



Paba diena

Šiandien – Mėnulio delčia, nuo pirmadienio – jaunatis. Saulė teka 7 val. 40 min., leisis 16 val. 24 min. Dienos ilgumas 8 val. 44 min.

Vardadieniai: šiandien – Dagnė, Martinijonas, Martyna, Martynas, Martys, Vyginta, Vygintas, Vygintė, Vygirda, Vygirdas, rytoj – Alvē, Alvilas, Alvilė, Irvaidas, Irvainas, Irvyda, Irvydas, pirmadienį – Arkadas, Arkadijus, Jaurimtas, Jautra, Norvyda, Norvydas, Norvydė, antradienį – Adeodatas, Emilas, Emilė, Emilija, Emilijona, Emilijonas, Emilijus, Emilis, Rama, Ramantas, Ramantė, Ramavydas, Ramys, Ramotas.

Lapkričio 11 – Šv. Martynas, paskutinė rudens šventė. Lapkričio 14 – Pasaulinė Diabeto diena. Karaliaus Mindaugo žūties diena.

Mato Šalčiaus premija – Raimondui Puišui



Minint vieno žymiausių XX amžiaus lietuvių rašytojo Vinco Mykoliaičio-Putino 130-ąsias gimimo metines, 2023-ieji metai Prienų rajono savivaldybėje, kurioje, beje, iki šiol yra išlikusi šio iškilaus žmogaus tėviškė bei žymusis Aušrakalnio kalnelis, paskelbti V. Mykoliaičio-Putino metais. Per šiuos metus rajone suorganizuota apie 60 renginių, skirtų poeto atminimui paminėti, o lapkričio 8 d. įvyko ir baigiamasis renginys. Jo metu buvo įteikta ir žymaus Lietuvos visuomenės veikėjo, rašytojo, žurnalisto, keliautojo ir idealisto, kraštiečio Mato Šalčiaus premija, kurios steigėja yra Prienų rajono savivaldybė. Konkursas ir apdovanojimo renginys organizuojamas kartu su Lietuvos žurnalistų sąjunga. Renginio metu konkurso laureatui paskelbtas keliautojas, fotomenininkas Raimondas PUIŠYS. *Daugiau apie renginį skaitykite kitame „Gyvenimo“ numeryje.*

Prienų rajono medžiotojai Šv. Huberto dieną minėjo Raudonės pilyje

Prienų rajono medžiotojų bendruomenė nori pasidžiaugti, kad šių metų pradžia daugeliui Prienų rajono medžiotojų, galima drąsiai sakyti, buvo ypatinga. Atnaujinta Lietuvos medžiotojų ir žvejų draugijos (toliau LMŽD) Prienų skyriaus, kurio pirmininku vienbalsiai buvo išrinktas Edgaras Veingertneris, veikla. (Nukelta į 7 p.)



Birštono vaikų lopšelio-darželio „Vyturėlis“ direktorius: „Jei jau galvoji apie pokytį, reikia jį daryti“ 3 p.

Atradome ir naujus Vilniaus kampelius 5-6 p.
Nuostabi žinia! 6 p.

Vaikų vasaros stovyklų ataskaitinėje konferencijoje pasidalinta gerąja patirtimi 6 p.
„Džiaugiamės, kad turime vieni kitus“ 8 p.

Prienų rajono savivaldybės mero pusryčiuose aptarti nauji projektai, svarbiausi numatomi darbai rajone

Lapkričio 7 dieną Prienų rajono savivaldybės meras Alvydas Vaicekuskas Prienų krašto verslininkus sukvietė į tradicinius mero pusryčius. Jų metu savivaldybės vadovai pristatė naujojo investicinio laikotarpio projektus, aptarė svarbiausius numatomus darbus ir kitas rajono aktualijas, atsakė į verslo atstovų keliamus klausimus.

Anot mero, naujuoju investiciniu laikotarpiu savivaldybė nemažą dėmesį skirs geriamojo vandens tiekimo ir nuotekų tvarkymo plėtrai, kuriai numatomos lėšos sieks 7 mln. eurų, taip pat nemažą investicijų per įvairias programas sulauks švietimo sritis. Įgyvendinant Tūkstantmečio mokyklų programą, planuojama „Žiburio“ gimnazijai priklausančio dirbtuvių pastato rekonstrukcija, kurią užbaigus čia įsikurs moderni laboratorija, skirta viso rajono moksleiviams. Iš kitų šaltinių gaunamų lėšų bus atlikta „Ažuolo“ progimnazijos vidaus renovacija, lėšos taip pat pasieks ir „Revuonos“ pagrindinę mokyklą bei Veiverių Tomo Žilinsko gimnaziją.

Prienuose numatoma ir sveikatos bei socialinių paslaugų plėtra. Čia planuojama įrengti Psichinės sveikatos centrą, o Prienų PSPC teikiamos paslaugos iš Pušyno gatvės bus perkeltos į Revuonos gatvę (gyventojų vadinamą Vaikų poliklinika), mero teigimu, savivaldybė ir



toliau sieks papildyti socialinių būstų fondą.

Susitikimo metu Administracijos direktorė Jūratė Mickevičienė atkreipė dėmesį ir į smulkesnius projektus. Tarp jų: pavėžėjimo paslauga neįgaliesiems, išorinės reklamos, prekybos ir paslaugų teikimo viešose vietose leidimų išdavimo skaitmenizavimas bei Kauno ir Prienų rajonų savivaldybių kapinių skaitmenizavimas.

Verslo atstovams teiraujantis dėl kurortinės zonos idėjos vystymo, A. Vaicekuskas atkreipė dėmesį, jog savivaldybė neatsisako kurortinės teritorijos statuso idėjos. Siekiant šio tikslo, yra atlikta ir studija, kurioje numatoma, kokius kriterijus reikia įgyvendinti, norint tapti kurortine vietoje. Ir viena iš kliūčių, pasak mero, yra per Prienus einantis magistralinis kelias. Nepaisant to, tarp savivaldybės vadovų įvardintų numatomų darbų galima pastebėti, jog turizmo vystymui planuojama skirti nemažai dėmesio: ir toliau bus bandoma įgyvendinti sumanymą sujungti vientisu taku

Greimų tiltą ir Paukščių stebėjimo aikštelę, esančią prie Bagrėno kalno, bus tvarkomi šaltiniai, lankymui pritaikoma Prienų istorinė dalis, Balbieriškio dvaro parkas, kuriami kiti pažintiniai maršrutai.

Diskutuojant apie kurortinės vietovės idėją, verslininkai pastebėjo, jog, siekiant šio tikslo, būtina parengti kuo platesnio masto studiją, kurioje būtų aiškiai sudėliota ilgalaikiai planai ir perspektyvos, galinčios ir miestą pritraukti investicijas, kurios tikslingai prisidėtų prie kurortinės teritorijos statuso įgyvendinimo. Taip pat buvo atkreiptas dėmesys į neišnaudotą Nemuno potencialą. Pasak verslininko Arvydo Stašaičio, visų pirma, būtina sutvarkyti ir Nemuną patenkančių nuotekų problemą bei pagaliau pasiryžti įgyvendinti seniai siūlytą kempingo idėją. Visgi, mero teigimu, tikėtina, jog kempingas Prienuose vis dėlto atsiras, nes vienas iš kurortinės teritorijos reikalavimų – turėti kempingą arba viešbutį, tačiau, pasak mero, tai turėtų būti ne savivaldybės, o verslo atstovų iniciatyva.

Paklaustas, kokie numatyti ar pradėti projektai Pociūnų aerodrome ir kokios turizmo vystymo priemonės numatytos parengtoje studijoje šioje teritorijoje, A. Vaicekuskas teigė, jog studijos dėl turizmo vystymo nėra, o dėl teisminių ginčų Pociūnuose nenumatyti jokie projektai. „Mes pamažu ten tvarkomės savo turtą <...>. Judame į priekį, nes manome, kad Pociūnai

(Nukelta į 2 p.)



NAUJA APRANGOS PARDUOTUVĖ

TOMMY HILFINGER

DIESEL ck HH

ATEIK SU ŠIUO KUPONU IR GAUK -10% PAPILDOMĄ NUOLAIDĄ

NUOLAIDOS NET IKI -70%

PLC MEGA Islandijos pl 32, Kaunas Įėjimas iš lauko pusės, šalia DPD paštomato

Ūkių sėkmę lemia trumpos tiekimo grandinės

Trumpos tiekimo grandinės – galimybė šalies ūkininkams realizuoti savo užaugintą ir perdirbtą produkciją, o vartotojams – įsigyti šviežių ir sveikų produktų, pagamintų Lietuvoje. Ko reikia, kad šios grandinės klestėtų, diskutuota Ukmergėje.

Žemės ūkio ministerijos ir Lietuvos kaimo tinklo Ukmergėje surengtas išvažiuojamasis renginys „Paramos trumpoms tiekimo grandinėms aspektai“ buvo skirtas skatinti trumpųjų tiekimo grandinių atsiradimą Lietuvoje. Jos skirtinguose regionuose kuriasi nevienodai intensyviai.

Renginio metu pristatyti trys skirtingi trumpų grandinių projektai, apsilankant Ukmergės rajono ekologiniuose ūkiuose, vaikų lopšelyje-darželyje „Žiogelis“.

Iš ūkio – ant stalo

Genutės Sakalauskiene ekologinis ūkis yra Deltuvos seniūnijoje, Žalgiriu kaime. Prieš 18 metų pradėjusi nuo 10 ha juodųjų serbentų ir aviečių ūkio šiandien ūkininkė dirba 35 ha žemės. Užsiima ne tik auginimu, bet ir gamyba bei socialine šviečiamąja veikla.

Ūkiui vystantis išsirengė perdirbimo cechą, patalpas sandėliavimui, šiltnamius, išplėtė asortimentą – auginą įvairesnes uogas, daržoves, gamina uogienes, pagardus ir kitus gaminius. Cechas veikia išties metus.

Kai startavo Žemės ūkio ministerijos parama vaikų darželiams, organizuojant maitinimą, atsirado konkrečių daržovių ir vaisių poreikis.

Produkciją ūkininkė realizuoja įvairiais trumpoms grandinės kanalais. Darželiai produkciją perka per Ukmergės vartotojų kooperatyvą arba užsisako tiesiogiai. Sezono metu ūkininkė prekiauja turgeliuose. Švieži ir perdirbti produktai pasiekia ir

prekybos tinklų bei kitų parduotuvių lentynas.

Tiekia restoranams

Stragių ekologinis ūkis yra Deltuvos seniūnijoje, Leonpolio kaime. Ūkininkas Mindaugas Stragis dirba 40 ha žemės. Gavęs paramą trumpoms tiekimo grandinėms kartu su partneriais jis įkūrė UAB „Ekomarket“, kuri superka ir parduoda partnerių (ūkininkų) užaugintą ir pagamintą produkciją.

Ūkis specializuojasi šakniavaisių srityje. Auginą bulves, ropes, ridikus, moliūgus ir kitas daržoves – tai, kas ant stalo gali būti patiekama išties metus, taip pat uogų, vaisių. Sezono metu pakeltose lysvėse auginą ir žalumynus. Per metus nuima 3–4 jų derlius.

Dabar ūkis išsirengė ir džiovyklą. Ko neparduoda, perteklių džiovina. Yra įrengti aruodai, šaldytuvai, obuolių sandėlis, sulčių spaudykla. Mindaugas sako, kad perdirbant produkciją ne tik plečiamas produkcijos asortimentas, bet ir kovojama su maisto švaistymu.

Pasakojo, kad produkciją rea-



G. Sakalauskiene aprodė savo ekologinį ūkį. Šiame lauke auga smidrai.

lizuoja sostinėje. Pagrindiniai pirkėjai – Vilniaus restoranai. Taip pat parduoda ir internetu bei turguje. Iš viso per savaitę paruošia ir parduoda apie toną produkcijos.

Vaikų maitinimas

Ukmergės vaikų lopšelyje-darželyje „Žiogelis“ vyko patirties dalijimasis ir diskusija apie viešojo maitinimo organizavimą ekologiškais produktais ikimokyklinio ugdymo įstaigoje. Šis darželis yra vienas pirmųjų Lietuvoje, pradėjusių vaikų maitinti ekologišku ir pagal Nacionalinės maisto kokybės (NKP) sistemos reikalavimus pagamintu maistu.

Įstaigos direktorė Birutė Jucevičienė papasakojo, kad ekologiškas maitinimas iš pradžių buvo pilotinis projektas, kurį pirmus dvejus metus rėmė Savivaldybė. Dabar darželis gauna paramą pagal Ekologiškų ir pagal nacionalinę žemės ūkio ir maisto kokybės sistemą pagamintų maisto produktų vartojimo skatinimo ikimokyklinio ugdymo įstaigose paramos taisyklės.

Pasak direktorės, jų virtuvėje naudojama 80 procentų ekologiškų produktų – ne tik vaisiai, daržovės, bet ir mėsa. Produktus perka per rajono vartotojų kooperatyvą.

Vaikai ekologiškais produktais maitinami jau penkerius metus.

Sudarant valgiaraštį, apskaičiuojama, kiek kokių produktų reikės. Vėliau pirkimą išskaido į 10 dalių pagal produktus.

Direktorė pasidžiaugė, kad vaikų maitinimo klausimu su jais konsultuojasi kitų rajonų darželiai. Ministerijos duomenimis, da-

bar šalyje ekologiškai maitina 78 darželiai. Finansavimas programai kasmet didinamas.

Parama trumpoms tiekimo grandinėms

Trumpoms tiekimo grandinėms paramą teikia Europos Sąjunga. Programos LEADER ir kaimo plėtros skyriaus patarėja Nomeda Padvaikaitė pristatė paramos programą. Ja skatinama miesto ir kaimo bendrystė, regionų plėtra, siekiama klimato kaitos, maisto švaistymo mažinimo ir kitų tikslų. Prioritetas – mažųjų ūkių (ne tik ekologinių) konkurencingumo didinimas.

2014–2020 metų priemonėje finansavimas nuosekliai didėjo, projektų skaičiai augo. Nusistovėjo trys modeliai. Pirmasis skirtas smulkiausiems dalyviams, galima parama iki 150 tūkst. Eur. Antrasis įgyvendinamas rajoniniu mastu, kai įstaigos perka iš ūkių, o galima parama iki 700 tūkst. Eur. Trečiasis modelis numato regioninių logistikos centrų steigimą, galima parama iki 1,5 mln. Eur. Du tokie centrai jau įsteigti.

Su parama atsiranda galimybė steigti prekybos vietą, kompensuojamas darbo užmokestis, komunalinės, transportavimo, prekės ženklo sukūrimo, nuomos ir kt. išlaidos.

Norintys dalyvauti trumposios žemės ūkio ir maisto tiekimo grandinėse iki lapkričio 30 d. gali kreiptis paramos į Nacionalinę mokėjimo agentūrą prie Žemės ūkio ministerijos. Šio rudens paraiškoms skirta beveik 5 mln. eurų.

Naujam laikotarpiui planuojama skirti 10 mln. Eur. Pirmasis šaukimas vyks kitais metais.

Pirkimų galimybės

Viešųjų pirkimų tarnybos vyr. patarėjas Kęstutis Kazulis informavo, kaip organizuoti maisto produktų pirkimą.

Lietuvoje yra apie 4 tūkst. perkančiųjų organizacijų, tačiau ūkininkai ir pirkėjai neranda vieni kitų.

Atstovas priminė, kad mažos vertės (iki 15 tūkst. Eur per metus) pirkimus įstaigos gali vykdyti be viešo pirkimo.

Dideli pirkimai vykdomi apklausų būdu. Teikiama pasiūlymai, vyksta jų vertinimas ir kitos procedūros per numatytą laiką. Išimtis – neskelbiamos derybos. Vieniems kitus rasti padeda pirkimų platformos CPO, CVP.

Dar vienas būdas – „žalieji pirkimai“, perkant specialiais ženklais pažymėtą produkciją. Perkančios organizacijos turi skelbti pirkimų planą, kuriame įtrauktos ir neskelbiamos derybos. Tiekėjai, matydami planus, gali būti proaktyvūs ir pasiūlyti.

Pagalbos platforma

ŽŪM Programos LEADER ir kaimo plėtros skyriaus vedėja Ilona Javičienė pristatė interneto svetainę www.maistograndine.lt, skirtą trumpų tiekimo grandinių vystytojams.

Platforma skirta pardavėjams ir pirkėjams padėti surasti vieniems kitus, taip pat ir savarankiskam mokymuisi. Tiekėjai ir pirkėjai galės susikurti savo paskyras, o lankytojai – susipažinti su grandinėmis.

Žemės ūkio ministerijos kancleris Valdas Aleknavičius atkreipė dėmesį, kad matyti pavyzdžiai – skirtingi. Vienas ūkis ir gamina, ir perdirba, o realizaciją vykdo per žemės ūkio kooperatyvus, asociacijas. Kitas daug dirba su rinkodara ir kartu plačiai įveikina savo ūkyje esančius pastatus, investicijas, ieškant rinkos gaminamai produkcijai realizuoti. Lopšelio-darželio „Žiogelis“ pavyzdys rodo, ko reikia, kad atsirastų paklausa.

Renginys finansuotas ES lėšomis, jame patirties sėmėsi įvairių savivaldybių ūkininkai.

LIETUVOS RESPUBLIKOS
ŽEMĖS ŪKIO MINISTERIJA

Užs. Nr. 070



Pasak Žemės ūkio ministerijos kanclerio V. Aleknavičiaus, vaikų lopšelio-darželio „Žiogelis“ pavyzdys rodo, ko reikia, kad atsirastų paklausa.

Prienų rajono savivaldybės mero pusryčiuose aptarti nauji projektai, svarbiausi numatomi darbai rajone

(Atkelta iš 1 p.)

labai svarbūs. Jei pati bendruomenė susitaisys, dirbs kartu, tai mes irgi pasiruošę prisijungti, padėti, investuoti į bazę, nes tokia, kokia yra dabar, ji negali būti, ją reikia tobulinti ir puoselėti. Tada Pociūnai vėl skambėtų, kaip anksčiau, kad tai yra geriausia vieta sklandytojams, parašutininkams ir akrobatams“, – sakė A. Vaicekauskas.

Susitikimo metu meras taip pat džiaugėsi Prienuose prasidėjusiomis daugiabučių namų statybomis, todėl savivaldybė pradeda naujų sklypų formavimą, o meras ir toliau skatina verslo atstovus pagalvoti apie viešbučio idėjos vystymą, nes, kaip sakė A. Vaicekauskas, pirmieji dažniausiai laimi. Tiesa, lyg ir buvo atgijusi viltis, jog „Revuonos“ vie-

butis bus prikeltas naujam gyvenimui, tačiau verslo atstovams domintis, kokia šiandien yra situacija su „Revuonos“ viešbučiu, paaiškėjo, jog kol kas konkrečių žinių nėra.

Verslui labai svarbi infrastruktūra, patogus susisiekimas, todėl kelio Kaunas–Prienai–Alytus rekonstrukcija aktuali ne tik gyventojams, bet ir verslo atstovams. Susitikimo metu vicemerė Jūratė Zailskienė pranešė, jog žemių pirkimo procedūros baigtos. Tačiau, anot jos, didesnių darbų galima tikėtis vėliau nei planuota, nes finansų tiesiog nėra. Pasak J. Zailskienės, pavyzdys, kad finansai tvarkomi nelabai teisingai – neseniai atnaujinta kelio Prienai–Marijampolė danga, kai tuo tarpu remonto kur kas labiau reikėjo kituose keliuose.

Beje, pasak mero, iš smulkiojo



verslo surinktų pajamų dėka savivaldybė gali skirti lėšų papildomiems darbams, kurių didžioji dalis skiriama kelių tvarkymui. Kaip sakė A. Vaicekauskas, metai iš metų Kelių direkcija Prienų rajonui skiria 1,8 mln. eurų, kurių paskutiniu metu savivaldybei, turinčiai apie 1000 km žvyrkelių, nebeužtenka, todėl savivaldybė iš savo biudžeto kelių remontui papildomai skiria daugiau nei 1,2 mln. eurų. O patiems verslo atstovams teiraujantis dėl kelių remonto planų vienose ar kitose gatvėse, A. Vaicekauskas ir J. Zailskienė, priminė apie tai,

kaip sudaroma tvarkomų kelių tvarka.

Susitikimui einant į pabaigą, Prienų turizmo ir verslo informacijos centro direktorė Ieva Šalčiuvienė verslo atstovams priminė apie galimybę tapti „Prieniečio kortelės“ nuolaidų teikėjais, Kauno prekybos, pramonės ir amatų rūmų

Prienų atstovybės vadovė Lina Dužinskienė paskatino verslo atstovus dalyvauti konkurse „Sukurta Prienų krašte“, o Marijampolės profesinio rengimo centro atstovai pristatė nepilnamečių užimtumo programą.

Rimantė Jančauskaitė



Birštono versmės

„Gyvenimas“
- laikraštis Jums
ir apie Jus!

Birštono krašto žinios

● Spalio 27 d. iškilmingai pasirašyta Birštono sveikatos centro, veikiančio funkcinio bendradarbiavimo būdu, steigimo sutartis. Sutartį pasirašė Birštono pirminės sveikatos priežiūros centras, VšĮ „Tulpės“ sanatorija, AB Birštono sanatorija, „Vermė“, UAB „Eglės sanatorija“, VšĮ Prienų ligininė, VšĮ Prienų rajono pirminės sveikatos priežiūros centras, VšĮ „Ante diem“, UAB Baltijos psichikos sveikatos centras, Kauno rajono visuomenės sveikatos biuras.

● Birštono savivaldybės administracija baigė projektą „Viaduko per magistralinį A16 kelią prieigų ir jungčių su Birštono miestu ir Birštono Vs. žmonėms su negalia įrengimas“ įgyvendinimą. Projekto įgyvendinimo metu įrengti dviračių ir pėsčiųjų takai sujungė esamas gatves ir takus su viaduku virš A16 magistralės Marijampolė–Vilnius, Birštono kurorte. Pagal parangtą viaduko prieigų įrengimo techninį projektą buvo įgyvendinti II, III, V ir VI etapai. Įgyvendinus projektą, vietos gyventojams ir kurorto svečiams atsirado galimybė saugiai patekti į kitą miesto pusę per magistralinį kelią Vilnius–Marijampolė (A16), buvo įrengtos viaduko jungtys su esamu Bokšto alėjos taku, esamais pėsčiųjų ir dviračių takais šalia A16 magistralinio kelio buvusioje Birštono vienkiemio teritorijoje, rekonstruotas esamas pėsčiųjų ir dviračių takas, sodų bendrijos teritorijoje įrengtas pėsčiųjų ir dviračių takas Astrų gatvėje. Takai įrengti laikantis universalios dizaino principų su silpnaregių vedimo juostomis, todėl yra pritaikyti visiems visuomenės grupių atstovams, kuriems reikalinga patogū aplinka be slenksčių ar kitų dirbtinių barjerų. Tamsiuoju paros metu takai apšviečiami ekonomiškais LED bioninių formų šviestuvais.

● Pradėti valstybinės reikšmės magistraliniame kelyje A16 Vilnius–Prienai–Marijampolė esančio dviračių-pėsčiųjų tako, vedančio Nemajūnų link, įrengimo darbai. Jo metu bus įrengtas asfaltbetonio dangos dviračių-pėsčiųjų takas, kuris nuo važiujamosios kelio dalies bus atskirtas atitvaru. Dėl šių darbų

laikini eismo ribojimai numatyti A16 Vilnius–Prienai–Marijampolė kelio 85,37–89,37 km atkarpoje, čia greitis ribojamas iki 50 km/val. Darbus planuojama baigti 2024 m. liepos mėn. Bendras ruožo ilgis, kuriame yra ribojamas eismas – 4,00 km. Darbus atlieka AB Lietuvos automobilių kelių direkcija.

● Paskelbtas konkursas viešosios įstaigos „Tulpės“ sanatorijos direktoriaus pareigoms eiti. Išsamesnė informacija teikiama Birštono savivaldybės administracijos Teisės ir civilinės metrikacijos skyriaus adresu: Jaunimo g. 2, Birštonas, 209 (arba 212) kab., telefonu + 370 659 01 071 (arba + 370 686 62 910) el. p. vilma.klebauskiene@birstonas.lt (arba ausra.slavinskienė@birstonas.lt).

● Kviečiame visas įstaigas, bendruomenes ir organizacijas, birštoniečius siūlyti ir padovanoti gražią, gyvą žaliaskarę egelę Birštonui, kuri taps pagrindine miesto kalėdine puošmena. Siūloma eglė turėtų būti simetriška, tankaus šakų vainiko, ne mažesnė nei 10 metrų. Pasiūlymai su nuotraukomis Facebook komentaruose arba elektroniniu paštu sekretoriatas@birstonas.lt. laukiami iki lapkričio 20 d. Labai prašome informuoti apie tokias egles, iki kurių buvimo vietos galėtų privažiuoti sunkiasvorė transporto priemonė.

● Lapkričio 7 dieną Birštono savivaldybės merė Nijolė Dirginčienė seniūnaitių pažymėjimus įteikė 9 naujai kadencijai išrinktiems Birštono savivaldybės seniūnaitiams:

I seniūnaitija – Laima Valė
II seniūnaitija – Danutė Žitkuviene
III seniūnaitija – Algirdas Kemzura
IV seniūnaitija – Gintas Pačėsas
Birštono viensėdžio seniūnaitija – Algis Kabašinskas
Siponių seniūnaitija – Jolita Girgždienė
Puzonių seniūnaitija – Asta Revuckaitė
Nemajūnų seniūnaitija – Egidijus Barysas
Škėvonių seniūnaitija – Vitas Drūlia

Susitikimo metu aptarta seniūnaitių veiklos ir atsakomybių sritis, aktualūs klausimai dėl kelių ir jų ženklavimo, atliekų surinkimo, autobusų stovėjimo stotelių bei būsimi investiciniai projektai.



Birštono vaikų lopšelio-darželio „Vyturėlis“ direktorius: „Jei jau galvoji apie pokytį, reikia jį daryti“

Almantas Jakimavičius – Birštono vaikų lopšelio-darželio „Vyturėlis“ direktorius, švietime dirbantis daugiau kaip 30 metų. Beveik visus juos praleido vadovaujant Daugų miesto vidurinei mokyklai, vėliau tapusiai Vlodo Mirono gimnazija. Į Birštoną A. Jakimavičius atvyko 2023 metų pradžioje dėl gyvenime susiklosčiusių aplinkybių ir poreikio „pajudėti iš komforto zonos“.



Visas ligšiolinis A. Jakimavičiaus gyvenimas buvo susijęs su Alytaus rajono Daugų miestu. Tėn jis mokėsi vidurinėje mokykloje, o baigus pedagogines studijas, ta pati mokslo įstaiga pakvietė jį dirbti. „Susigundžiau pasiūlymu, tad grįžęs į Daugus septynerius metus dirbau mokytoju, vėliau tapau gimnazijos direktoriumi. Bet taip nutiko, kad asmeniniame gyvenime įvyko pokyčiai ir supratau, kad būtina kažką keisti – pajudėti iš komforto zonos į priekį, nes tai – nauja patirtis. Kaip sakoma, jei jau galvoji apie pokytį, tai reikia jį ir daryti“ – sako darželio vadovas.

Persikėlimas gyventi į Birštoną – netikėtas posūkis, nors vadovas nėra naujokas nei švietime, nei mokslo institucijos valdyme. Tapes Birštono lopšelio-darželio „Vyturėlis“ vadovu, A. Jakimavičius dirba tokį patį vadybinį-organizacinį darbą, tik su naujais iššūkiais ir galimybėmis.

Pradžioje vyras turėjo abejonių dėl persikėlimo į Birštoną, bet tuo, ką pavyko nuveikti per pusę metų, vadovaujant darželiui, džiaugiasi ir vertina.

Darželis – prioritėtinė institucija

Darbo pradžioje darželio vadovui reikėjo adaptuotis, pažinti ir mokytojus, ir darbuotojus, ir tėvus. „Iki šiol stengiuosi aktyvinti bendruomenę, nes neužtenka atvesti vaiko į ugdymo įstaigą. Vaikas auga ir yra mokomas namuose, o darželis pratęsia jo ugdymo procesą bendradarbiaudamas su tėvais, tad turi būti abipusė komunikacija“ – sako vyras.

Jo manymu, darželis turi būti svarbiausia švietimo įstaiga ir mieste, ir Lietuvoje, ir visame pasaulyje, nes čia ateina maži vaikai ir tai, ką pedagogai sugebės juose išugdyti, ką jiems suteikti, įgalinti savarankiškumą ir pažinimą, tuo vaikas bus sėkmingesnis ateityje. Šiuo metu lopšelyje-darželyje „Vyturėlis“ ugdomi 114 vaikų, o įstaigoje dirba 45 darbuotojai.

Kalbant apie darželius, būtent čia, jo nuomone, reikia investuoti daugiausia. Ar tai būtų edukacinės erdvės, didesnis būrelių pasirinkimas,

projektinės veiklos, ar įvairresnis ir aktyvesnis ugdomasis procesas. Tai nereikia nuvarginti vaiko, vedžiodami jį į kuo daugiau veiklų, bet suteikti galimybę pabandyti, išsirinkti, rasti sau tinkamą užsiėmimą ir visapusiškai jas išbandyti.

„Dažnai sakau, kad visi vaikai yra geri. Jei vaikas paaugęs elgiasi netinkamai, reiškia, mes visi kažką ne taip darėme. Dažnai girdime nusiskundimų „šiuolaikinių jaunimų“, bet atsimenu ir savo laikus – gal daugiau judėjome, buvome fiziškai sveikesni, bet išdykavome ir mes. Dabar laikmetis pasikeitė, kyla nauji iššūkiai, vaikams ant pečių – didžiulis informacijos srautas, technologijos. Turime padėti jiems su tomis technologijomis „susitarti“ ir sugyventi“ – sako pedagogas.

Kurortiškas gyvenimo būdas

Kurorte A. Jakimavičius – ne naujokas, anksčiau čia dažnai lankdavosi SPA centruose, sanatorijose. „Birštonas man iki šiol – svajonių miestas. Kai likimas atvedė čia, pats tuo vis labiau įsitikinu. Miestas gražus, sutvarkytas, daug gamtos. Daugai yra prie didžiulio ežero, bet infrastruktūros – nesulyginamos. Čia ir ramybė, ir gamta, ir nemažas renginių pasirinkimas“ – vardina naujakurys.

Darželio vadovas kurorte išbandė apžvalgos ir laipiojimo bokštą, nusileido rogučių trasa, į kasdienę rutiną įtraukė pasivaikščiojimus. „Miestas daro įspūdį, ypač savaitgalį, kai matai, kiek žmonių atvažiuoja. Dažnai čia sutinku atvykusius pažįstamus, buvusius kolegas. Oras, mano akimis, ypatingas. Kurortas išikūręs tarp Nemuno kilpų, todėl klimatas švelnus, tinkamas sveikatinimui, sportavimui. Taip pat kurortui dera tyla ir ramybė, kuri užtikrina teisingi valdžios sprendimai“ – pastebi A. Jakimavičius.

Atvykus į Birštoną vyrą kiek nustebino „kurortiškas“ bendruomenės gyvenimo būdas. „Kartais lyg norėtusi, kad darbai, procesai ir komunikacija šiek tiek greičiau vyktų, o man sako „ramiai, viskas bus“. Susitaikau su tuo, kad skubėjimas kurorto nieko gero neduoda, o rezultatas vis tiek įvyksta“ – šypsosi darželio vadovas.

Tęsiasi bendradarbiavimas su Kauno kolegija

Birštono savivaldybei su Kauno kolegija šių metų vasarą pasirašius bendradarbiavimo sutartį, jau pradėdami įgyvendinti ir konkretūs projektai. Susitikimo su Kauno kolegijos direktoriumi dr. Andriumi Brusoku, direktoriaus pavaduotoju mokslui ir partnerystei dr. Mantu Diliu, Medicinos fakulteto dekanu Juliumi Dovydaičiu ir Slaugos katedros vedėju Vaidū Jotaučiu metu buvo aptarti Birštono gydymo įstaigoms aktualūs klausimai, susiję su slaugos personalo poreikiu, jo rengimu, galimybėmis, kaip pritraukti jaunus specialistus į Birštoną, medicinos personalo kvalifikacijos kėlimu, studentų praktikos Birštone organizavimu.

Kauno kolegijos atstovai birštoniečiams pristatė tyrėjų komandos vykdomo Birštono kurorto rinkodaros tyrimo eigą, studentų kuriamus suvenyrus, dailės gaminius.

Daug diskutuojant, dalinant patirtimi, klausiant ir atsakant buvo suformuluota nemažai naujų bendradarbiavimo temų – sporto ir sveikatingumo sektoriuose, vaikų vasaros stovyklų organizavime, švietimo srityse taip pat matome daug galimybių rengti ir įgyvendinti kitus projektus.

Birštono kultūros centre

ROJAUS oboliukai
SU AUGUSIŲ TEATRŲ FESTIVALIS
Lapkričio 18 d.

13.00 val. Šventės pradžia

13.10 val. Punksko teatras AURORA
Pagal biblinę Jobo knygą „Žmogus vardu Jobas“
Režisierius Arnoldas Vaznelis

14.30 val. Trakų kultūros ir meno centro KARALIŠKASIS TEATRAS
Neil Simon „Keista pora“ (moteriška versija)
Režisierius Robertas Čuta

16.30 val. Šakių kultūros centro ZANAVYKŲ teatras
Vida Bladykaitė „Išprotėjęs pasaulis“
Režisierė Gražina Guzovijienė

18.00 val. Birštono kultūros centro teatras
Vida Bladykaitė „Nuoma ir trys kiaušiniai“
Režisierius Rimantas Jacunskas

19.00 val. Šventės uždarymas

2023 m.

Kraujotakos sistemos ligos: kaip apsisaugoti?

Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) skelbia, kad net 80 proc. visų širdies priepuolių ir insultų galima išvengti. Svarbiausia žinoti, dėl ko didėja kraujotakos sistemos sutrikimų rizika, kad galėtumėte suvaldyti tai, kas jūsų valioje.

Kauno klinikų Kardiologijos klinikos Išeminės širdies ligos skyriaus vadovė prof. Olivija Dobilienė informuoja, kaip kontroliuoti pagrindinius rizikos veiksnius, kada būtina kreiptis į specialistus ir kuo gali pagelbėti šiuolaikinės technologijos.

Kokie yra pagrindiniai rizikos veiksniai?

Pasak prof. O. Dobilienės, pagrindiniai rizikos veiksniai širdies ir kraujagyslių ligoms atsirasti yra aukštas kraujospūdis, nesveika mityba, didelis cholesterolio kiekis, diabetas, oro tarša, nutukimas, rūkymas, inkstų ligos, fizinis pasyvumas, nesaugingas alkoholio vartojimas ir stresas.

„Yra keletas modifikuojamų širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksnių, kuriuos galime keisti, pavyzdžiui, elgsenos veiksniai: rūkymas, nepakankamas fizinis aktyvumas, nesaugingas alkoholio vartojimas, didelis valgomosios druskos vartojimas, ir metaboliniai veiksniai: nereguliuojamas ir per aukštas kraujospūdis, didelis gliukozės kiekis, nutukimas, didelis „blogojo“ – mažo tankio lipoproteinų (MTL) – cholesterolio kiekis bei cukrinis diabetas. Svarbūs ir aplinkos veiksniai, pavyzdžiui, aplinkos oro tarša, triukšmas“, – kalbėjo specialistė.

Rekomendacijos rizikoms valdyti

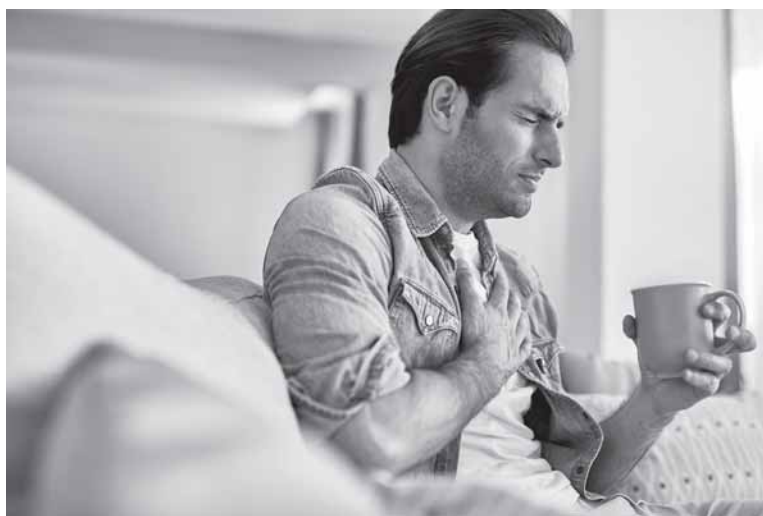
O. Dobilienės teigimu, didžiąją dalį mirčių nuo kraujotakos sistemos ligų lemia tokie rizikos veiksniai, kaip padidėjęs kraujospūdis, padidėjęs cho-

lesterolio kiekis kraujyje, nutukimas ar diabetas: „Jų galima išvengti arba juos kontroliuoti keičiant gyvenimą, mitybą, reguliariai mankštinantis, metus rūkyti, kontroliuojant kraujospūdį, cholesterolio ir cukraus kiekį kraujyje.“

Profesorė pažymėjo, kad sveiką mitybą turėtų sudaryti įvairūs neperdirbti ir švieži maisto produktai, įskaitant daug vaisių ir daržovių, neskaldytų grūdų, riešutų ir maisto produktų, kuriuose yra mažai sočiųjų riebalų, cukraus ir druskos. Reikėtų nevertoti perdirbtų maisto produktų ir gerti daug vandens.

Taip pat rekomenduojama būti fiziškai aktyviam: „Suaugusieji (18–65 m.) ir senjorai (65 m. ir vyresni) turėtų stengtis kiekvieną savaitę bent 150 min. užsiimti vidutinio intensyvumo fizine veikla arba bent 75 min. užsiimti didelio intensyvumo fizine veikla. Vaikai ir paaugliai kasdien turėtų užsiimti ne mažiau kaip 60 min. vidutinio arba didelio intensyvumo fizine veikla.“

Be to, O. Dobilienė akcentavo, kad kraujo spaudimui kontroliuoti ar cholesterolio kiekiui kraujyje mažinti skirti vaistai turi būti vartojami nuolat, laikantis paskirto gydymo režimo ir žinant, kokių tikslų siekiama.



Prof. O. Dobilienės teigimu, didžiąją dalį mirčių nuo kraujotakos sistemos ligų lemia tokie rizikos veiksniai, kaip padidėjęs kraujospūdis, padidėjęs cholesterolio kiekis kraujyje, nutukimas ar diabetas. Nuotr. iš freepik.com

Būtina nedelsiant kreiptis pagalbos

Profesorė perspėjo, kad širdies ir kraujagyslių ligos yra įvairios, todėl jų simptomai taip pat gali skirtis. Kuomet krūtinės angina (sindromas, atsirandantis dėl sutrikusio širdies raumens aprūpinimo maisto medžiagomis ir deguonimi) pasireiškia klasikiais požymiais – diagnozuoti nesunku.

„Tai yra, kai krūtinės angina pasireiškia spaudimu, maudimu, buku skausmu už krūtinkaulio ar kairėje krūtinės ląstos pusėje, galinčiu plisti į kairę ranką vidine jos dalimi, į petį, kaklą. Tokie skausmai, provokuojami fizinio krūvio ar streso, trunka iki 10–15 min., praeina nutraukus fizinį krūvį. Ilgiau užsitęsęs skausmas su prakaito pylimu, dusuliu ar bendru silpnumu gali nurodyti besivystantį miokardo infarktą. Tokiu atveju reikia nedelsiant kviešti greitąją medicinos pagalbą“, – pabrėžė O. Dobilienė, pridurdama, kad, sulaukus tam

tikro amžiaus, reikėtų tikrintis reguliariai.

Pasak jos, širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos programa, skirta vyrams ir moterims nuo 40 iki 60 m., padeda nustatyti žmones, kuriems yra padidėjusi širdies ir kraujagyslių ligų rizika. Tai šiuos žmones paskatina imtis gyvenimo pokyčių, nustačius sveikatos sutrikimus, gali būti taikomas medikamentinis gydymas: „Būtina profilaktiškai pasitikrinti tiems, kurie turi nepalankų genetinį polinkį – kai tarp pirmos eilės giminių buvo jaunesnių kaip 65 m. moterų ir jaunesnių kaip 55 m. vyrų, sirgusių išemine širdies liga, miokardo infarktu, ar buvo staiga mirusiųjų.“

Inovatyvios technologijos gelbsti

O. Dobilienė teigė, kad šiais laikais kraujotakos sistemų tyrimai ir gydymas svarbų vaidmenį atlieka inovatyvios technologijos. Anot jos, išmanieji laikrodžiai, telefonai, elektrokardiogramos registracijos prietaisai padeda

KURKIME

sveikatai palankius

ĮPROČIUS!

vertinant širdies ir kraujagyslių sistemos parametrus – pulsą ir jo dažnį, širdies ritmo sutrikimus, kraujospūdį, kraujo įsotinimą deguonimi.

„Pacientai gali vertinti savo pulso dažnį sportuodami ar užsiimdami kita fizine veikla, identifikuoti širdies ritmo sutrikimus tardamiesi su gydytojais, užtikrinti kraujo spaudimo kontrolę. Ateityje tikimasi, kad tokiu būdu galėsime stebėti ir kraujo parametrus, kuriais galima monitoruoti širdies nepakankamumą, įvertinti miokardo infarkto vystymosi riziką“, – sakė profesorė.

Žemaitijoje gyvenantis pensininkas Vytas pasidalijo patirtimi, kaip susidraugavo su išmaniosiomis technologijomis: „Anūkai man padovanojo išmanų laikrodį vien tik dėl to, kad galėčiau visuomet sekti savo kraujospūdį. Iš pradžių galvojau, kad tai yra pinigų švaistymas, nebuvau pratęs visuomet su savimi nešioti laikrodžio.“

Senolis prisipažino, kad jau ilgą laiką turėjo problemų dėl kraujospūdžio, todėl gydytojų nurodymu turėjo dažnai jį tikrinti, o rodiklius – užsirašyti. Laikrodžio, anot jo, tai palengvino – dabar viskas vyksta daug greičiau ir paprasčiau.

Projektas „Kurkime sveikatai palankius įpročius!“ yra finansiškai remiamas Valstybinio visuomenės sveikatos stiprinimo fondo lėšomis



Užs. Nr. 071

Žinios ir nauji įpročiai gali padėti suvaldyti ligą

Spalio 26–27 dienomis Prienų rajono ir Birštono diabeto klubas „Versmė“, bendradarbiaujant su Kauno rajono visuomenės sveikatos biuru, organizavo cukrinio diabeto valdymo ir aktyvaus laisvalaikio įgūdžių formavimo stovyklą Klubo nariams bei Birštono visuomeninių organizacijų atstovams, kuriems dėl padidėjusio cukraus kiekio kraujyje kyla rizika susirgti cukriniu diabetu.

Stovyklos organizatorė, klubo „Versmė“ pirmininkė dr. Birutė Bartkevičiūtė viliasi, kad gydytojų ir slaugytojų paskaitos, praktiniai mokymai, mankštos, meditaciniai ir muzikos terapijos užsiėmimai stovyklos lankytojus paskatins pokyčiams, padės suformuoti naujus mitybos, fizinio aktyvumo įpročius, mokantis priimti, kontroliuoti ligą, įveikti psichologinius sunkumus. Juk, pasak jos, cukrinis diabetas yra ne nuosprendis, o iššūkis, kurį galima suvaldyti turint reikiamų žinių ir įgūdžių.

Stovyklą iš sportui ir sveikatingumui skirtos programos lėšų finansavo Birštono savivaldybė, ji vyko sanatorijoje „Versmė“. Stovyklos dalyvius pasveikino ir padaršino šios sanatorijos direktorės pavaduotojas medicininis Antanas Danys, Birštono pirminės sveikatos priežiūros centro direktorė Laura Stankevičienė, VšĮ „Birštono sportas“ direktorius Kristupas Bubnys, kuris dalyvius pakvietė į vyresnio amžiaus birštoniečiams vykdomus nemokamus fizinio aktyvumo užsiėmimus.

Dr. B. Bartkevičiūtė akcentavo, kad stovyklos veiklos organizuotos, laikantis holistinio požiūrio į žmogų, kuris sako, kad fizinė, psichikos ir dvasinė būklės tarpusavyje susijusios, todėl, gerinant jo sveikatą, būtina pasirūpinti ne tik kūnu, bet ir siela bei emocijomis.

Stovyklos dalyviai susipažino su naujomis ir pažangiomis ligos kontrolės priemonėmis, turėjo galimybę pabendrauti su gydytoja endokrinologe bei oftalmologe ir iš jų išgirsti, kaip išvengti dažniausių cukrinio diabeto komplikacijų, taipogi mokėsi kasdinių fizinio aktyvumo pratimų ir dėmesingo įsisąmoninimo (angl. „mindfulness“), streso suvaldymo, dė-



Dr. Birutė Bartkevičiūtė ir Kauno rajono visuomenės sveikatos biuro Bendruomenės sveikatos stiprinimo stebėsenos skyriaus vedėja Rita Gudauskienė.

kingumo technikų, sužinojo apie tai, kaip sveika gyvenama prisideda prie širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos. Buvo atliekami gliukemijos tyrimai iš periferinio kraujo.

Tokio pobūdžio stovykla cukriniu diabetu ir prediabetu sergantiems asmenims yra pirmoji, tačiau, dr. B. Bartkevičiūtės teigimu, klube „Versmė“ ir anksčiau buvo skaitomos paskaitos, propaguojamos fizinio aktyvumo veiklos: nariams organizuotos mankštos, šiaurietiško ėjimo užsiėmimai, kani-



terapijos užsiėmimai. „Labai smagu, kad gerieji pavyzdžiai jau plinta ir kitose nevyriausybinėse organizacijose“, – pasidžiaugė slaugytoja diabetologė, šią vasarą Lietuvos sveikatos mokslų universitete apsigynusi medicinos mokslų daktaro disertaciją vyresnio amžiaus asmenų, sergančių cukriniu diabetu, priežiūros srityje. Dr. B. Bartkevičiūtės teigimu, taikant mokslo įrodymais pagrįstą priežiūrą, siekiama padėti asmenims pagerinti jų gyvenimo bei sveikatos priežiūros paslaugų kokybę.

Savo paskaitoje ji papasakojo apie mitybos principus, paaikšino, kaip nusistatyti tinkamo dydžio maisto porcijas, pristatė gliukozės matavimo jutiklius, išaunamus po oda, kurie padeda sergantiesiems cukriniu diabetu nuolat stebėti gliukozės kiekio kraujyje koncentraciją ir efektyviai kontroliuoti ligą. Nuo 2022 metų liepos 1 d. ši moderni nuolatine gliukozės stebėjimo sistema yra kompensuojama visiems, sergantiems 1 tipo cukriniu diabetu.

Kauno teritorinės ligonių kasos atstovai stovyklos dalyvius supažindino su nemokamomis profilaktinėmis programomis ir paslaugomis, skirtomis sergantiesiems cukriniu diabetu.

(Nukelta į 5 p.)

Keliuk. Pažink. Dalinkis

Atradome ir naujus Vilniaus kampelius

Birštono sveikos gyvensenos klubo „Šilagėlė“ nariai toliau švenčia Vilniaus 700 metų šventę, atrasdami naujus jo kampelius.

Daug kartų lankyti Valdovų rūmai su profesionalu gide Erika nušvito naujomis spalvomis. Pradėję nuo kasinėjimų, atstatant Valdovų rūmus, keliavome po rūmų aukštus laiku, džiaugdami naujais eksponatais, susipažindami su valdovų darbais, jų asmeniniu gyvenimu ir jų antrųjų pusių įtaka Lietuvos istorijai... Atkurti Vilniaus žemutinės pilies Valdovų rūmai, statyti XIV a. – XVII a., o nugriauti caro valdžios įsakymu 1799–1802 m. Atkasta renesansinių rūmų pamatų, rūsų liekanų, gotikinių XV a. dalių, įtvirtinimų fragmentų, medinių statinių, gynybinių griovių ir t.t.

Įdomu buvo pamatyti vieno paveikslą parodą – Kazimiero

Alchimavičiaus „Gedimino laidotuvės“, Monumentali drobė atvežta iš Krokuvos muziejaus. Didelėje procesijoje Gedimino lydi jo sūnūs Kęstutis ir Algirdas.

Po Užupį mus lydėjo charizmatiškas gidas Vytautas, čia gimęs ir augęs, ir p. Irena, pakvietusi pasižvalgyti po savo būstą... Vilnios upės vingyje išikūrusį rajoną 1997 m. čia gyvenę menininkai paskelbė nepriklausoma Užupio respublika, iškėlė savo vėliavą, turi savo prezidentą ir balandžio 1-ąją švenčia Nepriklausomybės dieną. Paupio gatvėje daugybę kalbų išrašytas 41 Užupio Konstitucijos punktas. Užupio aikštėje iš aukštybių veiksma stebi respublikos simbolis – An-

gelo statula. Aplankėme Šv. Rapolo bažnytelę, tylias Bernardinų kapines, atiduodami pagarbą 1863 m. sukilimo dalyviams.

Pabuvoje Menų inkubatoriuje, Tibeto skvere, dar daugiau pažinome Meką. Sunku buvo išskirti ne tik su gidu, bet ir su Užupiu...

Stipresnių nervų keliauninkai pabuvojo caro laikais statytame Lukiškių kalėjime, kuris užėmė 2 ha plotą ir buvo tų laikų pažangiausias kalėjimas, sėkmingai išsilaikęs iki mūsų dienų. Užtat KGB laikais jame buvo žvėriškos sąlygos. Mūsų Mildos mamytė Ona Krasauskaitė, būdama aštuoniolikmetė, čia kalėjo lygiai metus, paskui buvo ištremta į Sibirą dar 11-ai metų. Dabar čia,

(Nukelta į 6 p.)

Žinios ir nauji įpročiai gali padėti suvaldyti ligą

(Atkelta iš 4 p.)

Anot dr. B. Bartkevičiūtės, Lietuvos sveikatos 2014–2025 m. strategijoje numatyta sustiprinti lėtinių neinfekcinių ligų (taipogi ir cukrinio diabeto) prevenciją ir kontrolę. Šia strategija siekiama pagerinti gyventojų sveikatą, sumažinti sveikatos netolygumus, suformuoti sveikos gyvensenos įpročius. Todėl ir ateityje diabeto klube „Vermė“ didelis dėmesys bus skiriamas šios ligos prevencijai ir kontrolei, visuomenės švietimui apie šią pandemiją. Apie tai bus kalbama ir lapkričio 18 dieną vyksiančiame kasmetiniame Tarptautinės diabeto dienos renginyje Birštone.

Dalė Lazauskienė



Fizinio aktyvumo užsiėmimai su klubo „Vermė“ nariais.

Prienų rajono - Birštono diabeto klubas „Vermė“ lapkričio 18 d. (šeštadienį) 11 val. kviečia į Pasaulinės diabeto dienos minėjimą ir klubo narių susirinkimą.

Birštono Carito namuose, Birutės g. 10A, Birštonas. Registracija 10.30 val.

Klubo pirmininkė Birutė Bartkevičiūtė

Skanaus!

Vėlyvą rudenį norisi šilto maisto, tad labai tinka virti įvairias košes. Išbandykime šiuos 1936 metų košių receptus.

Sorienė

Porą stiklinių sorų užpila verdančiu vandeniu, pamašę nupila, vėl užpila ir vėl nupila. Tuo būdu iš sorų išeina kartumas, kurs tūlam nepatinka. Užkaičia prikaistuvyje 4 stiklines pieno ir kai užverda, suverčia soras, įberia žiupsnelį druskos ir virina palengva. Kai soros minkštai suverda, įmaišo 2 trynius, sumaišytus su 2 šaukštais sutirpdyto sviesto, ir pastato į orkaitę. Kai iškepa, išverčia į dubenį ir duoda su žalumynais.

Miežinė košė

200 gr miežinių kruopų nuplovę užpila prikaistuvyje 3 stiklinėmis vandens, įdeda šaukštelį druskos ir verda. Į beveik suvirusias kruopas įpila karšto pieno, įdeda 50 gr sviesto, įmaišo ir stato į orkaitę. Kai košė parusvėja – duoda valgyti.

Perlinė košė

Perlines kruopas vakare pamerkia, ryte vandenį

nupila ir užpylę nauju verda, kol suminkštėja (apie 2 val.). Tada, nusunkę vandenį, įmaišo į kruopas šaukštą miltų, įmuša 3–4 kiaušinius, prideda druskos ir sumaišę iščiškina keptuvėje su sviestu, pirma vieną šoną, paskui kitą. Duoda su žalumynais.

Ypač tinka raudonieji kopūstai su perline koše.

Grikių košė

Grikių kruopas nusijoję, kad nebūtų dulkių. Kep-tuvėje pačiškina kašnelį sviesto ir užpylę ant jo kruopas parusvina jas visą laiką maišydami. Tada užpila verdančiu vandeniu ir palieka bent 10 minučių. Nugaibo skylėtu samčiu pakilusias juodas kruopeles, nupila vandenį, kruopas perdeda į prikaistuvį, įpila verdančio vandens tiek, kad apsemtų kruopas per 2 pirštu, įdeda druskos, porą šaukštų sviesto ir uždenę įstato prikaistuvį į kitą didesni prikaistuvį su užvirusiu vandeniu. Uždenę ir tą prikaistuvį įstato į orkaitę. Per porą valandų košė sušunta ir kruopos lieka nesulipę.

(A. Ptaško knygos leidinys „Vegetariškoji virtuvė“, Kaunas, Prezidento g-vė 6 Nr. 1936 m.)

Nuomonė

Rytas STASELIS



Momentinis silpnumas ar reikšmingas lūžis?

Ukrainos idilija Vakaruose baigiasi. Paskutinę savaitę JAV žurnale „Time“ pasirodęs didelis straipsnis, kurio pagrindas – žurnalisto pokalbis su prezidentu Volodymiru Zelenskium, taip pat neįvardytais jo aplinkos pareigūnais, bei populiariojo šalies kariuomenės vado Valerijaus Zalužno tekstas britų žurnale „The Economist“ parodė keletą svarbių daugiau nei pusantų metų kariuomenės šalies elito nuotaikų aspektų.

1. Vasarą prasidėjęs ukrainiečių kariuomenės puolimas šalies pietiniuose rajonuose, deja, kol kas nepasiekė net minimalių savo tikslų ir dabar, nepaisant netylančių vietos reikšmės mūšių, yra akliavietėje. Vėlyvą š.m. pavasarį diduma tos šalies politikų ir ekspertų tikino, kad sukauptų rezervų pakaks kariškiams pramušti rusų kariuomenės gynybą ir geriausiu atveju pasiekti Azovo jūros pakrantę (kažkur netoli Berdiansko ar Mariupolio), kuklesniu – užimti nedidelę Tokmako gyvenvietę, kuri yra svarbus logistikos ir komunikacijų mazgas, naudojamas Rusijos kariuomenės.

2. Ukrainos elito atstovai nesutaria iš esmės dėl to, ką daryti. Net vakarietiškos ginkluotės trūkumas jaučiamas toliau (ji niekada nebuvo tiekiama tais kiekiais, kurių pageidavo Ukraina), vis daugiau problemų kyla mobilizuojant vyrus, siekiant papildyti kariuomenę. Vakaruose žadėta karo aviacija Ukrainą gali pasiekti maždaug ties šių ir kitų metų slenksčiu, tačiau ji nesugebės esmingai pakeisti karo eigos, jeigu nepagerės padėtis kitose kariuomenės grandyse.

3. Generolas Zalužnas, be to, viešai abejoja, ar dabartinę padėtį ištaisytų tai, jei Ukraina gautų kelis kartus daugiau vakarietiškos technikos. Problema esą yra gana elementari: net moderniausia Vakarų gamybos sunkioji ginkluotė, savo galimybėmis kone visais atžvilgiais lenkianti sovietiška-rusiška, pasirodo yra veik bejėgė prieš faktiškai priešvaninį ginklą – minas ir gana paprastus bepiločius dronus, kurie gali skraidinti kumuliacinių granatų užtaisus. Karo pradžioje daug apžvalgininkų šaipėsi iš rusų pastangų apsiginti nuo modernių amerikietiško prieštankinių sistemų „Javelin“ – jie virš tankų bokštelių virino „kepsninėmis“ pramintas groteles. Dabar „kepsninėmis“ savo techniką ginkluoja ir ukrainiečiai. Ir net Izraelio kariuomenė virina „kepsnines“ ant modernių tankų „Merkava-4“ bokštų.

Gen. Zalužnas ragina pasiūlyti kokį nors technologinį sprendimą, kuris bent kiek sustabdytų šį visa niokojantį dronų spiečių.

4. Įsibėgėjanti prezidento rinkimų kampanija JAV ir naujas konfliktas Artimuosiuose Rytuose tarp Izraelio ir arabų teroristų grupuočių kelia klausimų, ar nepasikeis svarbiausio Ukrainos ginkluotės ir finansų donoro – JAV – požiūris į Rusijos užpuiltą šalį. Ukrainiečiams lieka tik seilė varvinti matant, kaip Izraeliui vos pradėjus kariauti su „Hamas“ teroristų grupote, JAV į regioną pasiuntė dvi lėktuvnešių grupes ir branduolinių raketų plukdantį povandeninį laivą, kuris išniręs demonstratyviai praplaukė Suceo kanalu, o dėl Ukrainos reikalų dažnai mindžiukuoja vietoje.

5. Pusantrų metų politikos retorikos ir stiliaus madas pasaulyje diktavęs V. Zelenskis daugeliui Vakaruose nusibodo nesugebėdamas imtis konkrečių žingsnių, kad karo reikmės būtų pajungti visi jo vadovaujamos šalies išteklių bei ekonomika. Jo kolegos Vakaruose šiuo metu geidauja ne moralės pamokslų bei iškalbos meno pamokų, o konkrečių darbų savo šalies pergalės brutaliame kare labui. Tai rodo politikų nuovargį nuo karo Ukrainoje ir gresia mažėjanti parama ginklais bei finansais, nuo ko Ukraina yra kritiškai priklausoma.

Sunku šiandien pasakyti, ar tai – tik momentinė abejonė, ar, deja, kritiškas Vakarų požiūris į Ukrainos problemas lūžis. Tačiau kažkas negera vyksta ne tik aukštosios politikos koridoriuose. Socialiniuose tinkluose teko skaityti bent kelis pranešimus, kuriuos skelbė su Ukraina dirbantys savanoriai – materialioji parama Ukrainai Baltijos šalyse, Lenkijoje akivaizdžiai mažėja.

ĮVAIRŪS

PIGIAUSIOS PASKOLOS, REFINANSAVIMAS IR AUTOLIZINGAS. * Paskolos nuo 100 iki 25000 Eur, laikotarpis nuo 2 iki 120 mėnesių. * Pirmą įmoką galima atidėti iki 3 mėn. * Mažos palūkanos. Pvz., pasiskolinkite 100 Eur ir per 3 mėn. gražinkite iki 110 Eur. Teirautis tel. 8 601 50 935, Ričiardas. Ind. pažyma nr. 6121263.

NUOMA

Išnuomojamas Birštone vieno kambario butas privačiame renovuotame name, II a., yra du balkonai, kietas ir vieta automobiliui. Laukiame tvarkingo gyventojų be žalingų įpročių. Tel.: 8 656 14 020, 8 602 14 917.

Delfi TV programa

2023.11.13-2023.11.15

PIRMADIENIS

06:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
07:00 Šiandien kimba (10)
08:00 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga (k)
09:00 Kelionės tikslas – Žemaitija (6)
09:30 Lengvai ir skaniai (6)
10:00 Legendinis žaidimas „Taip ir Ne“. Vedėjas A. Valinskas (10)
11:00 Šiandien kimba (10)
11:55 Kenoloto
12:00 Sveikatos receptas (1)
12:30 Jūs rimtai? (10)
13:00 Kasdienybės herojai
14:00 Pas Editą
14:30 Krepšinio zona

15:00 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga
16:00 Į pasaulio kraštą (31)
16:30 Į pasaulio kraštą (32)
17:00 Orijaus kelionių archyvai
17:55 Kenoloto
18:00 Iš esmės
19:00 Burėmis į arktį (20)
19:30 Skanios kelionės (60)
20:00 Kitokios kelionės (1)
20:30 Pas Editą
21:00 Kasdienybės herojai
22:00 Ūkininko Petro dienoraštis (73)
22:30 Jėga ir Kenoloto
22:35 Skanios kelionės (61)
23:05 Iš esmės (k)
00:10 Delfi diena. Svarbiausių įvykių

apžvalga (k)
01:10 Delfi RU. Naujienos rusų kalba
01:40 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“

ANTRADIENIS

06:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
07:00 Alfо didysis šou (10)
08:00 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga (k)
09:00 Iš esmės (k)
10:00 Į pasaulio kraštą (23)
10:30 Į pasaulio kraštą (24)
11:00 Alfо didysis šou (10)
11:55 Kenoloto
12:00 Kasdienybės herojai
13:00 Orijaus kelionių archyvai
14:00 Skanios kelionės (61)
14:30 Ūkininko Petro dienoraštis (73)
15:00 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga

16:00 Į pasaulio kraštą (33)
16:30 Į pasaulio kraštą (34)
17:00 Orijaus kelionių archyvai
17:55 Kenoloto
18:00 Iš esmės
19:00 Ūkininko Petro dienoraštis (73)
19:30 Skanios kelionės (61)
20:00 Mamų virtuvė (6)
20:30 Lengvai ir skaniai (6)
21:00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu (4)
22:00 Burėmis į arktį (21)
22:30 Jėga ir Kenoloto
22:35 Skanios kelionės (62)
23:05 Iš esmės (k)
00:10 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga (k)
01:10 Delfi RU. Naujienos rusų kalba
01:40 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“

TREČIADIENIS

06:00 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“
07:00 Duok leteną (36)
07:30 Sveikatos receptas (1)
08:00 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga (k)
09:00 Iš esmės (k)
10:00 Į pasaulio kraštą (33)
10:30 Į pasaulio kraštą (34)
11:00 Duok leteną (36)
11:30 Misiija ūkis (10)
11:55 Kenoloto
12:00 Kriminalinė Lietuvos zona su D. Dargiu (4)
13:00 Orijaus kelionių archyvai
14:00 Skanios kelionės (62)
14:30 Burėmis į arktį (21)
15:00 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga
16:00 Į pasaulio kraštą (35)

16:30 Į pasaulio kraštą (36)
17:00 Kasdienybės herojai
17:55 Kenoloto
18:00 Iš esmės
19:00 Burėmis į arktį (21)
19:30 Skanios kelionės (62)
19:55 Eurojackpot
20:00 Delfi interviu
20:30 Ar galiu užėiti? (11)
21:00 Orijaus kelionės (7)
22:00 Ūkininko Petro dienoraštis (74)
22:30 Jėga ir Kenoloto
22:35 Vikinglotto
22:40 Skanios kelionės (63)
23:10 Iš esmės (k)
00:15 Delfi diena. Svarbiausių įvykių apžvalga (k)
01:15 Delfi RU. Naujienos rusų kalba
01:45 TIESIOGIAI UKRAINOS ŽINIOS „UKRAINA 24“

Nuostabi žinia!

Vaikų rudens atostogų metu mūsų talentinga mokinė Agnė Baliūnaitė kartu su mokytoja Dalia Laimute Jegelevičiene dalyvavo XXVII tarptautiniame konkurse-festivalyje „LES ÉTOILES DE PARIS 2023“

Prestižiniame Paryžiaus teatre „Théâtre Déjazet“ vykusiame festivalyje Agnė pelnė II VIETOS LAUREATO DIPLOMĄ, kuris išskilmingai, aidint gausiems apdovanimams, buvo įteiktas „Théâtre Du Blanc-Mesnil“ teatre.

Kupinos džiaugsmo, gavus nepaprastą įvertinimą, Agnė su mokytoja iš arčiau susipažino su svajingu, rudenišku Paryžiumi: pramogavo Asterikso pramogų parke, kartu su gide Violeta aplankė žymiausias lankytinus objektus, žavėjosi stulbinama miesto panorama



iš Monparnaso bokšto, saulei nusileidus, plaukiant Senos upe, mėgavosi didinga architektūra bei kvapą gniaužiančiu Eifelio bokšto švytėjimu tamsioje. Agnė, mes tavimi be galo DIDŽIUOJAMES!



Dėkojame mokytojai Daliai už palydėjimą į muziką, už pamokas, už pagalbą ruošiantis konkursui, už laiką, kurį dovanojate savo mokiniam...

Meno mokykloje švyti talentai!

Birštono meno mokyklos informacija

Vaikų vasaros stovyklų ataskaitinėje konferencijoje pasidalinta gera patirtimi

Spalio 30 d. Nemajūnų dienos centre surengta Birštono savivaldybės vaikų vasaros stovyklų ataskaitinė konferencija, kurioje pristatytos vasaros stovyklų, finansuojamų iš Birštono savivaldybės biudžeto, veiklos ir rezultatai, pasidalinta gera patirtimi.



Šiame vaikų vasaros stovykloms savivaldybė skyrė 13400 eurų ir tai yra didžiausia skirta suma per penkerius metus. Iš biudžeto skirta suma – tai didelė parama stovyklų organizatoriams, kurie skirtų lėšų dėka Birštono krašte gyvenantiems vaikams sudarė sąlygas už simbolinį mokėstį arba visiškai nemokamai vasarą praleisti įdomiai ir prasmingai.

Anot Švietimo, kultūros ir spor-

to skyriaus vyriausiosios specialistės **Vidos Gadliauskienės**, šiemet Švietimo, kultūros ir sporto skyrius sulaukė 6 paraiškų, finansavimą gavo visi pareiškėjai, o vaikai galėjo rinktis sporto, meno, kraštotyros ir edukacines stovyklas.

Nemajūnų dienos centro, Birštono gimnazijos, Meno mokyklos, viešosios bibliotekos ir sporto centro organizuojamose stovyklose kūrybiškumo, komunikavimo, sava-

rankiškumo, komandinio darbo ir kitus igūdžius iš viso lavino per 260 įvairaus amžiaus vaikų. Stovyklų metu vaikai ne tik iš naujo pažino savo kraštą, bet ir Lietuvą, jos istoriją, lankėsi įvairiuose muziejuose, susipažino su įvairių įstaigų veikla.

Ataskaitinėje konferencijoje dalyvavusi Birštono savivaldybės merė **Nijolė Dirginčienė** padėjo visiems stovyklų organizatoriams bei pažadėjo, jog savivaldybė ir toliau stengsis nesumažinti dėmesio vaikų poilsiui vasaros metu. Konferencijos metu N. Dirginčienė organizatorius taip pat skatino neparasti ryšio su stovyklose dalyvavusių vaikų tėvais bei išsiaiškinti jų lūkesčius, o siekiant, kad Birštono vaikai turėtų galimybę sudalyvauti įvairiose stovyklose, Švietimo, kultūros ir sporto skyriui pavedė užduotį kitąmet užtikrinti, kad stovyklos nevyktų tuo pačiu metu.

Rimantė Jančauskaitė



NAUJI BUTAI SU VAIZDU Į NEMUNĄ

BIRUTĖS9.LT
GALIMYBĖ MĖGAUTIS GAMTOS GROŽIU IR PAŽINTI MODERNĖJANČIO MIESTO PRIVALUMUS.

PLOTAS NUO 42.94 IKI 97.12 KV.M
KAINOS NUO 65000 EUR

+37061530033

SOL Baltics yra didžiausias regiono partneris nekilnojamojo turto priežiūros ir valymo paslaugų srityje. Baltijos šalyse turime 2200 darbuotojų.

SIŪLOME DARBĄ VALYMO SRITYJE. LANKSTUS DARBO GRAFIKAS, KURO KOMPENSACIJA, GALIMYBĖ RINKTIS RYTINĮ AR VAKARINĮ DARBO LAIKĄ. MĖNESINIS ATLYGINIMAS NUO 700 EUR IKI 1100 EUR BRUTO. KURO KOMPENSACIJA 45 EUR.

BE ŠVAROS NĖ DIENOS?

SKAMBINKITE +370 682 91737

VISUS DARBO PASIŪLYMUS RASITE - WWW.SOLbaltics.com

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

„Gyvenimas“ –
laikraštis Jums ir
apie Jus!

Parduodame durpių
briketus ir sveriamie jūsu
kieme. Tel. 8 659 85 001.

Atradome ir naujus Vilniaus kampelius

(Atkelta iš 5 p.)

geroje cerkvės akustikoje, vyksta koncertai, stovi Š. Saukos skulptūros, veikia paveikslų galerija. Buvom sužavėti buvusio kalėjimo prižiūrėtojo gido Edvardo / apie sunkų darbą kalbėjimo – atskira kalba/pasakojimu, bet ilgiau kaip dvi valandas pasilikti neturėjom jokio noro.

Pasimelsti susirinkome į Šv. Petro ir Povilo bažnyčią, kurią puošia daugiau kaip 2000 balto stiuko skulptūrų.

Atsiveikinę su nuostabiai gražią auksinę dieną mums padovanojusiu Vilniumi, pasukome į Trakus, kur Kiubėteje prie gardžių Ingridos kibinų su sultiniu, aptarėme tolimesnius darbus bei keliones.

Nijolė Juozaitienė



Prienų rajono medžiotojai Šv. Huberto dieną minėjo Raudonės pilyje



(Atkelta iš 1 p.)

LMŽD Prienų skyrių vienija 11 medžiotojų būrelių/klubų ir per 300 skyriaus narių. Vos tik atnaujinius veiklą, LMŽD Prienų skyriaus iniciatyva medžiotojai buvo pakviesti į paskaitą tema „Elninių žvėrių atranka“, kurią skaitė dr. **Artūras Kišiša**. Taip pat pirmininko, valdybos narių bei Seimo nario **Andriaus Palionio** iniciatyva rugsėjo 9 d. buvo suorganizuota Prienų rajono medžiotojų šventė, kuri vyko Siponių kaime, Siponių dvare. Šventė buvo rekordinė! Šaudymo į skriejančius taikinius rungtyje dalyvavo per 100 dalyvių, vyko gardžiausio patiekalo, gražiausio stendo konkursai. Medžiotojai ir jų artimieji galėjo išmėginti jėgas protmūšyje, taip pat netrūko smagių užsiėmimų ir mūsų mažiesiems, o viską vainikavo loterija, kurioje buvo daug gausių šventės rėmėjų įsteigtų prizų.

O dabar – apie šv. Hubertą

Lapkričio 3-ioji yra Šv. Huberto diena – dar vadinama Medžiotojų diena. Šią dieną nuo seno pradedavo medžioklės sezonas. Senaisiais laikais buvo pagerbiama lietuvių medžioklės deivė Medeina, o įsigalėjus krikščionys, Medžioklės diena suteiktas šventojo Huberto vardas. Lapkričio 5 dieną Raudonės pilyje vyko LMŽD renginys,

skirtas Šv. Huberto dienos paminėjimui.

Renginio metu vyko daug socialinių akcijų, elnių kvieslių čempionatas, buvo skaitomos paskaitos medžioklės tema, kurias galėjo išklausyti ne tik medžiotojai, bet ir jų šeimos nariai, draugai bei visi renginio svečiai. Taip pat Huberto dienos minėjimo metu vyko sriubos virimo čempionatas, kuriame pirmą kartą dalyvavo ir LMŽD Prienų skyriaus medžiotojų virėjų komanda. Komandos kapitonas **Edgaras Veingertneris**, pagrindinis virtuvės šefas ilgametis m/b „Vyšniūnai“ narys **Eimutis Zdanevičius**, šventėje apdovanotas LMŽD Medeinos medaliu, komandos nariai iš m/b „Prienai“ ir m/b „Sakalas“ **Regina** ir **Antanas Jankauskai**, **Darius Koklevičius**, **Osvaldas Stravinskas**, **Tautvydas Gelbūda** ir **Ramūnas Abramavičius**. Prienų skyriaus komanda išvirė 60 litrų medžiotojų sriubos, kuria dosniai vaišino komisijos narius bei visus norinčius paragauti prienietiško šedevro. Respublikiniame sriubos virimo čempionate prienietiškiams sekėsi visai gerai, užimta aukšta 7 vieta tarp dalyvavusių 22 komandų.

Lietuvos medžiotojų ir žvejų draugijos Prienų skyrius sveikina visus medžiotojus su medžioklės varant sezono atidarymu bei linki „*Nei plauko, nei tauko!*“.

Lietuvos medžiotojų ir žvejų draugijos Prienų skyriaus informacija

ĮVAIRŪS

Informuojame, kad 2023-11-22d. 10 val. UAB „Viriga“ atliks žemės sklypų, kadastro Nr. 6953/0002:316 ir 6953/0002:317, esančių Stakliškių kaime, Stakliškių seniūnijoje, Prienų rajone, kadastrinius matavimus. Kviečiame gretimo žemės sklypo, kad. Nr. 6953/0002:263, paveldėtojus dalyvauti kadastriniuose matavimuose.

Informuojame, kad vykdomi žemės sklypo, kad. Nr. 6968/0005:0025 – savininkas A. B., esančio Jaunionių k., Stakliškių sen., Prienų r., kadastriniai matavimai. Kviečiame gretimo žemės sklypo, kad. Nr. 6968/0005:0076, savininkas V. Č. (miręs), paveldėtojus ar jų įgaliotus asmenis 2023 m. lapkričio 22 d. 10.00 val. dalyvauti matavimuose. Matavimus atlieka: UAB „Žemplanas“, matininkė Daiva Jakubauskienė (kval.paž.Nr.2M-M-1143), Pulko g.12A, Alytus, tel. 8 611 29 716, el.p.zemplanas@gmail.com

PASLAUGOS

Pjauname žolę, medžius, krūmus, genėjame gyvatvoves. Genėjame aukštąjovę. Pjauname avarinius medžius prie pastatų. Tvarkome apšaltus sklypus, griauame pastatus. Tel. 8 670 18 048.

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

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

DURYS – PER 3 DIENAS!

„ŽMONIŠKOMIS KAINOMIS“

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

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

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

SIŪLO DARBĄ

IEŠKOME DARBUOTOJŲ ŽENKLINIMO PADALINYJE!

- ETIKEČIŲ KLIJAVIMAS ANT PRODUKTO;
- DIRBAMA SLENKANČIU DARBO GRAFIKU, VIENA DIENINE PAMAINA;
- 08:00-20:00, SEZONO METU DARBO LAIKAS GALI KISTI;
- ATLYGINIMAS NUO 850 iki 1050 EUR. Į RANKAS.

DĖL INFORMACIJOS SKAMBINTI TELEFONU:

+37069934533

ADRESAS:
Technikos g. 13, Ilgakiemis, Kauno raj.

PERKA

Nekilnojamasis turtas

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

Perkame žemės ūkio paskirties žemę, mišką. Tel. 8612 57 651.

Pirksiu sodybą/sodą ramioje vietoje. Gali būti apšalta. Domina įvairūs variantai. Tel. 8 609 82 283.

Ieškau pirkti sodybą Prienų rajone. Tel. 8 607 49 133.

Gyviai, gyvūnai

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

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

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

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

Alytaus Naujienos | **Santaka** | **Suvalkietis**

PASLAUGOS

Gaminame betoną, kalkinį skiedinį, šulinio, kanalizacijos žiedus ir dangčius. Gelžbetoninė produkcija, metalo gaminiai. Suvirinimo ir tekinimo darbai. Vežame žvyrą ir smėlį, krano paslaugas. Tel. 8 687 95 399.

GAMINAME: tvirtas, apšiltintas vidines ir lauko duris namams, ūkiniams pastatams, langų staktas, rėmus ir apvadus, laiptų pakopas, lauko baldus. **Tel. 8 686 71 689.**

Kokybiškai remontuojame butus (glaištome, dažome), klojame laminatą. Atliekame kitus darbus. Tel. 8 606 46 488.

Dezinfekuojame, valome geriamojo vandens šulinius. Atliekame nitratų, nitritų testus. Tel. 8 612 60 250.

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

VAISMEDŽIŲ GENĖJIMAS,
PURŠKIMAS, BALINIMAS.
GYVATVORIŲ KARPYMAS,
AVARIJŲ MEDŽIŲ PJOVIMAS.
Dirbame kokybiškai ir už gerą kainą!
TEL.: 862859232

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.**

Nebrangiai parduodame įvairias skaldytas malkas. Tel. 8 614 97 744.

Įvairios prekės

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

Parduoda bulves – pašarinių ir sėklinių mišinį. **Kaina – 8 centai už kilogramą. Tel. 8 656 72 451.**

Parduodame lietuvišką KIAULIENOS skerdieną puselėmis, kaina NUO 3,65 Euro kg, puselė sveria apie 40-60 kg. Taip pat parduodame medžio briketus, kaina nuo 250 eurų/pal., medžio granules – nuo 280 eurų/pal. ATVEŽAME. Tel. 8 607 12 690.

Parduoda VW GOLF V PLUS (2006 m. gruodžio mėn., 1,9 l, dyzelis, 77 kW, juodos spalvos, TA iki 2025 m. lapkričio mėn., draudimas, Lietuvoje neekspluatuotas, be rūdžių). **Tel. 8 656 10 316.**

PERKA

ĮMONĖ BRANGIAI PERKA karves, bulius, telyčius tvarko išmokas, atsiskaito, išsiveža **8 646 82 142** **8 678 65 644**

UM UTENOS MĖSA
SUPERKAME GALVIJUS
8 620 33544

„Džiaugiamės, kad turime vieni kitus“

Tai, kas išaugina...
Pozityvūs

Projekta remia

SPAUDOS,
RADIJO IR
TELEVIZIJOS
RĖMIMO
FONDAS

Jiezno seniūnijoje tarp Dzindzakės upelio, Šilėngirės ir Vėžiongirės miškų esančio Vėžionių kaimo aktyviai veikianti bendruomenė „Topolis“ šiemet mini veiklos dvidešimtmetį. Apie „Topolio“ veiklas ir jos narių bendrystę pasakoja jau 10 metų bendruomenei vadovaujanti Irma KEREŠIENĖ:

Vėžionių bendruomenė „Topolis“ įsikūrė 2003 m. gruodžio 21 d. Pirmąją bendruomenės pirmininke buvo išrinkta (dabar jau A.A.) Aušra Mineikienė. Bendruomenei buvo suteiktos patalpos buvusiam vaikų darželyje. Pagal plėtrą programą LEDER patalpose buvo padarytas remontas. A. Mineikienė bendruomenei vadovavo 10 metų, 2013 m. bendruomenės pirmininke buvau išrinkta aš.

Labai džiaugiamės, kad dauguma bendruomenės narių jos veikloje dalyvauja nuo pat įsteigimo. Nors bendruomenė galbūt ir nėra pati aktyviausia, tačiau, kai reikia, visada suremia pečius ir eina į priekį. Bendruomenės veikla įvairi: vedamos edukacijos vaikams ir suaugusiems, vyksta renginiai, organizuojamos ekskursijos, šventės, mokymai, talkos ir kiti renginiai.

Džiaugiamės, jog per 20 gyvavimo metų įgijome daug bičiulių ir partnerių. Bendruomenė glaudžiai bendradarbiauja su Prienų rajono Just. Marcinkevičiaus biblioteka ir jos Vėžionių skyriumi. Bibliotekiniškė Dalia Navickienė yra aktyvi bendruomenės narė ir kaimo žmonių pagalbininkė (padeda žmonėms susimokėti mokesčius, pagelbsti deklaruojant pajamas ar kitais Informacinių technologijų klausimais). Taip pat bendraujame su Jiezno centro bendruomene, Kašonių bendruomene ir biblioteka,

Jiezno biblioteka, Jiezno kultūros centru ir kitomis Jiezno krašto bendruomenėmis, taip pat ir su Birštono savivaldybės bendruomenėmis. Tai: Nemajūnų bendruomenės santalka, Siponių ir Matiešionių kaimo bendruomenės. Rengiamės bendrus renginius, rašome ir įgyvendiname bendrus projektus, organizuojame talkas ir kitas bendras veiklas.

Per 20 metų bendruomenė patyrė ir įvairių džiaugsmų, ir turėjo įvairių rūpesčių. Džiaugiamės, jog bendruomenės narių atkaklumo dėka pavyko įkalbėti Prienų rajono savivaldybės valdininkus, kad Vėžionių kaime įvestų naują vandentiekį. Įvairių projektų ir rėmėjų pagalba bendruomenės namuose įrengtas šildymas, įvestas vandentiekis. Esame dėkingi, kad daug prie bendruomenės įvairių veiklų ir finansiškai, ir savo žmogiškaisiais ištekliais yra prisidėję Prienų rajono tarybos narys, verslininkas Arūnas Vaidogas. Jis taip pat yra ir mūsų bendruomenės narys. Bendruomenę taip pat yra parėmęs ir daug bendruomenei pagelbėjęs LR Seimo narys Andrius Palionis. Stengiamės ir patys, rašome projektus, kurie finansuojami iš Nevyriausybinių organizacijų projektų, Prienų rajono savivaldybės biudžeto lėšų. Taip įsigijome stalus, kėdes, veļapjovę. Bendruomenėje taip pat turime subūrę stiprią komandą,



kuri prireikus gelbsti įvairiausiose bendruomenės veiklose. Joje: Rimantas Diliūnas, Aldona Mikailienė, Vytautas ir Birutė Bartkai, Marijona Raižienė, Danutė Sinkevičienė, Rimas ir Nijolė Mineikai, Dalia ir Gintas Navickai, Nijolė Daukševičienė, Darius ir Daiva Deltuvai, Alydas Navickas, Danutė Acuvienė, Laima Raulinavičienė, Rita Jaruševičiūtė. Pagal galimybes prie įvairių veiklų prisideda ir kiti bendruomenės nariai.

Šiais metais bendruomenė tu-



rėjo labai gražią viziją – surengti didelę Vėžionių bendruomenės „Topolis“ 20-mečio paminėjimo šventę. Šventės iniciatorius ir jos mecenatas buvo Arūnas Vaidogas, kuris prisidėjo ir finansiškai, ir organizuojant šventę. Arūnas surado daug rėmėjų (Prisidėjo finansiškai: Julius ir Rita Druseikiai, MB „Eiroda“, ŽŪB „Nemunas“, UAB „Igeda“, LR Seimo narys Andrius Palionis, Rimas ir Nijolė Mineikai, Karolis ir Renata Vaidogai, Raimundas Pocius). Tarp rėmėjų – ir Rūta Paltanavičienė, Marijona Kereiša, UAB „Sušinė“ ir Prienų Justino Marcinkevičiaus biblioteka.

Buvo suplanuotas gražus koncertas, kuriame turėjo dalyvauti liaudiškos muzikos kapela „Punelė“, atlikėjai Aušra ir Šarūnas, taip pat grupė „16 Hz“, tačiau labai gaila, kad būtent tą dieną, kurią buvo suplanuota šventė (2023 m. spalio 7 d.), buvo labai blogas, vėjuotas oras, dėl kurio grupėms beveik bu-

vo neįmanoma koncertuoti. Kadangi šventė buvo suplanuota lauke, nes bendruomenės patalpos nėra tokios erdvi, kad sutalpintų visus atvykusius ir svečius, grupės „16 Hz“ koncertą teko atšaukti. Dėl to nusivylėme ir mes, ir atvykę svečiai. Tačiau šventė įvyko, nors ir blogu oru koncertavo liaudiškos muzikos kapela „Punelė“ ir atlikėjai Aušra su Šarūnu. Už tai mes esame Jiems labai dėkingi. Šventės dalyviams kopūstų sriuba šildė Rūta Paltanavičienė. Nors grupės „16 Hz“ koncertas neįvyko, bet jis tikrai Vėžionyse įvyks. Rėmėjų pinigėliai tikrai yra ir koncertą ruošiamės surengti 2024-ųjų birželį, per Jonines. Padarysime gražią šventę vėžioniškiams ir svečiams.

Šiuo metu bendruomenė vienišai apie 50 narių. Gyvename įvairiais džiaugsmiais ir rūpesčiais. Džiaugiamės, kad bendruomenė yra Vėžionių kaimo kultūrinis židinys, kad turime vieni kitus ir bendras veiklas.



Gyvenimas

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

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

Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė

Internetu skaitykite: www.gyvenimas.info, www.facebook.com/lai kraštisGyvenimas

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

SPAUDOS,
RADIJO IR
TELEVIZIJOS
RĖMIMO
FONDAS



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

Laikraštis išeina trečiadieniais ir šeštadieniais.
Ofsetinė spauda. Apimtis – 3 spaudos lankai.
Indeksas 67283. Tiražas: trečiadieniais – 1350 egz., šeštadieniais – 1750 egz.
Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.

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



ALYTAUS
SPAUSTUVĖ