

# Gyvenimas

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

ISSN 1648-0392



Nr. 83 (10725) \* 2024 m. lapkričio 13 d., trečiadienis

Kaina – 0,97 Eur

## Laba diena

Šiandien – mėnulio priešpilis, nuo penktadienio – pilnatis. Saulė teka 7 val. 43 min., leisis 16 val. 22 min. Dienos ilgumas 8 val. 39 min.

Vardadieniai: šiandien – Arkadas, Arkadijus, Jaurimtas, Jaurimtė, Jautra, Jautrė, Norvyda, Norvydas, rytoj – Adeodatas, Emilas, Emilė, Emilija, Emilijona, Emilijonas, Emilijus, Emilis, Emilius, Rama, Ramantas, Ramas, Ramavydas, Ramė, Ramys, Ramotas, penktadienį – Alberta, Albertas, Albertina, Leopolda, Leopoldas, Lygeda, Lygedas, Lygirda, Lygirdas, Žadvilas, Žadvilė, Žadvyda, Žadvydas, Žadvydė.  
Lapkričio 14 – Pasaulinė diabeto diena. Karaliaus Mindaugo žūties diena.

Prienuose planuojama investuoti į Nemuno įveiklinimą 2 p.

Prienų rajono mokyklų patirties ir mainų renginys „Karjeros planas – kryptis į sėkmę“ 5 p.

Ir turguje jau galima jį 6 p.

Mokė senjorus, kaip saugiai plaukioti skaitmeniniame „vandenynė“ 2-3 p.

Regionų krepšinio lygoje – kaimynų dvikova 8 p.

## „Sveiki, atvykę į „Kubilą“!

Prabėgus dešimtmečiams, po remonto Bačkininkų kaime vėl atidarytas „Kubilas“! Tiesa, norintiems atgaivinti senus prisiminimus ir užsukti į praėityje buvusį populiarų restoraną papietauti teks nusivilti. Pastatas prikeltas ne verslui ir ne lankytojams, adresu: Kubilo g. 11 įsikūrė Prienų baikerių klubo „Raptorial MCC“ būstinė. (Nukelta į 3 p.)



## MEGA

prekybos ir laisvalaikio centras



# MEGA DIENIAI

LAPKRIČIO 15-17 d.

Islandijos pl. 32, Kaunas

IKI -50%

daugelyje parduotuvių\*

MEGA

IKI -40%

daugeliui ne maisto prekių\*

Rimi

20-70%

daugeliui prekių\*

JYSK

\*Išsamus nuolaidų sąrašas [www.mega.lt](http://www.mega.lt)

## VYNOTEKA

Gyvenimas yra skanus

PASIŪLYMAI GALIOJA  
11-13 — 11-19

## TIK NAUJOJE VYNOTEKA

Laisvės a. 10,  
Prienai

-50%

4,99

9,99

Valentino PANETTONE



VALENTINO PANETTONE  
PYRAGAS, (2 rūšių), 750 g

TIK

1,49



KING'S CROWN  
MENKIŲ KEPENĖLĖS, 115 g

# Prienuose planuojama investuoti į Nemuno įveiklinimą

Pastaraisiais metais Nemune pastebimai suaktyvėjusi laivyba atkreipė vietos valdžios dėmesį į neišnaudotą Nemuno potencialą, tad Prienų rajono savivaldybė planuoja investuoti į vandens turizmo infrastruktūros plėtrą. O, kad planuojami darbai būtų tikslingi, lapkričio 6 d. Prienų rajono savivaldybės meras Alvydas Vaicekuskas mūsų krašto vandens transporto priemonių valdytojus pakvietė aptarti Nemuno įveiklinimo ir infrastruktūros plėtros klausimus.



Į mero kvietimą atsiliepusiųjų laivavedžių skaičius rodo, jog Prienų krašte yra nemažai vandens transporto priemonių valdytojų bei potencialių vandens turizmo vystytojų, tad laivų įleidimo ir prisišvartavimo vietos būtų naudingos ir gyventojams, ir turizmo skatinimui.

Susitikimo metu laivavedžiai atkreipė dėmesį, jog planuojamas slipas (laivų įleidimo vieta) turėtų būti įrengtas tokioje vietoje, kad prie jo būtų ne tik patogus privažiavimas, bet ir erdvi stovėjimo aikštelė, kurioje būtų pakankamai vietos apsisukti su priekabomis. Tokios vietos, pačių vandens transporto priemonių valdytojų nuomone, galėtų būti: šalia Paprienės stadiono, Kęstučio gatvėje prie valymo įrenginių arba, kaip užsiminė meras, Dvariuky, netoli jau esančios privačios laivų įleidimo vietos.

Siekiant pritraukti vandens keliu atvykstančių turistų, miesto centre planuojama įrengti ir pantoninę prieplauką, kurioje, prisišvartavę savo laivus, atvykusieji galėtų pasivaikščioti po miestą, apsilankyti mūsų kavinėse. Tiesa, vandens transporto priemonių val-

dytojai išpėja Savivaldybės atstovus: jeigu prieplaukos bus išnuomos, plaukti į Prienus nebus tikslo, nes ir vėl nebus vietos, kur patogiai išlipti.

Verslo atstovai turėjo ir daugiau idėjų, kaip būtų galima paskatinti vandens turizmą: siūlė Nemuno maršruto – nuo Pašventupio iki Peršėkės idėją, įrengiant ir tarpines sustojimo vietas, kuriose būtų tualetai ir pavėsinės, ar išvystyti kitas paslaugas, susijusias su laivų iškėlimu ir pan., taip pat trumpai aptartas vandens transporto priemonėms skirtos degalinės poreikis.

Visgi, susirinkusiųjų teigimu, nuo plaukimo į Prienus atbaido ne tik tai, jog praplaukus Birštoną, nėra kur sustoti, bet ir nepakankamai gili Nemuno vaga. Beje, apie jos gilinimą kalbėta jau prieš keletą metų, tačiau, pasak A. Vaicekausko, Vidaus vandens kelių direkcija šiuo metu teisinasi neturinti lėšų. Tačiau susitikimo dalyviai atkreipia dėmesį, jog čia kalbama visai ne apie dešimtis, o tik keletą kilometrų nuo Bagrėno iki tilto.

Rimantė Jančauskaitė



## Prasideda „Maltiečių sriuba“: tai galimybė pasirūpinti seneliais, kiekvieną jų likusią dieną padaryti šviesesnę

Maltos ordino pagalbos tarnyba (maltiečiai) pradeda kasmetinę senelių paramos akciją „Maltiečių sriuba“ – šiemet jau 19-oji. Jos tikslas surinkti lėšų vienišų, vargingai gyvenančių senų žmonių pagalbai. Statistikos duomenimis, pensijos didėja, tačiau tokie teiginiai neatspindi kasdienybės – mažas pajamas gaunantys šalių senoliai ir toliau gyvena nepritekliauję, nes didžiąją dalį pensijos „suvalgo“ augančios maisto ir paslaugų kainos.

Gyvenimą kuriame patys  
Saugi e.visuomenė

MRF  
MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

## Mokė senjorus, kaip saugiai plaukioti skaitmeniniame „vandenynė“

Skaitmeninės viešosios paslaugos Lietuvoje yra gerai išvystytos, tačiau dar yra kur pasitempti skatinant gyventojus, ypač senjorus, gerinti savo skaitmeninius įgūdžius. Tobulėjant technologijoms, daugeliui viešųjų paslaugų persikeliant į internetą, gyventojams, nepriklausomai nuo amžiaus, mokėti naudotis kompiuteriu ir internetu yra taip pat svarbu, kaip ir gebėti skaityti, rašyti ir skaičiuoti.

### Projekto „Nė vienas nėra pamirštas“ mokymai Prienuose

Dabartinėje visuomenėje skaitmeninė atskirtis lemia ir socialinę atskirtį, todėl Lietuvos ryšių reguliavimo tarnyba (RRT) inicijavo per Lietuvą keliaujantį projektą „Nė vienas nėra pamirštas“, kurio tikslas – ugdyti senjorų gebėjimą saugiai naudotis informacinėmis technologijomis, pristatyti jiems vartotojų teises ir išmokyti atpažinti kibernetinius sukčius. Lapkričio 6 d. LR Prezidento Gitano Nausėdos globojamo projekto komanda atvyko ir į Prienus pas Trečiojo amžiaus universiteto lankytojus.

Pirmoje renginio dalyje senjorai buvo pakviesti į Prienų švietimo pagalbos tarnybos kompiuterių auditoriją, kurioje surengtos skaitmeninių įgūdžių lavinimo dirbtuvės. Valstybės skaitmeninių sprendimų agentūros ir Registrų centro specialistai bei konsultantai prienietis mokė praktiškai naudotis eValdžios paslaugomis konkrečiais gyvenimo atvejais: susirgus, slaugant šeimos narį, turint negalią; pristatė išankstinę pacientų registravimo pas gydytojus sistemą; parodė, kaip prisijungti prie elektroninės sveikatos istorijos ir peržiūrėti savo medicininius dokumentus.

### Asmens duomenų naudojimas ir apsauga

Antroje renginio dalyje, vykusioje Prienų kultūros ir laisvalaikio centre, Valstybinės duomenų apsaugos inspekcijos, Ryšių reguliavimo tarnybos specialistai skaitė paskaitas TAU lankytojams, jose daug dėmesio skirdami saugiam elgesiui internete.

Valstybinės duomenų apsaugos inspekcijos Teisės skyriaus vyriausiosios specialistės Karolina



Projekto „Nė vienas nėra pamirštas“ paskaitose – apie saugų elgesį internete.

Vilimaitė ir Karolina Grobovaitė papasakojo, kodėl taip svarbu saugoti savo asmeninius duomenis, priminė, kad jų apsaugą Lietuvoje užtikrina patys asmenys, organizacijos, tvarkančios asmens duomenis, taip pat Valstybinė duomenų apsaugos inspekcija, žurnalistų etikos inspektorius, policija, teismai, į kuriuos galima kreiptis su skundais ir prašymais.

Daugelis yra įsitikinę, kad asmens duomenys – pirmiausia tai žmogaus vardas ir pavardė, asmens kodas, gimimo data, gyvenamosios vietos adresas, telefono numeris, banko sąskaitos numeris. Iš tikrųjų ši sąvoka daug platesnė. Prie asmens duomenų priskiriamas IP adresas, parašas, prisijungimo prie darbinių ar socialinių tinklų duomenys, darbovietė, užimamos pareigos, fotonuotrauka, automobilio valstybinis numeris, socialinio draudimo numeris, inicialai, vaizdo ir garso duomenys, užduočių atlikimo rezultatai, darbuotojo veiklos vertinimas. Asmens duomenų apsauga yra nusakoma įstatymiškai. Ir kiekvienas paslaugų gyventojams teikėjas privalo laikytis Bendrojo duomenų apsaugos reglamento (BDAR), apsaugoti savo sistemas nuo asmens duomenų paviešinimo arba pavogimo.

Pranešėjos pateikė pavyzdžių, kokiais atvejais asmens veiklai (ne)taikomas BDAR, kokių pagrindų gali būti tvarkomi asmens duomenys. Asmenys turi turėti laisvą pasirinkimą sutikti su jų asmens duomenų tvarkymu arba ne; be to, jiems turi būti suteikta galimybė laisvai atšaukti savo sutikimą (be jokių neigiamų pasekmių). Visgi, kaip rodo praktika,

žmogui neretai nepaliekama laisvės dėl to apsispręsti, jis tampa aplinkybių įkaitu, kitaip negalės sudaryti sutarties, negaus prekės ar paslaugos.

Atvejai, kai asmens duomenų tvarkymui yra tinkamas teisinis pagrindas: esant sutartinėms prievolėms (pvz.: draudžiant būstą), siekiant įvykdyti teisinę prievolę (darbdavio pateikiami darbuotojų duomenys „Sodrai“, Mokesčių inspekcijai ir kt.), viešojo intereso tikslais (viešai skelbiami duomenys dažnu atveju turi būti nuasmeninti), užtikrinant asmens gyvybinius interesus (pvz., ligoninėje, kai žmogus yra nesąmoningas ir negali suteikti sutikimo), teisėtais interesais (turto apsaugos atvejais, jeigu tai nesikėsina į gyventojų, darbuotojų privatumą).

Pagal BDAR gyventojai turi teisę nesutikti su jų duomenų paviešinimu, naudojimu rinkodaros ir kitais tikslais, gali prašyti juos ištrinti, ištaisyti neteisingus duomenis, apriboti jų naudojimą, taip pat pateikti prašymą leisti susipažinti su įstaigose tvarkomais jo duomenimis, juos perkelti iš vienos įstaigos (pvz.: finansų ar telekomunikacijų) į kitą.

Viena mažiau žinoma asmens teisė yra susijusi su automatizuotais sprendimais. Pranešėja pateikė tokį gyvenimišką pavyzdį. Kelionių agentūra pagal sudarytą algoritmą automatizuotai priima sprendimą neapdrausti vyresnio nei 70 metų asmens kelionių draudimu, todėl jis gali ginčyti sprendimą ir prašyti, kad jį peržiūrėtų darbuotojas.

(Nukelta į 3 p.)

Maltiečiai kviečia susivienyti dėl pagalbos vargingai gyvenantiems seneliams. Jūsų auka – tai galimybė pasirūpinti seneliais dar vienerius metus ir kiekvieną jų likusią dieną padaryti šviesesnę. Su pagarba senatvei maltiečiai kviečia aukoti SMS ir skambučiais 1415 – 10 eurų, 1601 – 5 eurais. Pasirinktą sumą ir reguliarią paramą galima skirti interneto puslapyje <https://maltieciusriuba.lt/>

Trumpaisiais numeriais galima aukoti iki 2025 m. sausio 6 d., o per puslapį ir reguliariai – visus metus. Ačiū visiems pagalbos laukiančių senelių vardu.

### Kaip galima prisidėti vykstant akcijai „Maltiečių sriuba“?

Iki pat Naujųjų metų vyks „Maltiečių sriubos“ renginiai šalies miestuose – gyventojai kviečiami ateiti į juos, pasivaikščioti simboline sriuba ir paaugoti.

# Mokė senjorus, kaip saugiai plaukioti skaitmeniniame „vandenynė“

(Atkelta iš 2 p.)

Valstybinės duomenų apsaugos inspekcijos atstovės davė ir naujų patarimų, kaip apsaugoti savo asmens duomenis internete, naudojantis elektroniniu paštu. Anot jų, reikėtų rinktis sudėtingesnius slaptažodžius, nenaudoti tų pačių slaptažodžių visoms paskyroms, būtina periodiškai juos keisti. Naršant internete, iššokus slapukų nustatymams, nespausti „priimti viską“, „sutinku“, kol neperskaitėte visų sąlygų; nespausti nepatikimų (kenkėjiškų) nuorodų. Dar vienas patarimas – neatskleisti savo asmens duomenų nepažįstamiems telefonu, SMS žinute.

Nutekinus asmens duomenis, galima susidurti su nemaloniomis pasekmėmis: asmens tapatybės vagyste, suklastotų mokėjimo kortelių operacijomis, telefoniniu sukčiavimu, netgi šantažu.

Senjorai gali apsidrausti nuo nemalonumų, jei bus budrūs: neviešins savo asmens kodo internete, nereaguos į primygtinius nepagrįstus priminimus sumokėti išskolinimus ar baidas, atnaujinti banko ir kitas paskyras, nuolat peržiūrės savo bankinius išrašus ir kt.

Tais atvejais, kai duomenų valdytojų veiksmas (neveikimas) pažeidžia BDAR ar Elektroninių ryšių įstatymo nuostatas, asmenų teises, su įrodymais galima kreiptis į Valstybinės duomenų apsaugos inspekciją, kuri nemokamai nagrinėja asmenų skundus. Administracinė nuobauda pažeidėjams gali būti paskirta ne vėliau kaip per 2

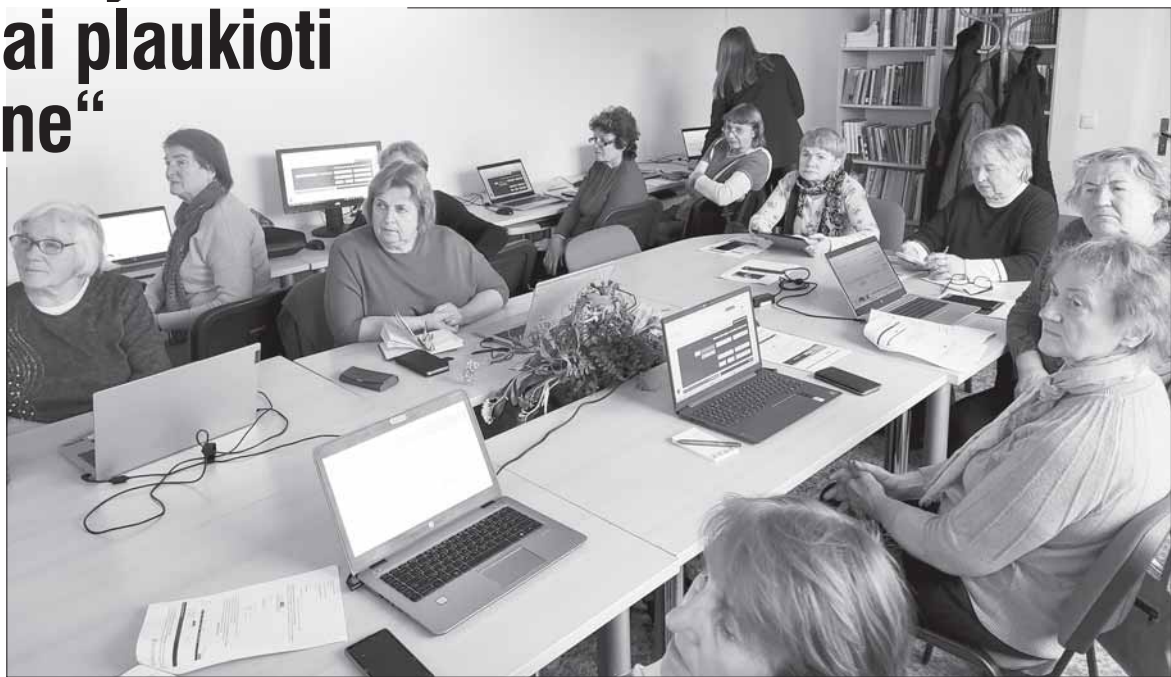
metus nuo pažeidimo padarymo ar jo paaiškėjimo datos. Aptartais klausimais asmenys gali pasikonsultuoti nuvykę į tarnybą asmeniškai bei telefonu +370 5 212 7532.

## Nežinojimas ir patiklumas brangiai kainuoja

RRT Skaitmeninių paslaugų reguliavimo grupės informacinių technologijų specialistas **Aurimas Macijauskas** renginyje kalbėjo apie tai, kaip atpažinti kibernetinius sukčius ir nuo jų apsisaugoti.

Jis atkreipė senjorų dėmesį į tai, kad sukčiai nusižiūrėtas aukas atakuoja skambučiais, trumposios telefono žinutėmis, Messenger, WhatsApp pranešimais ir elektroniniais pašto laiškais. Jo teigimu, žmonėms reikėtų suklusti, kai skambina nepažįstamas asmuo, iš nežinomo, ne lietuviško ar paslėpto numerio; kai prašoma pateikti asmeninę informaciją, prisijungimo prie banko duomenis, informuojama apie neužsisakytą siuntą; kai gąsdinama ir skubinama; siūloma investuoti su 100 proc. grąža, pranešama apie laimėjimą loterijoje, gautą palikimą, grąžinamus mokesčius ir pan.

Pateikti pavyzdžiai iš policijos įvykių suvestinių rodo, kad žmonėms, ypač vyresnio amžiaus, dar trūksta įgūdžių naudotis technologijomis, jie nemoka atsirinkti, kuri informacija yra teisinga, o kuri – sukčių paspėsti spąstai. Nežinojimas ir patiklumas skaudžiai atsieina. Antai investavimo galimybėmis susigundęs Vilniaus rajono gyventojas prarado apie 49 tūkst.



Praktiniai mokymai senjorams Prienų švietimo pagalbos tarnyboje.

Autorės nuotraukos

eurų. O iš Anykščių rajono gyventojos apgaule buvo išviliota per 17 tūkst. eurų suma.

A. Macijauskas perspėjo: sukčiai nesnaudžia, tobulėja, taiko įvairias taktikas. Skambučiui pateisinti sugalvojama rimta priežastis, skambinama nakties metu, neretai kalbama apie pažįstamus žmones, apsimetama žinomu asmeniu ar institucija (banko, policijos, Sodros, VMI, draudimo bendrovės, pašto, savivaldybių atstovais).

Todėl gavus tokio pobūdžio žinutes, reikia įvertinti situaciją, nespausti nuorodų į nurodytus tinklalapius, neskambinti nurodytais telefonais. Apie pasitaikiusius sukčiavimo atvejus būtina informuoti atsakingas institucijas: [www.nkc.lt/pranesti.html](http://www.nkc.lt/pranesti.html), el.p. [cert@nkc.lt](mailto:cert@nkc.lt).

## Galima kreiptis dėl nekokybiškų ryšių paslaugų

Ryšių reguliavimo tarnybos Teisės ir vartotojų apsaugos grupės

patarėja **Lina Stankevičienė** informavo gyventojus, turinčius sutartis su televizijos, telefono ryšio, interneto paslaugų teikėjais, apie galimybę kreiptis į tarnybą dėl elektroninių ryšių paslaugų kokybės ir prieinamumo, nepagrįstų sąskaitų už paslaugas, sutarčių nutraukimo mokesčių, nesutarimų dėl sutarties sąlygų, vienašališko jų keitimo. Tarnyba gali padėti ir esant nesutarimams dėl nekokybiškų pašto paslaugų – siunčiant siuntas, naudojantis paštomatais ir kurjerių paslaugomis, kai siunta nepasiekia gavėjo, yra pažeista, joje trūksta prekių, susiduriama su pristatymo nesklandumais. Nemokamai tarpininkaujama sprendžiant tarp šalių iškilusias ginčus tais atvejais, kai paslaugų teikėjui raštu išsakytos pretenzijos neduoda norimo atsako. Tarnybos tel. +370 800 20030 galima registruoti TV antenų trukdžius ir pasikonsultuoti su RTT specialistais.“

## Mokė pasikeisti telefono numerius su 0, 00, +370

Nuo kitų metų kovo 1 d. Lietuvoje veiks tik telefono numeriai, kurie prasidės 0 ir 00 ir +370 (šiuo metu dar galima rinkti ir 8). Todėl tarnybos darbuotojai TAU senjorams padėjo pakeisti mobiliuose telefonuose įrašytus numerius, pasirenkant App store ir Google Play ir įdiegiant „Contacts Prefix Fixer“ programėlę.

RTT Strateginio valdymo grupės komunikacijos projektų koordinatorė **Rita Karpuvienė** už galimybę surengti senjorams mokymus Prienuose, projekto „Nė vienas nėra pamirštas“ sklaidą padėkojo Prienų rajono savivaldybei, merui **Alvydui Vaicekauskui**, Prienų švietimo pagalbos tarnybos, Prienų Justino Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos darbuotojams, „Gyvenimo“ redakcijai ir kitiems partneriams.

Dalė Lazauskienė

# „Sveiki, atvykę į „Kubilą“!

(Atkelta iš 1 p.)

Klubo nariai savo rankomis pastatę suremontavo, įrengė vidų, sutvarkė aplinką ir pavertė jaukia susitikimų vieta, kurios kiekvienas kampelis apstatytas, nukabinėtas baikerių subkultūrą atspindinčiais ženklais ir trofėjais.

Lapkričio 8-osios vakarą kviesiniai svečiai galėjo praverti išskirtinės formos statinio duris, įvertinti baikerių pastangas, pabendrauti, tamsų ir šaltoką vakarą pasišildyti prie jaukia deگانčio židinio viduje ar liepsnojančių kelmų lauke, pasivaishinti plovu, aštria sriuba.

Su įkurtuvėmis klubo narius pasveikino Prienų rajono meras **Alvydas Vaicekauskas**, apžiūrėti patalpų atvyko vicemerė **Laimutė Jančiukienė**, Kultūros ir turizmo skyriaus vedėjas **Rimantas Šiugzdinis**, išrinktoji LR Seimo narė **Jūratė Zailskienė**.

Prienuose jau penkiolika metų gyvuojančio klubo „Raptorial MCC“ prezidentas **Artūras Juočiūnas** su svečiais ir baikerių bendruomenės nariais pasidalino užliejusiomis džiugiomis emocijomis.

– Dar visiškai neseniai, važiuodami Bačkininkų miško keliuku, matydavome apleistą, griūvantį pa-

statą, prisimindavome, kaip kažkada jame lankėmės... Atsitiko taip, kad susikirto ankstesnių pastato savininkų ir klubo narių keliai... Sveiki, atvykę į „Kubilą“, šiandien susirinkome šiame pastate pabūti, švęsti, pasidžiaugti, kad ne tik Lietuva, bet ir Prienų kraštas gražėja. Malonu, jog ir baikeriai prie to prisideda, – kalbėjo A. Juočiūnas, pridurdamas, kad pastato, kuriame nuo šiol veiks klubo būstinė, širdis – židiny – išliko ir, reikia tikėtis, degs dar ilgai.

Vienas iš klubo atstovų neslėpė, kad, atsiradus galimybei įsigyti „Kubilo“ pastatą, sprendimas kilo spontaniškai: „Nubalsavom už, o kai atvažiuom ryte pažiūrėti, išsigandom: „Ką reikės daryt, pastatas – tikra griuvena... O dabar visas suremontuota taip, kaip ir turi būti. Sutvirtintos konstrukcijos, išardyti užmūrijimai, sudėti stiklo paketai ir atvertas vaizdas į mišką. Užsikuriam židinį, susėdam, žiūrim, kaip sninga. Pavasarį pumpurai skleidžiasi... Smagu.“

Klubo vadovo A. Juočiūno teigimu, tuo metu klubo būstinė buvo įsikūrusi buvusiam Kariniame miestelyje Savivaldybės panaudai suteiktose patalpose. „Pagalvojom, kad klubas plečiasi, priauga jaunimo, reikia nuosavų patalpų“, – sprendimą iš žinomo verslininko



Autorės nuotraukos

nupirkti „Kubilą“ pagrindė jis. Ankstesnių savininkų iniciatyvą prikelti pastatą naujam gyvenimui sustabdė specialistų paskaičiuota nerealiai didelė remonto darbų kaina.

Apie investicijas paklaustas A. Juočiūnas tikslios sumos neįvardino:

– Daug pastangų, darbo, asmeninio laiko, lėšų įdėta. Įsigytas pastatas buvo prastos būklės, išgrobstytas. Jame visas atnaujinta – išgriautos buvusios virtuvės priestato pertvaros, iš vidaus apšiltintos sienos, sudėti nauji balkiai, perdangtas stogas, įstatyti langai, atstatytas balkonas... Įrengtas vandens gręžinys. Iš autentiško pastato likusi tik pati „bačka“, metalinės konstrukcijos, akmeninės sienos ir apvalus židiny.

Savo lėšomis nupirkę pastatą, klubo nariai surėmė pečius, prisi-

minė statybinius gebėjimus ir užsispyrimo bei vieningumo dėka savaitgalis po savaitgalio taltų būdu atstatė pastatą. Tai užtruko beveik trejus metus.

Šiuo metu baikerių klubas „Raptorial MCC“ vienija dvidešimt narių, mėgstančių važiuoti plieniniais ristikais, dauguma jų – prieniškiai bei kilusieji iš šio krašto. Tarp jų yra ir „čioperių“, ir triračių bei sportinių motociklų savininkų. Klubo prezidentas patikina, kad vietos baikeriai yra organizuoti, išrinkę atstovus, atsakingus už saugų važiavimą keliuose, finansinius klausimus ir kt.

– Esame vietos bendruomenės dalis, todėl dalyvaujame įvairiuose renginiuose, pasveikiname Prienus miesto šventės proga, lankomės pas vaikus Socialinių paslaugų centre, – pridūrė A. Juočiūnas.

Dalė Lazauskienė



# Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

Parengė Veronika Pečkienė

## „Viskas įskaičiuota“ – jūsų sveikatai

„Viskas įskaičiuota“ – ne tušti žodžiai ir ne reklaminis triukas. Tai akivaizdi tiesa, džiuginanti kiekvieną atvykstantį į „Eglės sanatoriją“ Druskininkuose sustiprinti sveikatą, pailsėti, įdomiai praleisti laiką. Apie gydymo programas ir naujoves kalbuosi su „Eglės sanatorijos“ komercijos vadove Aiste POVILAUSKAITE.

– „Eglės sanatorija“ jau perkopė 50-ties metų gyvavimo sukaktį. Svečiai laukiami ne tik Druskininkuose, Birštone, bet ir Vilniuje, Kaune.

Lietuvos kurortuose siūlote platų gydymo programų pasirinkimą: sveikadieniai, šeimadieniai, sanatorinis gydymo mini, maxi programos...

– Iš tiesų, sudarėme sąlygas kiekvienam pasirinkti sveikatinimo ar gydymą programą pagal norą ir galimybes – nuo 2 iki 14 ar daugiau dienų. Džiaugiamės nuolatiniiais ištikimais klientais, kurie vertina akivaizdžią gydymą naudą. Siekiame sudominti įvairaus amžiaus žmones sanatorinio gydymo privalumais fizinei, emocinei ir psichologinei sveikatai.

– Puikiai sutvarkyta procedūrų registracijos tvarka. Kaip jums tai pavyko?

– Keičiasi laikai, gyvenimas prašosi korekcijų. Anksčiau kompiuterinė programa automatiškai parinkdavo procedūrų laikus, kurie ne visada būdavo patogūs klientams. Juk kiekvienas esame skirtingi ir įpročiai, ir dienos režimu. Vienas – aktyvus ryte, kitam reikia popiečio miego, dar kitam – popietinis laikas pats energingiausias.

Dabar procedūrų registratorės atsižvelgia į kiekvieno atvykusiojo pageidavimus ir gali skirti (bei koreguoti) procedūras jiems patogiu metu. O besinaudojantys mobiliąja programėle procedūrų laikus koreguoja patys.

– Patogi naujovė – ir ta, kad, per dieną gaunant 5-7 procedūras, nereikia skubėti pusryčių ar pietų...

– Klientų patogumui bei komfortui sukūrėme naują paslaugų koncepciją – „Viskas įskaičiuota jūsų sveikatai“.

Sanatorinio gydymo pakete: pasirinkto tipo kambarys, kasdien 3-5 gydymosi procedūros, trijų kartų maitinimas plius du (priešpiečiai ir pavakariai), neriboti apsilankymai baseine, pirtyse; laisvalaikio žaidimai, renginiai.

Itin svečius pradžiugino galiomybė maitintis patogiu laiku – pusryčiauti, pietauti ir vakarieniauti bei neribotai lankytis priešpiečių



bei pavakarių užkandžių baruose.

– Maisto asortimentas ir kokybė, mano nuomone, prilygsta keturių žvaigždučių viešbučių Turkijoje ar Graikijoje...

– Ačiū už gražų įvertinimą. Taip, siūlomas platus valgių asortimentas. Kasdien patiekiami vis kiti karšti mėsos ar žuvies patiekalai, salotos, desertai, pyragai, sultys, ledai.

Na, tik nėra alkoholio (šypso), kurį dešimteriojai atstoja miško terapija: svaigina grynas oras, ramybė, paukščių giesmės, gėlynų žiedų aromatas...

– Švarūs ir komfortiški kambariai, jaunos poilsio zonos. Masažuoti pėdas kviečia refleksoterapinis akmenukų takas. Gamtos kūrinija gydo, atpalaiduoja...

– Mums svarbus glaudus natūralios gamtos, meno ir sveikatos ryšys. Sanatorijos erdvėse skamba rami muzika, stiklinėje galerijoje eksponuojami dailininkų paveikslai. Išpuoselėti gėlynai, pievelės, pušynai – miela atgaiva viešintiems svečiams.

– Ar Jūsų įdiegta koncepcija „Viskas įskaičiuota“, kaip investicija į sveikatą pasiteisino?

– Tikrai taip. Sanatorijoje, be gydomųjų procedūrų, neriboto lankymosi baseinų ir pirčių komplekse, siūlomas įvairus laisvalaikio užimtumas: krepšinis, tinklinis, lauko tenisas, vidinėse erdvėse – stalo tenisas, biliardas, žaidimas „Bingo“, viktorinos, koncertai, šokiai ir kt. Mūsų komanda nuširdžiai dirba, kad sveikatinimosi laikas būtų kuo turiningesnis.



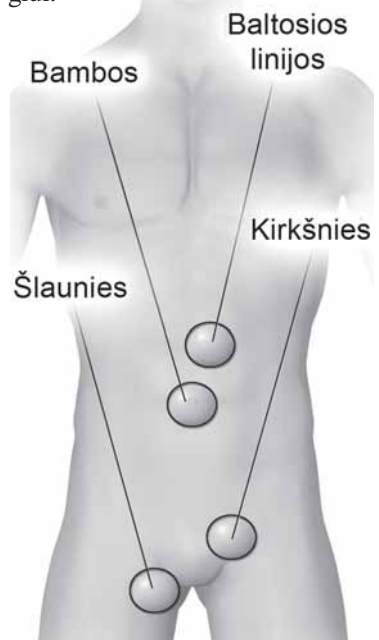
## Pilvo sienos išvarža

„Pilvo sienos išvaržos paprastai atsiranda vyresniame amžiuje. Moterims, ypač daug kartų gimdžiusioms, dažnesnės bambos, o vyrams – kirkšnies išvaržos,“ – teigia LSMU Chirurgijos klinikos lektorius ir Prienų r. pirminės sveikatos priežiūros centro gydytojas chirurgas dr. Audrius Paršeliūnas.

### Išvaržą provokuojantys faktoriai

Pasak dr. A. Paršeliūno, išvaržos yra defektai pilvo sienoje (fascijose ir raumenyse), pro kuriuos į poodį veržiasi pilvaplėvė su vidaus organais. Defektai dažniausiai atsiranda silpnesnėse pilvo sienos vietose – bamboje, kirkšnyje. Jų atsiradimui gali turėti įtakos pilvo sienos pažeidimas chirurginių operacijų metu ar atsiradus pilvo raumenų išsiskyrimui, išplonėjus ir įtrūkus vidurinei pilvo linijai. Didėjant spaudimui pilvo ertmėje pilvaplėvė išsiveržia į poodį ir gali susidaryti palaipsniui didėjanti išvarža. Spaudimas pilvo ertmėje didėja keliant sunkius daiktus, dėl lėtinio kosulio, esant sunkesniai šlapinimuisi ar tuštinimuisi (ilgo stanginimosi užkietėjus viduriams), taip pat nėštumo metu, turint antsvorio, rečiau – atsiradus dideliems pilvo ertmės augliams, susikaupus pilve skysčiui.

Beje, vyresniame amžiuje, po gimdymo ar operacijų sumažėjus audinių elastingumui, pilvo raumenų tonusui, išvarža gali atsirasti esant normaliam pilvo ertmės slėgiui.



Paveikslėlyje – dažniausios pilvo sritys, kuriose atsiranda išvaržos.

### Kada galima įtarti pilvo išvaržą?

Gydytojo chirurgo teigimu, pilvo srityje apčiuopiamas guzas, kuris gulint išnyksta (išvaržos turinys grįžta į pilvo ertmę), o atsistojus ar pakosėjus vėl iššoka. Žmogus gali jausti tempimą, maudimą, ypač po fizinio darbo ar ilgesnio pasivaikščiojimo. Laikui bėgant, iškilimas didėja.

### Būklė, kelianti pavojų

Išvaržai įstrigus, jos vietoje atsiranda staigus, stiprus skausmas, pilvo pūtimas. Išvarža padidėja, tampa kieta, atsigulus neišnyksta. Pacientą pykina, jis vemia, susilaiko išmatos ir dujos, pučia pilvą. Tada derėtų vykti į skubios pagalbos skyrių.

### Prevencija ir gydymas

Svarbu stiprinti pilvo sienos raumenis, palaikyti normalų kūno svorį, gydyti vidurių užkietėjimą,



„Svarbiausia yra išvengti išvaržos įstrigimo. Vienintelė efektyvi priemonė, padedanti to išvengti – laiku diagnozuoti ir operuoti neįstrigusias išvaržas“ – atkreipia dėmesį LSMU Chirurgijos klinikos lektorius ir Prienų r. pirminės sveikatos priežiūros centro gydytojas chirurgas dr. Audrius Paršeliūnas.

lėtinį kosulį. „Išvaržos gydymas tik chirurginiu būdu. Jei išvarža neįstrigusi, iki to laiko, kol bus atlikta planinė operacija, galima juostis specialiais elastiniais diržais, ypač fizinio darbo metu, – teigia pašnekovas. – Operacijos metu išvaržoje esantys pilvo organai gražinami atgal į pilvo ertmę, o pilvo siena susiuvama ir sutvirtinama tinkleliu“.

### Kaip elgtis po operacijos?

Pilvo chirurgas rekomenduoja po operacijos vengti vidurių užkietėjimo: vartoti daugiau ląstelienos, maistinių skaidulų turinčio maisto, esant reikalui – vidurius minkštinančių vaistų bei gerti pakankamai skysčių. Derėtų 3-4 mėnesius vengti veiksmų, didinančių slėgį pilvaplėvės ertmėje: sunkių daiktų kėlimo ar stūmimo, kitų fizinių jėgos pratimų, stipraus stenėjimo, vengti kosulio.

## Tobulas kvėpavimas?

„Kvėpavimas – tai gyvybė. Jeigu taisyklingai kvėpuosi, ilgai gyvensi“ (Kvėpavimo ekspertas Stuart Sandeman)

### Kas tai?

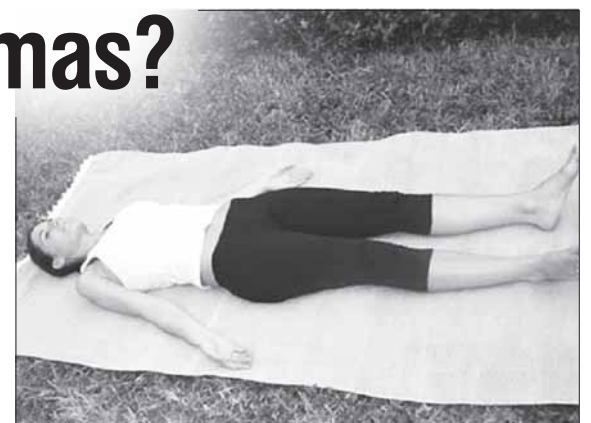
.....Tai, kaip kvėpuojate, priklauso nuo to, ką darote. Koks turėtų būti natūralus kvėpavimas ramybės būsenoje? Kai ilsitės, jūsų kvėpavimas neturėtų būti neįtemptas, nervingas, greitas ar užspaustas.

Idealus kvėpavimas ramybės būsenoje yra toks: oro srautas įeina pro nosį, apatinėje liemens dalyje prasideda judesys ir tarsi banga ritasi aukštyn. Įkvėpimas platus, tačiau tolygus, lėtas atsipalaidavęs ir savaiminis, be jūsų pastangų.

Tobulai kvėpuojant tarp įkvėpimo ir iškvėpimo daroma trumpa pauzė. Įkvėpiama pro nosį, kvėpavimas yra atsipalaidavęs. Nenaudojama jokia kontrolė ar jėga.

### Nauda

Savo knygoje kvėpavimo ekspertas rašo: „Sveikas kvėpavimas atspindi sveiką protą ir sveiką kūną. Tobulai kvėpuojantys žmonės gal ir neišvengė nelaimių ar sunkumų (nes tai realiai neįmanoma...), tačiau jie sėkmingai susitvarkė su visomis sudėtingomis emocijomis ir išmoko paliesti tai, kas juos stabdo“.



### Pasekmės

Tobulas kvėpavimas, nepriklausomai nuo to, ką veikiate, užtikrina deguonies tiekimą ląstelėms. Ramybės būsenoje tobulas kvėpavimas palaiko visos sistemos pusiausvyrą ir padeda iš organizmo pašalinti toksinus. Tai žingsnis į geresnę sveikatą.

Tobulai kvėpuojantys žmonės – susikaupę, atsipalaidavę ir džiaugsmingi. Jie geba „plaukti pasroviui“, tačiau prireikus gali kontroliuoti situaciją ir stresinėse situacijose moka nepasiduoti emocijomis.

Toks kvėpavimas – tai saugumas, optimizmas ir pasitenkinimas.

(Šaltinis: Stuart Sandeman „Įkvėpk iškvėpk“)

# Gyvenimą kuriame patys *Augu ir auginu*

**MRF**  
 MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

## Prienujų rajono mokyklų patirties ir mainų renginys „Karjeros planas – kryptis į sėkmę“

Šiandienos mokykla įgauna šiuolaikiškos ir atviros naujovės mokyklos statusą. Prienujų „Žiburio“ gimnazija dalyvauja Švietimo pažangos programoje „Tūkstantmečio mokyklos“, kurioje apjungiamos mokyklų tobulinimo sritys, sąveikaujančios viso projekto eigoje: kultūrinis ugdymas, įtraukusis ugdymas, STEAM ugdymas, tinklaveika bei lyderystė veikiant. Prienujų „Žiburio“ gimnazijos I–IV gimnazijos klasių mokiniai jau trejus metus sėkmingai ugdo bendrąsias ir karjeros kompetencijas inovatyvioje skaitmeninėje platformoje „Spotiself“. Skaitmeninę Spotiself platformą Prienujų „Žiburio“ gimnazija pirkė TŪM lėšomis, todėl nuo 2023 mokslo metų į šios platformos labirintus gausiai įsitraukė ir Prienujų rajono mokyklų mokiniai.

Kylantys klausimai, tokie, kaip „Kas yra karjera?“, „Ką pirmiausia turime pažinti prieš pradėdami planuoti ateitį?“ ir kiti, sutelkė Prienujų „Žiburio“ gimnazijos, Prienujų „Ažuolo“ progimnazijos ir Prienujų švietimo pagalbos tarnybos karjeros specialistus lapkričio 5 d. bendrai organizuoti Patirties mainų renginį „Karjeros planas – kryptis į sėkmę“. Renginio turinys susijęs su skaitmenine profesinio orientavimo platforma Spotiself, be to, tai puiki galimybė aptarti bei pasidalinti patirtimi apie ugdymo karjerai procesą, išgirsti kiekybinius ar kokybinius progreso rodiklius, galiausiai įvardinti realias Spotiself naudas mokiniams. Vadovaudamiesi TŪM programos sričių sąveikavimo idėja, į konferenciją pakvietėme ne tik Spotiself karjeros konsultantus, bet ir universitetų dėstytojus, sėkmingos karjeros istorijos autorius, RKC „Karjeras“ veiklinimo specialistus ir, žinoma, pradedančius planuoti savo karjerą mokinius.

Prienujų „Žiburio“ gimnazijos III klasės mokinė **Luka Uogintaitė** pasveikino susirinkusius svečius,



Karjerai skirto renginio organizatoriai, dalyviai, lektoriai, svečiai.

dalyvius ir paskelbė patirties mainų renginio „Karjeros planas – kryptis į sėkmę“ temą. Sveikinimo žodį tarė Prienujų savivaldybės švietimo ir sporto skyriaus vedėjas **Rimvydas Zailskas**.

Anot renginio vedėjos **Lukos**, klausimai apie karjerą diktuoja susitikimo tikslą, tad pakviesta į sceną **Lina Stubrienė**, Spotiself karjeros konsultantė, aiškiai įvardino Spotiself privalumus, pasidžiaugė plačiomis skaitmeninės platformos galimybėmis ir paragino 8-12 klasių mokinius rimtai apgalvoti norą pažinti save.

Po kiekvieno pranešėjo kalbos mokiniai sulaukdavo netikėtų **Lukos** klausimų, o atsakiusieji buvo apdovanoti ypatingais prizais.

Konferencijoje pranešimą tema „Nuo idėjos iki karjeros: kaip planuoti ateitį ir ugdyti svarbiausias kompetencijas“ skaitė doc. dr. **Judita Žukauskienė**, VDU STEAM didaktikos centro vadovė. Jos nuomone, mokiniams svarbu ugdyti kūrybišką ir inovatyvų mąstymą, būti ambicingiems ir stiprinti įgūdžius ateičiai. Docentė verslo forumo išvalgas susiejo su pažinimo, komunikavimo, skaitmeninio raštingumo ir kitų kompetencijų ugdymu. Juk karjeros planavimas neatsiejamas nuo technologijų svarbos, tvarumo ir aplinkosaugos, lankstumo ir skaitmeninių įgūdžių. Pranešėja skatino mokinius: „Bū-



Spotiself karjeros konsultantės **L. Stubrienė** ir **E. Mačiulskė**.

kite drąsūs išbandyti save įvairiose patirtyse, dalyvaukite susitikimuose su įvairių profesijų žmonėmis, būkite smalsūs ir įnoringi, nes jūs kursite ateitį“. Tėvų nuomonę apie Spotiself **Judita Žukauskienė**, kaip mama, išsakė labai pozityviai ir pasidžiaugė, kad vaikams suteikiamos plačios galimybės analizuoti save skaitmeninėje erdvėje.

Renginio vedėjos paraginti, apie Spotiself naudą mokiniams diskutavo „Žiburio“ gimnazijos, Jiezno ir Stakliškių gimnazijų mokiniai bei profesionalės **Lina Stubrienė** ir **Edita Mačiulskė**. Mokiniai dalinosi patirtimi apie Spotiself testo svarbą ir pagalbą gilinantis į savęs pažinimą, o profesionalės tikslino testo privalumus,



Doc. dr. **J. Žukauskienė**.



Regioninio karjeros centro specialistė **J. Radvilavičiūtė**.



Advokatė, VDU dėstytoja **J. Kalpokienė**.



Verslininkas **J. Mališauskas**.

ypač pasidžiaugė mokinių pasisakymais.

Regioninio karjeros centro veiklinimo specialistė **Jurgita Radvilavičiūtė** kalbėjo tema „Veiklinimas ir šešėliavimas – būdai pažinti profesiją“. **Jurgita** skatino mokinius išbandyti profesinėje darbo aplinkoje dirbančių žmonių stebėjimą, kaip vieną iš būdų sužinoti, ar tinka/netinka profesija.

Advokatė ir VDU dėstytoja **Julija Kalpokienė**, skaitydama pranešimą tema „Karjeros planavimas ir DI“, papasakojo mokiniams, kad dirbtinio intelekto įrankiai puikiai gelbsti analizuojant profesijas ir išvardino jo privalumus. Tačiau pranešėja akcentavo DI trūkumus, kuriuos pagrindė rodydama spalvotus paveikslus, tekstų pavyzdžius.

Ypač mokinius išjudino **Edita Mačiulskė**, Spotiself karjeros specialistė, kuri aktyviai kvietė visus

atsistoti ir grojant smagiai muzikai siųsti per rankas balionus. **Edita** pasidalino savo mokinių patirtimi ir pabrėžė, kad savęs pažinimas reikalauja daug pastangų ir jų įdėjus patiriama sėkmė. Mokiniams įsiminė ne tik **Editos** kalba ir manieros, bet ir pasakyti žodžiai: „Jei nežinai, kur nori nueiti, nesvarbu, kuriuo keliu eisi“ (Iš „Alisa stebuklų šalyje“).

Patirties ir mainų renginį vainikavo sėkmės istorija, kuria pasidalino verslininkas, „Tango Pizza“ savininkas, Prienujų rajono savivaldybės tarybos narys **Jaunius Mališauskas**. Jo papasakota istorija – tai sėkmių ir nusivylimų kalneliai, kuriuos jis sėkmingai įveikė. Tikėtina, jog mokiniai įsiminė, kad kiekviena klaida – tai nauja galimybė, kuri juos motyvuos nebijoti klysti.

**Janina Kuncienė**, psichologė, karjeros specialistė Prienujų „Žiburio“ gimnazija





## „Gyvenimo“ laikraščio ir Prienų rajono savivaldybės 2024-2025 metų krepšinio pirmenybės

2024–2025 m. Prienų rajono savivaldybės ir „Gyvenimo“ laikraščio krepšinio pirmenybių sezonas šiemet prasidėjo kiek anksčiau – lapkričio 10 d. Prienų sporto arenoje buvo sužaistos keturios 1-ojo turo dvikovos. Pirmenybėse varžysis net 12 komandų, o čempionatas bus vykdomas rato sistema, tad ir žaidėjų, ir žiūrovų laukia ilgas ir įdomus sezonas!

Pirmenybių atidarymo rungtynėse debiutavo „Rebuildas“ komanda, kuri pabandė mesti iššūkį „PMVD-Tango pizza“ krepšininkams. Vis dėlto jau pirmosiomis susitikimo akimirkomis „Rebuildas“ gavo skaudų krikštą – M. Seilius vien pirmajame kėlinyje smėgė 6 tolimus metimus, o „PMVD-Tango pizza“ greitai susikrovė triuškinamą pranašumą – 36:9. „PMVD-Tango pizza“ gerokai pranoko savo varžovus ir, lengvai rinkdama taškus, toliau didino skirtumą. Įpusėjus rungtynėms, pastarųjų pranašumas jau nebekėlė abejonių – 62:27. Antroje susitikimo dalyje vaizdas aikštelėje ir toliau nesikeitė – M. Seilius bombardavo varžovus tolimais metimais, o „Rebuildo“ krepšininkų ūpą pataisė tik ketvirtasis kėlinys, kuriame jie pelnė 25 taškus. „PMVD-Tango pizza“ nušlavė priešininkus rezultatu 133:52 ir iškovojė pirmąją pergalę.

Beje, šiose rungtynėse „PMVD-Tango pizza“ snaiperis M. Seilius pataikė net 15 tritaškių! Nors pirmenybių rekordai niekada nebuvo fiksuojami, tai neabejotinai yra vienas geriausių rezultatų per visą čempionato istoriją.

**„PMVD-Tango pizza“ – „Rebuildas“ 133:52 (36:9, 26:18, 34:7, 37:25).**

### Rezultatyviausi žaidėjai:

„PMVD-Tango pizza“: M. Seilius – 49, P. Bartkevičius – 24, E. Zambauskas – 22, A. Marchockis – 20.

„Rebuildas“: A. Valtaraitis – 15, R. Vaitkevičius – 12, K. Balsevičius – 8.

X X X

Šiemet gerokai pasistiprinusiai BC „Pakuonis-Energija“ komandai 1-ajame ture teko laikyti ir vėl ambicingai nusiteikusių Birštono sporto centro krepšininčių egzaminą. Pakuonio seniūnijos atstovai tolimų metimų dėka sėkmingai pradėjo susitikimą, tačiau V. Diškevičiaus ir E. Žemaičio vedama „Birštono SC“ komanda neleido varžovams pabėgti į priekį. Po pirmojo ketvirčio BC „Pakuonis-Energija“ pirmavo vos 1 taško skirtumu – 22:21. Antrame kėliny-



„PMVD – Tango pizza“ komanda.

je ir toliau tęsėsi atkakli kova. Galingai rungtyniavęs BC „Pakuonis-Energija“ komandos „bokštas“ G. Kačiūšis taikliais metimais dar kiek padidino savo ekipos persvarą – įpusėjus rungtynėms, BC „Pakuonis-Energija“ pirmavo 44:38. Trečiame kėlinyje G. Kačiūšis ir D. Mockus į varžovų krepšį siuntė vieną tolimą metimą po kito, o Pakuonio komandos pranašumas vienu metu siekė ir 15 taškų. Po trenerio A. Liuzos paimtos minutės pertraukėlės „Birštono SC“ krepšininkams pavyko stabilizuoti situaciją ir prieš lemiamą ketvirtį sumažinti atsilikimą iki 9 taškų – 59:68. Ketvirtajame kėlinyje „Birštono SC“ komanda ėmė spausti varžovus po visą aikštelę, o tokia taktika leido pastariesiems priartėti prie varžovų. Sutrikę BC „Pakuonis-Energija“ žaidėjai dar kurį laiką pirmavo, tačiau nedovanotinos klaidos galiausiai leido birštoniškiams persverti rezultatą savo naudai. Lemiamu metu svarbius taškus rinkę V. Diškevičius, E. Žemaitis ir P. Baltušnikas atvedė „Birštono SC“ komandą į dramatišką pergalę rezultatu 86:80.

**„Birštono SC“ – BC „Pakuonis-Energija“ 86:80 (21:22, 17:22, 21:24, 27:12).**

### Rezultatyviausi žaidėjai:

Birštono SC: V. Diškevičius – 28, E. Žemaitis – 15, A. Žarnauskas – 12, D. Brinevičius – 10.

BC „Pakuonis-Energija“: G. Kačiūšis – 27, D. Mockus – 22, O. Stropus – 12.

X X X

Trečiose dienos rungtynėse susitiko praėjusių metų finalininkė „Dantransa“ ir dar vieni pirmenybių naujokai – „Jaučakiai“. D. Jancevičiaus ir J. Davidavičiaus tolimi metimai leido „Dantransai“ sėkmingai pradėti susitikimą ir išsiveržti į priekį. Nors „Dantransa“ kurį laiką užtikrintai pirmavo, tačiau „Jaučakių“ komandos lyderis T. Vaitkus pirmame ketvirtyje pelnė net 11 taškų, o jo atstovaujamos komandos deficitas siekė tik 6 taškus – 20:26. Po pertraukėlės „Dantransa“ ir toliau sėkmingai išlaikė trapią persvarą, tačiau kėlinį „Jaučakiai“ užbaigė spurtu 10:0 ir į didžiąją pertrauką išėjo ilsėtis jau pirmaudami 47:40. Trečiame kėlinyje „Jaučakiai“ bandė atsiplėšti dar labiau, tačiau J. Davidavičiaus tritaškiai ir sėkmingas L. Vainikevičiaus žaidimas varžovų baudos aikštelėje leido „Dantransai“ sugrįžti į rungtynes ir sumažinti varžovų pranašumą iki vieno metimo – 64:66. Vis dėlto lemiamą rungtynių atkarpą Ž. Varnos ir T. Vaitkaus vedami „Jaučakiai“ pradėjo dar viena atkarpa 10:0, taip padėdami tvirtus pamatus pergalei. Skubėti ir po vieną žaisti pradėję „Dantranos“ krepšininkai dažnai klydo ir metė pro šalį, o tuo pasinaudoję „Jaučakiai“ toliau didino savo pranašumą. Nuostabų kėlinį sužaidusi „Jaučakių“ komanda galiausiai sutriškino savo priešininkus rezultatu 96:70 ir Prienų rajono savivaldybės ir „Gyvenimo“ laikraščio krepšinio pirmenybėse debiutavo pergale!

**„Jaučakiai“ – „Dantransa“ 96:70 (20:26, 27:14, 19:24, 30:6).**

### Rezultatyviausi žaidėjai:

„Jaučakiai“: T. Vaitkus – 24, Ž. Varna – 19, A. Ivanauskas – 17, R. Petrauskas – 16, N. Petrauskas – 13.

„Dantransa“: L. Vainikevičius – 21, J. Davidavičius – 12, D. Jancevičius – 11, T. Mikušauskas – 10.

„Dantranos“ komandos žaidėjas D. Jancevičius nubaustas technine pražanga.

(Atkelta iš 8 p.)

Prienų Turguje

Palma Pugačiauskaitė

## Ir turguje jau galima just Kalėdinę nuotaiką

Pakeliui į turgų mus lydi jau beveik nuogi medžiai, vis labiau apniukęs dangus, primenantis, kad gyvename paskutinį rudens mėnesį, ir kaip prekybos centrai jau spėjo išdėlioti viliojančiai artėjančių Kalėdų, Naujųjų metų šventes menančias prekes, taip ir turguje – surasime visko, kas primena, kad be galo greitai sukasi laiko ratas. Gerai, kad žmonės turguje negaili laiko stabtelėti, pasikalbėti tarpusavyje, nors ir esą nepažįstami.

Vieni kažką aptarinėja laukdami eilutėje prie žuvies kiosko, kur asortimentas didžiulis, o prekiautojai – ilgamečiai mūsų turguje. Kiti pasišnekučiuoja su prekybininkėmis ir apie prekę, ir apie gyvenimą, matuodamiesi naujus drabužius. Beje, ir naujų įvairių šiltesnių drabužių galima surasti išpardavimų, akcijų – nuo penkių eurų, pavyzdžiui. O kur ne kur jau, žiūrėk, ir megtinis, kurį puošia akcentas – elnias, eglutė, senelis šaltis su maišu dovanų. Daug įvairių girliandų – pagal poreikius, kaip kad ir žaislų vaikams, o galbūt ir suaugusiems tarpe jų – dovanėlė po eglę. „Jeigu surandu kokį įdomesnį daiktą tarp atvežtinių prekių – perku ir visus dedu į krūvą namuose. Dar truputį laiko – ir pakuosiu dovanėles. Dovanu juo įvairiai, bet parenku pagal žmogaus asmenybę, – sakė Janina ir tikino, kad maža smulkmena kaimynams, seniems bičiuliams visada pradžiugina širdį. – Jeigu dovanoji ir viduj savęs gaili, verčiau nedovanok, o kam. Labai greitai žmogus pajunta, gašvės ne iš širdies. Tada taip ir vyksta mainai – perdovanoja kitiems.

Išties, galbūt ne veltui yra pasakyta, kiek atiduodi, tiek sugrįžta atgal. Bet jau imi kartais ir sudvejoji... Ar tikrai?.. O galbūt per daug tikimės, ir jeigu tikimės gauti atgal, ir nejaučiame nieko sugrįžtant. Vienas pravažiuojant užsukęs pasidairyti po turgų pirkėjas, kaip sakė, jau turintis daug žilų plaukų, ieškojo dovanos krikšto sūnui. Kiek vėliau sutiktas vis tiek buvo įsitikinęs, kad geriausiai bus, jeigu nupirks tik mūsų krašte keptų saldžių gardumynų, o pagrindinė dovana bus pinigai. „Labai griežtai tėvai augino, turėjo pažymėti kompiuteryje, kur išleidžia jų duotą kiek-



vieną litą, eurą. Man jo gaila, galiu sau leisti“, – svarstė vyras, trumpai papasakojęs, kad apsukęs daug pasaulio, turi keletą butų, namų, tačiau nei laimės, nei sveikatos, deja, nėra... „Niekada neskaiciavau pinigų, daug jų mačiau, na, ir kas, „biednesni žmonės kartais sugeba gyventi įdomiau“.

...o turguje pirkto visi pagal poreikius. Kadangi, kaip pastebėjo prekybininkai, „jau bankomatai pinigų dalinti pradėjo“, todėl ir pirkto ne po vieną, o po keletą kilogramų sprandinės, kurios kilogramas kainavo 7 eurus. Vieni perka ir neskaiciuoja, kiti gi suvokia, kad laukia žiema – didesni mokesčiai už šildymą, taupo. Antai šalimai turgaus gyvenanti moterėlė sakė, kad atėjo į pabaigą turgaus tik todėl, kad „pigiau atiduoda likučius, nori greičiau namo. Pirkau vištos kiaušinių dvi dėžutes po du eurus ir raugintų kopūstų, kurių kilogramas ir 2,50, ir 3 eurus kainavo. Kiek vienai reikia, poros morkų nedrįstu turguje prašyti, todėl po keletą svogūnų galvučių, vieną česnako, porą burokėlių nusiperku prekybos centre. Kad labai visur brangu. Netikiu aš jau jokiais vitaminais iš ekologiškų daržovių, nes netikiu žmonėmis, kad jie jau taip augina be jokios chemijos, bet man per aštuoniasdešimt metų, tai niekas ir nekenks“. Užklausta ilgo gyvenimo recepto, gerbiama senjorė šypstelėjo, kad naudoja po arbatinį šaukštelį stiprios užpiltinės, pačios gamintos, geria kelis puodelius kavos ir kartais leidžia sau pavalyti riebiau, kad gerojo cholesterolio būtų daugiau. Todėl perka turguje ir sėmenų aliejaus, riebesnių lašinių ir namie šeiminių lydytų taukų. Taigi ir vėsesniam rudeniui artėjant, kiekvienas turime savo receptą, kuriuo pasinaudoję sušylame...



ĮVAIRŪS

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

Alytaus Naujienos

Santaka

Suvalkietis

**Prienų rajono savivaldybės ir laikraščio „Gyvenimas“ krepšinio pirmenybės**

**2 Turas**

**Lapkričio 17 d. (Pramonės g. 20)**

12:00 PMVD-Tango Pizza - Dantransa  
13:30 Jaučakiai - Versmė  
15:00 Stadionas - Azibets.lt  
16:30 Šilavotas - Pušynė

PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĖ

Gyvenimas

KRSC

# Pyragų dienos akcijoje Savivaldybės darbuotojų surinktos lėšos skirtos Prienų maltiesiems

Lapkričio 6 d. Prienų rajono savivaldybėje paminėta Pyragų diena, kurios metu darbuotojai vaišino vieni kitus savo iškeptais pyragais ir kitais gardėsiams, aukojo pinigus ir dalinosi gera nuotaika, bendryste ir širdies šiluma.

Savo atsineštais pyragais vaišino ir meras, vicemerės, mero patarėja, administracijos direktorė ir skyrių vedėjai bei specialistai. Neįtikėtina, kiek daug darbuotojų su džiaugsmu įsitraukė į šią akciją ir dosniai aukojo.

Akcijos metu buvo surinkta beveik 300 eurų, kuriuos visų Savivaldybės darbuotojų vardu mero komandos nariai įteikė Prienų maltiesiems ir jų vadovei Linai Suchorukovienei.



Įteikdamas darbuotojų surinktas lėšas, meras dėkojo jauniems maltiesiems už kilnią veiklą, kurios dėka mūsų senoliai jaučiasi mylimi, vertinami ir nepalikti vieni. Iš tiesų, Prienų maltiesiai – aktyvių, kūrybingų, kitiems norinčių padėti jaunuolių būrys – yra tikra-

sis pavyzdys, kaip svarbu ne tik kalbėti apie pagalbą kitiems, bet ir veikti. Jų pasirėmimas aukoti savo laiką ir energiją, kad suteiktų paguodą ir draugiją tiems, kurie dažnai lieka užmiršti, yra verta didžiausios pagarbos.

Maltiesių vadovė L. Suchoru-

kovienė, padėkodama už gražius žodžius, maltiesių veiklos ir savanorystės prasmės įvertinimą, sakė esanti sujaudinta Savivaldybės darbuotojų dėmesio, kuris stiprina ir įkvepia.

Prienų rajono savivaldybės informacija

## SPRENDIMAI PRIIMTI BIRŠTONO SAVIVALDYBĖS TARYBOS 2024 M. LAPKRIČIO 7 D. POSĖDYJE

Eil. Nr.	Sprendimo numeris	Sprendimo antraštė
1	2	3
1.	(1.3.E)-TSE-170	Dėl Viešosios įstaigos „Tulpės“ sanatorijos 2023 metų metinių finansinių ataskaitų rinkinio audito
2.	(1.3.E)-TSE-171	Dėl pritarimo Birštono savivaldybės ir Kauno regiono savivaldybių susitarimams
3.	(1.3.E)-TSE-172	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2023 m. spalio 19 d. sprendimo Nr. TSE-214 „Dėl nenaudojamų, naudojamų ne pagal paskirtį, apleistų arba neprižiurimų patalpų ir statinių sąrašo patvirtinimo“ pakeitimo
4.	(1.3.E)-TSE-173	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2024 m. balandžio 11 d. sprendimo Nr. (1.3.E)-TSE-081 „Dėl kelių priežiūros ir plėtros programos finansavimo lėšų Birštono savivaldybės valdomiems vietinės reikšmės keliams paskirstymo 2024 metais sąrašo patvirtinimo“ pakeitimo
5.	(1.3.E)-TSE-174	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2024 m. balandžio 11 d. sprendimo Nr. (1.3.E)-TSE-083 „Dėl kelių priežiūros ir plėtros programos finansavimo lėšų, skirtų kurortams, Birštono savivaldybės vietinės reikšmės keliams paskirstymo 2024 metais sąrašo patvirtinimo“ pakeitimo
6.	(1.3.E)-TSE-175	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2019 m. kovo 29 d. sprendimo Nr. TS-38 „Dėl vietinės rinkliavos už leidimo prekiauti (teikti paslaugas) Birštono savivaldybės viešosiose vietose išdavimą nuostatų patvirtinimo ir kai kurių Birštono savivaldybės tarybos sprendimų pripažinimo netekusiais galios“ pakeitimo
7.	(1.3.E)-TSE-176	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2023 m. sausio 26 d. sprendimo Nr. TSE-13 „Dėl prekybos Birštono savivaldybės viešosiose vietose taisyklių ir leidimų prekiauti (teikti paslaugas) Birštono savivaldybės viešosiose vietose išdavimo tvarkos aprašo patvirtinimo“ pakeitimo
8.	(1.3.E)-TSE-177	Dėl vietinės rinkliavos už leidimo prekiauti (teikti paslaugas) pramoginiams įrenginiams išdavimą nuostatų patvirtinimo
9.	(1.3.E)-TSE-178	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2014 m. lapkričio 7 d. sprendimo Nr. TS-157 „Dėl Birštono savivaldybės žemės ūkio rėmimo fondo nuostatų pakeitimo“ pakeitimo
10.	(1.3.E)-TSE-179	Dėl Birštono savivaldybės biudžeto sudarymo ir vykdymo tvarkos aprašo patvirtinimo
11.	(1.3.E)-TSE-180	Dėl skolų pripažinimo beviltiškomis, jų nurašymo, apskaitos ir inventorizavimo tvarkos aprašo patvirtinimo
12.	(1.3.E)-TSE-181	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2023 m. rugpjūčio 24 d. sprendimo Nr. TSE-195 „Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2012 m. rugpjūčio 24 d. sprendimo Nr. TS-136 „Dėl vietinės rinkliavos už naudojimąsi Birštono kurorto viešąja infrastruktūra“ pakeitimo“ pakeitimo
13.	(1.3.E)-TSE-182	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2023 m. gegužės 5 d. sprendimo Nr. TSE-98 „Dėl Birštono savivaldybės tarybos kolegijos sudarymo“ pripažinimo netekusiu galios
14.	(1.3.E)-TSE-183	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2023 m. gegužės 5 d. sprendimo Nr. TSE-100 „Dėl delegatų į Lietuvos savivaldybių asociacijos suvažiavimus“ pakeitimo
15.	(1.3.E)-TSE-184	Dėl spaudos leidinių prenumeratos 2025 metams neįgaliesiems, pensinio amžiaus sulaukusiems asmenims
16.	(1.3.E)-TSE-185	Dėl Birštono savivaldybės tarybos 2019 m. lapkričio 22 d. sprendimo Nr. TS-209 „Dėl paramos būstui įsigyti ar išsinuomoti Birštono savivaldybėje tvarkos aprašo patvirtinimo“ 7, 48 ir 50 punktų pakeitimo
17.	(1.3.E)-TSE-186	Dėl valstybinės žemės sklypo (kadastro Nr. 1201/0003:280, unikalus Nr. 4400-4872-5586), esančio Muziejaus g. 2, Birštono mieste, dalių nustatymo
18.	(1.3.E)-TSE-187	Dėl Birštono lopšelio-darželio „Giliukas“ nuostatų patvirtinimo
19.	(1.3.E)-TSE-188	Dėl Birštono meno mokyklos nuostatų patvirtinimo
20.	(1.3.E)-TSE-189	Dėl leidimo buveinės adresą nurodyti Birštono savivaldybei nuosavybės teise priklausančiame pastate

## 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.

### Gyvuliai, gyvūnai

Parduoda atjunkytus paršelius ir ėrieną. Tel. 0 699 98 212.

Parduoda mėsines 6–7 mėn. bevilnes avytes EasyCare veislės. Kaina – sutartinė. Šiauliškių k. Tel. 8 658 47 964.

Parduoda paršelius su dokumentais, taip pat didelę kiaulę. Tel. 8 612 59 337.

### Įvairios prekės

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

Parduodame lietuvišką kiaulių skerdieną, svilintą. Kaina nuo 3,45 Eur/kg. Puselės svoris – 50–60 kg, atvežame. Tel. +370 607 12 690.

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

Alytaus Naujienos

Suvalkietis

Santaka

## ĮVAIRŪS

Išnuomojama sodyba (gyventi ir prižiūrėti), esanti 5–6 km nuo Prienų. Tel. +370 687 81 133.

## 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.

### Įvairios prekės

Perka traktorių ir priekabą. Siūlyti įvairius variantus. Tel. +370 632 69 589.

### UAB Suvalkijos veršeliai

brangiai perka veršelius. Tel. 8 634 23 551.

KREKENAVOS  
UAB „Krekenavos  
agrofirma“

PERKA  
GALVIJUS

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

Tel.: (8-614)93124

## PASLAUGOS

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

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

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

### 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.

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

Medžių genėjimo ir pjovimo paslaugos: medžių pjovimas, genėjimas, vaismedžių genėjimas. Tel. +370 644 39 322.

# Regionų krepšinio lygoje – kaimynų dvikova

Penktadienio vakarą Prienų sporto ir laisvalaikio centre krepšinio gerbėjai buvo neeilinio įvykio liudininkai: čia įvyko pirmasis Nostra.lt-RKL derbis tarp vietos „Tikodenta“ ir Birštono „Milastos“ komandų.

Triumfavo birštoniečiai, prieniškius įveikę rezultatu 85:74 (24:20, 29:17, 12:24, 20:13). Birštoniečių komandoje rezultatyviausi buvo **Ovidijus Varanauskas** (22 tšk.), **Mindaugas Lukauskis** (17 tšk.). Prienų ekipoje geriausiai pasirodė **Domantas Šeškus** (14 tšk.). Kitą dieną taip pat Prienuose vyko Nostra.lt-RKL rungtynės, kuriose



vietos „Tikodenta“ susikovė su Šilalės „Lūšimi“. Nepaisant kovingos Prienų ekipos pastangų, svečiai triumfavo rezultatu 100:83 (24:26, 28:20, 23:17, 25:20).

Prienų komandoje ryškiausiai spindėjo D. Šeškus, surinkęs įspūdingus 29 taškus, ir **Paulius Steikūnas** (21 tšk.). Šilalės „Lūšies“ rezultatyviausi žaidėjai buvo **Nedas Vydmantas** (21 tšk.), **Mindaugas Čepauskas** (18 tšk.).

Nostra.lt-RKL naudingiausių žaidėjų trejetuke – net du mūsų krašto žaidėjai. Pirmąja **Jokūbas Rudaitis** (Kauno „Žalgiris“-3), antras – **O. Varanauskas** (Birštono „Milasta“), trečias – **D. Šeškus** (Prienų „Tikodenta“).

Šį penktadienį Prienų „Tikodenta“ namuose susikaus su Akmenės sporto centro krepšininkais, Birštono „Milasta“ išvykoje jėgas išmėgins su Tauragės „Taurage“.

**Onutė Valkauskienė**  
Autorės nuotraukos



## „Gyvenimo“ laikraščio ir Prienų rajono savivaldybės 2024-2025 metų krepšinio pirmenybės

(Atkelta iš 6 p.)

XXX

Paskutinėje 1-ojo turo dvikovoje į aikštelę žengė „Vermės“ ir „Azibets.lt“ komandos. Panašu, kad situacija, kai „Vermė“ pradeda rungtynes tolimų metimų fiesta, tampa savotiška tradicija – A. Gedminas vien per pirmąsias 10 minučių smeigė 5 tritaškius, o „Vermė“ šovė į priekį 27:15. Antrame kėlinyje „Vermės“ pranašumas ir toliau išliko dviženklis, tačiau P. Maciulevičiaus ir J. Arlausko taškų dėka „Azibets.lt“ surengė spurtą 9:0 ir ėmė artėti prie varžovų. Vis dėlto A. Gedminas pridėjo dar 4 tolimus metimus ir „Vermė“ susigrąžino solidų pranašumą – 51:37. Antroje rungtynių dalyje „Azibets.lt“ žaidėjai ir toliau pagirtinai kovojo su aukščiausius tikslus šiame saugančiais „Vermės“ krepšininkais, tačiau atkurti intrigos jiems niekaip nepavyko. D. Jurgelionis į varžovų krepšį siuntė vieną taiklų metimą po kito, o „Vermė“ iškovojė užtikrintą pergalę rezultatu 96:73. Beje, „Vermės“ snaiperis A. Gedminas šiame susitikime pataikė net 10



**Komanda „Rebuildas“.**

tolimų metimų!

„Vermė“ – „Azibets.lt“ 96:73 (27:15, 24:22, 18:19, 27:17).

**Rezultatyviausi žaidėjai:**

„Vermė“: A. Gedminas – 34, D. Jurgelionis – 26, K. Juškevičius – 10.

„Azibets.lt“: P. Maciulevičius – 17, K. Valavičius – 15, B. Vaišvilas – 12, J. Arlauskas – 10.

„Azibets.lt“ komandos žaidėjas K. Valavičius nubaustas technine pražanga.



# Gyvenimas

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

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

**Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė**

Redakcija: Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė - VERSLAS, ŽEMĖS ŪKIS (60523, [ramute@gyvenimas.info](mailto:ramute@gyvenimas.info)); SOCIALINĖS PROBLEMOS, ŠVIETIMAS, MEDICINA, TEISĖSAUGA, PASLAUGOS: Dalė Lazauskienė, redaktorės pavaduotoja (60014, [dale@gyvenimas.info](mailto:dale@gyvenimas.info)); APLINKOSAUGA, NEVYRIAUSYBINĖS ORGANIZACIJOS, KULTŪRA, SPORTAS: Rimantė Jančauskaitė, apžvalgininkė (60012, [rimante@gyvenimas.info](mailto:rimante@gyvenimas.info)); KOREKTŪRA: Ona Ališauskienė (60015); BUHALTERIJA, SKELBIMAI: Ona Lodienė, Zina Lankevičienė (tel./faksas 60012, [zina@gyvenimas.info](mailto:zina@gyvenimas.info)); kompiuteriniai ([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 išeina trečiadieniais ir šeštadieniais.  
Ofsetinė spauda. Apimtis – 2 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**

**11.15** PRIENŲ KULTŪROS IR LAISVALAIKIO CENTRE  
**13.00**

PRIENŲ KRAŠTO ŪKININKŲ ŠVENTĖ

# METŲ ŪKIS 2024

KONKURSO „METŲ ŪKIS 2024“ NUGALĖTOJŲ APDOVANOJIMAI

PAULINOS PAUKŠTAITYTĖS ŠVENTINIS KONCERTAS

ORGANIZATORIAI:  
PRIENŲ ŪKININKŲ SĄJUNGA

Apie meilę rimtai ir žaismingai

# Nijolė Narmontaitė

SU GYVO GARSO GRUPE

Andrius BALACHOVIČIUS /Akordeonas/  
Kastytis ŽUKAUSKAS /Klavišiniai/  
Ar Man ISOJAN /Kontrabasas/  
Žydrūnas MOCKŪNAS /Mušamieji/

Lapkričio 22 d.  
19 val.

BIRŠTONO kultūros centre

BILIETUS PLATINA **kakava.lt**

DAUGIAU INFORMACIJOS [www.estradeja.lt](http://www.estradeja.lt)

ESTRADEJA

**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

Dovanų kuponai (tik redakcijoje): nepamirškite dovanos sau, gimnaziui, kaimynui, bičiuliui...

Viskas brangsta, o laikraščio kaina išlieka tokia pati!