



Laba diena

Šiandien – mėnulio jaunatis. Saulė teka 8 val. 20 min., leisis 15 val. 56 min. Dienos ilgumas 7 val. 36 min.

Vardadieniai: šiandien – Airė, Aivaras, Bara, Barbė, Barbora, Bušė, Nadruvė, Nadruvis, Osmundas, Vainota, Vainotas, Vainotė, rytoj – Eimilas, Eimilė, Eimina, Eiminas, Eiminė, Eiminta, Eimintas, Grata, Gratas, Sabas, penktadienį – Bilginas, Bilmantas, Bilmantė, Bilmina, Bilminas, Bylenė, Bylenis, Bylė, Bylius, Koleta, Mikalojus, Mikas, Mikita.

Gruodžio 4 – Šv. Barbora. Gruodžio 5 – Tarptautinė savanorių diena už ekonominę ir socialinę plėtrą. Gruodžio 6 – Arklių diena. Šv. Mikalojus.

Savivaldybės tarybos sprendimai trumpai

Lapkričio 28 d. Prienų rajono savivaldybės tarybos posėdyje paskelbta apie įvykusius pasikeitimus mero komandoje ir Savivaldybės taryboje, priimta 20 sprendimų projektų, vienas klausimas dėl Savivaldybės biudžeto vykdymo tvarkos aprašo patvirtinimo iš darbotvarkės išbrauktas.

Taryba suderino UAB „Prienų šilumos tinklai“ 2024 metų investicijas ir suteikė bendrovei 180 tūkst. eurų garantiją už ilgalaikius įsipareigojimus (iki 60 mėn.) pagal paskolos sutartį investicijoms finansuoti.

Lėšos bus skirtos 100 m³ šilumos akumuliacinės talpos įrengimui Pramonės g. esančioje katilinėje Nr.2. Kaip teigiama aiškinamajame rašte, akumuliacinė talpa užtikrintų efektyvų ir nepertraukiamą katilinės darbą esant šilumos poreikio pikui, sugedus biokuro katilams ar įrangai,

padėtų išvengti katilų apkrovimo svyravimų. Be to, talpa galėtų būti naudojama šilumos tinklų papildymui avarijos metu arba kaip priešgaisrinis vandens rezervas.

Planuojamų investicijų finansavimo šaltinis – bendrovės, skolintos bei Europos Sąjungos struktūrinių fondų paramos lėšos. Bendra projekto vertė – 199,9 tūkst. Eur (be PVM), iš kurių skolintos lėšos sudarys 180 tūkst. Eur. Teigiama, kad investicijų dėka per metus bus sutaupoma iki 1,5 proc. biokuro

(Nukelta į 4 p.)

„Su viltimi lauksime išganytojo gimimo, tikėdami, kad bus daugiau gerumo bei taikos“ ... 2 p.

Prienuose veikiančios Šaulių sąjungos planuose – didelės ambicijos 3 p.

Namų ūkis 5-6 p.
„Sodros“ pensijos ir išmokos 7 p.
pasieks gyventojus dar iki švenčių

Kviečiu atvykti į Balbieriškį: liūdna tikrai nebus 8 p.

Tvariai ir sąmoningai

„Lietuvos galios“ apdovanojimas – ne tik garbė, bet ir įpareigojimas

Šilavoto Davatkyno bendruomenės pelnytą „Lietuvos galios“, Stiprios Lietuvos kategorijoje, apdovanojimą, kurį įteikė Lietuvos Respublikos Prezidentas Gitanas Nausėda, yra reikšmingas įvertinimas ne tik bendruomenei, bet ir visam Prienų kraštui. Tai pirmasis „Lietuvos galios“ apdovanojimas, pasiekęs mūsų rajoną, ir jis liudija apie bendruomenės narių atkaklumą, bendruomeniškumą bei nuoseklų darbą.

Garbingo apdovanojimo proga norisi prisiminti ir bendruomenės ištakas bei apžvelgti svarbiausius darbus.

Prienų rajono gyventojai žino, jog netoli Šilavoto, Naujasodžio kaime, Trakelio miške, yra Šilavoto Davatkynas, jame veikia muziejus, yra skulptoriaus **Sigito Straigio** skulptūrų lauko ekspozicija, šventųjų skulptūrų takas. Prie šios, Lincevičių šeimos globamos, vietos išsaugojimo ir pritaikymui kultūriniam pažinimui dar 2000 m. ženkliausiai prisidėjo Šilavoto mokyklos pedagogai, šviesuoliai bei kiti entuziastai: **Virginija Maščinskienė, Danutė Dainienė, Jonas Mikučiauskas, Regina Mikučiauskienė**, buvusi Prienų krašto muziejaus direktorė **Antanina Aleknavičienė** (1931-2019), kraštiečių **Aldona Rusekaitė**, tapytojas **Alfonas Vilpišauskas** (1945-2015), **Daina Kriukonienė, Vidmantas Dereškevičius, Juozas Petkevičius**. Šių žmonių suburto branduolio dėka suorganizuota daugybė kultūrinių renginių, atsirado turistinis takas nuo Šilavoto bažnyčios iki Šilavoto Davatkyno, įkurtas Laisvės kovų muziejėlis Šilavote, gydytojos **Inetos Marčiukaitytės** ir **Danguolės Lincevičienės** –

(Nukelta į 4 p.)



Šilavoto Davatkyno bendruomenės narių **Viktorijos Bielevičienės** ir **Ugnės Galinienės** rankose – pelnytą apdovanojimą.

Klausimų-atsakymų sesija mažumos valandoje

Pagal Vietos savivaldos įstatymą, ne rečiau kaip kartą per pusę metų yra organizuojama Savivaldybės tarybos mažumos valanda. Lapkričio 28 d. surengto Savivaldybės tarybos posėdžio pabaigoje mažumos atstovai merui **Alvydui Vaicekauskui**, Administracijos direktorei **Jūratei Mickevičienei** bei skyrių vedėjams uždavė rūpimus klausimus pačiomis įvairiausiomis temomis.

Prašė leisti gyvuoti mokykloms

Opozicijos atstovai jau kuri laiką reiškia susirūpinimą dėl situacijos kraštinėse kaimiškose mokyklose, ypač paaikšėjus, jog

šių mokslo metų pradžioje ne vienai mokyklai pritrūko mokinių pilnomis klasėms sukomplektuoti.

Gegužę girdėdami vienus, mokslo metų pradžioje – kitus mokinių skaičius, lygindami Švietimo ir sporto skyriaus Tarybai pateiktą informaciją su realia padėtimi mokyklose, politikai pasimetė tarp prieštaravimų ir panoro pasitikslinti duomenis. Merui **A.Vaicekauskui** bei skyriaus vedėjui **R.Zaileiskui** jie pateikė konkrečius klausimus: kiek mokinių mokosi seniūnijose veikiančiose mokyklose, kiek jų yra pavežami į pamokas Savivaldybės lėšomis, kodėl klasių

komplektai nebuvo patikslinti Taryboje pagal esamą, o ne prognozuojamą mokinių skaičių.

Mero pateikti skaičiai rodo, kad iš keturių kaimo seniūnijose veikiančių pagrindinių mokyklų prasčiausioje situacijoje atsidūrusi Pakuonio pagrindinė mokykla, kurioje šiais mokslo metais mokosi 66 mokiniai, iš jų – 36 bendrojo ugdymo, 6 – pradinėse klasėse, 24 – ikimokyklinio ugdymo grupėje. Tėvai dalį mokinių išsiveža į kitas ugdymo įstaigas, o mokyklą iki šiol įvairiais būdais bandoma gelbėti. Ir šiais mokslo metais Savivaldybės tarybos sprendimu, dešimtokams, kurių liko penki, sudaryta galimybė įgyti pagrindinį išsilavinimą savoje mokykloje. Nepilno klasės komplekto išlaikymas, anot mero, Savivaldybei atsieina

(Nukelta į 2 p.)

MEGA

prekybos ir laisvalaikio centras

ISLANDIJOS PL. 32, KAUNAS



ATRASK MAGIŠKAS PRAMOGAS IR DOVANAS VISAI ŠEIMAI.

DAUGIAU: WWW.MEGALT

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

Renkame Metų žmones ir Metų projektą

Baigiantis metams tradiciškai kviečiame prisiminti ryškesnius 2024 metų įvykius, pastebėti tuos Prienų ir Birštono krašto žmones, kurie, Jūsų nuomone, išsiskiria prasmingais, visuomenei naudingais darbais, yra verti pagarbos už kilnius ir nesavanaudiškus poelgius, kurie puoselėja gražius santykius su aplinkiniais, nestokoja įdomių idėjų ir savo bendruomenėje skleidžia gėrį ir grožį. Rašykite mums, siūlykite savo kandidatus, vertus nominacijos „Metų žmogus“ ir prizų, skirtų pagerbti mūsų krašto švietuliams. Taip pat rinkite ir kandidatus „Metų projekto“ nominacijai.

Jau esame sulaukę mūsų laikraščio skaitytojų laiškų, skambučių, kuriuose minimos konkrečios pavardės.

- 1. **Birutė Mitrulevičienė** – Balbieriškio Caritas vadovė.
- 2. **Viktorija Bielevičienė** – muziejininkė, Šilavoto Davatkyno bendruomenės pirmininkė, įvairių iniciatyvų ir žygių organizatorė.
- 3. **Audronė Zdanevičienė** – Stakliškių gimnazijos etikos mokytoja, renginių jaunimui ir moksleiviams organizatorė.
- 4. **Vytautas Lėckas** – Prienų ir Birštono ūkininkų sąjungos narys, gyvulininkystės ūkyje įkūręs pieno produktų gamybos cechą, 2024 m. Lietuvos artojų varžybų prizininkas, aktyvus bendruomenių renginių rėmėjas.
- 5. **Aldona Žaliauskienė** – Birštono sveikos gyvensenos klubo „Šilagėlė“ vadovė, fizinį aktyvumą skatinančių renginių, paskaitų, žygių, mankštų iniciatorė.
- 6. **Raimundas Puišys** – verslininkas, fotomenininkas, keliautojas, fotografijų parodų, mėgėjų teatrų festivalio „Šaltupis“ ir bardų dainų festivalio „Aš esu Ruduo“ organizatorius ir mecenatas, M. Šalčiaus premijos laureatas.
- 7. _____
- 8. _____

Metų projektai

- 1. **Prienų Just. Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos kultūrinio turizmo maršrutas „Justino Marcinkevičiaus keliu“ (nuo Prienų iki Vilniaus).**
- 2. **Suoliukų su dedikacijomis pastatymas Skriaudžių jubiliejaus proga.**
- 3. **Gastrobaro „Teka teka“ atidarymas Prienuose.**
- 4. **„Augti žmogumi – auginti žmogų“ (Jiezno gimnazijos 80-mečio proga rėmėjų lėšomis išleista knyga).**
- 5. **Jaunimo erdvės atnaujinimo projektas Birštone (naujos patalpos, lauko erdvė).**
- 6. **Senovinių sklandytuvų sąskrydis Pociūnuose.**
- 7. **Birštono ir Prienų krašto kūrėjų knyga „Ieškojimų šviesa“.**
- 8. **Šilavoto Švč. Jėzaus Širdies Carito veiklos atnaujinimas.**
- 9. _____

Mieli laikraščio skaitytojai, pildydami anketą, galite pritarti jau pasiūlytoms kandidatūroms, galite įrašyti ir kitų švietulio pavardes bei projektų pavadinimus. Pareikšti savo nuomonę, užpildydami anketą, galite iki gruodžio 25 d. Savo siūlymus galite siųsti ir el. paštu info@gyvenimas.info

Klausimų-atsakymų sesija mažumos valandoje

(Atkelta iš 1 p.)

apytiksliai 56 tūkst. eurų, galbūt šiek tiek mažiau, nes prisideda ir pati ugdymo įstaiga.

Vyriausybės nutarimu įteisinus naujas klasių komplektavimo sąlygas, šiais mokslo metais Stakliškių gimnazija prarado III (vienuo- liktojų) gimnazijos klase, nes rug- sėjo 1 d. joje nesurinko minimalaus skaičiaus – 21 mokinio. Opozici- jos atstovų teigimu, kad taip ir at- sitiks, buvo aišku iš anksto, tačiau buvo pasirinkta laukimo taktika. Dabar gi 5 vienuoliktokai, aplen- kiant artimesnę Jiezno gimnaziją, Savivaldybės lėšomis yra pavežami į Prienų „Žiburio“ gimnaziją, tai, mero teigimu, kainuoja per 3 tūkst. eurų per mėnesį.

Arūnas Vaidogas atkreipė dė- mesį, kad rytais iš Stakliškių į Prie- nus išvyksta maršrutinis autobusas, todėl priderinus laiką prie esamų poreikių, mokiniai juo galėtų važ- nėti į pamokas, tokiu būdu suma- žėtų jų pavežėjimo kaina.

Atsakymas po atsakymo, ta- čiau Tarybos mažumos atstovai taip ir neišgirdo, koks yra realus mokyklas lankančių mokinių skai- čius, nors tikrieji skaičiai žinomi ir mokyklų vadovams, ir mokyklų kuratoriams. Tačiau Savivaldybės atstovai rėmėsi Švietimo valdymo informacinėje sistemoje (ŠVIS) užfiksuotais duomenimis apie ikimokyklinį, pradinį, pagrindinį, vidurinį ugdymą. Mero teigimu, šie duomenys yra faktas, kadangi pagal tai ir skiriamas finansavimas klasių komplektams, todėl nelogiš- ka tikslinti mokinių skaičių po to, kai ŠVIS baigia registraciją. Anot R.Zailsko, nuo spalio 1 d. įsigalio- jus naujiems Priėmimo į mokyklas kriterijams, to daryti net ir nepri- valoma. Jis žadėjo šio Vyriausybės sprendimo pagrindu parengti nau- ją tvarką, kurią teiks tvirtinti Ta- rybai.

Nors politikams bandyta įteig- ti, kad ŠVIS valdo ir klasių komp- lektus, ir mokytojų etatus, ir lėšas, Tarybos nariai L.Jakinevičienė, A.Marcinkevičius, A.Vaidogas liko prie nuomonės, kad kai kurioms mokykloms yra teikiamos privile- gijos, be to, dėl mokinių skaičiaus

yra gudraujama, o jų pavežėjimui skirtas finansavimas naudojamas neefektyviai. Jie siūlė surengti at- skirą pasitarimą dėl rajono mokyk- lų ateities. Meras ragino neaštrinti situacijos ir leisti gyvuoti mokyk- loms.

Vienur lėšų atliks, kitur – pritrūks

Mažumos atstovai domėjosi ir tuo, kaip, baigiantis metams, įsivainavamos Savivaldybės kul- tūros, sporto, jaunimo ir bend- ruomenės veiklos aktyvinimo, verslo, kaimo rėmimo, meliora- cijos ir kitoms programoms skir- tos lėšos.

Administracijos direktorės J. Mickevičienės teigimu, liko nepa- naudotos tik trūkstantį specialistų pritraukimui numatytos lėšos. Priemonei „Individualių nuotekų valymo įrenginių įrengimo išlaidų kompensavimas iš dalies“ buvo suplanuota 50 tūkst. eurų, iš jų iki praėjusios savaitės keturiems pa- reiškėjams buvo kompensuota 3825 eurai už baigtą INVI įren- gimą, vienam pareiškėjui skiriant ne daugiau kaip po tūkstantį eurų. Dešimt gautų prašymų dar neap- svarstyti, bet akivaizdu, kad prie- monei numatytų lėšų atliks.

Meras A.Vaicekauskas iškėlė mintį kitais metais keisti paramos nuotekų tvarkymui prioritetus, kompensacijas už individualių va- lymo įrenginių įsirengimą palikti tik gyventojams, gaunantiems ma- žas pajamas, o daugiau dėmesio skirti centralizuotų nuotekų tinklų įrengimui, nes jų poreikis, ypač ko- lektyviųjų sodų teritorijose, yra itin didelis.

Kaimo rėmimo programai fi- nansuoti iš biudžeto skirta 100 tūkst. eurų, tačiau, pasak mero, pa- raiškų gauta daug didesnei sumai. Komisija dar nesvarstė paraiškų, daugiausia pateikta prašymų kom- pensuoti žemės mokestį ir paskolų palūkanas, mažiau – apmokėti dirvožemio tyrimus ir kt. Pagal melioracijai skirtą programą buvo pašalinta dešimt gedimų, darbai atsiėjo per 42 tūkst. eurų.

Savivaldybė verslo poreikiams buvo numaciusi 40 tūkst. eurų, iš jų paskirstyta 15 tūkst. eurų. Anot mero, Smulkaus ir vidutinio verslo

rėmimo programos punktus reikė- tų koreguoti, nes verslininkai pagei- dauja gauti didesnę nei 4,5 tūkst. eurų paramą, išplėsti remiamas veiklas.

Rasa Juocevičienė atkreipė dė- mesį į tai, kad, patvirtinus išorinės reklamos įkainius, kai kurie vers- lininkai nusikabina reklamas, nes nenori mokėti padidinto mokes- čio, ir siūlė šias išlaidas kompen- suoti iš verslo rėmimo programos.

Parūpo darbų ir teisinių paslaugų kaina

Tarybos mažumai priklausan- tys politikai mero ir Administra- cijos direktorės prašė įnešti dau- giau aiškumo ir dėl kitų sričių fi- nansavimo biudžeto lėšomis.

Tarybos nariai norėjo išgirsti, ar Savivaldybė skyrė lėšų gastro- baro „Teka teka“ įsikūrimui. Pasak J.Mickevičienės, į patį restoraną nebuvo investuota, Savivaldybės lėšomis buvo padidinta elektros galia (darbai atsiėjo 7021 eurą) ir sutvarkyta vandens nubėgimo sie- nelė (9357 eurai).

Tarybos nariai informuoti apie ketinimus patalpas Savivaldybės archyvu įrengti atskirame pastate, kuris priklausė „Revuonos“ pa- grindinei mokyklai. Patalpų re- montas, sienų apšiltinimas, van- dens-nuotekų sistemos įrengimas kainuos apie 128 tūkst. eurų. Ar- chyvui patalpos bus skirtos pirma- me aukšte.

Savivaldybė nuolat dalyvauja įvairiuose teisiniuose ginčuose, todėl mažumos atstovai paprašė su- rinkti ir pateikti informaciją apie tai, kiek mokesčių mokėtojams kainuoja samdomų teisininkų at- stovavimas bylose. Jovydas Juo- cevičius pastebėjo tą faktą, kad ir Po- ciūnuose, atliekant aviacinio turto inventorizaciją, dalyvavo ne tik antstolis, bet ir iš šalies kviestas ad- vokatas. Savivaldybės atstovų teig- imu, tokiu būdu norėta teisiškai ap- sidrausti, nes prieš tai, perduodant aviacinį turtą Pociūnuose veikian- tiems klubams, buvo susiklosčiusi sudėtinga situacija, kuri buvo narpliojama teismuose.

Reklama savivaldybei ar privačiam rėmėjui?

Stakliškių krepšinio klubas rado privatų rėmėją, todėl Nost- ra.lt-RKL A divizione žaidžianti komanda pasivadino „Tikodenta“. Jos pavadinime neliko užuo- minos apie Prienų kūno kultūros ir sporto centrą, kurio arenoje žai- džiamos namų rungtynės. Tai už- kliuvo Tarybos nariams A.Marcin- kevičiui ir L.Jakinevičienei, kurie Savivaldybės vadovų pasiteiravo, ar privataus asmens remiamas klub- bas atsiskaito už naudojimąsi sale, kas moka treneriui atlyginimą, o jeigu arenoje žaidžiama nemoka- mai, galbūt Savivaldybės kontrolie- rė galėtų išaiškinti, ar tai teisėta.

Atsiras draudimas rūkyti kapinėse

Ankstesniame Tarybos posėdy- je Taryba nepritarė A.Narvydo pa- teiktai peticijai dėl draudimo rūkyti kapinėse. Administracijos direkto- rė J.Mickevičienė mažumos ats- tovus informavo, kad gruodžio mėnesį bus teikiamos tvirtinti nau- jos kapinių tvarkymo taisyklės, į jas bus įtrauktos ir nuostatos dėl nerū- kymo bei gyvūnų vedžiojimo.

Dalė Lazauskienė

Prienų Turguje

Palma Pugačiauskaitė

„Su viltimi lauksime Išganytojo gimimo, tikėdami, kad bus daugiau gerumo bei taikos“ ...

Labai gražiai ir ramiu dangumi ruduo užleido vietą žiemai. Abu rytai be didesnio vėjo tarsi pritarė, kad įžengėme į susikau- pimo ir kitokio laukimo keturių savaitių laiką. Apie tai, kad artina- mės pamažu iki šv. Kalėdų, turguje ir buvo daugybė ženklų. Tai ir girliandos – ant nedidelių ir labai didelių egļučių, terasoms ir net visiems namams papuošti, galima ir medžiams. Buvo ir įvairiausių žaisliukų – ir naujų, ir atvežtinių dėvėtų, kurie nostalgiskai priminė vaikystę. Akį traukė šviečiantys elniai. Dovanoms rinkosi ir suve- nyrinius Zodiako ženklus. Kiti domėjosi didokais maždaug metro ilgio tapytais paveikslais, kuriuose – jūra, kalnai – įvairūs peizažai.

Prieniškė Dovilė, sutikta prie kioskų, kur prekiaujama tik nau- jais drabužiais bei avalyne, pati- kino, kad būtent čia įsigis praktiš- kų dovanų visiems šeimos nariams – kam pirštines, kam šiltesnę ke- purę ar kojines. Nebuvo linkusi daug moteris pirkti: „Daiktai, kaip ir buitį, tušti dalykai gyvenime, tik

mokesčius juk reikia sumokėti, vis- kas brangsta, o kad ir kukliai Kūčiai taip pat reikės pinigėlių. Jau prasideda adventas, reikia tikėtis, kad po Išganytojo gimimo sulauk- sime daugiau tarpusavio supratimo, gerumo ir, žinoma, taikos. O turgaus gyvenimas vyks turbūt ak- tyviai. Juk jau dabar žmonės ištis

labai visko perka dideliais kiekiais ir čia, ir prekybos centruose“. Do- vilė atviravo, kad įvairiomis ligo- mis serga visi šeimos nariai, tad ji labai daug pinigėlių palieka vais- tinėse. Ji apgailestavo, kad tėvai, prisimindami savas Kalėdas, daug šilčiau, jaučiau atsiliepia, nors patys ir žuvį pasigaudavo, grybų savo pririnktų turėdavo, obuolių. „Keista, kad ypač vienkiemiuose žmonės gyveno vargingai, kur šeimos augo daug vaikų, bet tokie šviesūs jų atsiminimai. Gyvename skubėjimo ir susvetimėjimo laike. Ir labai sunku tikėti, kad kas nors pasikeis po Kalėdų, – su maža viltimi atsiveiknom.

Ūkininkų nemažai buvo suva- žiavę. Atvežę ir kvietrugių, ir avių,

mišinių. Tik kai kurie pirkėjai vis dažniau pasigenda gražių rugių. Centneris kvietrugių kainavo 10 eurų. Beje, įdomi pirkėja ieškojo tik nedidelio kiekio miežių. Mote- ris ar rimtai, ar juokavo, sakė, kad pils į stiklines ir idės po tikrą vaš- kinę žvakę – sako, viską stengiasi ir vėl ruošti kaip mama kad ruošu- si. Ji nebetiki jokiais vainikais, ku- rių pynimo mados banga dabar atsiritusi iš Europos, nebetiki ir ke- turių žvakių uždegimu „iš reikalo“ ar „dėl renginuko“. Na, nuomonių, kaip ir Kalėdų – visada yra įvairių.

Vis gausiau buvo galima pasi- rinkti mėsos patiekalų, žuvies dau- giau rūšių, vaisių, daržovių, pyrago gaminių, kitų saldžių gardumynų – pirkimas juk tik didės šį visą mė- nesį. Kaip juokavo viena preky- bininkė, kad šį mėnesį tik turėk ką gražiau supakuoti – viską parduosi. Taigi vieniems daugiau parduoti, kitiems – įsigyti to, ko reikia, arba netikėtai surasti tai, kas ilgam pa- puoš namus, jus pačius.

*Gyvenimą kuriame patys
Galia būti ir veikti*

MRF
MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

Prienuose veikiančios Šaulių sąjungos planuose – didelės ambicijos

Prienuose veikiančios Lietuvos šaulių sąjungos (LŠS) 206-osios kuopos nariai ne tik aktyviai dalyvauja valstybinių švenčių, istorinių datų minėjimuose, bet ir patys inicijuoja įvairius renginius, rūpinasi mūsų krašto jaunimo pilietiško ugdymu ir visuomet yra pasirengę talkinti visuomenei ekstremalių situacijų ar agresijos atveju.

Tiesa, kaip sako Prienų šaulių 206-osios kuopos vadas **Paulius Žiūkas**, turėdama daugiau žmogiškųjų resursų, kuopa galėtų nuveikti dar daugiau. Tad lapkričio 21 dieną Prienų šauliai pakvietė visuomenę iš arčiau susipažinti, kas gi yra tie uniformuoti pilietiškai žmonės, visuomet pasirengę padėti valstybei ir jos žmonėms įvairių krizių metu.

Anot 206-osios kuopos vado pavaduotojo **Luko Malinausko**, Šaulių sąjunga – tai unikali, analogų neturinti organizacija, visoje Lietuvoje vienijanti daugiau kaip 14 tūkstančių piliečių, savo laisvą laiką neatlygintinai skiriančių Tėvynės gynybai ir stiprinimui.

Beje, nepaisant to, jog Lietuvos šaulių sąjunga yra valstybės remiama sukarinta visuomeninė organizacija, L. Malinauskas atkreipia dėmesį, kad šauliai, priešingai nei kariai ar kariai savanoriai, yra civiliai asmenys, kuriems nėra nustatytų griežtų tarnybos valandų, tad jie organizacijos veikloje dalyvauja tiek, kiek gali laisvu nuo darbo ar kitų įsipareigojimų metu. Be to, Šaulių sąjungoje savo vietą atranda ne tik suaugusieji, bet ir nepilnamečiai asmenys, kurie, dalyvaudami įvairiuose renginiuose, pratybose ir mokymuose, ruošiasi šalies gynybai.

„Stereotipai jau taip pat praeityje, o moterys karyboje jau nebe naujiena. Net 30 proc. Šaulių sąjungos narių yra moterys, todėl moterų noras tapti šaulėmis yra ypač sveikintinas“, – sako 206-osios kuopos vado pavaduotojas.

Tad, nepriklausomai nuo lyties, amžiaus ar politinių pažiūrų, Prienų šauliai laukia visų, norinčių prisidėti prie



Prienų šaulių 206-osios kuopos vadas P. Žiūkas ir vado pavaduotojas L. Malinauskas (kairėje) su jaunaisiais šauliais.

organizacijos, kuri telkia ir auginą pilietinę visuomenę ir stiprina valią priešintis.

Kuopos vado P. Žiūko teigimu, Prienų šauliai turi dar neišnaudoto potencialo, juolab kad visai šalia yra ir svarbus strateginis objektas – Pociūnų aerodromas. P. Žiūko nuomone, radus rėmėjų ir išnaudojus aerodromo galimybes, 206-oji kuopa galėtų tapti ir desantine kuopa. Tiesa, kol kas tai tik pasvarstymai, mat tam reikalingi dideli finansiniai resursai, tačiau, kaip sakė kuopos vadas, kodėl tai negali būti siekiamybė?

Anot P. Žiūko, 206-oji kuopa išsiskiria ir tuo, jog turi erdvias savo patalpas, kurios, nors ir sutvarkytos, tačiau dar nėra pilnai įveiktos, todėl kuopa yra išsikėlusį tikslą – padidinti Prienų krašto šaulių gretas.

P. Žiūko teigimu, kuopos siekiamybė – vietoje turėti ne tik komendantinius, pilietinio pasipriešinimo ar jaunųjų šaulių, bet ir kovinius šaulių būrius bei šaulius specialistus, kurių profesiniai įgūdžiai galėtų pasitarnauti ekstremaliuose situacijose. Pasak kuopos vado, tai galėtų būti ir IT, elektronikos, dronų, medicinos ar kitų sričių specialistai.

„Turime daug entuziazmo ir minčių, mums tik trūksta aktyvių žmonių. Įvairiuose renginiuose mums padeda ir kitos Kauno rink-

tinės kuopos, tačiau norime ne tik sulaukti pastiprinimo, bet ir viduje turėti stiprų branduolį“, – susitikimo su visuomene metu sakė kuopos vadas P. Žiūkas.

Susitikime kartu su savo komanda dalyvavęs Prienų rajono savivaldybės meras **Alvydas Vaicekuskas** padėkojo Prienų šauliams už jų dalyvavimą Prienų krašto renginiuose bei skatino kartu ieškoti bendradarbiavimo galimybių. Beje, viena tokių sričių, pasak mero, galėtų būti savivaldybės finansuojamos vaikų vasaros stovyklos. Susitikimo metu meras pasidalino naujiena apie Balbieriškyje planuojamą dronų valdymo mokymų aikštelę, kurioje bepiločių orlaivių valdymo įgūdžius galės tobulinti ir mūsų krašto šauliai.

Norintieji tapti LŠS dalimi, kviečiami pildyti anketą <https://www.sauliusajunga.lt/tapk-sauliu/> ir pasirinkti Vytauto Didžiojo šaulių 2-ąją rinktinę (Kauno apskr.). Vėliau kandidatai bus kviečiami dalyvauti kandidato į šaulius kurse, išklausti teorines paskaitas ir dalyvauti baigiamosiose lauko pratybose. Prienų 206-osios kuopos vado pavaduotojas L. Malinauskas primena, jog šauliu gali tapti visi suaugę asmenys, o jaunesniuose šauliuose nei 11 metų piliečiai.

Rimantė Jančauskaitė

Vyriausia Konstitucijos egzamino dalyvė: Konstitucijos pagrindus privalu žinoti kiekvienam

Šiomet jau 18-ąją kartą vyko visuotinė teisinių žinių iniciatyva – Konstitucijos egzaminas – kasmet primenanti, kad amžius nėra kliūtis domėtis šalies Konstitucija. Žinių patikrinimo iššūkyje dalyvauja ir patys jauniausi moksleiviai, ir garbingo amžiaus senjorai. Vyriausia dalyvė šiomet tituluota Vida Degutytė sako, kad bent pačius Konstitucijos pagrindus privalu išmanyti kiekvienam.



Įvairaus amžiaus ir išsilavinimo Konstitucijos egzamino dalyviai rungėsi šiose kategorijose: geriausiai Konstituciją išmanantis moksleivis (pagal klases); geriausiai Konstituciją išmanantis studijuojantis teisė ar teisinį išsilavinimą turintis asmuo; geriausiai Konstituciją išmanantis asmuo; aktyviausia mokykla; vyriausiasis dalyvis; geriausiai Konstituciją išmanantis pasaulio lietuvis.

Jauniausiais laimėtojais tituluoti dalyviai buvo 5–6 kl. moksleiviai, o vyriausiosios Konstitucijos egzamino dalyvės titulus atiteko V. Degutytei.

Vyriausioji dalyvė egzamine dalyvavo pirmą kartą

Prienų „Žiburio“ gimnazijos istorijos ir pilietiško mokytoja dirbanti **Vida Degutytė** Konstitucijos egzamine kasmet skatina dalyvauti savo mokinius, o šiomet žinių patikrinimo iššūkyje nusprendė dalyvauti ir pati.

„Patiko ir pirmą sykį pačiai dalyvauti. Buvo gudriai pateiktų užduočių, sprendžiant reikia būti labai atidžiam. Na, bet esu labai patenkinta savo rezultatu“, – šypsosi vyriausioji dalyvė.

Gimnazijos mokytoja atkreipia dėmesį, kad Konstitucijos egzaminas ir jaunimui suteikia puiką progą pagilinti teises žinias.

„Mokiniai dažnai sako, kad yra dar per jauni domėtis pilietišku, teisiniu švietimu, bet aš atsakau, kad jei būsite abejingi, tai niekas ir nesikeis. Taip pat kartojau mokiniams, kad kai jiems bus suteikta rinkimų teisė, tai reikėtų laikyti ne teise, o pareiga“, – kalba V. Degutytė.

Ji pabrėžia, kad Konstitucijos egzamine dalyvauti jos mokiniams būna įdomu, jie kaskart džiaugiasi savo rezultatais ir gaunami diplomais.

„Konstitucijos egzaminas yra graži tradicija, kuri turėtų būti tęsiama ir saugoma. Konstitucija – tai svarbiausias šalies teisės aktas, kuriam visi kiti teisės aktai negali prieštarauti, todėl bent pačius Konstitucijos pagrindus privalu žinoti kiekvienam“, – sako egzamino laimėtoja.

Teisingumo ministerijos informacija

Išvyka į LR kariuomenės dienos minėjimą

Kelionę į kariuomenės dienos minėjimą Vilniuje pradėjome autobusu, kuriuo važiuojame: Jiezno, Birštono, Prienų, Skriaudžių ir Išlaužo jaunieji šauliai bei jų vadai. Į Vilnių atvykome apie 12 valandą. Minėjimas vyko katedros aikštėje. Renginyje išgirdome daug įdomių faktų apie Lietuvos kariuomenę, jos susikūrimą. Džiugu, kad oras nebuvo žvarbus ir galėjome mėgautis renginiu.

Minėjime sveikinimo žodžius tarė: Lietuvos Respublikos prezidentas **G. Nausėda**, krašto apsaugos ministras **L. Kasčiūnas**, Lietuvos kariuomenės vadas **R. Vaikšnoras** ir Ukrainos krašto apsaugos ministras **R. Umerovas**. Vėliau stilizuotomis salvėmis



sveikino Garbės kuopos kariškiai. Į Rasų ir Antakalnio kapines buvo išnešti 6 gėlių vainikai su žvakutėmis, skirti žuvusiems Lietuvos gynėjams pagerbti. Renginio pabaigoje stebėjome iškilmingą karių eiseną, kurioje dalyvavo kariškiai iš Lietuvos bei sąjungininkų iš Vo-

kietijos, JAV ir kitų NATO šalių atstovai. Girdėjome Lietuvos karinio orkestro atliekamus maršus.

Po renginio apsilankėme Vilniaus katedroje, užlipome ant Gedimino pilies kalno ir pabuvojome Valdovų rūmų kiemelyje. Kieme-

lyje apie Valdovų rūmų sunaikinimą ir jų atstatymą mums papasakojo Jiezno jaunųjų šaulių vadas, istorijos mokytojas **S. Žalys**.

Dėkojame Kauno Vytauto Didžiojo 2-osios rinktinės vadui **V. Žymančiui** ir rinktinės neformaliojo švietimo mokytojui **R. Lau-**

riničiui už suorganizuotą išvyką. Tikimės, kad ši tradicija bus tęsiama.

**Ieva Kimbirauskaitė,
Goda Kimbirauskaitė
Prienų 206 kuopos
jaunosios šaulės**

Prienu Justino Marcinkevičiaus viešojoje bibliotekoje

Projekto „Gurmanų restoranas. Dienos pietūs: šviežia knyga“ baigiamasis renginys „Tai gražiai mane augino“

Lapkričio 18 d. Prienu Justino Marcinkevičiaus viešojoje bibliotekoje vyko projekto „Gurmanų restoranas. Dienos pietūs: šviežia knyga“ baigiamasis renginys „Tai gražiai mane augino“. Jo metu ne tik buvo apžvelgtos projekto veiklos, bet ir prisimintas Poetas Justinas Marcinkevičius, jo gyvenimas ir kūryba.

Renginyje dalyvavo Prienu rajono savivaldybės meras Alvydas Vaicekaskas, vicemerė Laimutė Jančiukienė, Prienu rajono savivaldybės tarybos nariai Deividas Dargužis, Rima Zablackienė, Prienu rajono savivaldybės administracijos Kultūros ir turizmo skyriaus vedėjas Rimantas Šiugzdinis.

Aktorės Virginijos Kochanskytės skaitomi Justino Marcinkevičiaus tekstai, dainininko Liudo Mikalausko atliekamos dainos, sukurtos Poeto žodžiais, profesionalus pianistės Beatos Vingraitės-Andriuškevičienės akompanavimas palietė kiekvieno klausytojo širdį, jaudino iki sielos gelmių.

Paprasti, nuoširdūs ir įtaigūs žodžiai, subtilūs muzikos garsai ne vienam išspaudė ašarą, priminė, kad visus augino ir per gyvenimą lydėjo „laukas, pieva, kelias, upė“, kad visi „vienos žemės broliai“, „vienos saulės vaikai“ esame, kad „didumas to, kas mumyse iš meilės auga ir gerumo“, kad tik nuo mūsų priklauso Lietuvos, tautos ir kalbos dabartis, ateitis.

Prienu rajono savivaldybės meras Alvydas Vaicekaskas pasidžiaugė penkerius metus besitęsiančiu bibliotekos kultūros sklaidos projektu, bibliotekoje vykstančiais renginiais, pastaruoju metu sutraukiančiais itin didelį būrį lankytojų, palinkėjo sėkmės tęsiant pradėtus darbus.

Bibliotekos direktorė Daiva Čepeliauskienė padėkojo rėmėjams, partneriams, skaitytojams, projekto koordinatoriui Dovilei Šiugzdinytei.



Renginio organizatorės ir atlikėjai.

Renginys organizuotas įgyvendinant projektą „Gurmanų restoranas. Dienos pietūs: šviežia knyga“, kurį finansuoja Lietuvos kultūros taryba ir Prienu rajono savivaldybė. Rėmėjai – „Gyvenimas“, „Naujasis Gėlupis“, „Krašto vitrina“.

Kraštietės Alvyros Pieterytės-Sventickienės viešnagė Kašonyse

Lapkričio 22 d. Kašonys sulaukė savo mylimos kraštietės, poetės Alvyros PIETERYTĖS-SVENTICKIENĖS, kuri savo kraštiečiams padovanojo nuostabų savo kūrybos vakarą. Pasiklausyti Alvyros skaitomos poezijos į biblioteką gausiai rinkosi kašoniškiai, draugai, giminaičiai, pažįstami.

Kraštietė nuoširdžiai pristatė Jiezno seniūnijos seniūnas Algis Bartusevičius.

Alvyra gimė ir augo Pečiauskų kaime, Jiezno seniūnijoje. Mokėsi Slabados pradinėje, Kašonių aštuonmetėje, Jiezno vidurinėje mokykloje, kurią baigė 1968 m. Tais pačiais metais įstojo į Vilniaus pedagoginio instituto neakivaizdinį skyrių ir įgijo lietuvių kalbos ir literatūros mokytojos specialybę. Dirbo Želkūnų, Kašonių aštuonmetėse mokyklose. Nuo 1970 m. dirba Veiverių Tomo Žilinsko gimnazijoje.

Pirmuosius eilėraščius pradėjo kurti besimokydama Jiezno vidurinėje mokykloje, paskatinta lietuvių kalbos mokytojos Birutės Grižienės, juos spausdino ir spausdina rajoniniame laikraštyje „Gyvenimas“.

Alvyra išleido 3 savo poezijos knygas „Ateinu su rudeni“ (2020 m.), „Žodžių, surašytų į knygą, laiko bangos nenuplaus-Kūryba“ (2023 m.), „Jausmų karuselė“ (2024 m.). Ji ne kartą yra apdovanota už prasmingą visuomeninę švie-

tėjišką veiklą, už kūrybos, lietuvių kalbos, tautinių tradicijų puoselėjimą Švietimo ministerijos, Lietuvos Respublikos Seimo, Prienu rajono savivaldybės Padėkos raštais, Lietuvos nepriklausomųjų rašytojų sąjungos „Brandaus intelekto vardiniu medaliu“, Prienu rajono savivaldybės nominuota Prienu rajono „Metų moteris“ (2022 m.) ir „Metų šviesuolis“ (2023 m.) nominacijomis.

Alvyra pristatė tris savo kūrybos knygas, skaitė eilėraščius. Dauguma skaitytų eilių buvo skirtos gimtajam kraštui, motinai, tėvui. Knygų autorė bibliotekai padovanojo visas tris savo kūrybos knygas, su meile dedikuodama savo gimtojo krašto skaitytojams. Nuoširdaus ir atviro bendravimo vakaras neprailgo. Susirinkusieji linkėjo dar daug naujų gražių eilių.

Nuotaiką praskaidrino Jiezno KLC mišrus vokalinis ansamblis „Jiezelė“ (vadovė Danuolė Smalskienė) ir Veiverių KLC ansamblis „Dainupė“. Susirinkusieji ne tik klausėsi atlie-



Mielos kraštietės Alvyros (viduryje) atvykimu džiaugėsi seniūnas A. Bartusevičius ir Kašonių bibliotekos vedėja D. Bajorienė.

kamų dainų, bet ir kartu dainavo.

Renginį organizavo Kašonių biblioteka kartu su Jiezno KLC ir Jiezno seniūnija.

Danuolė Bajorienė

Savivaldybės tarybos sprendimai trumpai

(Atkelta iš 1 p.)

(pinigine išraiška –10 tūkst. Eur). Investicijų įtaka šilumos kainai – 0,068 ct/kWh.

Taryba pratęsė Savivaldybės paimtos 500 000 Eur paskolos (kredito linijos) iš AB „Swedbank“ gražinimo terminą iki 2025 m. gruodžio 1 d. Šiais metais prirėiks 20 tūkst. Eur savivaldybės biudžeto asignavimų paskolai gražinti, o 2025 m. – 23,9 tūkst. Eur palūkanoms už paskolas mokėti. Už kredito likutį šiuo metu skaičiuojamos 4,781 proc. metinės palūkanos. Pratęsus kredito gražinimo terminą, bus užtikrinti savivaldybės nepertraukiami pinigų srautai ir tinkamai įvykdyti įsipareigojimai pagal patvirtintą biudžeto asignavimų planą.

Patvirtintos VŠĮ Veiverių pir-

minės sveikatos priežiūros centro teikiamų socialinės globos paslaugų kainos: suaugusiam asmeniui ar senyvo amžiaus asmeniui su sunkia negalia – 1550 Eur/mėn.; suaugusiam asmeniui su negalia ar senyvo amžiaus asmeniui – 1450 Eur/mėn. Apgyvandinimo savarankiško gyvenimo namuose (socialinės priežiūros) paslaugos kaina vienam paslaugos gavėjui nustatyta 470 Eur/mėn.

Patvirtintas Apleisto ar neprižiūrimo nekilnojamojo turto sąrašas. Į sąrašą įtraukti Prienu mieste bei seniūnijose esantiems patalpoms (iš jų – gamybinės, administracinės, apgyvendinimo, mokyklos, buitinio aptarnavimo paskirties statiniams, dirbtuvėms, pastotė, parduotuvei, kiauulidei) –

2024 metais bus taikomas 3 proc. nekilnojamojo turto mokestinės vertės tarifas.

Į Apleisto ar neprižiūrimo nekilnojamojo turto sąrašą gali būti įrašytas fizinių ir juridinių asmenų nekilnojamoji turtas, kuris atitinka vieną arba kelis šių kriterijų: statinių ir patalpų angos (durys, langai) yra užkaltos ar kitaip uždengtos, užrakintos ir ilgą laiką neatidaromos arba paliktos atviros (patalpos yra tuščios, netvarkomos, neprižiūrimos); apleistos patalpos ir statiniai nenaudojami, nėra veiklos požymių; statiniai ir patalpos apdege, apgriuve ar kitaip fiziškai pažeisti ir netvarkomi; kelia pavojų žmonių sveikatai, gyvybei ar aplinkai.

Patvirtintas naujos redakcijos Prienu rajono savivaldybės vietinės

reikšmės kelių ir gatvių sąrašas. Sąraše daugiau nei 1036 km kelių ir gatvių, iš jų asfaltuotų – 151 km, žvyruotų – 770 km, grunto – per 114 km.

Nuspręsta nupirkti iš AB „Energijos skirstymo operatorius“ 0,4 kV elektros oro liniją (0,063 km), esančią Trakų g., Stakliškių k. Ant elektros oro linijos atramų yra sumontuota gatvių apšvietimo linija ir šviestuvai. Įsigijus AB „Energijos skirstymo operatorius“ nuosavybės teise priklausantią elektros oro linijos dalį, bus įgyta teisė ir po rekonstravimo naudoti elektros tinklo gelžbetonines atramas, ant kurių yra sumontuotas gatvės apšvietimo tinklas. Siūloma oro linijos įsigijimo kaina – 1,21 Eur (su PVM).

Lankytojų centro pastatą Nemuno kilpų regioniniame parke, Kranto g. 8, Prienu m., nutarta perduoti Prienu turizmo ir verslo informacijos centrui – konferencijų,

„Lietuvos galios“ apdovanojimas – ne tik garbė, bet ir įpareigojimas

(Atkelta iš 1 p.)

davatkėlių giminaitės, iniciatyva suorganizuotas apaštališkojo nuncijaus Lietuvoje arkivyskupo Pedro Lopezas Quintana apsilankymas Šilavoto Davatkyne.

2019 m. vietiniams gyventojams išreiškus norą, buvo įkurta asociacija „Šilavoto Davatkyne bendruomenė“. Pirmasis ir daug iššūkių pareikalavęs sumanymas, tai – parko įkūrimas. Ši Audrūno Adomaičio (1962-2024) idėja visų pirma atrodė neįtikima, tačiau daug žmonių, kuriems svarbus Šilavotas, patikėjo šia idėja ir ženkliai prisidėjo prie sklypo įsigijimo iš privataus asmens. Šiuo metu, pasinaudojus įvairiomis finansavimo galimybėmis, parkas yra kūrimo procese, jau įrengtos kai kurios projekto numatytos zonos – vėliavos zona, dalis vaikų žaidimo aikštelių, skulptūrų skveras, treniruoklių zona, sutvarkytas takas, o ateityje numatyta dar daugiau plėtros darbų.

Bendruomenėje vyksta daug renginių. Čia veikia linijinių šokių kolektyvas „Linksmiai“, (vadovė – Ineta Marčiukaitytė), vyksta kultūriniai, pramoginiai renginiai. Tokie, kaip „Šilavoto šviesios Kalėdos“, edukacijos, kaip antai, Ugnės Galinienės vestos jesmonito padėkliukų gamybos dirbtuvės, knygų pristatymai ir koncertai. Svarbu pabrėžti, kad bendruomenės veikloje dalyvauja žmonės ne tik iš Šilavoto, bet ir iš aplinkinių kaimų bei miestų. Tai rodo, kad bendruomenės šaknys yra giliai įaugusios į krašto istoriją ir identitetą.

Šis pripažinimas liudija, kad bendruomeniškumas, atkaklumas ir nuoširdus darbas kuria tvarią, stiprią ir vieningą Lietuvą. Tikime, kad šis apdovanojimas taps ne tik simboliu įvertinimu, bet ir įkvėpimo šaltiniu visam mūsų kraštui. Tikimės, kad mūsų veikla paskatins ir kitas bendruomenes, organizacijas bei pavienius žmones siekti teigiamų pokyčių savo aplinkoje.

Gražūs darbai sklinda lyg banga, paliečia širdis ir tampa įkvėpimu kitiems. Šis apdovanojimas mums – ne tik garbė, bet ir įpareigojimas tęsti pradėtus darbus, puoselėti bendruomeniškumo dvasią ir kurti geresnę ateitį. Tegul tai būna gražus atspirties taškas naujiems projektams ir idėjoms, kurios stiprins ne tik mūsų kraštą, bet ir visą Lietuvą.

Šilavoto Davatkyne bendruomenės informacija

renginių ar kitų veiklų organizavimui. Skelbti negyvenamųjų patalpų nuomos vieši elektroniniai konkursai nepateisino Savivaldybės vilčių, todėl posėdyje apsispręsta jų atsakyti.

Taryba sutiko išnuomoti viešo konkurso būdu Prienu rajono savivaldybei nuosavybės teise priklausantiems garažams, esantiems Kauno g. 1A, Prienuose. Apskaičiuota 1 kv. m nuomos kaina 0,15 Eur ir 0,12 Eur, nuomos kaina metams 60,96 Eur ir 40,68 Eur (priklausomai nuo garažo ploto).

Politikai neprieštaravo, kad būtų perimtas Prienu rajono savivaldybės nuosavybės Kazlų Rūdos savivaldybei priklausantis privažiuojamasis kelias prie sodų nuo kelio Kazlų Rūda – Pažėrai Nr. KR0654. Šiam keliui suteiktas pavadinimas ir numeris – Jūrės kelias Nr. VE-207.

„Gyvenimo“ informacija



Namų ūkis

Priminimai gruodžiui...

Dzūkijoje dygsta grybai, Žemaitijoje sniego pusnys lenkia šakas. Štai tokie gamtos kontrastai šiomet mus stebina rudens ir žiemos sandūroje. Kokią apskritai turėsime žiemą, galime tik spėlioti, tikėti sinoptikais arba, anot senolių, žiūrėti į varnas: kuosos ir varnos sukasi ore – lauk sniego, tupi medžių viršūnėse – ateina šalčiai, tupia ant žemės – lauk atšilimo. Kaimo žmonės ir iš kamino dūmų dar gali spėlioti orus: stulpu kylantys šalčius žada, pažeme besisklandantys be vėjo – lauk sniego arba lietaus. O svarbiausia, visi, nepamiršdami kasdieninių darbų, laukiame didžiausių metų švenčių.

Gruodžio 1 d. – jaunatis, 8 d. – priešpilis, 15 d. – pilnatis, 23 d. – delčia, 31 d. – jaunatis.

Geriausios dienos: 3, 6, 9, 10, 13, 18, 22.

Prasčiausios dienos: 4, 7, 8, 15, 21, 23, 27, 30;

Gruodžio 1 d. – advento pradžia, 13 d. – šv. Liucija, Šviesos diena, 21 d. – žiemos saulėgrįža, 24 d. – šv. Kūčios, 25 d. – šv. Kalėdos.

Namams...



Lauko baldai – peržiemos lauke?

Taip, peržiemos, tačiau uždengti ar sunešti švarūs į patalpą išliks kur kas tvirtesni ir geresnės išvaizdos. Tą pataria ir specialistai – nuplauti vandeniui naudojant švelnų ir be jokių ambrazyvinių medžiagų valiklį. Po to gerai išdžiovinti ir pridengti. Nors lauko baldai yra lauko baldai, daug priklauso nuo medžiagų, iš kurių jie pagaminti, ir kokybės. Jei pirkote labai pigius, turėkite galvoje, kad jie greičiau surūdija, sueizėja ir sutrukinėja. Kaip liaudis sako – skūpas moka du kartus. Tačiau gerai prižiūrėti ir jie ilgiau laikys. Baldų uždangalai būna pagaminti iš drėgmės nepraleidžiančios medžiagos, bet kvėpuojantys, todėl neišmeta pelėsio, nepatenka purvo, neišvarto vėjas. Minkštąsias lauko baldų dalis visuomet rekomenduojama išdžiovinti ir sunešti į sausą patalpą, kad neišmestų pelėsio. Jei minkštosios dalys su užtrauktukais, tai būtina nuimkite užvalkalus ir išplaukite – pavasarį bus malonus apvilkti švairius.

Jeigu turite vietos, lauko baldus žiemą galima panaudoti įstiklintose terasose – įjungę šildytuvą retkarčiais jais pasinaudosite. Gal pravers ir priepirtyje ar erdviame hole.

Nepamirškite ir kitų atributų – skėčių, dekoratyvinių dirbtinių augalų, gultų. Jei jie pagaminti iš plastiko su apsauga nuo ultravioletinių spindulių, gali žiemą vasarą būti lauke, jei ne – geriau priglausti po stogu. Verta sutvarkyti gėlių talpyklas, kepsnines, lauko kilimėlius. Neatsparius šalčiui keramikinius vazonėlius surinkite iš lauko. Nepamirškite, kad ir tą patalpą, kur laikote visus minėtus daiktus ir rakandus, reikia aptvarkyti. Vietos padauginti galite lentynomis prie sienos, kabliukais. Pavasarį tik padėkosite patys sau už stropumą.

Šventinis namų spindesys. Nuo gruodžio pirmojo sekmadienio prasidėjo Adventas, šv. Kalėdų laukimo laikas. Kad ir kaip kritikuotume išankstinį prekybininkų sukeltą bruzdeį, patys taip pat išitraukiame į šventinį šurmulių, o pirmiausia – šventiškais norime ir privalome padaryti savo namus. Grįžo sena graži tradicija nuo pirmos gruodžio dienos juos papuošti simboliniu advento vainiku, o svar-

biausia – pasigaminti jį patiems. Gražesnis ar menkesnis jis jums pasiseks, tačiau visuomet bus miellesnis už plastikinį, pirktinį. Vainiko pagrindą galite susukti iš žilvičio, miškinų aviečių, vynmedžio, beržų ar kitokių lanksčių šakelių, šiaudų. Populiariau pagrindo viršų padengti švelniomis žalsvomis samanėlėmis, pritvirtinti jas siūlu. Na, o jau po to valia jūsų vaizduotei – kankorėžiai, džiovintos gėlės, riešutai, smulkūs eglės žaisliukai, kaspinėliai, karoliukai ir visokie kiti dalykėliai – vainiko puošmenos, kurias pritvirtinsite karšto klijų pistoleto pagalba. Vainiką priimtina dėti ant stalo, prie kurio vakarienai. Į jį įstatomos keturios advento žvakės – trys baltos ir viena rožinė, paskutinei Advento savaitei, Kristaus gimimo džiaugsmui išreikšti. Jaukūs šeimos vakarai prie uždegtų žvakių – neparkojamas potyris.

Namai dar iki Kalėdų, iki eglutės papuošimo jau turėtų dvelkti šventės laukimu. Apgalvokite kompozicijas iš augalų ar iš kitokių dekoru elementų, kaip, pav., vazos, žvakės, o gal miniatiūrinis Betliejus... Tai turėtų būti pagrindinis akcentas, krentantis kambaryje į akis. Parinkite vietą eglutei.

Jeigu jums svarbu tvari aplinka, dar yra laiko sukurti, improvizuoti kitokią eglę. Dizaineriai sako, kad dar vis ant bangos siauros, iš spygliuočių šakų surišamos ir mažai vietos užimančios eglutės, primenančios nykštukų kepurės. Apskritai, anot jų, nėra tokios medžiagos, iš kurios nebūtų galima suimprovizuoti šio šventinio simbolio – tinka popierius, tapetų likučiai, sintetiniai veltiniai, vielų tinkleliai ir kita. Svarbiausia bus jūsų įdėtas triušas, kūrybiškumas.

Artėjant švenčių kulminacijai svarbu ir kaip kvėpia jūsų namai. Jau esame rašę, kad gali padėti verdamas vanduo su prieskoniais, tačiau jokie triukai nenustelbs to kvapo, kuris pasklinda kepant imbierinius sausainukus ar kokį kitą kalėdinį pyragą. Suraskite tam laiko savo ir savo mažųjų džiaugsmui.

Ir dar. Puošdami namus nepamirškite ir savo namų ar sodybos prieigų – laiptinės, vartelių, įvažiavimo – šventė turi spinduliuoti visur.

(Nukelta į 6 p.)

Pašnekesiai

Prie horizonto atsigręžk...

*Mano akyse apsigyveno sniegenos
jų raudoni pilveliai dega lyg gėlių vainikėliai
nupinti iš vaikystės gėlynų
kur beečiau tamsiausia žiemos naktį
o pilveliai vis dega
galvoju – jeigu kultų mažas gaisrelis
kaip jį užgesinčiau akyse
kaip užgesinčiau vaikystės gėlynus*

Neradau jokių kitų savų tinkamų žodžių šiam, paskutiniam metų pašnekesiui pradėti, taigi cituoju tokį jautrų posmelį iš mūsų mylimos žemietės, poetės Aldonos RUSECKAITĖS eilėraščių knygos „Prie horizonto atsigręžk“. Manau, ir pats knygos pavadinimas daugeliui mūsų, skaičiusių knygą ar dalyvavusių susitikimuose su poete, įstrigo kaip koks priesakas, ar metų pabaigos moto. Rašytoja, tikėtina, kalba apie gyvenimo horizontą, bet ir metų baigtis gali juo tapti, ir tas atsigręžimas tiesiog neišvengiamas, būtinas. Taigi atsigręžkime... Ir ką tenai regime, mūsų metų kelionėje? Kas pirmiausiai šautų į galvą, ką norėtume įvardinti? Būtų labai įdomu, jei kas padarytų tokią mini apklausą, kaip dabar labai

madinga. Vieniems gal širdį žeidžia nesibaigiantis karas, žudynės, nauji konfliktai pasaulio žemynuose, kitiems nepakeliamas mūsų visuomenės šiurkštus ir brutalus bendravimas, patyčios, politikų rietenos ir neišsprendžiamos socialinės gyvenimo problemos, tretiems širdį sopa dėl aplinkosaugos, beglobių gyvūnėlių likimo. Šimtai variantų... Ne vienas išvardins ir gražius dalykus – gal vaikai baigė mokslus, o gal atšventė įkurtuves naujame būste, gal gimė anūkėlis ar anūkėlė, ar tiesiog paprasčiausiai – metai buvo geri! Geri, nes tokie žmonės visuomet ir visur moka įžiūrėti gerį, sugeba pasidžiaugti mažiausiais gražiais dalykais, nes jų akyse vietos apsigyventi randa net sniegenos raudonais pilveliais...

Taigi pasirinkimas tik vienas, jei negalime pakeisti viso pasaulio ir to, kas mums jame nepatinka, turim keisti į gerą tai, ką galim – save, savo elgesį, artimiausią aplinką, savo buitį, ipročius. Girdėta? Taip, ir ne kartą. Tačiau pamėginti verta vėl ir vėl. Ir nelaukiant patogaus laiko, o čia ir dabar. Kol dar turime laiko, kol dar tik keliaujame link horizonto. Ir telydi mus šioje kelionėje meilė, gėris ir patekėsiandis žvaigždės šviesa!

*Nuoširdžiausiai linkėdama gražaus adventinio laiko,
jūsų Augustina*

„Namų ūkio“ svetainė

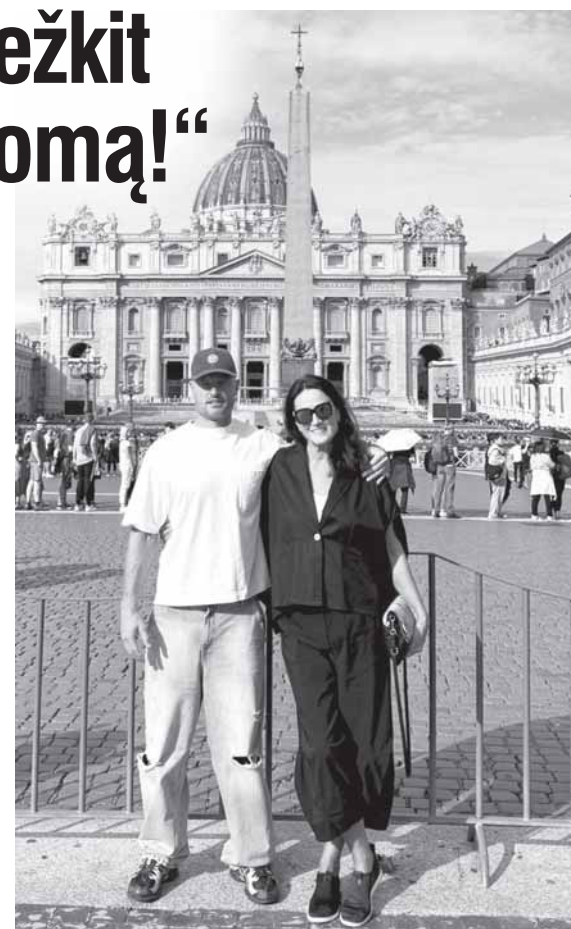
„Vaikai, vežkit savo mamą į Romą!“

Štai toks geros energijos kupinas raginimas neseniai patraukė akį mūsų kraštietės profilyje socialiniame tinkle. Ji pasidžiaugė kelione ir pasidalino išpuščiais. Paprašė lietuvių kalbos mokytojos Ilijos ŠTEIMANTĖS ir su mūsų skaitytojais pasidalinti mintimis apie tai, ką apskritai duoda žmogui keliavimas. Galbūt kils noras pakeliauti ir tiems, kurie apie tai tik svajoja, bet nesiryžta:

– Visad žaviuosi žmonėmis, kurie keliauja. Gražus jų geismas pažinti, nustebti. Atrasti ir nudžiugti. Jie nebijo iššūkių ir drašiai plečia savo pasaulio ribas. Kelionės tikrai padeda atsirinkti esminius dalykus ir nusikratyti neesmines smulkmenas. Pats gyvenimas jau yra kelias, o keliu reikia judėti... Ir žvalgytis.

Niekad neužmiršiu Vatikane matyto epizoduko: pusamžis, labai išvaizdus italas, nepaprastai atsargiai stumiantis neįgaliųjų vežimėlį, kuriame oriai sėdi žila, taurių bruožų, gal kokių 90–ies metų moteris. Paskui juos žingsniuoja kirbinė jaunų žmonių, paauglių ir mažylių... Stovėjau ir žiopsėjau, pakerėta to būrio dėmesio palaimingai besišypsančiai vežimėlyje... Vienas paglostė jos galvą, kitas ranką pabučiuoja, trečias kalbina, o mažiausias įsikuria jaukiame promočiuotės skreite... visi fotografuojasi. Ir jokios vaidybos, jokio falšo. Manau, kad jie atvežė mamą, močiutę, promočiuotę ten, kur ji labai norėjo. Bet tik svajojo apie tai...

Vatikanas, deja, tą akimirką man pasirodė nereikšmingas, nes sujaudino tikra, žmogiška šiluma. Dūšioj „filtras“ atmetė daug niekalo, kurį kartais sureikšminu pilkoj kasdienybėje. Nebyliai palinkėjau visoms žilaplaukėms – ir ne tik, ir ne 90–ies – sulaukti to neįkainojamo dėmesingumo, kurio jos tikrai nusipelno...



I. Šteimantė su sūnumi Vatikane.

Pasakysit, kad galėjau tai išvysti ir ne Romoje? Galėjau, bet prireikė įveikti kelią ir ne tik jį. Kad pasitvirtinčiau žinomas, nors jau ir susvyravusias tiesas.

Dėkojame mūsų svetainės viešniai mokytojai Ilijai Šteimantei už jautrų ir gražų atsivėrimą. O mūsų skaitytojus raginame pasidalinti savo kelionių išpuščiais ir potyriais, kurie ir yra gražiausias bei vertingiausias parsivežtas į namus suvenyras.

Svarbu žinoti

Šampano kamštis ir... akies traumas

Artėjant švenčių šurmuliui ir linksmybėms laikas priminti ir prisiminti, kad nuolat turime būti atsargūs ir butyje, ir šventiniame susibūrimė. Apie įvairių šventinių petardų pavojų nemažai rašoma ir perspėjama. O štai kitas matytas atvejis, kai, atidarant šampano ar kitokio putojančio vyno butelį, kamštis yra nukreipiamas į save ar į aplinkinius. Kartais tai daroma pajuokaujant, o baigiasi didele ir nepataisoma trauma. Šampano kamštis iš butelio šauna 80 km per valandą greičiu ir gali išdaužti net stiklą. Pataikęs į akį jis sukelia tragiškas pasekmes – akis lieka akla arba smūgis sukelia stiprų akies kraujavimą, atšoka tinklainė, sukelia trauminę glaukomą, rainelės pažeidimą. Atsitikus tokiai nelaimei negalima delsti, reikia skubios oftalmologo apžiūros.

(Nukelta į 6 p.)

Priminimai gruodžiui...

(Atkelta iš 5 p.)

Sodininkui...

Sniego patalai. Kol dar mūsų krašte neiškrito gausiai sniego, suriškite špagatu lajas tų augalų, kurių šakos įstrižai nukreiptos aukštyn. Standžiai nesuveržkite, svarbiausia, kad šakos nuo sniego naštos nenusvirtų į šonus. Jei augalas tinkamai nugenėtas, jam lengviau įveikti šias žiemos negandas. Naujai pasodintus medelius būtinai pririškite prie kuolų sodo virve, bet dar geriau – specialia gumine virvute. Kamienui storėjant ji tempiasi, neįauga į kamieną. Seni medžiai ar įskiepytos į kamieną svyrančios formos turi sunkias, aštriu kampu augančias šakas. Tokius augalus taip pat būtina sutvirtinti pririšant prie kuolų. Pomedžiams – priešingai, tie sniego pataliukai labai reikalingi ir naudingi: jie šildo ir apsaugo šaknis bei apatinę kamieno dalį. Kuo aukštesnį sniego sluoksnį sukaupkite, o prieš atšylant orams gerai jį sutrypkite. Šaknys bus apsaugotos nuo peršalimo, o pavasariui taip sukaupsite drėgmės. Kartais, šaltukui paspaudus po atlydžio, medžių šakos nulinksta nuo ledo plutelės. Jokiū būdu nemėginkite ledo atšildyti – gali nubusti pumpurai. Tuo pasirūpinkite, kaip jau sakėme, pririšdami medžius iš anksto.

Skiepijimai pavasariui. Gruodis, tai sodininkų „medžioklės“ mėnuo, kai rūpinamasi skiepijais pavasariui. Paruošti žiemos pradžioje jie geriau peržiemoja, pavasarį būna geresnės kokybės, negu surinkti rudėnį. „Medžioklės“ plotai, tai medelynai, kaimynų ir draugų sodai – dairytės, teiraukitės jus dominančių veislių, klauskite apie savybes, taip pat išsirikite tinkamą augalą skiepijams nusipjauti. Jei dar neturite tam patirties, atsiminkite, kad skiepijams negali būti vilkūgliai. Pjaukite šakeles nuo pietinės augalo pusės, ne trumpesnes nei 30 cm. Būtinai susižymėkite, nes antraip ilgai būsite nežinioje, ką auginate.

Daržininkui...

Šiltnamiai žiemą. Pavasarį pirmiausia čia prasidės sėja. Todėl jei iki šiol dar šiltnamyje žemė neišalo, tai ir neleiskite, kad taip atsitiktų. Pirmiausia šiltnamių gerai išvalykite, apžiūrėkite, ar ant sienų nesikaupia pelėsis, ar neišmetė kokie kenkėjai. Gal dar yra kokių augalų liekanų, nešvarumų – sutvarkykite ir paruoškite dirvožemiui paklotą. Užklokite žemę eglėšakiais, storu lapų sluoksniu, šiaudais, pjuvenomis ar kitos organinės medžiagos sluoksniu. Kad šaltis neišsiskverbtų į vidų pro inspekto šonus, dirvą aplink jį taip pat apdėkite lapais ar šiaudais. Žemė neišals, o anksti pavasarį šį apklotą nuėmę jau galėsite daug anksčiau pradėti sėti.

Gardu ir žiemą. Laiškiniai česnakai liaudyje dar vadinami tribuliais. Jų skanauti galime puikiai ir žiemą. Gruodžio pradžioje, kol dar labai neišalo, iškaskite krūmelį ir parsinešę namo pasodinkite į vazoną. Anksčiau, rudenio vidury parsinešus, reikėtų leisti jiems pailsėti apie 30–40 dienų rūsyje ir tik tuomet sodinti į vazoną. Gruodį vazonai pernešami į šviesią ir šiltą patalpą, gausiai palaistomi. Jauni lapeliai užaugs maždaug per 20 dienų. Per žiemą galėsite nuimti tris laiškinių česnakų derlius.

Atsargos. Tikrinkite sandėliuojamą derlių: kopūstus, bulves, morkas. Šakniavaisius tinka laikyti drėgname smėlyje, pušų pjuvenose. Rūši būtina vėdinti. Tai darykite šiltesnėmis dienomis, kai nespaudžia šaltis. Naudokite ne tik termometrą, bet ir drėgmės matuoklį. Temperatūra turi būti 1–5 °C, santykinis oro drėgnis – 85–95 proc. Labai sausą orą galima drėkinti pastačius dėžę su drėgnu smėliu, jei per drėgna – padės negešintos kalkės, kurios pasižymi aukštu hidroskopiškumu. Daržoves labai blogai veikia staigūs temperatūros svyravimai.

Gėlininkui...

Kambarinėms – meilės ir kantrybės. Namuose jau prasidėjo šildymo sezonas, todėl ne visoms kambarinėms gėlėms tai patinka. Per sausa, per šilta, o šviesos – mažoka. Žiūrėk, vienas kitas augalas ima skursti, nykti, o netekę kantrybės šeimininkai dažnai nusprendžia tokiu augalu tiesiog atsikratyti. Tačiau gal neverta skubėti to daryti, jei augalas ypač mėgiamas ir mylimas. Stebėkite kurį laiką, gal buvo perdžiūvęs ir reikia gausiau palieti, o gal verta ištraukti iš vazono ir apžiūrėti šaknis. Gal ten vien šaknis ir visai nebėra žemių, o gal apie šaknis įsimetę sliukų. Šaknis reikėtų aptrumpinti, gerai nuplauti, kad neliktų jokio užkrato, palaikyti pamerkus vandenyje, o paskui sodinti į dirvožemį, kuris tinka būtent šitam augalui. Netingėkite pasiskaityti, ko būtent reikia vienam ar kitam augalėliui ir neikiškite į bet kokią žemę, pav., pasikasę jos iš lauko. Nepamirškite drenažo! Dar svarbiau šiuo metų laiku – šviesa. Jos labai trūksta, todėl gal verta įsigyti taupią ultravioletinę lempą ir nors kas antrą naktį ją įjungti. Ypač jei mėgstate ir turite daugiau namuose augalų. Tačiau nepamirškite, kad yra augalų ir nemėgstančių šviesos – tokius statykite žemiau nuo palangių ar pridėkite užuolaidas. Iš tokių galima paminėti krapažoles, krotonus. Reaguodami į tiesioginę šviesą jie atrodo jau pradėję nykti.

Stebėkite, ar nėra ant lapų kenkėjų. Tokį, apsikrėtusį, galima parsinešti ir iš prekybos centro, o gal gavote augalą dovanų, ten pirktą, todėl „naujoką“ gerai apžiūrėkite su padidintu stiklu kiekvieną lapą ir stiebą. Dažni kenkėjai yra skydamariai ir erkutės. Su jais kovoti reikia kantrybės. Erkutėms yra specialūs purškalai, bet galima nusipirkti ir gerųjų vabaliukų – vieną kitą prikabinus prie užkrėsto augalo galima nusiraminti – šie ramiai doruoja kenkėjus. Svarbu erkutes prikabinti tinkamai, kur yra lapų, šalia užkrėstų židinių.

Skydamariai labai mėgsta sukulentus, gali negailestingai įsisukti į kaktusus. Su skydamariais būkite labai atidūs, jų gali būti įsiveisę ir prie šaknų. Per vėlavai pastebėjus, sunku gelbėti augalą. Tik pastebėję pirmuosius niekadėjus imkite dantų krapštuką, pamirkykite šimtaprocentiniame alkoholyje ir po vieną rankiokite. Alkoholis juos iš karto žudo.

Sunkiausia kovoti su tripsais. Jie slepiasi žemėje, ant augalų, labai greitai dauginasi, keliauja kilimais ar kartu su jūsų darbo rūbais. Reikia labai daug kantrybės: labai atidžiai nuplaukite šaknis, sutrumpinkite augalą, apipjaustykite apgraužtus lapus ir persodinkite.

Iš didelės meilės neperlaistykite kambarinių augalų – geriau diena kita jiems sausra, negu per didelė drėgmė.

Šampano kamštis ir... akies traumas

(Atkelta iš 5 p.)

Šventinės ruošos metu galimos ir kitos akių traumos. Puošdami namus naudojame blizgučius, kljus, todėl po darbo būtinai labai kruopščiai nusiplaukite rankas, stebėkite, kad tą padarytų ir vaikai. Patekę į akį blizgučiai gali susimaišyti su ašarų plėvele, sukelti dirginimą, subraižyti ragėną. Jokiū būdu netrinkite akių, išlaikite dirbtinių ašarų, kurios padės pašalinti svetimkūnius. Jei į akis pateko kljū, plaukite jas kelias minutes drungnu tekančiu vandeniu. Jei paraudimas laikosi ar nepraeina skausmas, reikia kreiptis į gydytoją. Netikėtai patirti akies traumą galima ir puošiant eglutę – brūkštelėjus šakai spyglys gali įdurti į akį. Maži nubrodinimai praeina per kelias

valandas – akis ašaroja, bijo šviesos, labiau nori būti užmerktas. Tačiau jei ir kitą dieną negerėja, o matymas lyg per rūką, reikia gydytojo pagalbos. Gal atsirado ragėnos opa. Smarkus šakos smūgis gali sukelti vidinį akies pakraujavimą, tinklainės atšoką. Svarbu, kad netrintumėte akies, tik uždėkite sausą tvarstį ir kreipkitės į gydytoją.

Akių traumų galima patirti ir virtuvėje, ypač didelėje skuboje. Gali į akis užtikšti įkaitę riebalai, verdantis padažas ar kiti skysčiai. Tai gali sukelti sunkių vokų ar ragėnos nudegimų. Tokiu atveju plaukite akis dideliu kiekiu vandens ir ieškokite pagalbos pas gydytoją. Kai kuriuose maisto produktuose, pavyzdžiui, žalios vištienos skystyje, yra bakterijų, kurios gali sukelti akių infekciją.

Saugotis reikėtų miltų, kepimo miltelių ar panašių medžiagų patekimo į akis. Tai gali sukelti uždegimą, skausmą, todėl ilgai plaukite akis tekančiu vėsiu vandeniu. Gali patekti į akis nuo rankų atriųjų paprikų likučių, pipirų – dirbdami dažniau nusiplaukite rankas, o tik po to ir veidą ar akis.

Dar vienas didelis pavojus akims yra cheminės namų valymo priemonės. Naudojantis jomis geriausia dėvėti akinius, o patekus į akis skubiai plaukite ir kreipkitės į gydytoją, nes pirmas nudegimo potyris gali būti apgaulingas, vėliau nuodingos medžiagos prasišverbia ir į giliuosius sluoksnius, gali kilti komplikacijos.

Būkite atsargūs, o atsitikus nelaimei, nedelskite ir kreipkitės pagalbos.

Skanaus! Džiovinti vaisiai, uogos, riešutai

Karštos arbatos ar kavos puodelis žiemą dažniau garuoja ant stalo – norim sušilti. O ranka išdavikė tiesiasi į vazą, kur turėtų būti koks nors saldumynas. Džiovintų vaisių, uogų ir riešutų saujelė – tinkamiausias ir sveikiausias šiuo metu natūralus desertas ir užkandis. Tik pirkdami (jei neturime savo gamintų), atsiminkime keletą taisyklių: pažiūrėkite galiojimo laiką, ar vaisiai nepažeisti, nesupeliję, ar nėra grybelių, kirmėlių ir pan. Kvapas turėtų būti malonus, vaisiai ir uogos – elastingi, riešutai – nesuskilę, nedėmėti ir nepajuodę. Rinkitės produktus ekologiškus, riešutus – su kevalais. Pajutę kartumą – nevalgykite. Riešutus prieš vartojant specialistai pataria pamirkyti – ir skaniau, ir lengviau suvirškinama. Migdolus, pistaciją, lazdynų branduolius mirkykite 8 val., graikinius, bertoletijų ar pekaninius užteks palaikyti 5–6 val., o makadamijas ir anakardžius pakaks ir 2–3 val. Tuomet keliolika minučių padžiovinkite nekarštoje orkaitėje ir, subėrę ant rankšluosčio, lengvai patrinkite tarp pirštų, kad nusiluptų luobelė – riešutai taps traškūs ir skanūs.

Džiovinti vaisiai ir riešutai – nepamainomi šventinių patiekalų priedai. Jie vartojami paskaninti salotas, mišraines, tinka prie mėsos kepsnių ir į pyragus.

Salotos iš brokolių, riešutų ir spanguolių

Reikės: 2 nedidelių brokolių, 60 graudomųjų ryžių, raudono svogūno, saujos džiovintų spanguolių, saujos migdolų arba jų plokštelių, saujos lazdynų riešutų, 2 šaukštų citrinos sulčių, 2 šaukštų alyvuogių aliejaus, druskos, maltų juodųjų pipirų.

Ryžius išvirkite ir atvėsinkite. Brokolius išskirstykite žiedynais, svogūną supjaustykite plonais žiedais. Migdolus šiek tiek pasmulkinę pakepinkite sausoje keptuvėje. Lazdynų riešutus taip pat pakepinkite, nutrinkite luobelės. Didesniame dubenyje sumaišykite brokolius, svogūnus ir ryžius, suberkite spanguoles, riešutus. Gerai išplakite citrinų sultis ir aliejų, pagal skonį pasūdykite ir užpilkite ant brokolių salotų, išmaišykite. Kelias valandas iki valgymo palaikykite šaldytuve.

Jautienos, avokadų ir anakardžių salotos

Reikės: 200 g virtos jautienos, avokado, žalių salotų lapelių (jaurių), saujos mažų špinatų lapelių, 50 g anakardžių, 25 g sviesto, šaukšto miltų, 150 ml pieno, 50 g mėlynų pelėsinio sūrio, citrinų sulčių.



Išvirtą ir atvėsusią jautieną supjaustykite plonais griežinėliais, prinokusį (bet nepernokusį) avokadą perpjaukite pusiau, išimkite kaulą, o minkštimą supjaustykite kubeliais ir apšlakstykite citrinų sultimis. Anakardžius trumpai pakepinkite sausoje keptuvėje. Išlydykite keptuvėje sviestą, suberkite miltus ir pakepinkite, kol gražiai pagels. Nuolat maišydami supilkite pieną, pakaitinkite iki vientisumo, iki užvirimo. Tuomet sudėkite trupintą sūrį, maišykite, kol jis išsilydys. Galite dėti pagal skonį druskos ir pipirų. Didelėje lėkštėje paskleiskite salotas, ant jų suberkite avokado kubelius, jautieną, apšlakstykite padažu, apiberkite skrudintais anakardžiais ir špinatų lapeliais.

Vištienos troškiny su riešutais

Reikės: 400 g vištienos, 200 g ilgagrūdžių ryžių, 2 svogūnų, kelių marinuotų atriųjų paprikų, stiklinės žemės riešutų, svogūnų laišku, aliejaus, medaus, sojų padažo, druskos, maltų juodųjų pipirų.

Ryžius išvirkite pasūdytame vandenyje. Vištieną supjaustykite juostelėmis ir trumpai iš visų pusių apkepkite įkaitintame aliejuje. Žemės riešutus paskrudinkite sausoje keptuvėje. Svogūnų

laiškus sukupokite, o galvutes supjaustykite žiedais. Marinuotas atriąsias paprikas susmulkininkite. Keptuvėje su įkaitintu aliejumi pakepinkite svogūnų žiedus, sudėkite ryžius, mėsą, papriką ir riešutus. Pasūdykite pagal skonį, dėkite juodųjų pipirų, medų, sojų padažą ir maišydami pakaitinkite. Prieš patiekdami apibarktykite troškinį žaliais svogūnų laiškais.

Kriaušių, varškės ir riešutų desertas

Reikės: 4 kriaušių, 200 g varškės, 2 saujų graikinių riešutų, 2 šaukštų grietinės, 2 šaukštelių medaus, 2 šaukštelių citrinos sulčių, cinamono.

Kriaušes perpjaukite pusiau, sėklalazdžius su trupučiu minkštimo išskobkite, apšlakstykite citrinos sultimis, pabarstykite cinamonu. Dubenėlyje sumaišykite varškę, grietinę, medų, traiskytus riešutus ir šiuo įdaru pripildykite kriaušių puseles. Kiekvieną dėkite ant atskiro folijos lakšto, suformuokite krepšelius. Sudėkite paruoštas kriaušes į kepimo skardą ir kepkite 180 °C temperatūroje orkaitėje 25 minutes. Mediniu iešmeliu galite patikrinti, ar kriaušės jau minkštos, iškepusios.



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

Gruodžio 1 d. Prienų rajono savivaldybės ir „Gyvenimo“ laikraščio krepšinio pirmenybių ketvirtosios turo kovos persikėlė į Prienų KKSC salę. Pirmieji į aikštelę žengė BC „Pakuonio-Energijos“ krepšininkai iškovoję svarbų tašką, susitikimą su „Stadiono“ komanda laimėdami rezultatu 75:70 (14:18, 20:13, 23:20, 18:19). Prie šios pergalės ženkliai prisidėjo rezultatyviausias rungtynių žaidėjas

G. Kačiūsis, pelnęs 35 taškus.

Antrosios dienos rungtynėse „PMVD-Tango pizza“ užtikrintai laimėjo susitikimą su „Azibets.lt“ ekipa rezultatu 82:61 (19:14, 27:15, 20:17, 16:15) ir iškovoję trečią pergalę iš tiek pat galimų.

„Vermės“ komanda, surengusi kelis sėkmingus spurtus, nesunkiai įveikė „Dantransos“ komandą 102:72 (15:24, 31:11, 35:22, 21:15).

Nelengvoje kovoje „Prienų KKSC“ žaidėjai turėjo pripažinti „Jaučakių“ komandos sėkmę gynyboje ir puolime. „Jaučakiai“ laimėjo rungtynes rezultatu 83:72 (21:24, 22:13, 23:19, 17:16). Nugalėtojų komandai N. Petrauskas pelnė 28 taškus.

„Gyvenimo“ informacija

PR „Sodros“ pensijos ir išmokos pasieks gyventojus dar iki švenčių

Visas pensijas ir daugumą periodinių išmokų „Sodra“ išmokės dar prieš šventes. Vaiko priežiūros išmokų gavėjai gruodį gaus dvi išmokas. Visos kitos „Sodros“ išmokos ar pensijos nebus mokamos du kartus – jos pasieks gavėjus įprasta tvarka.

Tėvai, globėjai ar seneliai, kurie augina vaikus iki dvejų metų ir gauna vaiko priežiūros išmokas, šį mėnesį jas gaus du kartus. Gruodžio 16 d., kaip įprasta, bus išmokėtos lėšos už lapkritį, o mėnesio pabaigoje, gruodžio 27 d., bus pervestos išmokos už gruodį.

Dėl to sausio mėnesį vaiko priežiūros išmoka už gruodį nebus mokama, o kita išmoka gavėjus pasieks vasarį.

Pensijos gruodį bus mokamos įprastu grafiku – tiems, kas jas gauna pavedimu į sąskaitas, priklausomai nuo pasirinkto banko, mokėjimai prasidės nuo gruodžio 10 d. ir bus vykdomi iki gruodžio 18 d. Išankstinės senatvės pensijos bus mokamos nuo gruodžio 20 d.

Gavėjai, atsiimantys pensijas ir šalpos išmokas Lietuvos pašte, galės tai padaryti nuo gruodžio 10 iki 26 d., įvertindami pašto skyrių darbo laiką per šventes. Tie žmonės, kuriems pensijos pristatomos į namus, jas gaus įprastomis pristatymo dienomis – nuo gruodžio

10 d. Šį mėnesį visos pensijos bus pristatytos iki švenčių.

Įvairių rūšių socialinio draudimo ir valstybines pensijas Lietuvoje kas mėnesį gauna per milijoną žmonių. Daugiausia yra senatvės pensijos gavėjų – 626,5 tūkst. Jiems kas mėnesį išmokama per 370 mln. eurų.

Pensijų anuitetų išmokos pasieks gavėjų sąskaitas gruodžio 23 d. Šiuo metu pensijų anuitetus gauna 4 100 gyventojų, jiems kas mėnesį mokama vidutiniškai 64 eurų dydžio išmoka. Didžiausia mėnesio išmoka – 355 eurais.

Gruodžio 23 d. bus išmokėtos ir vaiko išlaikymo išmokos, kurios skiriamos vienam iš tėvų ar globėjui, jeigu vaikui vienas iš tėvų ar abu tėvai nemoka priteistų alimentų. Kas mėnesį vaiko išlaikymo išmoką gauna apie 20 tūkst. gavėjų. 2024 metais vaiko išlaikymo išmokos dydis yra 99 eurais.

Nedarbo išmokos pradėdamos mokėti gruodžio 20 dieną ir bus išmokėtos iki mėnesio paba-

gos. Šiuo metu nedarbo išmoka gauna apie 80 tūkst. žmonių, bendra išmokų suma siekia apie 40 mln. eurų per mėnesį.

Kitų išmokų mokėjimo grafikas priklauso nuo to, kada gyventojui paskirta išmoka. **Motinstės išmoka** išmokama per 17 darbo dienų nuo prašymo su visais dokumentais pateikimo. **Tėvystės išmoka** – per 5 darbo dienas nuo tėvystės atostogų pabaigos.

Ilgalaikio darbo išmoka pasiekia gavėją per 10 darbo dienų nuo sprendimo priėmimo dienos.

Ligos išmoka pradėdama mokėti ne vėliau kaip per 17 darbo dienų nuo prašymo ir visų dokumentų gavimo. Prašymą ligos išmokai skirti galima pateikti per asmeninę „Sodros“ paskyrą gyventojui www.sodra.lt/gyventojui. Vieną kartą pateiktas neterminuotas prašymas galioja visiems ateities ligos atvejams ir vienerius metus atgal. Jį galima pateikti bet kuriuo metu, nebūtina laukti, kol susirgsite.

Jei žmogus serga ar šeimos nari slaugo ilgiau nei dvi savaites, ligos išmoka įprastai mokama kas 14 dienų. Spalį ligos išmoką gavo 105 tūkst. gavėjų, jiems iš viso išmokėta apie 50 mln. eurų.



Pensijų mokėjimo kalendorius GRUODIS

Swedbank	10 mėn. dieną gruodžio 10 d. 11 mėn. dieną gruodžio 11 d. 12 mėn. dieną gruodžio 12 d.
Šiaulių bankas	Vilniaus, Šiaulių, Alytaus regionų gyventojams – gruodžio 9 d.; Kauno, Klaipėdos, Mažeikių, Utenos regionų gyventojams – gruodžio 10 d.; Marijampolės, Šilalės, Panevėžio regionų gyventojams – gruodžio 11 d.
Luminor Bank (buvęs DnB)	Vilniaus, Kauno, Alytaus, Marijampolės, Šiaulių, regionų gyventojams – gruodžio 9 d. Klaipėdos, Šilalės, Mažeikių regionų gyventojams – gruodžio 10 d. Panevėžio, Utenos regionų gyventojams – gruodžio 11 d.
SEB	Vilniaus, Klaipėdos, Šilalės, Mažeikių regionų gyventojams – gruodžio 9 d. Kauno, Alytaus, Marijampolės, Panevėžio, Šiaulių, Utenos regionų gyventojams – gruodžio 10 d.
Urbo bankas, Citadele, Luminor bank (buvęs Nordea), kitos kredito, mokėjimo įstaigos	gruodžio 10 d.
Atsiėmimas Lietuvos pašte Pristatymas į namus	gruodžio 10 – 26 d. (atsižvelgiant į pašto skyrių darbo laiką per šventes) gruodžio 10 – 23 d.



Išmokų mokėjimo kalendorius GRUODIS

Vaiko priežiūros	už lapkritį – nuo gruodžio 16 d. už gruodį – nuo gruodžio 27 d.
Nedarbo	nuo gruodžio 20 d.
Vaiko išlaikymo	nuo gruodžio 23 d.
Ilgalaikio darbo	per 10 d.d. nuo sprendimo priėmimo dienos
Ligos	per 17 d.d. nuo visų dokumentų ir duomenų pateikimo
Motinstės	per 17 d.d. nuo visų dokumentų ir duomenų pateikimo
Tėvystės	per 5 d.d. nuo tėvystės atostogų pabaigos
Šalpos	per kredito įstaigas – nuo gruodžio 12 d.; pristatymas į namus (Lietuvos paštas, „Bastaras“, „Rausidas“) – gruodžio 10 - 23 d.; atsiėmimas Lietuvos pašte – gruodžio 10 - 26 d. (atsižvelgiant į pašto skyrių darbo laiką per šventes)
Pensijų anuitetų	gruodžio 23 d.
Išankstinės senatvės pensijos	nuo gruodžio 20 d.

PERKA

Nekilnojamas turtas

Brangiai PERKAME MIŠKUS visoje

Lietuvoje. Atsiskaitome iš karto.

Tel. +370 699 29 992.

Ieškome pirkti sodybos ar žemės

sklypo vienkiemyje. Tel. +370 612

57 651.

Perkame žemės ūkio paskirties

žemę, mišką. Tel. +370 615 31374.

Gyvuliai, gyvūnai

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

Įvairios prekės

Perka šieną rulonais, traktorių „Zetor“, MTZ, T-25, mėšlo kratytuvą, priekabą, presą, volus. Tel. +370 630 93 471.

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

PARDUODA

Kietas kuras

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

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

Parduodu sausas, kapotas malkas, laikomas po stogu, vežame ir mažais kiekiais. Išrašome sąskaitas.

Tel. 8 648 61 061.

Nekilnojamas turtas

Parduoda arba keičia sodybą su ūkiniais pastatais į butą Prienuose. Yra vandens gręžinys ir 6 ha žemės. (Galima ir be žemės). Tel. 8 611 53 256.

PASLAUGOS

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

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

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



Nusikaltimai Melaimės

Smurtas

Lapkričio 28 d. apie 16 val. Birštone, Vienkiemio g., namuose, konflikto metu, vyras (gim. 1998 m.) smurtavo prieš moterį (gim. 1998 m.). Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 140 str.

Gruodžio 1 d. apie 16 val. Prienuose, Vytauto g., neblaivus (2.87 prom. alkoholio) vyras (gim. 1972 m.) smurtavo prieš neblaivią (1.74 prom. alkoholio) moterį (gim. 1978 m.). Įtariamasis buvo sulaikytas ir uždarytas į ilgalaikio sulaikymo patalpą. Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 140 str.

Lapkričio 30 d. apie 20 val. 30 min. į Marijampolės ligoninę iš Prienų r., Byliškių k. namų pristatytas ir pervežtas bei paguldytas į Kauno ligoninę vyras (gim. 1957 m.). Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 135 str. 1 d.

Vairavo neblaivus

Lapkričio 29 d. apie 19 val.

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 paslaugos. Tel. +370 687 95 399.

VALOME MEDŽIAIS IR KRŪMAIS APAUGUSIUS LAUKUS, GRIOVIUS. UŽ IŠSIKIRSTĄ MEDIENĄ SUMOKAME. TEL. 8 679 40 055.

Prienuose, F. Vaitkaus g., patikrinimui sustabdytas automobilis „Renault Megane“, kurią vairavo neblaivus (1,61 prom.) vyras (gim. 1970 m.). Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 281-1 str. 1 d. Gruodžio 1 d. apie 10 val. Birštono sav., Nemajūnų k., patikrinimui sustabdytas automobilis „Ford“, paaikšėjo, kad jį vairavo neblaivus (1,67 prom. alkoholio) vyras (gim. 1974 m.). Įvykis tiriamas.

Radiny

Lapkričio 30 d. apie 12 val. 30 min. į Alytaus apskr. VPK kreipėsi įmonės atstovas, kuris pranešė, kad tą pačią dieną apie 12 val. Prienų r., Lapupio k., siuntų saugojimo sandėlyje, rūšiuojant siuntas, rastas siuntinys, į kurį sudėta 12 polietilenu pakėtų su galimai augalinės kilmės narkotine medžiaga. Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 259 str. 1 d.



Kviečiu atvykti į Balbieriškį: liūdna tikrai nebus

Tuoj bus ketveri metai, kai Balbieriškio neįgalųjų skyriaus moterys renkasi Balbieriškio kultūros ir laisvalaikio centre. Visos čia atranda savo veiklų, galiausiai netgi kavos gėrimą tokioje draugijoje gali vadinti savita kultūrine bendryste.

Visoje Balbieriškio seniūnijoje yra apie 80 neįgalių žmonių, veiklą draugijoje yra pasirinkę apie penkiolika iš jų. Negaliu nepaminėti Onutės Vinickienės, kurios kurti darbai nukelia į stebuklingą pasaulį, kur auga ypatingos gėlės, liuoksi kiškučiai, gimsta skaros, šalikai.

Marijona Marcinkevičienė jus papuoš nuostabiais vėriniais, karoliais, apaus megztomis kojineėmis, kad nesušaltumėte. Ramunė Bajoravičienė nuners dėklą telefonui, reto grožio rankinę, padėkliuką, jos darbai papuoš ir žmogų, ir aplinką. O kur dar mūsų darbščiosios Regina Mažeikienė, Teresė Kupčinskienė, Janina Masiulionienė, Virginija Lingienė, Stasė Mieliauskienė, Marytė Grėbliauskienė, Ona Rudzikienė, Albina Kašėtienė. Net iš Alytaus rajono atskuba Jūratė Iešmantienė. Praėjusią savaitę prie mūsų prisijungė Irena Čiginskienė.

Trečiadienį jau susibūrėme pinti kalėdinį vainiką. Ne pirmą kartą į pagalbą atskubėjo Janina



Labutienė. Žaviuosi šios moters darbu ir talentu. Ji, rodos, tik prideda vieną kitą detalę ir vainikas tampa meno kūrinium. Edukacijos iniciatoriai skyriaus pirmininkė Irena Šatrauskienė ir Balbieriškio kultūros ir laisvalaikio cent-

ro direktorius Giedrius Griškevičius. Paskatintas naujo direktoriaus Giedriaus, mūsų skyrius pradėjo naują veiklą – susibūrėm į kolektyvą „Draugystė“. Mums akompanuoja Valdas Kazlaus-

kas, Petras Liubamirskas ir, aišku, pats Giedrius Griškevičius.

Na, o aš labai noriu, kad mes visi drauge išpildytumėm Giedriaus svajonę: Balbieriškio parke pastatyti suolelį jo dėstytojai Zitai

Kelmickaitei atminti.

Todėl kviečiu antradieniais nuo 10 iki 12 val atvykti pas mus, į Balbieriškį. Liūdna tikrai nebus.

Danutė Skaudickienė

EURO VAISTINĖ
jauksitės gerai sutaupe

DOVANOKITE TAI, KAS NAUDINGA

TYRIMAS ATSKLEIDĖ, KAS SKIRIA DIDESNĮ DĖMESĮ DOVANOMS: KAIP KALĖDOMS Ruošiasi VYRAI IR MOTERYS?

Kalėdinių dovanų paieškos – tikra šventinė tradicija, kurią kiekvienas išgyvena skirtingai: kol vieni dar lapkritį džiaugiasi paruoštomis praktiškais dovanomis, kiti – paskutinę minutę ieško originalių ir asmeniškų daiktų. Atliktas tyrimas atskleidė, kaipgi Kalėdoms ruošiasi vyrai ir moterys bei kas didesnę dėmesį skiria dovanoms.

Lapkričio mėnesį „Eurovaistinės“ užsakyamu bendrovė „Norstat“ atliko tyrimą, kuris parodė Lietuvos gyventojų dovanų paieškos tendencijas. Pavyzdžiui, apklausos metu paaiškėjo, kad vyrai kiek vėliau nei moterys nustoja tikėti, kad dovanas jiems atneša Kalėdų senelis.

Taip pat buvo atskleista, kad moterys yra kiek labiau nei vyrai linkusios skirti daugiau laiko dovanų paieškoms – 33 proc. apklaustų moterų teigė, kad dovanoms skiria labai daug arba daug dėmesio. Tuo tarpu iš apklaustų vyrų taip atsakė 24 proc.

Atskleidė, kas daugiau išleidžia dovanoms

Tyrimo duomenys parodė, kad didžioji dalis (75 proc.) apklaustųjų kalėdinėms dovanoms yra linkę išleisti iki 200 eurų. Vos 3 proc. Lietuvos gyventojų planuoja dosnesnes, daugiau nei 500 eurų vertės, dovanas.

Apklauskos metu taip pat paaiškėjo, kad moterys dovanoms dažniau nei vyrai skiria didesnę sumą. Pavyzdžiui, 17 proc. moterų kalėdinėms dovanoms planuoja išleisti 201-300 eurų, tuo tarpu tokią sumą skirs tik 9 proc. apklaustų vyrų.

Daugiausiai (24 proc.) moterų atsakė, kad dovanoms ketina skirti nuo 101 iki 150 eurų, o dažniausiai pasikartojanti suma tarp vyrų – 51-100 eurų. Šios sumos režius pasirinko 24 proc. apklausoje dalyvavusių vyrų.

Pasitaiko ir nepanaudojamų dovanų

Nors šventiniu laikotarpiu svarbiausia šiltos emocijos bei artimųjų dėmesys, daliai žmonių rūpi, koks yra gautos dovanos turinys.

Pavyzdžiui, apklausos duomenys parodė, kad beveik trečdalis Lietuvos gyventojų kartą per metus gauna bent vieną dovaną, kuri jiems atrodo nereikalinga. Tokią dovaną dažniau nei moterys gauna vyrai – 29 proc.

Visgi moterys, gavusios nereikalingą dovaną, mažo praktiškai – 24 proc. apklaustų moterų atsakė, kad tokią dovaną galima perdovanoti kitiems, tuo tarpu taip mano 13 proc. vyrų.

Kalbėdamas apie tai, kokią dovaną norėtų rasti po Kalėdų eglute, moterys dažniausiai įvardija, jog norėtų asmenišką dovaną – daugiau nei pusė tyrime dalyvavusių moterų atsakė, kad dovanos asmeniškumas joms yra labai svarbus arba svarbu.

Vyrai dovanos asmeniškumą vertina mažiau – šį aspektą kaip labai svarbų arba svarbų įvardijo 39 proc. apklausoje dalyvavusių vyrų.

Kalėdinių dovanų – į vaistinę

„Eurovaistinės“ vaistinėje Fausta Barisevičienė pastebi, kad kalėdinis bumus vaistinėje prasideda dar lapkritį – savo artimiesiems dovanų vaistinėje ieško tiek iš anksto planuojantys, tiek paskutinės minutės laukiantys žmonės.

„Yra ir tokia dalis klientų, kurie į vaistinę užsuka visai prieš pat šventes, tačiau ir jie lengvai randa geriausią sprendimą, kaip pradžiuginti savo artimuosius. Vaistinėje

dirbantys savo srities profesionalai puikiai išklauso į kiekvieno lūkesčius ir randa geriausius variantus, taip padėdami šventes sutikti be streso ir jau ne tuščiomis“, – teigia vaistininė.

Ji taip pat pastebi, kad vis dažniau žmonės vaistinėje dovanų ieško ne tik savo artimiesiems, bet ir sau. Tai galima susieti su populiarėjančiomis tendencijomis pasirūpinti savimi, savo fizine, psichine bei emocine sveikata, skirti laiko ne tik savo išorei, bet ir vidui.

Populiariausi – maisto papildai bei grožio priemonės

Vaistininės teigimu, skirtumas tarp moterų bei vyrų ji pastebi ir savo praktikoje. Pavyzdžiui, vyrai į vaistinę ateina dažniausiai jau žinodami, ką nori dovanoti, o moterys konkrečios dovanos dar būna neišsirinkusios.

„Vyrams dažniausiai dovanojami vitaminai, suteikiantys energijos, D ir B grupės vitaminai, preparatai stiprinantys nervų sistemą, keliantys nuotaiką, suteikiantys jėgų ar didinantys potenciją bei gyvybingumą. Sportuojantiems ir fizini gyvenimą aktyviai gyvenantiems vyrams dovanojami vitaminai, papildantys organizmą elektrolitais, preparatai sąnariams stiprinti ir gerinti jų būklę“, – teigia F. Barisevičienė.

Ji priduria, kad moterims taip pat dažnai dovanojami vitaminai bei grožio priemonės: „Pastebime, kad moterims dažnai dovanojami produktai, gerinantys jų plaukų, odos ir nagų būklę. Taip pat kremai, kitos odos priežiūros priemonės, dekoratyvinė kosmetika, kolageno ir hialurono rūgšties turintys papildai. Be to, dažnai dovanojami papildai, keliantys nuotaiką bei gerinantys savijautą.“

Užs.Nr. 65

Gyvenimas

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

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

Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė

Internetu skaitykite: www.gyvenimas.info, www.facebook.com/laikrastiogyvenimas

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