

# Gyvenimas

ISSN 1648-0392



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

Nr. 60 (10702) \* 2024 m. rugpjūčio 21 d., trečiadienis

Kaina – 0,97 Eur

## Laba diena

Šiandien – Mėnulio pilnatis. Saulė teka 6 val. 03 min.,  
leisis 20 val. 41 min. Dienos ilgumas 14 val. 38 min.

Vardadieniai: šiandien – Gaudvaišas, Gaudvyda, Gaudvydas, Medaina, Medainė, Medenis, Symantas, Symantė, Syvainas, Syvainė, rytoj – Karijotas, Kariotas, Siga, Sigis, Sigita, Sigitas, Sigius, Sigutis, Zigfrida, Zigfridas, Zygrida, penktadienį – Girė, Giriotas, Giriotė, Girius, Girkanta, Girkantas, Girma, Girmantas, Girmantė, Pilypa, Pilypas, Taučius, Tautgailas, Tautgailė, Tautys.

Rugpjūčio 23 – Juodojo kaspino diena. Tarptautinė vergų kelio ir vergovės panaikinimo diena. Baltijos kelio diena. Europos diena stalinizmo aukoms atminti.

Aplinkosaugininkai pataria, kaip tinkamai tvarkyti po audros nuvirtusius medžius privačiame sklype 2 p.

Viskas niekada nebūna prarasta 3 p.

Dar vienas sugriautas 4-6 p. stereotipas: teisininko darbas valstybiniame sektoriuje – prasmingas ir dinamiškas

Antanina Garmutė: išradėja, rašytoja 5 p. ir tremties liudytoja

Lietuvių kalbos puoselėtojas – prof. Jonas Palionis 5-6 p.

„Yra žmonių, kurie 7 p. atiduoda su džiaugsmu...“

## Rugpjūčio 23-ioji

Europos diena stalinizmo ir nacizmo aukoms atminti ir  
Baltijos kelio 35-metis

## BALTIJOS KELIAS – KOVŲ UŽ LAISVĘ SIMBOLIS

11.00 val. Gėlių padėjimas Prienų Laisvės aikštėje

18.00 val. Šv. Mišios Prienų Kristaus Apsireiškimo bažnyčioje

18.45 val. (po šv. Mišių) Kauno saksofonų kvarteto koncertas

Organizatorius: Prienų Kristaus Apsireiškimo bažnyčia  
Informaciniai rėmėjai: Gyvenimas, Audra, KENNEL

## Sklandytojų startai

## Vėl skraidė vaikai

Pociūnuose, pasibaigus Tarptautiniam senovinių sklandytuvų sąskrydžiui aerodrome, suklego vaikai. Rugpjūčio 12 d. šią vasarą jau trečią kartą prasidėjo Kauno apskrities aviacijos sklandymo klubo (KAASK) organizuojami penkių dienų „Jaunųjų sklandytojų pirmųjų skraidymo įgūdžių teoriniai ir praktiniai užsiėmimai.“



Juose panoro dalyvauti dvylika vaikų iš Kauno, Trakų ir Gargždų. Pirmą dieną buvo vėjuota, tad jaunieji pilotai po trumpos teorinės pamokėlės sėdo į treniruoklį su sklandytuvu LAK-16 ir mokėsi balansuoti vairais. Kitą dieną, vėjui

aprimus, tuo pačiu sklandytuvu išvilktuvo pagalba riedėjo žeme, stengėsi išlaikyti kryptį, vėliau ir „pašiuoliuoti“, neaukštai pakilti.

Orai pasitaikė puikūs. Instruktorius Arvydas Vaicekuskas sakė, kad pavyko padaryti per 400

startų. Skraidymo įgūdžių vakarais mokėsi ir prie kompiuterinio treniruoklio-simulatoriaus. Per penkias dienas vaikai ne tik susidraugavo, daug išmoko, bet ir sutvirtėjo, tapo savarankiškesni.

## Pociūnuose – Baltijos taurės varžybos

Šeštadienį, suplevėsavus Lietuvos, Latvijos ir Estijos tautinėms vėliavoms, prasidėjo Kauno apskrities aviacijos sklandymo klubo organizuojamos Baltijos taurės varžybos.

Sportinės ir retro sklandytuvų klasėse kovoja penkiolika pilotų: po vieną – iš Estijos ir Latvijos, kiti – iš įvairių Lietuvos klubų. Jau pirmą varžybų dieną pilotai išskrido į maršrutą. Tarp sportinės

(Nukelta į 8 p.)



## Prienų globos namų bendruomenė šventė Žolinę

Laikas nenumaldomai suka gamtos ratą, ir vasara jau skaičiuoja savo paskutinį mėnesį. Rodos, dar visai neseniai kartu su Globos namų gyventojais ieškojome paparčio žiedo, šventėme Onines, o štai rugpjūtį į mūsų duris pasibeldė dar viena vasaros šventė – Žolinė – Švenčiausios Mergelės Marijos ėmimo į dangų diena.

(Nukelta į 2 p.)



„Gyvenimas“  
– laikraštis Jums  
ir apie Jus!

## 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

Rugpjūčio 23 d. penktadienis

Baltijos kelio  
35-mečio  
renginiai  
Birštone



BIRŠTONO  
ŠV. ANTANO  
PADUVIEČIO  
BAŽNYČIOJE

18.00 val.

Koncertas „Laisvės keliu“

Dalyvauja:

Sandra Lebrikaitė (sopranas)  
ir Justas Čeponis (fortepijonas)

20.00 val.

Šv. Mišios

Rugpjūčio 15–31 d. vyks literatūros paroda  
„Baltijos kelio atmintis knygoje“,  
skirta Baltijos kelio 35-mečiui paminėti.  
Birštono viešojoje bibliotekoje.



## Nuomonė

## Komentaras į Žemės ūkio tarybos informaciją, išspausdintą „Gyvenimo“ laikraštyje, „Nenustums žemės ūkio į podukros vietą“

Prienu ūkininkų sąjunga iš dalies pritaria Žemės ūkio tarybos nuomonei dėl žemės ūkio ateities, tačiau atkreipia dėmesį į tai, kad kreipimėsi visai nekalbama apie ūkininkus. Visa kalba nukreipta bendrine forma ir tai, kas naudinga tik stambiesiems.

Visa tai įrodo, kad ŽŪT ir toliau siekia savo užsibrėžtų tikslų. Keisčiausia, kad Lietuvos ūkininkų sąjungos pirmininkas R. Juknevičius, atstovaujantis Lietuvos ūkininkams, neįžvelgia klastos, kuria siekiama nušluoti nuo žemės paviršiaus smulkius ir vidutinius ūkius, Manome, kad jis galimai akiai vykdo Jono Vilionio „varomą politiką“. Jau dabar akivaizdu, kad Prienu rajone beveik neliko smulkių ir vidutinių pieno ūkių, keisčiausia ir tai, kad ŽŪT net nereaguoja į naujai paskirto žemės ūkio ministro išsakytus prioritetus, kad didžiausias dėmesys bus skiriamas šeimos ūkiams. Mes sveikiname tokią ministro nuomonę ir apgailestaujame, kad ŽŪT to nepalaiko. P. J. Vilionis kalba apie ūkininkų supriešinimą. Susipriešinimas prasidėjo nuo tada, kai po nakties atsirado Žemės ūkio Taryba. Vietoje to, kad būtų buvę ieškoma dialogo su visa žemės ūkio bendruomene, Žemės ūkio rūmais, ambicijos neleido susitarti ir taip suskaldė žemdirbius. Suprantame, kad Žemės ūkio rūmuose daug taisytinų dalykų, bet reikia kalbėtis, tartis, tam pakviesti visos Lietuvos žemdirbius. Skaudžiausia, kad tam pasidavė ir Lietuvos ūkininkų sąjungos pirmininkas R. Juknevičius. Manome, kad p. R. Juknevičius turėtų nepamiršti, kad jo vienintelė misija – atstovauti Lietuvos ūkininkams, bet ne bendrovėms. Dar keistesni dalykai vyko p. J. Vilionio tėvonijoje, kur jis gyvena ir ūkininkauja. Čia J. Vilionis pirmiausia kirto ūkininkams. Jis, eilę kadencijų būdamas Prienu rajono savivaldybės tarybos nariu, rūpinosi tik savo interesais. Vienos kadencijos laikotarpiu sugebėjo pasiekti, kad būtų išasfaltuotas kelias pro jo namus, dabar rūpinasi su parama susitvarkyti savo laukuose melioracijos įrenginius. Galutinį smūgį prieniškiams žemdirbiams sudavė jo pritarimas, kad 2023 m. nebūtų sumažintas žemės mokestis. Sunku rasti pateisinimą p. J. Vilionio veiksams, kaip jis, būdamas Prienu ūkininkų sąjungos nariu ir Tarybos nariu, ne tik kad nepalaikė ūkininkų siūlymų dėl žemės mokesčio sumažinimo, bet prieš tai nuteikė ir visus narius iš jo Valsviečių partijos. Ne veltui sukilo ūkininkai, organizavo piketą su traktoriais prie rajono savivaldybės ir pagaliau p. J. Vilionį pašalino iš Prienu rajono ūkininkų sąjungos narių. Tiesa, reikia priminti, kad p. J. Vilionis pašalinimo klausimą apskundė teismui, o tai rodo, kaip jam tai skausminga.

Norisi priminti, ką kalbėjome ir rašėme jau daug kartų, kad dėl p. J. Vilionio dviprasmiškos politikos pieno sektoriuje Prienu rajone teliko vos keli pieno ūkiai, o likusieji vos išgyvena.

Prienu ūkininkų sąjunga dės visas pastangas, kad p. J. Vilionio sumanyta ir įsteigta ŽŪT sąžiningai atstovautų visai žemės ūkio bendruomenei, o ne tik stambiesiems ūkininkams ir bendrovėms.

Dedame viltis, kad Lietuvos ūkininkų sąjungos Pirmininkas R. Juknevičius neis „obuoliauti“ su stambųjį verslą palaikančiaisiais, bet vykdys savo rinkiminius įsipareigojimus.

Stebime ir laukiame permainų ŽŪ taryboje, nes pagal jos įstatus baigėsi kadencija dabartiniam pirmininkui Ignui Hofmanui.

Prienu ūkininkų sąjunga kviečia Lietuvos ūkininkų sąjungos Pirmininką R. Juknevičių diskusijai, kaip jis įsivaizduoja Lietuvos ūkininkų ateitį.

## Naudingi patarimai

## Aplinkosaugininkai pataria, kaip tinkamai tvarkyti po audros nuvirtusius medžius privačiame sklype

Stiprios audros palieka savo padarinius – išvirtusius, nulūžusius, apdegusius medžius ar nulūžusias jų šakas. Aplinkos apsaugos departamentas pataria, kaip gyventojams reikėtų tinkamai tvarkyti po audros pažeistus medžius privačiuose sklypuose. Norint pranešti apie pavojų keliančius nuvirtusius medžius, reikia kreiptis skubiosios pagalbos tarnybų telefonu 112.

**Kada nereikia leidimo ar sprendimo kirsti ar intensyviai genėti saugotiną želdinį dėl audros?**

Vyriausybės patvirtintuose kriterijuose nustatyta, kad medžiai ir krūmai nepriskiriami saugotiniams, jei jie yra nudžiūvę, stichinių nelaimių, ekstremalių įvykių, gaisrų ar avarijų metu išversti, nulaužti, apdegti, sužaloti be žmogaus įsikišimo.

Jei audros paveiktas želdinys kelia pavojų gyventojams, jų turtui, statiniams ar eismo saugumui, ir jį pašalinti iš augimo vietos ar intensyviai genėti (pašalinti daugiau nei 30 proc. lajos tūrio) reikia nedelsiant, tai galima padaryti be leidimo ar sprendimo.

Tokiu atveju darbus atlikę asmenys per 3 darbo dienas privalo raštu informuoti savivaldybės administraciją, nurodydami saugotino želdinio vietą (adresą ar koordinates) ir pateikti 3 nuotraukas, kuriose būtų užfiksuotas vaizdas prieš atliekant darbus ir iš skirtingų pusių užfiksuotas nukirstas, kitaip pašalintas iš augimo vietos ar intensyviai nugėntas saugotinas želdinys.

**Kada reikalingas leidimas kirsti saugotiną želdinį po audros?**

Kitais atvejais, pvz., jei saugotinas medis po audros nepavojingai pasiviro (iki 45 laipsnių ribos), nekelia pavojaus gyventojams, jų turtui, statiniams ir eismo saugumui, kuriuos reiktų pašalinti nedelsiant, tačiau vis dar gyven-

toji kelia susirūpinimą, norint gauti leidimą želdinio kirtimui ar intensyviai genėjimui, reikėtų kreiptis į atitinkamos savivaldybės administraciją.

Pasitikrinti, ar želdinys yra saugotinas, galima pagal nustatytus Vyriausybės patvirtintus kriterijus. Dėmesį reikia atkreipti į tai, kokia medžio rūšis, skersmuo, identifikuoti žemės, kurioje auga medis, paskirtį.

Be to, Želdynų įstatyme numatyta, kad savivaldybė gali priimti sprendimą paskelbti saugotinai ir kitokius želdinius, neatitinkančius Vyriausybės patvirtintų kriterijų, tokiais atvejais reikėtų pasikonsultuoti su savivaldybės specialistais.

**Jei medis įvirto į gyventojų privatų sklypą iš šalimais esančio privataus sklypo arba iš viešosios teritorijos, kaip reikėtų elgtis?**

Jei želdinys užvirto iš kaimyninio sklypo aplinkosaugininkai pataria apie įvykį pranešti skubiosios pagalbos tarnybų telefonu 112, kad informacija būtų perduota tarnyboms, atsakingoms už stichinių nelaimių likvidavimą (pvz., priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamentui) ir jei yra galimybė – želdinių savininkui ar valdytojui. Jei želdinys įvirto iš viešosios teritorijos, reikėtų pranešti – vietos savivaldybės administracijai.

Atkreipiame dėmesį, kad norint pašalinti iš augimo vietos ar intensyviai genėti nesaugotinus stichinių reiškinų pažeistus žel-

dinius valstybei priklausančioje žemėje, privatiems ar juridiniams asmenims, galima tik gavus želdinių savininko leidimą. Visas aplinkybes, susijusias su įvykiu, svarbu prieš imantis bet kokių veiksmų, užfiksuoti nuotraukomis ir (ar) vaizdo medžiaga.

**Ar galima gyventojams pasiimti po audros nuvirtusio medžio medieną?**

Po audros nuvirtusių želdinių medieną sklypo savininkas gali pasiimti. Želdiniui užvirtus iš kaimyninio sklypo dėl medienos paėmimo reikėtų tartis su sklypo savininku, jei iš viešosios teritorijos medieną galima paimti tik su savivaldybės sutikimu.

**Nugėntų ar nulūžusių šakų tvarkymas**

Po audros nulūžusias ar nugėntas medžių šakas galima tvarkyti įvairiais būdais:

- Kompostuoti, laikantis rekomendacijų.

- Išvežti į žaliosioms atliekoms skirtus kontenerius, į kuriuos galima mesti smulkias medžių ar krūmų šakas, medžio žievę, pjuvenas, drožles, skiedras.

- Išvežti į žaliųjų atliekų pridavimui skirtas aikštes, įrengtas kiekvienoje apskrityje. Tokių aikštelių šiuo metu Lietuvoje yra 53. Aikštelių sąrašą ir adresus galite rasti [čia](#). Aikštelėse priimama smulkios medžių, krūmų genėjimo šakos, medžio žievė, pjuvenos, drožlės ir skiedros.

Nusprendus deginti šakas svarbu tai daryti vadovaujantis **specialiais reikalavimais**, kuriuose aprašyta šių atliekų deginimo tvarka lauko sąlygomis ir draudimai.

**Aplinkos apsaugos departamento informacija**

## Prienu globos namų bendruomenė šventė Žolinę

(Atkelta iš 1 p.)

Nuostabi vasaros brandos šventė, pilna gėrybių, grožybių, dosnumo ir širdies gerumo. Tas žolynų puošnumas, margaspalvių gėlių žydėjimas vis dar džiugina akį ir kvepia medumi, kad net širdis apšala. Sunokę alyviniai obuoliai tarsi patys ritasi į delną, o kvapnios avietės bemat pripildo sauja. Kvepia ant ajerų kepama duona ir obuolinis pyragas. Vasaros derliaus gėrybėmis nukrauti stalai kviečia gimines ir bičiulius susitikti, pasibūti, pasibendrauti ir pasivaišinti.

Globos namų bendruomenė nuoširdžiai ruošėsi Žolinės šven-

tei. Rinko lauko žolynus, susinesė gražiausius gėlių darželio žiedus, organizavo ir dalyvavo Žolinių puokščių rišimo edukacijoje. Gyventojai: **Jonas, Janina, Stanislava, Vladislava, Genė, Birutė, Juozapa, Sabina** kūrė gėlių kompozicijas iš savo išaugintų ir surinktų augalų, **Albertas, Palmyra, Onutė ir Živilė** – dainuodami liaudies dainas palaikė kūrybinę dvasią. Netrukus sušvito Žolinių puokštelės gyventojų rankose, viena už kitą gražesnės, sudarytos iš javų varpų, gražiausių darželio ir lauko gėlių. Žolinių puokščių rišimo edukacijos metu gyventojų sukurto ypatingos ir kerinčios kom-



pozicijos tapo pagrindiniu Žolinės šventės puošybos akcentu.

Šventė vyko žolynais išdabintoje Globos namų erdvėje po liepomis. Susirinkusiuosius pasveikino Prienu globos namų personalo specialistė **Vita Matulytė**, Sociali-

nio darbo skyriaus vadovė **Angelė Gavelienė**. Gyventoja **Živilė** paskaitė savos kūrybos eilėraštį „Žolinė“, Globos namų ansamblis padainavo dainą „Kaipgi gražus gražus rūtelių darželis“ (žodžiai A. Vienažindžio).

Prienu kultūros ir laisvalaikio centro folkloro ansamblis „Gija“, vadovaujamas **Dalės Zagurskienės**, atliko šventinę muzikinę programą. Liejosi liaudiškos dainos ir pasakojimai apie Prienu kraštą, šio krašto žmones, upelius ir žolynus. Sukosi poros ir rateliai. Visi kartu dainavo, prausėsi Prienu Revuonos šaltinio vandeniu, vaišinosi duonos gira, obuolių pyragu ir alyviniais obuoliais. Šventės dalyviai

patyrė didžią širdžių gerumo bendrystę, jaukų pabuvimą kartu. Po pietų gyventojai skubėjo į Globos namų kopytėlę, kur vyko Šventos Žolinės Mišios. Čia buvo pašventintos gyventojų atsineštos žolynų puokštelės, kurios papuošė jų asmeninius kambarius ir saugos nuo negandų ligi kitų metų Žolinės.

Šventė paliko daug teigiamų emocijų, įsimintinų akimirų. Buvo puiki proga pabūti nuostabios gamtos apsuptyje, pasidžiaugti jos grožiu, geru oru, didelės šeimos bendryste bei širdžių gerumu.

**Socialiniai darbuotojai:**  
**Jūratė Kuzmickienė,**  
**Irena Laukaitytė,**  
**Gintas Mikalauskas**



# Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

## Viskas niekada nebūna prarasta

Ar kada pastebėjote, kad būdami prastos psichologinės būsenos neretai jaučiate fizinius kūno skausmus ir simptomus? Taip yra dėl to, nes emocinę ir fizinę sveikatą sieja tiesioginis ryšys – smegenys perduoda signalus į kūną, todėl prasta psichologinė būklė turi didžiulę įtaką žmogaus fizinei sveikatai.

Apie tai, kodėl dažniausiai pasitaikantys liekamieji onkologinių ligų reiškiniai yra psichoemociniai ir kodėl svarbus holistinis požiūris, kalbamės su gydytoja onkologe-chemoterapeute doc. dr. Sigita Liutkauskiene ir psichiatru Leonu Kačinsku. Jų teigimu, stabili emocinė būklė gali pakeisti ligos eigą.

### Neužiimkite savidiagnostika

Bet kuris pacientas, lyginant su kitu asmeniu, turinčiu identišką diagnozę, serga skirtingai. Kiekvienam iš jų būdinga individuali ligos eiga, skirtingi pašaliniai gydymo reiškiniai, kurie priklauso nuo gydymo rūšies ir paciento individualių savybių.

„Bendras silpnumas, greitas nuovargis, energijos trūkumas, nepaaiškinamas išsekimas, prakaitavimas ir svorio kitimas yra signalai apie organizme vykstančius pavojingus procesus. Tai yra visiems lėtiniais susirgimams būdingi fiziniai simptomai, bet remiantis vien jais nustatyti ligos neįmanoma.

Tai noriu pabrėžti būtent dėl to, kad atsiradus bet kokiam simptomui žmonės priežasties ieško internete ir remiasi ten rasta informacija, užsiima savidiagnostika be išsamių tyrimų. Tiksliai simptomų atsiradimo priežastis nustatyti būtina pirmiausia šeimos gydytojo, o vėliau galbūt ir kito specialisto konsultacija“, – kalbėjo gydytoja onkologė-chemoterapeutė S. Liutkauskiene.

### Slepia turimą diagnozę

Nuo kasdienybės jaučiamas įtampos gali pakilti kraujospūdis, suprastėti miego kokybė ar net atsirasti nemiga. Pasitaiko atvejų, kai dėl jaučiamo streso sutrinka žarnyno veikla.

Psichiatras L. Kačinskas yra įsitikinęs: psichologiškai stiprūs žmonės gali lengviau žengti ligos

keliu. Dėl šios priežasties psichologinės sveikatos nustatymai antrą planą nevertėtų.

Gydytojo nuomone, žmogus, kuris geba laikytis tinkamu fizinės ir emocinės sveikatos balansu grįstos dienos tvarkės, šių problemų dažniausiai neturi. Nesant šitos tvarkos, nebus ir teisingos kūno reakcijos į aplinką.

Pasak psichiatro, tai yra gebėjimas tvarkytis su savimi, tokiu atveju savos emocijos padeda išlikti sveikesniam.

„Būna, kad išsityrę žmonės sužino, kad serga. Kartais jie to nesako savo namiškiams, nes nenori jų išgąsdinti ir nuliūdinti. Taip žmonės siekia kaip įmanoma labiau nutolinti fakto pripažinimą pačiam sau.

Diagnozės žinojimas reiškia, kad pavyko rasti bėdą ir pritaikyti efektyviausius jos sprendimo būdus“, – kreiptis pagalbos ragino L. Kačinskas.

Jis dalijosi ne tik profesinėmis žiniomis, bet ir asmenine patirtimi, įrodančia, kokia svarbi yra psichologinė sveikata. Prieš daugiau nei šešerius metus L. Kačinskui buvo diagnozuota onkologinė liga ir paskirtas atitinkamas gydymo metodas. Žinojimas, kad jo sveikatos problemos yra rastos ir sprendžiamos profesionalų, psichiatru suteikia pasitikėjimo savimi ir savo jėgomis.

### Svarbus teisingas požiūris

Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, vėžys yra antra didžiausia mirties prie-



L. Kačinsko teigimu, pacientai neretai slepia savo diagnozę nuo namiškių, nes bijo diagnozę pripažinti patys sau.

žastis visame pasaulyje. 2022-aisiais pasaulyje buvo nustatyta apytiksliai 20 mln. naujų vėžio atvejų, mirė 9,7 mln. žmonių.

Nepaisant to, L. Kačinskas pastebi visuomenėje vyraujantį įsitikinimą, kad onkologinės ligos yra išskirtinės. Anot specialisto, apie onkologines ligas suformuota stigma yra neteisinga.

„Sloga taip pat gali būti mirtina liga. Išsivystęs sinusitas gali komplikuotis į sepsį ir žmogus gali mirti. Svarbu, koks yra asmens požiūris į gyvenimą“, – dėstė pašnekovas.

Psichiatras tikino: būtina formuoti žmogaus gebėjimą suvokti situaciją teisingai.

„Neretai užuot džiaugęsis, kad pavyko paskirti gydymą, žmogus išsigąsta dėl rytojaus ir įsitikina, kad jam liko gyventi labai mažai laiko“, – sakė psichiatras.

Dėl šios priežasties dažniausiai pasitaikantys liekamieji onkologinių ligų reiškiniai ir yra psichoemociniai. Tai gali būti nerimas dėl savo ateities, kuris pasireiškia pakartotinio susirgimo baime, ir nerimas dėl vaikų bei kitų artimųjų ateities. Visa tai gali sukelti rimtesnių psichosomatinių būklės sutrikimų, pavyzdžiui, nemigą, depresiją, panikos atakas ar kt.



Anot S. Liutkauskiene, neįmanoma nustatyti onkologinės ligos pagal fizinius simptomus, todėl savidiagnostika yra netoleruotina ir žalinga.

Nuotr. iš asmeninių archyvų

### Fizinis simptomas nėra ligos diagnozė

Didžiausias fizinės ir emocinės sveikatos, jėgų nuokrytis jaučiamas organizme išplitus piktybiniam navikui. Tačiau S. Liutkauskiene užtikrina – nėra nė vieno fizinio simptomo, kuriuo remiantis būtų galima tiksliai diagnozuoti piktybinį onkologinį susirgimą be išsamų tyrimų.

„Psichoemocinis atsistatymas ir fizinė ligos rehabilitacija bus neefektyvi, jeigu pats pacientas nenorės pasveikti. Praktikoje pasitaiko nematomų ar nežinomų fizinės ir psichinės sveikatos dirgiklių, kurie neleidžia pacientui iki galo atsitiesti po persirgusios ligos“, – akcentavo S. Liutkauskiene.

Po onkologinės ligos gydymo proceso būdingas greitas nuovargis, koncentracijos stoka, atminties sutrikimai, dantų būklės pablogėjimas, galūnių tirpimas ar kiti vėlyveji gydymo pašaliniai reiškiniai.

Pasak onkologės, pasveikio nuo onkologinės ligos paciento fizinis aktyvumas neturėtų skirtis nuo nesirgusio asmens, nebent yra pažeistos tam tikros organizmo sistemos. Atsižvelgdamas į gyvybinius parametrus, fizinio pasirengimo specialistas turėtų parinkti tinkamus pratimus.

„Onkologiniams pacientams būtinas intensyvus atsistatymas,

KURKIME  
sveikatai palankius  
ĮPROČIUS!

pasitelkiant fizinę krūvį, kineziterapijos ar masažo procedūras. Bendrinis fizinis atsistatymas yra neįmanomas be psichoemocinio atsistatymo“, – psichologinės sveikatos svarbą akcentavo chemoterapeutė.

### Pamirštame gyventi šia diena

Anot psichiatro L. Kačinsko, stabili psichologinė būklė gali pakeisti ligos eigą ir tai nepriklauso nuo asmens amžiaus. Svarbiausia, kad žmogus turėtų suvokimą apie jam reikalingą kompleksinę pagalbą ir holistinį požiūrį.

„Žmogaus valioje yra mėgautis šia diena. Džiaugtis pamačius šviečiančią saulę, mėgautis pokalbiais su artimais ir nepažįstamais žmonėmis, skaniu maistu ir kokybišku poilsiu. Mes nepamirškime džiaugtis smulkmenomis ir staiga viena smulkmena apverčia mūsų gyvenimą aukštesnį kojomis. Neleiskite tam įvykti“, – sakė jau trisdešimt aštuonerių metų patirtį turintis psichiatras.

Jo nuomone, žmonės gyvena turėdami neįtikėtiną lūkesčių nugyventi 100 metų ir pamiršta gyventi šia diena, tarsi rytojus neegzistuoję.

„Dažniausiai fizinės sveikatos sutrikimai būna laikini. Būtina išlikti aktyviems, užsiimti sau malonia veikla ir mėgautis gyvenimu, nes jis tęsiasi“, – pridūrė S. Liutkauskiene.

Sergantys onkologinėmis ligomis kviečiami kreiptis į Pagalbos onkologiniams ligoniams asociaciją (POLA), o jaučiant nerimą keliančius simptomus – konsultuotis su šeimos gydytoju.

Užs. Nr. 51

Projektas „Kurkime sveikatai palankius įpročius!“ finansuojamas Visuomenės sveikatos stiprinimo fondo lėšomis, kurį administruoja Sveikatos apsaugos ministerija



## PR Mažytė klaida, galinti atimti regėjimą: kaip užtikrinti akių sveikatą pereinamojo sezono metu ir kokių klaidų nedaryti?

Intensyvūs saulės spinduliai, nuo kondicionierių išsausėjęs oras, ryški šviesa, vėjas, vanduo, televizorių ir kompiuterių ekranai – šie ir kiti veiksniai vasarą vargina mūsų akis, dėl to dažnas skundžiasi akių perštėjimu, paraudimu ar miežiu, o rudenį, sugrįžus į darbus ir mokyklas, susiduria ir su bakterinėmis infekcijomis bei uždegimais. Specialistės pataria, kaip tinkamai prižiūrėti akis, išsirinkti akinius nuo saulės, tinkamai nešioti kontaktinius lęšius ir kokių akių priežiūros klaidų nereikėtų daryti.

### Vasarą – niežulys ir išsausėjimas, rudenį – uždegimai

„Vasarą dažniausiai skundžiamasi akių išsausėjimu, žieddulkių ir alergijų sukeltu niežuliu. Akis atostogų metu jautrina ir kondicionieriai, saulė bei vėjas – visa tai gali sukelti nežymų skausmą. Pastebiu, jog uždegiminių ir bakterinių infekcijų vasarą pasitaiko mažiau, o rudenį, sugrįžus į darbus ir mokyklas, padaugėja besiskundžiančių konjunktyvitu arba befaritu, lėtinės uždegiminės akių krašto ligos paūmėjimais,

miežiu“, – pastebi BENU vaistinėje Loreta Tamošauskienė.

Pasak „Antėja“ gydytojos oftalmologės Dinos Juškienės, sergant šienlige jaučiamas staiga užklumpantis svetimkūnio jausmas, ašarojimas, vokų patinimas ar niežėjimas, o esant sausai, nelietingai vasarai, gali pasireikšti akių sausumas.

„Vėjuotomis dienomis pacientai dažnai skundžiasi ašarojimu, diskomfortu akyse ar svetimkūnio jausmu. Rudenį, kai sugrįžtame į kolektyvus, dažniausiai diagnozuojami virusiniai ar bakteriniai konjunktyvitai, kurie gali būti susiję su bendru peršalimu ir sloga“, – sako D. Juškienė.

### Akių higienos ABC – netrinti, neliešti, plauti rankas

Norint apsaugoti akis ir išvengti nemalonių potyrių, visada derėtų laikytis tinkamos higienos – dažnai plauti rankas, netrinti, neliešti akių. Pasak L. Tamošauskiene, elementarių akių higienos taisyklių mus išmokė pandemija.

„Neplautos rankos dažniausiai būna virusinių ir bakterinių infekcijų priežastis, o konjunktyvitas plinta tiesiai per rankas dėl prastos asmens higienos – pavyzdžiui, sergant sloga, paliečiame nosį, o tada – patriname akis, – pastebi L. Tamošauskiene. – Moterims, ypač turinčioms jautrias akis, reikėtų tinkamai valyti makiažą, naudoti švarius tamponėlius ar specialias servetėles. Svarbu nenaudoti to paties tamponėlio kitai akiai ir valyti makiažą prieš tai švariai

(Nukelta į 4 p.)

# Dar vienas sugriautas stereotipas: teisininko darbas valstybiniame sektoriuje – prasmingas ir dinamiškas

Eglė Izokaitytė dirba teisininke Vyriausybės kanceliarijoje. Nors išgirdus, kur ji dirba, mums vaizduotėje gali iškilti daug teisės aktų ir nesuprantamų teisinių sąvokų, Eglė sako, kad savo dinamiškame darbe ji kasdien mokosi ir džiaugiasi galėdama tobulėti profesionalų komandoje. Vyriausybės kanceliarijos teisės grupėje dirbanti pašnekovė pasakoja, koks buvo jos kelias nuo Alytaus iki Vyriausybės kanceliarijos, dalinasi patirtimi ir darbais, kurie yra mažai matomi, tačiau daro įtaką kiekvieno iš mūsų kasdieniam gyvenimui. Eglė yra viena iš teisės grupės specialistų, t. y. žmonių, kurie pasirūpina tuo, kad visi mūsų gyvenimo pokyčiai – ar tai kelių eismo taisyklių pakeitimas, ar savivaldybių merų funkcijų nustatymas – būtų teisės aktuose surašyti kuo aiškiau, o vėliau ir tuo, kaip tie teisės aktai taikomi, kaip iš tiesų gyvenime veikia teisės aktų numatyti pokyčiai.

**Esate alytiškė? Koks buvo Jūsų kelias į Vilnių ir čia esančią Vyriausybės kanceliariją?**

Taip, esu kilusi iš Alytaus, ten gimusi, augusi, baigusi mokyklą. Tada įstojau į Vilniaus universitetą studijuoti teisę ir... likau Vilniuje. Pradėjau dirbti teisininke, po to įsidarbinau Aplinkos ministerijoje, todėl dabar mano kuruojama sritis man yra labai gerai žinoma ir artima. Šiuo metu dirbu su teisėkūros iniciatyvomis ir jų vertinimu įgyvendinant Vyriausybės strategines reformas, saugomų teritorijų, kultūros paveldo srityse, taip pat prisidedu ir prie teisinės bazės kūrimo šalyje įrengiant karinius poligonus. Mano darbai apima ir teisėkūrą, jos vertinimą, ir teisinius dalykus – bylų koordinavimą, t. y. valstybės pozicijų derinimą byloje, kurioje valstybė (ar Vyriausybė) yra proceso šalis.

**Kuo ypatingas Vyriausybės kanceliarijos teisininko darbas, jei tiek metų pavyksta dirbti su užsidegimu? Ar per savo darbo Vyriausybės kanceliarijoje dešimmetį svarstėte išeiti dirbti į privatų sektorių?**

Pirmiausia, šiame darbe niekada nebūna nuobodu. Tą nuolatinę dinamiką, įvairių skirtingų sričių aktai, itin didelės apimtys projektai...tiesą sakant, kartais net norėtusi ir labiau monotoniškų darbų. (šypsosi)

Kas savaitę, kas mėnesį tenka vis į ką nors naują gilintis, nuolat mokausi. Man vis dar būna taip, kad į rankas patenka koks nors labai specifinis teisinis reguliavimas, nustatantis projektas ir sakau: „o, netgi ir toks teisės aktas yra?“ Taip, darbų gausa išties didelė, bet kiekvieną darbą su kolegomis atliekame kruopščiai, detalčiai, siekdami tobulinti teisinį reguliavimą taip, kad jis būtų aiškesnis, suprantamesnis, palengvintų ir (ar) pagerintų tam tikrų asmenų grupių padėtį, atneštų pažangą, inovacijas ir kt.

Mūsų grupės teisininkų darbas yra labai platus: esame atsakingi ir už kablelius ir taškelius teisės aktuose (oho, kiek vienas padėtas ne vietoje kablelis ar kitas skyrybos ženklas gali pridaryti bėdos), ir už jų teisinį vertinimą, t. y. atitiktį aukštesnės teisės galios aktams bei derėjimą tarpusavyje. Taip pat itin svarbu vertinant teisės aktus jų turinį vertinti atsižvelgiant į Konstitucinio Teismo formuojamą praktiką. Kartais teisės aktų pakeitimai daromi vien tik tiesiogiai

įgyvendinant Konstitucinio Teismo sprendimus, kartais – ir netiesiogiai: pagal pateiktus sprendimuose išaiškinimus. Tokiu atveju, tam tikri pakeitimai gali pasisukti visiškai kita linkme, nei iš pradžių teisėkūros subjektas planavo.

**Sunku suvokti, kaip Jums pavyksta susidoroti su tokia atsakomybe, tokia darbų įvairove – juk dirbate su visos Lietuvos gyvenimą reguliuojančiais klausimais. Ar nenutinka taip, kad kartais atsakomybė taip užgula pečius, kad, atrodytu, jau neapripiate darbų, prireikia patarimo?**

Mūsų darbas yra pakankamai individualus, tad kartais mano „taip“ arba „ne“ tampa labai reikšmingu svertu. Tačiau ši atsakomybė manęs tikrai neslegia. Tiesiog žinau, kad atsakingai ir kruopščiai padariau viską, kad teisės aktas būtų kokybiškas.

Žinoma, jei prireikia patarimo, drašiai galiu kreiptis į kolegas, pasitarti su visai kitas sritis kuruojančiais profesionalais. Kolegos ir yra tai, kas mane čia, Vyriausybės kanceliarijoje, veža labiausiai – jie padeda ir kokybiškai atlikti savo darbus, ir puikiai jaustis darbo aplinkoje. (šypsosi)

Bendravimas, bendradarbiavimas ir pagalba duoda labai daug. Dirbdama jaučiu, kad kiekvienas projektas yra bendras mūsų visų darbas. Vyriausybės kanceliariją matau kaip vientisą mechanizmą, kur kiekvienas sraigtelis, kiekvieno dalis yra labai svarbi, nes bent vienam sutrikus, gali sulėtėti ar sustoti Lietuvos teisėkūra, teisėkūros malūnas.

**Skamba vaizdingai, bet...kas tas teisėkūros malūnas? Tai teisės aktų pakeitimai? Jau priprantame prie tam tikrų taisyklių ir jos vėl keičiamos – kodėl?**

Teisėkūros malūnas – tai nuolatinis, nesustabdomas teisės aktų leidimo, stebėsenos ir tobulinimo procesas. Leidžiant, koreguojant teisės aktus, vykdanč teisėkūrą, siekiama sureguliuoti tam tikras visuomenės gyvenimo sritis, tobulinti, keisti tai, kas neveikia, galų gale – padaryti geriau – tai nuolatinis tobulėjimo procesas. Jei nebūtų įstatymų, mūsų gyvenimas būtų nereguliuojamas, nebūtų aišku, tarkime, kas ir kam priklauso, kas turi teisę elgtis vienaip ar kitaip, kas leidžiama, kas draudžiama ir pan. Tai gyventi visuomenėje be taisyklių – neįmanoma.

Žinoma, mūsų pagrindinis tiks-



las – kad būtų priimti kokybiški teisės aktai. Tačiau net ir tobulo teisės akto priėmimo atveju gyvenimas eina sava vaga, kartais yra nenusipėjamas, todėl ne visada pavyksta apgalvoti visus galimus teisės aktų taikymo variantus. Tarkime, atsiradus dar kokioms nors inovatyvioms transporto priemonėms, teks ieškoti joms vietos kelių eismo taisyklėse, numatyti, kaip jos turėtų judėti ir pan. Todėl priėmus tam tikrą teisės aktą būtina stebėti, kaip jis veikia, po kiek laiko vėl imtis tobulinimo. Teisėkūra nėra tik įstatymų ar kitų teisės aktų išleidimas: išleidus teisės aktą stebima, kaip jis veikia, po kiek laiko vėl svarstoma, ką būtų galima tobulinti. Taip ir sukasi tie teisėkūros malūno ratai.

**Kokius savo darbus išskirtumėte kaip svarbiausius?**

Labai sunkus klausimas. Sakyčiau, kad nėra nesvarbių projektų. Projektai yra įvairūs: sudėtingi, dideli, paprasti, techniniai, inovatyvūs. Be to, man vienas darbas gali atrodyti labai svarbus ar daug pastangų pareikalavęs, tačiau nebūtinai kiekvienam žmogui atrodys, kad tai kažkas išpūdingo – mažuose dalykuose ir sąveikoje tarpusavyje gimsta teisinė darna, todėl net ir mažiausias projektas randa savo vietą teisinėje sistemoje ir gali daug reikšti.

Tarkime, vienu svarbiausių savo darbų laikau indėlį į karinių poligonų Lietuvoje kūrimo procesą – jaučiuosi prisidėjusi prie saugumo Lietuvoje didinimo. O štai savivaldybėms ir jų gyventojams svarbesnė gali atrodyti žemės patikėtinių reforma – drašus, didesnio pasitikėjimo savivalda link vedantis žingsnis. Žemės valdymo, nuomos, paskirties keitimo klausimų sprendimas buvo perduotas savivaldybėms tam, kad jie būtų išspręsti greičiau, patogiau. Žinoma, kaip ši reforma veiks, pamatysime tik kiek vėliau. Pamatę, kaip ji veikia, žiūrėsime, ką dar šioje srityje galėtume tobulinti.

**Ar Jūsų darbe, kuris toks atsakingas ir skrupulingas, yra buvę klaidų?**

Kas nedirba, tas neklysta. Klaidos pasitaiko retai, bet pripažįstu, kad tokių yra buvę.

Vis dėlto, nė vienas teisės aktas nebūna vieno žmogaus reikalas. Visas mechanizmas, visa žmonių grandinė, apimanti ministerijas,

(Nukelta į 6 p.)

## PR Mažytė klaida, galinti atimti regėjimą: kaip užtikrinti akių sveikatą pereinamojo sezono metu ir kokių klaidų nedaryti?

(Atkelta iš 3 p.)

nusiplovus rankas. Negydomas ir laiku nediagnozuojamas sausų akių sindromas taip pat sukelia uždegimą.“

Vasarą ir pereinamuoju laikotarpiu svarbus akių drėkinimas. Pasak vaistininkės, namų vaistinėlėje verta turėti paprastų dirbtinių ašarų, kurios sudrėkina ir apvalo akies paviršių, nuplauna svetimkūnius, žiedadulkes bei bakterijas.

### Dirbant svarbu daryti pertraukas

D. Juškienė pabrėžia, kad pagrindiniai veiksniai, darantys įtaką prastai akių būklei, yra mažas fizinis aktyvumas, prasta mityba, kai racione – mažai daržovių ir vaisių, taip pat – nuolatinis sėdėjimas uždarose patalpose ir ilgas laikas prie ekranų.

Suaugusiems ir vaikams, anot jos, svarbu laikytis tinkamo darbo ir poilsio režimo, daryti pertraukas skaitant ir dirbant prie ekranų. „Pertraukos gali būti daromos kas 15–20 minučių, jos gali būti trumpos, užtenka bent keletą sekundžių perkelti žvilgsnį į tolį. Esant galimybei, pertraukos gali būti ilgesnės, 10 ar 20 minučių. Ne mažiau svarbi ir darbo aplinka – geras apšvietimas, tinkamas atstumas tarp kompiuterio ar knygos“, – sako D. Juškienė.

L. Tamošauskienė priduria, kad įtemptai dirbant svarbu ne tik daryti pertraukas, bet ir dažnai mirksėti – šitaip akyse atsistato drėgmė. „Taip pat vertėtų su savimi turėti drėkinančių, praplaunančių, dezinfekuojančių ir priešuždegiminių lašelių, nepamiršti stiprinti imuninės sistemos, tinkamai valyti akis. Nešiojantiems kontaktinius lašius reikėtų leisti akims pailsėti, dažniau dėvėti akinius“, – teigia L. Tamošauskienė.

Akių sveikatai palanki santykinė, 40–60 proc. oro drėgmė, o vaikams svarbu per dieną bent 2 valandas praleisti gryname ore. „Grynas oras padeda mažinti trumparegystės progresavimą ir atitolina jos atsiradimą. Vaikams iki 7–8 metų reikėtų vengti žiūrėjimo į ekranus iš arti, o vėlesniame amžiuje derėtų skatinti 1–2 valandų pertraukas nuo laiko prie ekrano“, – pastebi D. Juškienė.

### Akių sveikatai atsiliepiama ir tai, ką dedame į lėkštę

Akių būklei svarbi ir visavertė, daržovių bei vaisių nestokojanti mityba. Anot gydytojos oftalmologės, pacientams, sergantiems amžine geltonosios dėmės degeneracija, rekomenduojama į savo mitybos racioną įtraukti produktus su liuteinu ir zeaksantinu – jų gausu špinatuose, paprikose, brokoliuose, lapiniuose bei briuselio kopūstuose, salotų lapuose, žaliuosiuose žirneliuose, kiaušiniuose, šparagių pupelėse.

„Taip pat svarbu sekėti vitamino

D kiekį, kuris gali būti susijęs su trumparegystės progresavimu. Reikėtų nepamiršti gerti daug vandens, vartoti produktų, kuriuose gausu Omega-3. Esant svetimkūnio jausmui, ašarojimui ar akių perštėjimui, gali padėti dirbtinių ašarų lašinimas ir vokų šildymas“, – teigia D. Juškienė.

### Akiniai nuo saulės tinkami ne bet kokie

L. Tamošauskienė atkreipia dėmesį, kad norint tinkamai prižiūrėti akis, reikėtų pasirūpinti apsauga nuo ultravioletinių spindulių – dėvėti akinius nuo saulės: „Renkantis akinius, visada išduodamas jų pasas, kuriame nurodyti akinių parametrai. Akinius derėtų rinktis specializuotose parduotuvėse ar optikose.“

Specialistės atkreipia dėmesį, kad akinių vidinių kojelių pusėje dažniausiai nurodomi techniniai parametrai, o UV danga turi 100 proc. apsaugoti nuo ultravioletinių spindulių.

### Klaidos, galinčios atimti regėjimą

Kontaktinių lęšių nešiojams gydytoja pataria geriau rinktis vienadienius lęšius, kurių naudojimui nereikalingas skystis ir lęšių konteineris, galintis tapti infekcijos šaltiniu.

„Nešiojantiems mėnesinius lęšius, svarbu laiku juos pakeisti, kruopščiai dezinfekuoti konteinerį, keisti skystį, – sako D. Juškienė. – Taip pat lęšių nešiojams rekomenduojama lašinti dirbtines ašaras, visada lęšius išidėti ir išsiimti švariomis rankomis, nemišyti su kontaktiniais lęšiais, nesimaudyti su jais ežere ar duše. Nesilaikant pagrindinių taisyklių, galima netekti regėjimo, susirgti sunkiai gydomu keratitu, po kurio lieka randai, o gydymas gali baigtis ragenos transplantacija.“

### Daugelį bėdų išsprendžia tinkamai parinkti nereceptiniai preparatai

Pajutus akių negalavimus, ašarojimą, perštėjimą ar traiškanojimą, pirmiausia verta kreiptis į vaistininką. „Jeigu vartojant nereceptinius preparatus ir užtikrinant tinkamą higieną būklė per 5 dienas nepagerėja, derėtų kreiptis į gydytoją. Žinoma, tais atvejais, kai jaučiamas didelis diskomfortas, skausmas ar sutrinka regėjimas, delsti nereikia – derėtų iškart kreiptis į medikus“, – sako L. Tamošauskienė.

Vaistininkė pastebi, jog akimis vis daugiau rūpinasi ir jauni, ir vyresnio amžiaus žmonės: „Žmonės kreipiasi ir konsultuojasi. Visgi nemažai klientų mano, kad akių ašarojimą sukelia tik uždegimas, tačiau dažnai tai sąlygoja sutrikusi akių ašarų liaukų funkcija, sutrikęs ašarų plėvelės vientisumas ir gali pagelbėti tinkamai parinkti nereceptiniai preparatai.“

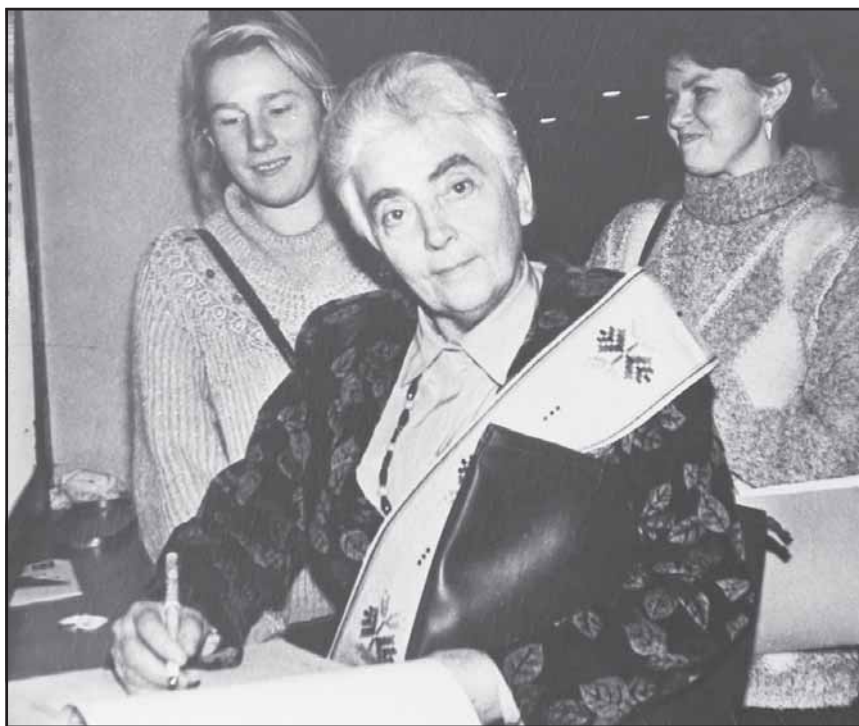
## Metų tėkmėje: žymius kraštiečius prisimenant

## Antanina Garmutė: išradėja, rašytoja ir tremties liudytoja

Išradusi daugiau kaip 100 išradimų ir parašiusi 10 knygų, tremtį išgyvenusi rašytoja, inžinierė ir technologijos mokslų daktarė Antanina Garmutė žavėjo savo įspūdingais pasiekimais. Nepaisydama neįtikėtinų gyvenimo iššūkių, ji tapo viena produktyviausių Lietuvos išradėjų ir rašytojų, kurios rekordai iki šiol nėra pasiekti. Jos stiprybė, kūryba ir darbai paliko gilų pėdsaką mokslo ir literatūros pasaulyje, įkvėpdami ateities kartas.

Antanina Garmutė gimė Marijos ir Jurgio Skučų šeimoje 1934 m. gegužės 26-ąją. Ji buvo ketvirtas vaikas šeimoje, tačiau mažą ją įsidukrino vaikų neturėjusi teta, mamos sesuo, Kotryna Petrauskaitė ir jos vyras Kazimieras Garmus. Garmų šeima gyveno Piliuonos kaime, netoli Prienų, maždaug 50-ies hektarų sodyboje, vaizdingame slėnyje ant Nemuno kranto. Šeima taip pat turėjo namą ir Kaune. Mergaitei jie suteikė savo šeimos pavardę ir augino kaip savo dukrą. Pradžios mokyklą A. Garmutė baigė Piliuonoje, kur pasižymėjo puikiais mokymosi rezultatais ir aktyviai dalyvavo mokyklos bendruomenės gyvenime. Nuo pat mažens ji rodė didelį susidomėjimą mokslu ir gamta. Tėvų rūpestingumas bei palaikymas padėjo jai išsiugdyti talentus ir stiprų pasiryžimą siekti aukštų tikslų.

1948 m. gegužės 21 d. keturiolikmetė, grįždama iš mokyklos, buvo sulaukyta gatvėje ir vienui viena, be tėvų, išvežta į Sibirą. Ji atsidūrė Ussolje-Sibirskoje mieste, kuriame dvejus metus dirbo sunkų fizinių darbą druskos kasykloje. Tik po pustrėčių metų, didžiulėmis tėvų pastangomis, ji, kaip nepilnametė, buvo paleista iš tremties. Mergina buvo apkaltinta ryšiais su „ginkluota grupuote“ ir „kad savo namus pavertė sukilėlių prieglobsčiu“. Vėliau A. Garmutė savo prisiminimuose rašė, kad 1945–1946 m. pas jos tėvus, būdamas studentu, gyveno partizanas Jurgis Lukša. Jį dažnai lankydavo jo brolis, partizanų vadas Juozas Lukša-Daumantas ir kiti rezistencinio pogrindžio dalyviai.



A. Garmutė. (nuotraukos iš Prienų krašto muziejaus fondų)

Grįžusi į Lietuvą, A. Garmutė mokėsi dienomis ir naktimis, sugebėjo per dvejus metus baigti vidurinę mokyklą – prašoko 3 klases ir mokyklą baigė aukščiausiais pažymiais kartu su savo bendraklasiais. Mokėsi ji gerai, turėjo puikią atmintį. Pažinusi rūsčią gyvenimo tikrovę, stengėsi pateisinti ją iš Sibiro ištraukusių tėvų viltis. Todėl ir baigusi vidurinę A. Garmutė sustoti mokytis neketino. Ji įstojo į Kauno politechnikos institutą, Cheminės technologijos fakultetą ir baigė studijas su pagyrimu, įgydama silikatų technologijos inžinierės kvalifikaciją.

Trejus metus A. Garmutė dirbo įvairiuose cechuose ir kombinuose, nes tai buvo numatyta jai mokėtis stipendijos sąlygose. 1964 m. A. Garmutė apgynė technikos mokslų kandidatės disertaciją, o 1969 m. jai buvo suteiktas docentės vardas. Vėliau tobulinosi Čekijoje, dirbo mokslinį darbą. Ji ištyrė daugiau nei 30-ies fabrikų atliekas, parašė apie 100 mokslo darbų, kurie publikuoti Lietuvos, Čekijos spaudoje.

A. Garmutei teko įveikti mokslo įstaigose vyravusią diskriminaciją – aukščiausio lygio mokslininkais galėjo tapti tik komunistinės ideologijos šalininkai. Be to, ji turėjo įrodyti, kad ir moterys gali būti mokslininkėmis. Priėmusi šiuos iššūkius, Antanina dirbo ištisas paras ir net sveikatai pavojingomis sąlygomis. Jos tyrimų tikslas buvo rasti būdus, kaip neutralizuoti kenksmingas atliekas ir iš jų pagaminti pramonei naudingus produktus, pavyzdžiui, statybines medžiagas. Atkakli mokslininkė sugalvojo tiek daug sprendimų, kad reikšmingai prisidėjo prie Lietuvos gamtos išsaugojimo ir net du kartus pateko į šalies rekordų knygą!

Prasidėjus Sąjūdžiui, Antanina mokslą iškeitė į kūrybos saviraišką – tapo viena pirmųjų tremties ir partizaninės kovos metraštininkių. Išvažinėjusi visą šalį surinko jautrias panašaus likimo žmonių istorijas ir jas pavertė dokumentinėmis apybraižomis, eilėrašiais: „Ešelonai“, „Ažuolų randai“, „Išėjo broliai“ ir kt. Jos kūriniai ištraukę galima

rasti mokykliniuose vadovėliuose, lietuvių išėvijos leidiniuose. Šie kūriniai reikšmingi prisimenant vieną skaudžiausių Lietuvos istorijos tarpinių. A. Garmutės literatūrinis darbas yra įkvėpimas daugeliui, perteikiantis ne tik technines žinias, bet ir žmogiškąją stiprybę, išgyvenimus bei kovą su likimo iššūkiais. Kūrinuose atsiskleidžia skaudi asmeninė autorės patirtis ir išgyvenimai, tremtinių, kovotojų dėl Lietuvos laisvės likimai.

Prieš pat mirtį A. Garmutė dar parengė čekų-lietuvių-rusų ir lietuvių-čekų-rusų kalbų praktinį žodyną.

Antanina mirė 2011 m. birželio 28 d., eidama 79-uosius metus, palaidota Išlaužo kapinėse.

Rūta Levinskienė

Prienų krašto muziejaus kultūrinį veiklų koordinatorė ir organizatorė

Rengiant straipsnį remtasi šiais šaltiniais:  
1. Prienų krašto muziejaus fondų medžiaga.  
2. A. Garmutė (1989). „Ešelonai. Amžino įšalo žemėje“

## Lietuvių kalbos puoselėtojas – prof. Jonas Palionis

Profesorius Jonas Palionis gimė 1924 m. birželio 20 d. Mišiškių kaime (Alytaus r.), buvo žymus lietuvių kalbininkas, kurio gyvenimas ir darbai paliko ryškų pėdsaką lietuvių filologijos ir lingvistikos srityse. Jonas Palionis gimė ir užaugo visai netoli Nemuno, prie garsiojo Punios šilo, kurio gamta ir kultūra giliai įsirėžė į jo sąmonę ir tapo neatsiejama jo asmenybės dalimi. Gimtojo krašto gamta ir turtinga kultūra nuo ankstyvųjų dienų formavo Palionio meilę lietuvių kalbai ir literatūrai. Šis kraštas liko jam brangus ir turėjo įtakos jo pasaulėžiūrai bei profesiniam pasirinkimui.

Gyvenimas valstiečių šeimoje galėjo Palionį nuvesti visai kitu keliu. Tačiau, kai J. Palionis 1931 m. pradėjo mokslus Nemažūnų pradžios mokykloje, jau veikė privalomojo pradinio mokslo ketverių metų įstatymas, todėl Jono tėveliai turėjo paklusti ir leisti jį į mokslus. Taip J. Palionis 1935 m. baigė Nemažūnų pradžios mokyklą.

Vėliau, nors ir puikiais pažymiais baigus pradžios mokyklą, į gimnaziją kelias atsivėrė ne iš karto. Sunkiai gyvenusiai valstiečių šeimai trūko lėšų išleisti sūnų į gimnaziją. Didelis talentas ir noras mokytis toliau niekur nedingo, o susiklosčiusios aplinkybės



Prof. Jonas Palionis.

padėjo tai įgyvendinti. Gretimame kaime susibūrė grupė vaikų, kuriuos buvęs klierikas ruošė stoti į Prienų „Žiburio“ gimnaziją. Jonas Palionis porą metų ruošėsi, išlaikė egzaminus ir 1937 m. įstojo į penktąją Prienų „Žiburio“ gimnazijos klasę.

Mokytis gimnazijoje nebuvo taip paprasta ir kurį laiką reikėjo pasistengti, kad joje išsilauktytų. Sunkus darbas ir disciplina pareikalavo daug valios, kuri formavosi kartu su Jono asmenybe ir charakterio bruožais. Pabaigus gimnaziją, išlikus giliam gimtųjų



Prof. Jonas Palionis su savo šeima, 1974 m.

kraštų istorinės vietos poveikiui, Palionis ketino studijuoti archeologiją Vilniaus universitete, tačiau susiklostęs gyvenimas pats nuvedė tinkamu keliu.

(Nukelta į 6 p.)

# Lietuvių kalbos puoselėtojas – prof. Jonas Palionis

(Atkelta iš 5 p.)

1941 m. birželio mėnesį vykusiu masinių trėmimų į Sibirą ir baimės stingdančių neramumų apsuptyje Jonui Palioniui baigėsi abiturijos egzaminai, po kurių jis skubėjo grįžti pas tėvus. Stingdantis karo siaubas imlų mokslui jaunuolių įkalino namuose.

Karo frontui pradėjus trauktis į rytus, Lietuvoje gyvenimas ėmė pamažu vėl tekėti sava vaga. Vis dar vyko masiniai žydų žudymai, trūko maisto ir buvo daug apribojimų, tačiau Lietuvos inteligentija rūpinosi, kad išliktų lietuviškas švietimas.

Lietuvių inteligentų dėka pradėjo atsikurti aukštosios mokyklos. Buvo paskelbtas priėmimas į Vilniaus universitetą ir dviemėčių pedagoginį institutą. Taip rugsėjo mėnesį prasidėjo Jono Palionio studijų kelias. Jis įstojo į dviemėčių Vilniaus pedagoginį institutą, kur studijavo lietuvių kalbą ir istoriją iki 1943 m. kovo mėnesio. Per studijų laikotarpį buvo įvairių sunkumų. Teko ir slaptystės gimtajame krašte nuo vokiečių okupantų, mokytojauti Paliepių pradžios mokykloje, direktoriauti Butrimonių progimnazijoje. Vienu metu J. Palionis buvo ant apmąstymų slenksčio bėgti toliau ar likti ir stoti į partizanų gretas, kaip tai darė jo draugai ir kolegos. Bet Palionis nepasirinko nei vieno, nei kito varianto. Pabėgęs iš Butrimonių

gimnazijos jis prieglobsčio nusprendė ieškoti Vilniuje.

Dar studijuodamas dvimečiame institute Palionis pajautė didelį susidomėjimą kalba ir literatūra. Čia jo keliai susidūrė su žymiausiais lituanistais, Stasiu Barzduku ir prieškarinio lietuvių kalbos istorikais Petru Joniku ir Jonu Kruopa. Kad Jonas Palionis išsiskyrė iš kitų savo aistra kalbai, pastebėjo ir J. Kruopa, todėl paskatino jį baigti lituanistikos studijas Vilniaus universitete. Taip J. Palionis apsisprendė tęsti studijas ir 1945 m. rudenį buvo priimtas į Vilniaus universiteto istorijos-filologijos fakulteto lietuvių kalbos ir literatūros specialybės trečią kursą. Jam pasisekė, nes dauguma dalykų buvo užskaityta iš ankstesnių studijų pedagoginiame institute.

Palionis 1948 m. baigė Vilniaus universitetą, pasišveddamas tolesnei mokslinei veiklai. Savo diplominiu darbu jis atvėrė gilesnius vandenius į mažai iki tol tyrinėtą lietuvių raštų kalbą. Netrukus po studijų, gabumų nestingančiam jaunuoliui, tuometinis katedros vedėjas J. Kruopas pasiūlė pasilikti lietuvių katedroje ir tęsti mokslą aspirantūroje<sup>1</sup>.

Palionio moksliniai interesai apėmė platų kalbotyros sričių spektrą: lietuvių kalbos gramatiką, stilistiką, dialektologiją, fonetiką ir kalbos istoriją. Viena ryškiausių kryptų buvo sudėtingi lietuvių

rašomosios kalbos istorijos tyrimai. Jo darbai šiose srityse buvo itin reikšmingi, nes padėjo suformuoti ir išplėtoti lietuvių kalbotyros teorinius pagrindus. Su šiomis tyrimais susijusios abi profesoriaus disertacijos.

1953 m. pavasarį Jonas Palionis baigė aspirantūros studijas ir apgynė filosofijos mokslų kandidato disertaciją „Lietuvių literatūrinės kalbos normalizacija XIX a. pabaigoje“. 1954 m. J. Palionis tapo Lietuvių kalbos katedros vedėju, o 1956 m. buvo paskirtas Istorijos-filologijos fakulteto dekanu, jam buvo suteiktas docento vardas. Nuo 1959-ųjų dirbo docentu, moksliniu bendradarbiu, rašė daktaro disertaciją. 1969 m. už monografiją „Lietuvių literatūrinė kalba XVI-XVII a.“ jam suteiktas filosofijos mokslų habilituoto daktaro laipsnis ir respublikinė premija.

Po mažiau nei metų J. Palionis universitete pradėjo eiti profesoriaus pareigas ir 1970 m. buvo išrinktas Filologijos fakulteto dekanu, šias pareigas jis ėjo iki 1973 m. Nuo 1984 m. Palionis vadovavo Lietuvių kalbos komisijoje prie Lietuvos mokslų akademijos ir šias pareigas ėjo iki 1988 m. Nuo 1990 m. trejus metus buvo žurnalo „Gimtoji kalba“ redakcijos kolegijos pirmininku.

Gerbiamo profesoriaus mokslinių tyrimų temų gausa labai plati, per daug metų jis buvo nepavejamas savo srities specialistas. Jonas Palionis išleido keliolika knygų, parašė šimtus įvairių straipsnių lietuvių ir užsienio spaudoje, devynis neišspausdintus rankraščius, šešiolika sudarytų ir redaguotų darbų ir vertimų. Vieni iš svarbiausių J. Palionio darbų buvo tyrimai apie lietuvių kalbos sintaksę ir morfologiją, kurie tapo pagrindiniais šaltiniais šios srities studijoms.

Reikšmingiausiais darbais pats profesorius laikė Jono Jablonskio „Rinktinių raštų“ I ir II tomų su plačiais įvadais (1948–1949 m.)



parengimą, išsamius senosios lietuvių kalbos tyrimus anksčiau minėtoje daktaro disertacijoje: „Lietuvių literatūrinė kalba XVI–XVII a.“, pirmąją lituanistikos istorijoje – „Lietuvių literatūros kalbos istorijos apybraižą“ (1979 m., 1995 m.), kalbotyros vadovėlį: „Kalbos mokslo pradmenys“ (1985 m., 1999 m.), naują Mikalojaus Daukšos 1599 m. „Postilės“ leidimą (2000 m.), su senosios raštijos tyrimais susijusią knygą: „XVII a. antrosios pusės Punios parapijos asmenvardžiai ir vietovardžiai“ (2003, 2008 m.).

Be mokslinių tyrimų, kalbininkas Jonas Palionis aktyviai dalyvavo lingvistikos konferencijose ir seminaruose, kur pristatydavo savo atradimus ir tyrimus. Jis buvo žinomas kaip puikus kalbėtojas, gebantis sudėtingą išdėstomą mokslinę medžiagą perteikti aiškiai ir suprantamai. Savo atkaklaus darbo dėka jis pelnė tarptautinį pripažinimą ir tapo gerbiamu kalbininku visame pasaulyje.

Pedagoginė veikla buvo neatskiriama Jono Palionio gyvenimo dalis. Jis paruošė kelias kartas studentų, kurie vėliau tapo žymiais kalbininkais, literatais ir pedagogais. Palionio paskaitos buvo žinomos dėl jų gilumo ir įdomumo – jis sugebėjo ne tik perduoti žinias,

bet ir įkvėpti savo studentus domėtis kalbos mokslu. Jo dėka daugelis jaunuolių pasirinko kalbotyros kelią.

Profesorius Palionis buvo žinomas ir kaip žmogus, turintis gerą humoro jausmą ir gebėjimą bendrauti su žmonėmis. Jis buvo mėgstamas kolegų dėl savo draugiškumo ir pasirengimo visada padėti. Nors buvo griežtas ir reiklus moksliniuose darbuose, jis taip pat buvo supratingas ir rūpestingas dėstytojas, kuris savo studentams suteikė ne tik žinių, bet ir palikimą.

Profesorius Jonas Palionis prisidėjo prie gilesnio lietuvių kalbos supratimo, jos tyrimų daugiadimensinės analizės ir plėtros. Palionio palikimas yra gyvas ne tik jo moksliniuose darbuose, bet ir jo buvusių studentų tęsiamuose darbuose.

Jonas Palionis mirė 2021 m. gruodžio 14 d., sulaukęs garbingo amžiaus. Profesoriaus darbai ir tyrimai toliau įkvėpia naujas kalbininkų kartas. Jis buvo ir liks viena ryškiausių asmenybių Lietuvos akademinėje bendruomenėje.

**Straipsnį parengė  
Prienu krašto muziejaus  
muziejinkė Rūta Žiobaitė**

1. Aspirantūra (lot. aspirans, kilm. aspirantis – siekiantis), aukštojo mokslo studijos, skirtos mokslininkams rengti. Yra Rusijoje (įvesta 1925, Sovietų Sąjungoje buvo 1930–1991) ir kai kuriose Nepriklausomų Valstybių Sandraugos šalyse. Baigus aspirantūrą ir apgynus disertaciją suteikiamas mokslų kandidato laipsnis. Lietuvoje įvesta 1947, pakeista į doktorantūrą 1991.



## Dar vienas sugriautas stereotipas: teisininko darbas valstybiniame sektoriuje – prasmingas ir dinamiškas

(Atkelta iš 4 p.)

Vyriausybę, Seimą ir neretai kitas institucijas, veikia tam, kad sužiu-rėtų, jog klaidų nebūtų. Vis dėlto, jeigu suklysti, stengiesi klaidą ištaisyti greičiausiai įmanomu būdu.

**18-osios Vyriausybės darbai aplinkai (klimatui, energetikai)**

**Siekta energetinės nepriklausomybės.** 18-tajai Vyriausybei priėmus tvirtus sprendimus, 2022 m. Lietuvai, pirmajai Europos Sąjungoje (ES), pavyko visiškai atsiskirti rusiškų dujų ir nuo to laiko jas importuojame tik iš ES šalių. Praeitais metais net 70 proc. šalyje pagamintos energijos sudarė energija, išgauta iš atsinaujinančių išteklių, tad pagal dabartines tendencijas jau 2027 m. Lietuva galės pati užsitikrinti sau reikalingą elektros poreikį, ir tai yra trejais metais anksčiau, nei buvo įsipare-

gota Vyriausybės programoje.

**Gerintos sąlygos, kuriomis būtų mažinama klimato kaita.** Aplinkos, miškų, klimato kaitos ir žemės tvarkymo valstybės veiklos sričiai iš valstybės biudžeto 2023 m. buvo skirta beveik 510 mln. eurų lėšų (iš jų 99 mln. eurų pažangos lėšų). Didžiausia pažangos lėšų dalis skirta energinio efektyvumo didinimui (96,7 mln. eurų), 1,4 mln. eurų – biologinės įvairovės išsaugojimui ir atkūrimui.

Papildomai paskirstyta 111,7 mln. eurų naujoms finansavimo kryptims klimato kaitos biudžete, pvz., pastatų modernizavimui – 64 mln. eurų; mažai taršaus transporto įsigijimo skatinimui – 24,6 mln. eurų; juridinių asmenų šiltnamio efektą sukeliančių dujų mažinimo skatinimui – 12,1 mln. eurų ir kt.

**Priimtas antrasis Žemės įstatymo pakeitimų paketas, baigta**

**valstybinės žemės perdavimo savivaldybėms reforma.** Priimti įstatymų pakeitimai leidžia užbaigti nuosavybės teisių į žemę atkūrimo procesą miestuose ir grąžinti nuosavybę 3 tūkst. Lietuvos piliečių, kuriems nuosavybė dar neatkurta. Procesai, susiję su žemės naudojimu, tapo skaidresni, sukurti efektyvūs kontrolės mechanizmai, visose šalies savivaldybėse nustatyta vienoda sprendimų ir funkcijų atlikimo tvarka. 60 Lietuvos savivaldybių tapo valstybinės žemės patikėtinėmis, joms perduota daugiau nei 112 tūkst. ha valstybinės žemės miestuose ir miesteliuose (55 tūkst. sklypų, 67 tūkst. ha sklypais nesuformuotų plotų).

**Vyriausybės kanceliarijos parengta informacija**



MINĖJIMAS, SKIRTAS 83-IOSIOMS  
PRIENŲ ŽYDŲ ŽŪTIES METINĖMS  
**2024 M. RUGPJŪČIO 26 D.**

**KVIEČIAME KARTU PAGERBTI TRAGIŠKO LIKIMO  
LIETUVOS PILIEČIŲ ATMINIMĄ**

**12.00 VAL. TYLOS MINUTĖ  
PRIENŲ ŽYDŲ ŽUDINIŲ VIETOJE**  
(KĖSTUČIO G., PRIENUOSE)

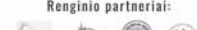
**KĖDAINIŲ KRAŠTO MUZIEJAUS PARODA  
„MYRO JEŠIVA KĖDAINIUOSE 1940 M.:  
STEBUKLINGO IŠSIGELBĖJIMO ISTORIJA“  
NUO 2024-08-26 IKI 2024-09-16**  
(F. MARTIŠIAUS G. 13, PRIENAI)

RENGINIO METU BUS FOTOGRAFUOJAMA  
IR FILMUOJAMA

Renginį organizuoja:

PRIENŲ  
KRAŠTO  
MUZIEJUS

Renginio partneriai:



# „Yra žmonių, kurie atiduoda su džiaugsmu...“

Tiršto rūko glėby skendo ankstyvas šeštadienio rytas. Galima sakyti, tarpušventis – kai dar galima vykti į Pivašiūnus, minėti Žolinę, o sekmadienį – į šv. Roko atlaidus Jiezne. Taip pat ir atostogų metas – juk netrukus rugsėjis. Bet šurmulio buvo gana nemažai. Beje, turgus gali būti ir puiki vieta, pavyzdžiui, pasveikinti draugą, turgaus prekeivį. Kaip kad praeitame turguje visiems geros nuotaikos dovanojo užsukęs autobusėlis, pavadinimu „Bernvakaris“, iš kurio išlipo šauni, linksma vaikinukų draugija.

Žinoma, turgus – puiki vieta ir reklamai. Jau nebe pirmą kartą pirkėjai, prekybininkai mato kandidatus į Seimą. Šalimais pagrindinio tako kas šeštadienį prekiaujantis vyras patarė rinktis tuos, kurie dar, anot jo, „ten nebuvo ir tiek neturi, kaip kad jau pabuvę“. Sako stabtelėję prie jo tai vienas, tai kitas, jau ne vieną kadenciją Seime „sėdintys“, ir „išmesti“, ir į Europarlamentą išrinkti. Pasiūlė žmogus, paklausęs vieno jų kalbų, viską iš jo nupirkti. „O jis man atsakė, kad neturi pinigų. Tai pasiūliau iš savo palydos pasiskolinti, nes visi „ne biedni“, – nestokodamas humoro, kartu ir pamąstymų apie tuos, kurie jau Seime, prekybininkas sakė, kad „arbatpinigiai“ palikti jo visiškai nedžiugina ir lengva ranka net į šiukšliadėžę išmesti galėjęs...

Taigi, derliaus nuėmimo laikas, kai vieni mažiau, kiti daugiau priukuls, pasės. O nuo Roko atlaidų jau sakoma, kad rugiapjūtė ir baigta. „Visko būna, dar visko ir bus“, – maloniai kalbėjo ūkininkas, kurio pirkėjas užklausė, ar neturi atvežęs parduoti rugių. Sako, kad ieško rugių „saviems reikalsams“. Neradęs jų už dešimt eurų pirkto pernykščių kviečių centnerį. „Viskas keičiasi. Kokybė geriausia iš rugių, o iš kvietrugių, kaip jie čia „in madą“ atėjo, sako, kad labai gerai ir greitai „bėga“, todėl ir naminukės skonis pasikeitęs, kai gyvename

skubėjimo ir visa ko, kuo „greičiau“ laike“.

Jau užaugę dideli moliūgai, pilni daržai cukinijų. Savo pačios augintus arbūzus prekeivė parduvinėjo už kilogramą prašydama pusantro euro. O randasi augintojų, kurie tiesiog daugiau daržovių perkantiesiems koki moliūgą ar cukiniją dovanų pridėda. Prieniškė, nešina nedideliu moliūgu, džiaugėsi, kad dar yra žmonių, kurie „atiduoda su džiaugsmu“. „Labai jauti, kai žmogus iš širdies kad ir smulkmeną padovanoja, ir pats tuo džiaugiasi. O kai dovanoja ir gaili, taip pat jauti – iš veido išraiškos, iš akių, tiesiog tos pačios akimirkos“, – tikino moteris, kuriai taip pat miela dovantoti nieko neprašant mainais. O daržovių buvo įvairiausių spalvų. Akį traukė mėlynas kopūstas. Jo kilogramas, kaip ir įprasto, kainavo pusantro euro. Šiuo metu perka ir bulves, ir morkas, burokus.

Išibėgėja prekyba įvairiais daigais – braškių, žemuogių, bijūnų-pinavijų, kitų gėlių. Žinoma, galima daigų rinktis iš keleto veislių. „Labai gerai padeda užmigti šaukštas tinktūros, pagamintos taip: reikia iškasti pinavijos šaknų – gumbų, na, bent trečdali trijų litrų stiklainio pridėti ir, užpylus degtine, palaikyti. Kuo ilgiau, tuo daugiau gerų savybių ištrauka turės“, – patarė auginti bijūnus prie namų ir nuo nemigos dar jais šiek



tiek pasigydyti, iš turgaus nešina namine duona, kurios kilogramas kainavo 7 eurus, skubėjo į giminės susibūrimą.

Ir sendaikčių, ir naujų įvairių daiktų buvo daug abiejose turgavietėse. Drabužių kaina buvo ir nuo 0,50 euro, ir nuo 2–5 eurų. Viskas tvarkingai sudėta, tik rinkis. Buvo prekiaujančių įvairiais naujais, bet nebrangiais daiktais buičiai, namams. Ir vėl paveikslų, kurių vieno kaina 20–25 eurai, knygų buvo galima rinktis, mokant už vieną 0,50 euro. Kiek klasikų šalia vienas kito atgulusių ant paklodės – Baltušis, Grušas, Avyžius ir jo „Kaimas kryžkelėje“. Romanas pradėtas rašyti 1964 metais. Autorius jį rašė gana ilgokai, apie vienuolika metų. Romane per veikėjų paveikslus, kaimo gyvenimo, gamtos, kolūkyje gyvenančių žmonių psichologijos detales autorius atskleidžia epochos detales. Taigi keičiasi laikmečiai, knygų autoriai. Įdomu, kad ir po dar trisdešimties metų, kokios knygos bus parduodamos po penkiasdešimt centų turgoose, gražiai sudėtos eilėmis ant pakloto ar sudėtos dėžėse... Dar liko rugpjūčio dangaus ir geram romanui paskaityti...

## Aktuali informacija PR Nepasiturinčių gyventojų socialines korteles lėšos pasieks rugsėjį

Nuo Naujųjų pasikeitus tvarkai, sunkiau besiverčiantys šalies gyventojai vietoje anksčiau dalintų ilgo galiojimo maisto produktų ir higienos prekių paketų gauna socialines korteles. Artimiausias lėšų pervedimas į jas numatytas rugsėjo viduryje, primena Socialinės apsaugos ir darbo ministerija (SADM). Planuojama, jog parama bus skirta beveik 180 tūkst. jos gavėjų.

Vienam asmeniui kiekvieną ketvirtį paramai yra skiriami 25 eurai. Priklausomai, kiek asmenų sudaro namų ūkį, atitinkamai tiek lėšų bus pervedama į šeimas (bendrai gyvenantiems asmenims) išduotą socialinę kortelę. Tai reiškia, kad, pavyzdžiui, jei bendrai gyvena keturių asmenų šeima, kiekvieną ketvirtį savo šeimos biudžetą jie papildys 100 eurų, už kuriuos galės įsigyti reikiamų produktų ir prekių.

Socialinės apsaugos ir darbo ministro Vytauto Šilinsko teigimu, šiemet įdiegta nauja šios valstybės paramos išpildymo forma kur kas palankesnė sunkiau besiverčiantiems žmonėms.

„Gyventojams nebereikia eilėse laukti maisto ir higienos paketų, tad jie jaučiasi kur kas oriau, o kita vertus, jie patys gali įsigyti tuos produktus, kurių jiems tuo metu

reikia labiausiai pasirinktoje parduotuvėje ar prekybos tinkle. Pavyzdžiui, žmonėms nereikia laukti paramos higienos prekėmis, kuri anksčiau būdavo skiriama tik tam tikrais ketvirčiais, jie gali įsigyti jų, kai reikia. Neabejoju, kad tai visomis prasmėmis pasiteisinęs sprendimas“, – teigia V. Šilinskas.

Lėšos į socialines korteles pervedamos 4 kartus per metus – kovo, birželio, rugsėjo ir gruodžio mėnesių viduryje. Naudoti lėšas galima nuo jų gavimo momento iki ateinančių kalendorinių metų kovo 14 d. imtinai.

### Kas turi teisę gauti kortelę?

Asmenys, kurių vidutinės mėnesinės pajamos 2024 m. vienam šeimos nariui neviršija 264 eurų per mėnesį. Galimos išimties, teirautis vietos savivaldybės ad-

ministracijos Socialinės paramos skyrių darbuotojų.

### Kaip gauti kortelę?

Užpildyti prašymo gauti kortelę formą vietos savivaldybės administracijoje / vietos seniūnijoje. Dėl tikslaus adreso, kur atvykti, kreiptis į vietos savivaldybės administracijos Socialinės paramos skyrius.

Taip pat galima pateikti prašymą per Socialinės paramos šeimos informacinę sistemą [www.spis.lt](http://www.spis.lt).

### Ką galima įsigyti naudojantis kortele?

Visus maisto produktus ir kitas prekes (pvz., asmens higienos, buitines apyvokos daiktai, namų švaros prekės, kūdikių prekės, drabužiai, avalynė ir kt.). Draudžiama įsigyti alkoholinius gėrimus, tabaką, loterijos bilietus. Taip pat negalima sumokėti už trečiųjų šalių paslaugas.

Daugiau informacijos apie socialines korteles [www.priimk.lt](http://www.priimk.lt).

Parama į socialines korteles skiriama iš Europos Sąjungos Materialinio nepritekliaus mažinimo programos lėšų.

## PERKA

**Nekilnojamas turtas**  
Brangiai PERKAME MIŠKUS visoje Lietuvoje. Atsiskaitome iš karto.  
Tel. +370 699 29 992.

### Gyvuliai, gyvūnai

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

### UAB Suvalkijos veršeliai

brangiai perka veršelius.  
Tel. 8 634 23 551.

**PERKA GALVIJUS**  
KREKENAVOS  
UAB „Krekenavos agrofirma“  
KARVES, TELYČIAS, BULIUS  
PAGAL SKERDENAS ARBA GYVA SVORĮ.  
SVERIA, MOKA IŠ KARTO, PAIMA PATYS.  
Tel.: (8-614)93124

### ĮMONĖ BRANGIAI PERKA

karves, bulius, telyčias  
tvarko išmokas, atsiskaito, išsiveža  
8 646 82 142  
8 678 65 644

## PARDUODA

### Kietas kuras

**Parduoda pigiai sausas, žalias, skaldytas malkas, statybinę medieną, ilgis iki 8 metrų. Tel.: 8 614 98 516, 8 699 48 191.**

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

**Parduodame džiovintas skaldytas beržo malkas. Tel. 8 614 97 744.**

**Gaminame ir parduodame malkas. Skaldytas, kaladėm, rąstais. Beržo, juodalksnio ir kietmedžio malkos.**

**Perkant daugiau – geresnės kainos! Užsakius telefonu atvežimas nemokamas! Tel. 8 635 82 808.**

## PASLAUGOS

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

**SANTECHNIKOS DARBAI. ATLIEKAME VISUS SANTECHNIKOS, VANDENTIKO IR ŠILDYMO DARBUS:** Potinkinių maišytuvų, WC rėmų montavimas; Vonios prietaisų montavimas; Vonių montavimas ir dušų surinkimas; Vonios baldų surinkimas. Tel. 8 640 39 204.

**Gaminame betoną**, šulinio, kanalizacijos žiedus ir dangčius. Gelžbetoninė produkcija, metalo gaminiai, vežame žvyrą ir smėlį, krano paslaugas. Tel. +370 687 95 399.

**SIENŲ ŠILTINIMAS** užpildant oro tarpus  
1m<sup>2</sup> kaina nuo 1,40 Eur. Tel. 8 675 7 73 23

**Prienuose, Tylioji g. 6, atidarytas naujas autoservisas. Tel. 8 677 26 791.**

## ĮVAIRŪS

Kultūros paveldo departamentas prie Kultūros ministerijos informuoja, kad 2024 m. rugpjūčio 29 d. 9 val. Nekilnojamojo kultūros paveldo vertinimo tarybos (VI) nuotoliniame posėdyje bus svarstomas: Daukšgiagirės dvaro sodybos (u. k. 459), Prienų r. sav., Pakuonio sen., Daukšgiagirės k., nekilnojamojo kultūros paveldo vertinimo tarybos akto projektas. Su projektais galima susipažinti: <https://dangulyks.kpd.lt/index.php/s/9SQ7trCbtg8MEp4>

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

### Gyvuliai, gyvūnai

**Vištos.** 4–6 mėn. įvairių spalvų vištaitės. Atvežame. Marijampolė. Tel. 8 685 78204.

### Įvairios prekės

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

**Parduodami nauji šaldytuvai ir šaldikliai „Snaigė“ – 2 metų garantija.** Pristatymas į namus nemokamas. Tel. 8 675 50 466.

### DURYS – PER 3 DIENAS!

### „ŽMONIŠKOMIS KAINOMIS“

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

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

**Pjauname žolę. Medžių pjovimas-genėjimas aukštapijove. Avarinių medžių pjovimas prie pastatų. Gyvattvorių karpymas, formavimas. Pastatų griovimas.** Tel. 8 670 18 048.

**Mobiliu gateriu pjaunu medieną**, kreizuoju lėtas kliento kieme. Pjaunu ir nedidelius kiekius, Kaina nuo 30 Eur. Tel. 8 610 03 983.

# Pociūnuose – Baltijos taurės varžybos

(Atkelta iš 1 p.)

klasės pilotų aukso medalį iškovoją **Gintas Zubė** iš Kartenos sklandymo klubo, sidabro medalis įteiktas **Titui Jovaišai** (KAASK), bronzos – **Arnoldui Zeniauskui** iš Telšių. Retro klasėje sklandytojams užduoties nepavyko įvykdyti.

Kam atiteks taurė, sužinosime šį sekmadienį.

Baltijos taurės varžybos turi galias tradicijas. Pirmosios įvyko 1939 metais, antrosios – tik po pusės amžiaus – 1989-aisiais. Ir vėl pertrauka, šįkart tik dešimtmetį. Nuo 2019-ųjų varžybos vyksta kasmet, tad šiemet jau aštuntosios. Savotiška sukaktis – nuo pirmųjų varžybų 1939-aisiais prabėgo jau 75-eri. Smagu pranešti, kad varžybų direktoriumi paskirtas KAASK klubo įkūrėjas Aleksandro Jonušo proanūkas – dvidešimtmetis **Titas Jovaiša**.



Baltijos taurės vienintelė dailiosios lyties atstovė **Austėja Urbanavičiūtė** ir **Titas Jovaiša**.

Nr. 3 Social-demokratai MANO NUMERIS SARAŠE 13  
 Prienų r., Birštono, Alytaus r. sav. kandidatė  
**JŪRATĖ ZAILSKIENĖ**  
**TAVO BALSAS SEIME!**  
 Politinė reklama. Apmokėta iš Jūratės Zailskienės PK sąskaitos. Užs. nr. 007



**Gvidas Sabeckis**.



**Vladas Motūza**.

## Iš Europos čempionato – su medaliais!

Sekmadienį Čekijos Respublikos Taboro aerodrome pasibaigusiame 22-ajame Europos sklandymo čempionate šauniai startavo mūsų šalies sklandytojai. Daugiakovėje jie užėmė septintą vietą, o tarp klubinės klasės pilotų prieniškis **Gvidas Sabeckis** pelnė bronzos medalį.

Toje pačioje klasėje, kaip ir **Gvidas**, startavęs **Ringaudas Kikalas** iš Kartenos liko devintas. Tokio lygio varžybose patekti į dešimtuką – daugelio pilotų svajonė. Šioje klasėje varžėsi net 40 sportininkų. Puikiai pasirodė ir 15 metų sklandytuvų klasėje skraidęs, šiemet net du rekordus pagerinęs vilnietis **Marius Plušcauskas** – jis daugiakovėje liko ketvirtas. Kartu startavęs kaunietis **Vladas Motūza** tarp 27 pilotų liko aštuonioliktas. Dar du lietuvaičiai skraidė

standartinėje klasėje. Iš 33 pilotų **Joris Vainius** užėmė 14, **Andrius Tamulėnas** – 33 vietą. Abu jie – vilniečiai.

Čempionate varžėsi aštuoniolikos šalių pilotai, įvykdyta 11 užduočių. Atskiruose pratimuose visi Lietuvos sklandytojai iškovoją prizinių vietų, tad ir grįžo ne su vienu medaliu.

**Onutė Valkauskienė**  
 Autorės nuotraukos

**Pakuonio miestelio gyventojai, tęsdami penkiolika metų gyvuojančią tradiciją, vasaros ir rudens sandūrą – Žolines – vėl pasitiko gausiame kaimynų ir svečių būryje. Šiemet, Pakuoniui minint 280 metų jubiliejų, šventė truko keturias dienas, o atvykusiųjų laukė įdomi, turininga ir veiklomis gausi programa. Daugiau apie Pakuonio krašto vasaros šventę – kitame „Gyvenimo“ numeryje.**



# Gyvenimas

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

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

Redaktorė **Ramutė Šimukauskaitė**

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

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

Laikraštis išina trečiadieniais ir šeštadieniais.  
 Ofsetinė spauda. Apimtis – 3 spaudos lankai.  
 Indeksas 67283. Tiražas: trečiadieniais – 1250 egz., šeštadieniais – 1650 egz.  
 Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.

**MRF**  
 MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

Laikraščio veiklą ir projektą „Gyvenimą kuriame patys“ iš dalies remia VŠĮ „Medijų rėmimo fondas“ (bendrai skirta suma – 43727 Eur).

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

**ALYTAUS SPAUSTUVĖ**