško savininkams liko maždaug savaitė“, – teigia Kauno AVMI viršininkė **Judita Stankienė**, pridurdama, kad 2020–2021 m. asmenų, gavusių pajamų už jų miškuose paruoštą ir parduotą žaliavinę medieną bei parduotą nenukirstą mišką Kauno apskrityje buvo daugiau nei 800.

Gyventojas turi užpildyti minėtą deklaraciją, joje nurodyti savarankiskai apskaičiuotą mokėtiną sumą ir ją sumokėti patogiu būdu. Privalomųjų atskaitymų nuo parduotos žaliavinių medienos ir nenukirsto

miško imokos kodas – **1001**. Pažymėtina, kad, jei miško valdytojas per mokesčių laikotarpį negavo pajamų už parduotą žaliavinę medieną, nenukirstą mišką, deklaracijų teiktis nereikiat.

Daugiau informacijos rasite www.vmi.lt > Pardaviam nenukirstą mišką, apvaliaja medieną. Naujienos skelbiamos VMI Facebook ir LinkedIn paskyroje.

Gyventojams, norintiems pasi-konsultuoti mokesčių klausimais telefonu 1882 (85 2605 060) **nebūtina laukti eilėje** – užsisakius VMI skambutį per [Mano VMI](#), konsultantas pats paskambins nurodytu laiku. Nuotolinių paslaugas teikiame telefonu 85 2191 777, o atvykimui į aptarnavimo padalinį būtina [įšanktinė registracija](#) vizitui [čia](#).



NAUJASUKNELE – SENA PANELE

Lėlių drabužių
PARDADA

Prienų Justino Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos II aukštė

Eksponuojama 125 lėlės iš Reginos Žvirblienės asmeninės kolekcijos

Veiks nuo balandžio 21 d. iki gegužės 19 d.

IVAIRŪS

Informuojame, kad 2023 m. 05 mėn. 08 d. bus atliekami sklypo kadastriniai matavimai. Kviečiame žemės sklypų savininkus ar jų igaliotus asmenis dalyvauti matavimuose:

08.00 val Prienų r. sav., Balbieriškio sen., Gerulų k. Kad.Nr. 6903/0006:380 gretimo žemės sklypo kad.Nr. 6903/0006:335 savininkę R.Ž. ar jos igaliotus asmenis.

Jums arba Jūsų igaliotiemis astovams neatvykus kadastrinių matavimų eiga nebus stabdoma. Atlkti žemės sklypų suderinimą arba pateikti pastabas ir pasiūlymus raštu galite adresu: El.p. info@geologis.lt mob.tel. +370 631 18 333.

Delfi TV programa

2023.04.27-2023.04.30

KETVIRTADIENIS
06:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
07:00 Feigino pokalbiai
08:00 Orijaus kelionės
09:00 Yugo broliai (39)
09:30 Egzotiniai keliai
10:00 Redaktoriaus virtuvė (24)
11:00 Delfi rytas
11:55 Kenoloto
12:00 Orijaus kelionių archyvai
12:30 Orijaus kelionių archyvai
13:00 Orijaus kelionės
14:00 Yugo broliai (39)
14:30 Egzotiniai keliai
15:00 Delfi diena. Svarbiausiu išvykių apžvalga
16:30 Delfi RU. Naujienos rusų kalba
17:00 Iš esmės su A. Peredniu
17:55 Kenoloto
18:00 Kasdienybės herojai
19:00 Egzotiniai keliai
20:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
PENKTADIENIS
06:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
07:00 Feigino pokalbiai
08:00 Ką žmonės dirba visą dieną (12)
08:30 Pas Edita.
09:00 Yugo broliai (40)
09:30 Egzotiniai keliai
10:00 Alfo vilia (30)
11:00 Delfi rytas
11:55 Kenoloto
12:00 Orijaus kelionių archyvai

12:30 Orijaus kelionių archyvai
13:00 Istorijos apie nesėkmes (21)
13:30 Ką žmonės dirba visą dieną (12)
14:00 Yugo broliai (40)
14:30 Egzotiniai keliai
15:00 Delfi diena. Svarbiausiu išvykių apžvalga
16:30 Delfi RU. Naujienos rusų kalba
17:00 Kasdienybės herojai
17:55 Kenoloto
18:00 Kasdienybės herojai
19:00 Egzotiniai keliai
19:30 Yugo broliai (40)
20:00 Pas Edita. Svečiuose – M. Stokus
20:30 Šeima ant ratų. Afrikos link (22)
21:00 Jūs rimtai? (34)
21:30 Savaitės kriminalai su Jaunumi Matoniu
22:00 Ką žmonės dirba visą dieną (12)
22:30 Jėga ir Kenoloto
23:30 Yugo broliai (36)
00:00 Yugo broliai (37)
00:30 Yugo broliai (38)
01:00 Yugo broliai (39)
01:30 Yugo broliai (40)

02:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
ŠEŠTADIENIS
06:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
07:00 Orijaus kelionių archyvai
07:30 Orijaus kelionių archyvai
08:00 Sporto baras (14)
09:00 LOGIN 2023
09:30 Duok letena (8)
10:00 Alfo didysis šou (29)
11:00 Receptų receptai (32)
11:30 Šeima ant ratų. Afrikos link (22)
11:55 Kenoloto
12:00 Šiandien kimba (34)
13:00 Pas Edita.
13:30 Kasdienybės herojai
14:30 Ką žmonės dirba visą dieną (12)
15:00 Orijaus kelionės
16:00 Orijaus kelionės
17:00 Egzotiniai keliai
17:30 Egzotiniai keliai
17:55 Kenoloto
18:00 Egzotiniai keliai
18:30 Egzotiniai keliai
19:00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu (25)

19:55 Eurojackpot
20:00 Savaitės kriminalai su Jaunumi Matoniu
20:30 Jūs rimtai? (34)
21:00 Lenktynės (Race) 2016
22:30 Jėga ir Kenoloto
22:33 Lenktynės (Race) 2016
23:35 Orijaus kelionės
00:35 Orijaus kelionių archyvai
01:05 Orijaus kelionių archyvai
02:05 Orijaus kelionių archyvai
02:35 Orijaus kelionių archyvai
03:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
SEKMADIENIS
06:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
07:00 Šiandien kimba (34)
08:00 Orijaus kelionių archyvai
08:30 Orijaus kelionių archyvai
09:00 Misija ūkis (5)
09:30 Piniginės pamokos (4)
10:00 Alfo vilia (31)
11:00 Receptų receptai (33)
11:30 Istorijos apie nesėkmes (22)
11:55 Kenoloto
12:00 Sekmadienio Šv. Mišių

Gyvenimas

SIŪLO DARBA

Įmonėje reikalingas Pagalbinis darbininkas

Atlyginimas į rankas nuo 800 iki 1100 Eur. Jei susidomėjote, galite su mumis susisiekti: tel. 8 698 46063 arba el.paštu: strelciulentpjuve@gmail.com

Reklama

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



Reklama

PERKA

Nekilnojamasis tortas

Pirkisiū 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

Įvairios prekės

Įmonė perka naudotus automobilius. Gali būti be techninės apžiūros, nevažiuojantys, išregistruoti. Siūlykite visus variantus telefonu 8 607 67 679. Perka traktorių MTZ, T-40, ZETOR, grūdų sėjamają, javų kombainą, grūdų lėkštės. Tel. 8 689 82054.

PERKA

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



PARDUODA

Kietas kuras

Parduoda **MALKAS**, supjautas kala-dėlėmis, rastukais. Skubiai, nemokamai pristato jums patogiu laiku.
Tel. 8 672 51 171.

Parduodamos geros ir skalsios beržo, juodalksnio malkos. Jei netinka skal-dytos malkos, galima pirkti rastais arba pjautas kaladėmis. Miškų inžineriaus tūrio ir kokybės kontrolė. Perkant 5 erdm ir didesnio tūrio mašiną atvežimas nekainuoja. Užsakymai priimami tel. 8 625 33 812.

PASLAUGOS

Pilnas pamatu įrengimas (nustum-dymas, polių gręžimas, rostverkas, armatūros karkasai, apšiltinimas ir užpilyimas). Tel. 8 620 85350.

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

DURYS – PER 3 DIENAS!
Žmoniškomis, pavasariniemis kainomis

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

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

Ūkininkas **parduoda** įvairius grūdus ir žoles. Juos mala, traisko ir granuliuoja. Tel. 8 685 60 452.

Parduoda miežius (50 kg/14 Eur), grūdų sėjamają SZ 3,6 (dalimis), kultivatorių, plūgą, T-25 (1992 m.), mėšlo kratyvą (6 t). Tel. 8 630 93471.

Parduodu pupas. Tel. 8 687 57 187.

Parduoda VW Golf tvarkingus lietus ratlankius su vasarinėmis R13 padangomis. Tel. 8 650 73 095.

Parduoda traktoriuką T-25 (1992 m.), 6 t mėšlo kratyvą, grūdų sėjamają SZ 3,6 (diskinė). Atveža. Tel. 8 630 93 471.

PASLAUGOS

Nebrangių atvežame sijotą kokybišką juodžemį, maišytą su kompostu. Vežamas kiekis – nuo 4 iki 10 kub.m. Tel. 8 609 66 753.

Dažome medinius, fasadinius namus bei stogus savo ir užsakovo me-džiagomis. PATIRTIS. KOKYBĖ. Tel. 8 636 94394.

VISI SANTECHNIKOS DARBAI: šildymo, vandentiekio, kanalizacijos, dujinų, vanduo-oras, kieto kuro katilinių įrengimas. Komplektuojame kokybiškas sanotechnikos medžiagas su nuo-laidomis. Tel. 8 640 39 204.

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

DĖMESIO!

Visi žemės kasimo darbai mini ekskavatoriumi: kabelio tiesimui, vandentiekui, kanalizacijai, drenažui. Sklypo lyginimas, tvorų statymas. Skambinti tel. 8 626 40 174

Rajono čempionų vardus iškovojo BC Balbieriškio „Tūzai“

(Atkelta iš 3 p.)

buvo priekyje rezultatu 61:57. Lemiamame finalo rungtynių kėlinyje ir toliau tėsesi atkaklus mūsis. S. Kazevičiaus ir K. Okmando vedamis „Tūzai“ galiausiai ne tik išlygino, bet ir persvérė rezultatą savo komandos naudai. Vis dėlto „Versmės“ krepšininkai nepasimetė ir po D. Jurgelionio ir L. Vėlavicius metimų išsi-veržė į priekį 81:75, o rungtynių laikas artėjo pabaigos link. Tuo metu jau atrodė, kad „Tūzai“ galiausiai paluš, tačiau tada K. Okmanas smie-gė du be galio svarbius tritaškius, iš-provokavo varžovo pražangą mes-damas iš toli ir taip pridėjo dar tris taškus baudų metimais, o „Tūzai“ vėl išsiveržė į priekį minimaliu skirtumu. Pražangą išprovokavęs L. Lukošeninas abu kartus buvo tikslus nuo baudų metimo linijos – „Versmė“ persvérė rezultatą savo naudai 88:87. Lemiamą ataką rengė Balbieriškio „Tūzai“. Jos metu K. Okmanas dar kartą privertė varžovus prasi-žengti ir sėkmingesi realizavo baudų metimus bei išvedė „Tūzus“ į priekį. „Versmė“ tritaškis, paskutinėmis sekundėmis galėjės atnešti komandai čempionų titulą, buvo netikslus, ir BC Balbieriškio „Tūzai“ iškovojo dramatišką pergalę rezultatu 89:88 bei tapo 2022-2023 m. „Gyvenimo“ laikraščio ir Prienų rajono savivaldybės krepšinio pirmenybių čempione!

BC Balbieriškio „Tūzų“ koman-dos žaidėjas K. Okmanas nubaustas technine pražanga.

BC Balbieriškio „Tūzai“ – „Versmė“ 89:88 (15:23, 23:22, 19:16, 32:27).

Apdovanotos komandos prizininkės ir geriausi žaidėjai

Po finalo rungtynių vyko apdova-nojimų ceremonija. Žiūrovams pa-siodymą atliko Prienų kūno kultūros ir sporto centro aerobinės gim-

nastikos merginų komanda, svei-kinimo žodži tarė ir apdovanojimus įteikė Prienų rajono savivaldybės me-ras Alvydas Vaicekauskas ir „Gy-venimo“ laikraščio redaktorė Ramutė Šimukauskaitė. Apdovanojimų ceremoniją vedė Linas Žilevičius.

Visų pirmenybėse dalyvavusių komandų vadovų sprendimu buvo išrinktas simbolinis geriausių pirmenybių žaidėjų penketas, į kurį pa-teko:

K. Okmanas (BC Balbieriškio „Tūzai“), P. Ivanauskas („PMVD“), M. Gūžys („Dantransa“), A. Tilindė („Dantransa“), A. Gedminas („Vers-mė“).

Rezultatyviausių pirmenybių krešininku tapo „Dantransos“ at-stovas M. Gūžys.

Naudingiausių pirmenybių žai-dėju pripažintas BC Balbieriškio „Tūzų“ lyderis K. Okmanas.

„Gyvenimo“ laikraščio redakcijos iniciatyva buvo apdovanota ir bendruomeniškiausia pirmenybių komanda, kuria tapo „Šilavotas“.

Dėkojame visoms komandoms už dalyvavimą 2022-2023 m. „Gyvenimo“ laikraščio ir Prienų rajono savivaldybės krepšinio pirmenybių naujajame sezone!



Rajono pirmenybių nugalėtojai – BC Balbieriškio „Tūzai“.



Ketvirtosios vietos taurė – „Dantransai“.



Po atkaklios kovos dėl čempionų titulo „Versmei“ atiteko antroji vieta.



Meras A. Vaicekauskas ir laikraščio redaktorė R. Šimukauskaitė Mažają taurę įteikė „Birštono SC“.



Trečios vietos laimėtoja – „PMVD“ komanda.



Aukščiausios rūšies pavasariniems kainomis

Akmens anglis – palaida ir fasuota. Pjuvenų briketai – beržo, uosio. Durpių briketai – didmaišiuose. Medžio ir durpių granulės – fasuotos. Atvežame.

GRASTA
Tel. 8 687 36216
Kėstucio g. 97, Prienai

„Gyvenimas“ –
laikraštis Jums
ir apie Jus!

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

Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė

Redakcija: Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė - VERSLAS, ŽEMĖS ŪKIS (60523, ramute@gyvenimas.info); SOCIALINĖS PROBLEMOSES, ŠVIETIMAS, MEDICINA, TEISÉSAUGA, PASLAUGOS: Dalė Lazauskienė, redaktorės pavaduotoja (60014, dale@gyvenimas.info); APLINKOSAUGA, NEVYRIAUSYBINĖS ORGANIZACIJOS, KULTŪRA, SPORTAS: Rimantė Jančauskaitė, apžvalgininkė (60012, rimante@gyvenimas.info); KOREKTŪRA: Ona Ališauskienė (60015); BUHALTERIJA, SKELBIMAI: Ona Lodienė, Zina Lankevičienė (tel./faksas 60012, zina@gyvenimas.info); kompiuterininkai (maketas@gyvenimas.info). Mob. tel. 8 605 19 327.

Redakcijos nuomonė nebutinai sutampa su laiškų autorų nuomonėmis. Už skelbimų turinį neatsakome.

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

Laikeštis 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**

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.



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

Laikeštis išeina trečiadieniais ir šeštadieniais.

Ofsetinė spauda. Apimtis – 2 spaudos lankai.

Indeksas 67283. Tiražas: trečiadieniais – 1400 egz., šeštadieniais – 1750 egz.

Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.