



Laba diena

Šiandien – mėnulio priešpilis, nuo rytojaus – pilnatis. Saulė teka 7 val. 52 min., leisis 17 val. 15 min. Dienos ilgumas 9 val. 23 min.

Vardadieniai: Šiandien – Algenė, Algenis, Algirda, Algirdas, Aumantas, Aumantė, Kertautas, Kertautė, Kervainas, Kervydas, rytoj – Deimantas, Deimantė, Deimas, Deimė, Deimilas, Deimilė, Deimys, Deivilas, Deivilė, Elmis, Eulalė, Eulalija, Mantmina, Mantminas, Mantminė, Rainoldas, Reginaldas, Renalda, Renaldas, ketvirtadienį – Algauda, Algaudas, Algaudė, Benigna, Benignas, Eisra, Putaviras, Ugnė, Ugnius.
Vasario 11 – Pasaulinė ligonų diena.

Geros pensijos, dieduli.

2 p.

Ministerija išklaušė ir suprato pieno gamintojų lūkesčius, kokios pozicijos laikysis Vyriausybė?

2-4 p.

Vasario pensijos ir išmokos: kai kurie gavėjai sulauks pokyčių

4 p.

II tipo diabetas – gyvenimo būdo liga

5 p.

„...gali išduoti ir apie 6 p. širdies ir kraujagyslių ligą“

Perkūno dienos renginys Želkūnų bendruomenės edukacijų erdvėje

8 p.

Kviečiame švęsti Lietuvių kalbos dienas!



Lietuvių kalbos dienas
VASARIO 16 D. – KOVO 11 D.

Šiais metais jau dešimtą kartą Lietuva susitelks į savo kalbos grožį ir vertę – švenčiame jubiliejinę Lietuvių kalbos dieną! Šis ypatingas laikotarpis, prasidedantis vasario 16-ąją ir besitęsiantis iki kovo 11-osios, jungia dvi mūsų tautos laisvę įprasminančias datas. Tai puiki proga ne tik atkreipti dėmesį į lietuvių kalbos svarbą bei unikalumą, bet ir suburti bendruomenes, įkvėpti domėtis kalba ir didžiuotis ja.

Lietuvių kalbos dienos kasmet su džiaugsmu minimos ir mūsų krašte – šiemet laukia net per 90 įvairiausių renginių! Jie skirti ne tik kalbai, jos mokymuisi, bet ir gimtąją kalbą, literatūrą ir kultūrą puoselėjusioms asmenybėms atminti. Švietimo, kultūros ir kitos įstaigos ruošia kalbos viktorinas, protmūšius, konkursus, parodas, diskusijas bei jaukias popietes – veiklos atras ir jaunimas, ir suaugusieji. Net ir patys mažiausieji – lopšelių-darželių ugdytiniai – taps šios kalbos šventės dalimi.

Gražiais renginiais pagerbsime šimtinias datas ir iškilus žmo-

nes. Šiemet su pasididžiavimu minėsime kraštiečio poeto Justino Marcinkevičiaus 95-ąsias gimimo metines, švęsime Tarpautinę gimtosios kalbos dieną ir prisiminsime svarbius mūsų istorijos įvykius.

Dėmesio sulauks ir 2025-iejį – Mikalojaus Konstantino Čiurlionio metai. Šia proga rengiami ypatingi susitikimai su Čiurlionio kūryba.

Kviečiame visus prisijungti prie Lietuvių kalbos dienų renginių – švėskime kartu, didžiuokimės savo kalba ir dalinkimės jos grožiu!

Negavę aiškių atsakymų vietoje, Stakliškių gimnazijos tėvų atstovai kreipėsi į Prezidentą ir aukščiausias šalies institucijas

Švietimo, mokslo ir sporto ministrė Raminta Popovienė atsiėmė rinkiminį pažadą mažinti minimalių moksleivių skaičių klasėse iki 12-kos. Viešai komentuodama Vyriausybės parengtą nutarimą, ji sakė, kad dabar galiojančios nuostatos dėl 21 mokinio normos klasėse nebus keičiamos, tačiau bus papildytas išimčių sąrašas, kuomet minimalaus skaičiaus nesurenkančios mokyklos galės formuoti nuo 12 iki 20 mokinių klases, žinoma, jeigu pačios savivaldybės finansiškai prisidės prie šių klasių išlaikymo.

Į ministrės vasario 5 dieną viešojoje erdvėje išsakytus ketinimus nedelsiant sureagavo Stakliškių gimnazijos mokinių tėveliai. Vasario 6 dieną „Gyvenimo“ redakcija gavo jų raštą, adresuotą LR Prezidentui, LR Vyriausybei, LR Seimui bei Švietimo, mokslo ir sporto ministerijai. Jame prašoma pateikti atsakymus ir paaiškinimus į vietos bendruomenių atstovų nuo praėjusių metų gegužės ne kartą savivaldos lygmeniu keltus klausimus. Primename, kad praėjusį rugsėjį dėl nepalankaus Vyriausybės sprendimo Stakliškių ilgoji gimnazija neteko vienuoliktos klasės ir jos statusas bei savarankiškumas pakibo ant plauko.

Kodėl ir kokiais argumentais pagrįdžiant buvo priimtas toks sprendimas?

Remdamiesi įstatymų nuostatomis, Stakliškių seniūnijos ir gimnazijos bendruomenių nariai ne kartą žodžiu ir raštu kreipėsi į Prienų rajono savivaldybės merą **Alvydą Vaicekuską** bei Švietimo ir sporto skyriaus vedėją **Rimvydą Zailską**. 2024 m. gegužės 29 d. gimnazijoje vykusiam susirinkime, rugsėjo 17 d. išsiųstame el. laiške, gruodžio 10 d. raštiškame paklausime, galop šį vasarį asmeniškai į savivaldybę pristatytame laiške bendruomenių atstovai prašė atsakyti į klausimus, kokiais kriterijais vadovaujantis buvo priimti

kaimiškoms gimnazijoms, tarp jų ir Stakliškių gimnazijai, nepalankūs mokyklų tinklo kūrimo taisyklių pakeitimai; ką nuveikė savivaldybė ir skyrius, kad apgintų gimnazijos bendruomenės lūkesčius išsaugoti gimnazijines klases. Visuose laiškuose buvo primygtinai klausama, ar svarstymo metu, prieš Vyriausybei ir Seimui priimant įstatymo pakeitimus, savivaldybė kreipėsi į Švietimo ir mokslo komitetą su pastabomis ir pasiūlymais dėl Stakliškių ar kitų gimnazijų ir prašoma raštiškų to įrodymų. Tarp rūpimų klausimų ir šie: kokiais būdais, su kokiomis

(Nukelta į 3 p.)

Kovo 1 d. Prienuose – Kaziuko mugė

Joje kviečiami dalyvauti tautodailininkai, amatininkai, liaudies meistrai, ūkininkai, tautinio ir kulinarinio paveldo atstovai, prekiaujantieji maisto produktais, rankų darbo gaminiiais, nemasinės gamybos dirbiniais.

Kaziuko mugė – tai pavasario atidarymas ir didžiausia rankų darbo gaminių kūrėjų iš visos šalies mugė Prienuose.

Mugė vyks nuo 10.00 val. iki 15.00 val. Prienų kultūros ir laisvalaikio centre ir jo prieigose. **Dalyvių registracija – iki 2025 m. vasario 23 d. (imtinai)**. Viršijus leistiną prekybininkų skaičių, registracija gali būti uždaryta anksčiau.

Parengta pagal Prienų r. savivaldybės informaciją

Aukščiausios rūšies pavasarinėmis kainomis

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

GRASTA Tel. 0 687 36216
Kęstučio g. 97, Prienai

VASARIO 16 LIETUVOS VALSTYBĖS ATKŪRIMO DIENA PRIENUOSE

10.00 VAL.
MALDA UŽ TĖVYNĘ
PRIENŲ KRISTAUS APSIREIŠKIMO BAŽNYČIOJE

11.00 VAL.
IŠKILMINGA LIETUVOS VALSTYBĖS VĒLIAVOS PAKĒLIMO CEREMONIJA
PRIENŲ LAISVĒS AIKŠTĒJE

11.30 VAL.
TRADICINĒS PRIENŲ KRAŠTO MENO KŪRĒJŲ DARBŲ PARODOS ATIDARYMAS
PRIENŲ KULTŪROS IR LAISVALAIKIO CENTRE

12.30 VAL.
PRIENŲ KRAŠTO GARBĒS PILIEČIO VARDŲ SUTEIKIMO IR PRIENŲ RAJONO SAVIVALDYBĒS APDOVANOJIMŲ „DĒKINGUMAS“ ĮTEIKIMO CEREMONIJA.
ŠVENTINIS KONCERTAS SU JERONIMU MILIUMI IR KARINA KRYSKO
PRIENŲ KULTŪROS IR LAISVALAIKIO CENTRE

VASARIO 16-oji BIRŠTONE

12.00 val. Šv. Mišios už Tėvynę
Birštono šv. Antano Paduviečio bažnyčioje

13.00 val. Šventinis Lietuvos valstybės vėliavos pakėlimas
J. Basanavičiaus aikštėje

14.00 val. Rašytojo Herkaus Kunčiaus ir vokalistės Sigutės Trimakaitės (sopranas) meninė programa „Muzikinės akimirkos“
Birštono viešojoje bibliotekoje. Programą finansuoja Lietuvos kultūros taryba

17.00 val. Valstybės atkūrimo dienos minėjimas-koncertas
Nusipelnusių, savo darbais garsinančių Birštono kraštą, žmonių apdovanojimai. Dalyvauja Aistė Smilgevičiūtė ir grupė „Skylė“
Birštono kultūros centre įėjimas laisvas

Kiti renginiai:
Edukacija „Tu man vienintelė“
Vasario 3-12 dienomis 13.00-17.00 val. Birštono viešojoje bibliotekoje
Edukacinė popietė „Lemtingas žingsnis į Laisvę“
Vasario 14 d. 15.00 val. Birštono viešosios bibliotekos Nemajūnų padalinėje

Nuomonė

Rytas STASELIS



Geros pensijos, dieduli.

Nuo Rusijos atakų besiginančios Ukrainos dronų pajėgos kone kasdien vėl ėmė apšaudyti naftos bei dujų perdirbimo įmones, naftos produktų saugyklas bei bazes įvairiuose šalies-agresorės miestuose. Šios atakos efektyvios, nes mažina naftos produktų gamybą naftos turtingoje šalyje, kurioje nėra išvystyta saugyklų infrastruktūra.

Žinia – naftos rafinerijas ukrainiečiai ėmė atakuoti dar pernai, tačiau vėliau šių išpuolių intensyvumas sumažėjo. Šią savaitę skaičiau ir girdėjau mažiausiai du naftos sektorių išmanančius ekspertus tvirtinant, esą pernai Ukrainos valdžios stabdyti smūgius prieš naftos perdirbimo pramonę prašė arba reikalavo buvusi JAV prezidento Joe Bideno administracija. Priežastis – Baltieji rūmai niekaip nenorėjo, kad prieš lapkričio rinkimus sumažėtų naftos produktų pasiūla globaliose rinkose ir dėl to kiltų jų kainos JAV.

Juokaujama, esą benzino kainų kilimas amerikiečių rinkėjams reiškia maždaug tąpat, ką brangstantis alus europiečiams.

Dabar gi, į Baltuosius rūmus įsikrausčius Donaldui Trumpui, radosi prielaida, kad ukrainiečių atakų prieš Rusijos naftos pramonę mažų mažiausiai niekas nebestabdo. O gal ir paskatina? Juolab smūgių rafinerijoms reikšmė globalioms rinkoms, ko gero, yra perdėta. Kas kita – tokios atakos turi apčiuopiamos įtakos Rusijos naftos produktų vidaus rinkos tendencijoms beigi Ukrainoje kovojančios kariuomenės poreikiams.

Žinių agentūra „Reuters“ šią savaitę paskelbė didelės apimties straipsnį, kuriuo supažindino savo auditoriją, kaip JAV paramą Ukrainai veikė J. Bideno komandos baimės. Dėl tikimybės, kad amerikiečių siunčiama parama sukels branduolinės grėsmės eskalaciją, o galbūt karą.

Iš teksto aiškėja, kad Baltųjų rūmų pareigūnai dėl Vladimiro Putino grasinimų sėdėjo pridėję į kelnes. Viena vertus, gražiai beigi periodiškai deklaruodami karinės bei finansinės paramos paketų Kyjivui, tačiau, kita vertus, sabotuodami savalaikį tos pagalbos pristatymą adresatui. Įprasta manyti, esą didžiausi paramos Ukrainai stabdžiai buvo D. Trumpas ir jo protėžė – JAV Kongreso Atstovų rūmų pirmininkas Michaelas Johnsonas, kurių iniciatyva amerikiečių parlamentarai buvo sustabdę paramos Ukrainai svarstymą prie 2023-2024 m. slenkščio.

Tačiau ne ką mažiau paramą tiekti trukdė buvęs JAV prezidento patarėjas nacionalinio saugumo klausimais Jake'as Sullivanas ir gynybos sekretorius Lloydas Austinas bei kitos gražiai kalbančios galvos J. Bideno kabinete. Atidžiau stebėjusieji jau užpernai vykusį NATO viršūnių susitikimą Vilniuje gal prisimins, kaip J. Sullivanas spaudos konferencijos metu auklėjo ukrainiečių žurnalistę, kuri nepareikšdama reikiamo dėkingumo išdrįso kažko paklausti apie stringančią JAV paramą nuo agresijos besiginančiai šaliai.

„Reuters“ daro kelias svarbias išvadas. Apie tai, kad JAV parama karine technika Ukrainai niekada neatitiko to, kas buvo iškilmingai deklaruojama. O kai kada tesudarė dešimtadalį deklaracijose nurodytų rodiklių. Kita vertus, milžiniška problema buvo ta, kad ukrainiečių vadovybė prašydavo tokios technikos bei kitų karinių priemonių nomenklatūros, kurios poreikis buvo „čia ir dabar“. O svarstymas aukštuose JAV administracijos kabinetuose (dėl tankų, šarvuotosios technikos, naikintuvų, didesnio veikimo nuotolio raketų ir kt.) užtrukdavo mėnesius, kada vienoks ar kitoks sprendimas tapdavo neaktualus.

Tarkime, pasak straipsnio autorių, JAV vadovybė suteikti ukrainiečiams leidimą amerikietiškais ginklais apšaudyti Rusijos teritoriją „pramušė“ tik paaiškėjus, kad į Rusijos agresyvų karą su Ukraina kariauti atvyko pagalba iš Šiaurės Korėjos.

„Reuters“ tekstas patvirtina ligi tol vyravusią prielaidą, kad JAV politika dėl Ukrainos J. Bideno laikais buvo neleisti jai pralaimėti, tačiau lygiai tuo pat metu neleisti jai išiveržusios Rusijos pajėgų nugalėti.

Tai nereiškia, kad su dabartine JAV administracija Volodymirui Zelenskiui bus bendrauti lengviau. Akivaizdu, kad D. Trumpui – nusičiurkšti į tokias kategorijas, kaip pasaulio tvarka, tarptautinės teisės normos ir pan. Siekiant JAV paramos Ukrainai, būtina apibrėžti ir nurodyti JAV buvimo Ukrainoje interesą, ką V. Zelenskio komanda akivaizdžiai ėmė daryti.

Nors kodėl tai turėtų būti keista? Ir mes, kaip tvirtina mūsų politikai, Lietuvoje norime užsitikrinti JAV buvimą.

Ministerija išklausė ir suprato pieno gamintojų lūkesčius, kokios pozicijos laikysis Vyriausybė?

Vasario 4 dieną VDU Žemės ūkio akademijoje vykusio Lietuvos pieno gamintojų asociacijos (LPGA) tarybos posėdžio darbotvarkėje, dalyvaujant Vyriausybės, Žemės ūkio ministerijos, LR Seimo kaimo reikalų komiteto, Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos (VMVT) ir mokslo institucijų atstovams, ūkininkams, buvo aptartos pieno gamintojams labiausiai rūpimos aktualijos: gyvulių ir paukščių virusinių užkrečiamųjų ligų grėsmės Lietuvos ūkiams, situacija šalies ir Europos pieno rinkose bei su ja susiję pasiūlymai Vyriausybei. Susitikimą vedęs, diskusijas moderavęs Lietuvos žemės ūkio tarybos pirmininkas, LPGA prezidentas Jonas Vilionis paragino ruošti visuotiniam Lietuvos žemdirbių suvažiavimui ir paskelbė jo datą – suvažiavimas vyks kovo 6 dieną VDU Žemės ūkio akademijoje Kaune. Jo tikslas – siekti, kad žemės ūkis būtų pripažintas strategiškai svarbiu sektoriumi nacionaliniam saugumui užtikrinti.

Grėsmė Lietuvos ūkiams reali – prašė neatidėliotinų sprendimų

Valstybinės maisto ir veterinarijos tarnybos Gyvūnų sveikatinimo skyriaus vedėjas Egidijus Mecelis susirinkusiuosius informavo apie snukio ir nagų bei mėlynojo liežuvio ligų paplitimą Europoje, jų kontrolės ir prevencijos, pasirengimo ligų protrūkiams ir galimų pasekmių likvidavimo priemonės. Jo teigimu, Lietuva, palyginti su kitomis ES valstybėmis, kol kas tiesiogiai nesudūrė su šių ligų protrūkiais, bet 2025 m. sausio 10 d. snukio ir nagų liga buvo nustatyta Brandenburge, netoli Berlyno. Atliekant tyrimus, buvo nustatyta, kad virusas priklauso O serotipui, kuris anksčiau buvo aptiktas Turkijoje ir Irane. Dėl šios ligos teko išskirti ir sunaikinti nemažai gyvulių – kiaulių, ožkų, galvijų, priimti judėjimo ir prekybos ribojimus. Mėlynojo liežuvio liga paplitusi daugelyje Europos šalių, o šiais metais apie MML protrūkį paskelbė ir artimiausia Lietuvai šalis – Lenkija. Todėl, pasak veterinarijos specialisto, šios ligos tikimybė mūsų šalyje neatmestina. E.Mecelis kvietė išlikti budriems, o gyvulių laikytojams priminė laikytis biologinio saugumo reikalavimų, tarp kurių – ne tik dezinfekcijos priemonių taikymas, bet ir rekomendacijos pašaliniam asmenims nesilankyti fermose, nes snukio-nagų ligai plisti reikalingos kojos. Pasak pranešėjo, kokie griežti bebūtų priimti veterinarijos reikalavimai, visuomet išlieka ir žmogiškosios klaidos faktorius, kuriam pasireiškus būtų patirti didžiuliai ekonominiai nuostoliai. Juk bet kuris ūkininkas, atostogavęs Turkijoje, netoli užkrato šaltinio, jį gali parsivežti į namus.

E.Mecelis pakomentavo parengtą mašalų pernešamos galvijų mėlynojo liežuvio ligos pasyvios ir aktyvios stebėsenos programą 2025 metams, rekomendacijas gyvūnų laikytojams, kaip veiksmingai apsaugoti gyvūnus nuo užsikrėtimo MLL virusu, pristatė gyvulių ištyrimo ir vakcinacijos galimybes.

Lietuvos paukštininkystės asociacijos direktorius Gytis Kauzonas, sunerimęs dėl paukščių gripo protrūkio Vilkyčiuose, išskėlė klausimą dėl kompensacijų ūkininkams galimiems nuostoliams padengti. Diskusijų metu, į kurias įsitraukė ir Seimo kaimo reikalų komiteto pirmininkas Kęstutis Mažeika, buvo pastebėta, jog išlieka daug neaiškumų dėl užkrečiamųjų ligų valdymo, užkrėstų gyvūnų utilizavimo ir patirtos žalos atlyginimo, įvairių institucijų atsakomybės. Dėl to pasiūlyta peržiūrėti ir atnaujinti šiuos klausimus reglamentuojančią teisinę bazę. Akcentuota ir bendradarbiavimo tarp įvairių institucijų svarba, būtinybė parengti taisykles ir gyvulių laikytojus tinkamai informuoti apie užkrečiamąsias ligas bei saugos priemones.

Pasiūlymus išklausęs, į pastabas atsakęs žemės ūkio viceministras Andrius Palionis informavo apie tai, kad ministerija išsipareigojo sudaryti darbo grupę, į kurią būtų įtraukti Vyriausybės, žemės ūkio asociacijų, veterinarijos tarnybos ir kitų institucijų atstovai. Ši darbo grupė, atsižvelgiant į epidemiologinę situaciją, vertintų riziką ūkiams ir priimtų būtinus sprendimus kilus ekstremaliai situacijai.

Siekia per 300 mln. eurų paramos pieno sektoriui

Aptardamas LPGA reikalavimus jos pirmininkas Jonas Vilionis apžvelgė pieno gamybos



situaciją ir perspektyvas Lietuvoje, o LPGA direktorius Eimantas Bičius pristatė tai atspindinčius skaičius. Nors, kaip pastebėjo J.Vilionis, du pastaruosius mėnesius pieno gamintojai gauna neblogą kainą už parduodamą pieną, niekas negali pasakyti, kas bus ateityje, juolab kad pienukystės sektorius traukiasi, vis daugiau pieno įvežama iš kitų šalių, daromas spaudimas dėl produkcijos kainos.

Jis pažymėjo, jog, augant išlaidoms, už pieną gaunama kaina nepadengia gamybos savikainos, todėl vis daugiau ūkininkų pasitraukia iš pieno gamybos, mažėja ūkių ir karvių skaičius.

LPGA duomenimis, per pastaruosius 12 mėnesių ūkių, laikančių karves, sumažėjo apie 3 tūkst., o karvių skaičius – daugiau nei 11 tūkst. Anot J.Vilionio, jeigu ši tendencija nebus sustabdyta, nebus sukurtos teisingos sąlygos pieno gamintojams, jau po kelerių metų Lietuva neįstengs apsirūpinti žaliavinio pienu, teks uždaryti kai kurias pieno perdirbimo įmones, vartotojai negalės įsigyti lietuviškų pieno produktų.

Todėl posėdžio metu buvo aptartos pagrindinės problemos, su kuriomis susiduria dalis pieno gamintojų, tai – nestabilios, neprognozuojamos supirkimo kainos; nesubalansuota rinkos struktūra, kurioje pieno perdirbimo įmonės dažnai turi didesnę derybinę galią, nei pavieniai ūkininkai; taip pat nelygios konkurencinės sąlygos su kitų šalių pieno gamintojais.

J.Vilionis supažindino su LPGA pateiktais pasiūlymais Žemės ūkio ministerijai, kuriuos prašoma įtraukti į šios Vyriausybės

(Nukelta į 4 p.)



„Gyvenimas“
– laikraštis Jums ir apie Jus!

„Gyvenimą“
galima
užsisakyti:

Redakcijoje (be aptarnavimo mokesčio!) Adresas: Kauno g. 19A, Prienai. Tel.: 0 319 60 012, 0 605 19 327. El. paštas: zina@gyvenimas.info, info@gyvenimas.info. Paštuose ir pas laiškanesius: Mobilųjį laiškanesį galite išsiskviesti telefonu: (0 700) 55 400.

Negavę aiškių atsakymų vietoje, Stakliškių gimnazijos tėvų atstovai kreipėsi į Prezidentą ir aukščiausias šalies institucijas

(Atkelta iš 1 p.)

bendruomenėmis (ar) buvo derinti galimi klasių komplektavimo sprendimai ir klausimai dėl gimnazijų (mokyklų) išsaugojimo.

Kaip matyti iš pateikto susirašinėjimo su savivaldybe, Stakliškių seniūnijos ir gimnazijos bendruomenių atstovų netenkino iš savivaldybės gauti atsakymai, todėl prieš keletą dienų visoms atsakingoms aukščiausios valdžios institucijoms jie išsiuntė raštą su prisegta prašymų ir gautų atsakymų istorija. Šiame rašte jie išsakė nemažai kritikos dėl to, kad įvairiuose valdžios lygmenyse žmonių išrinkti atstovai, pamindami rinkėjų interesus, vienašališkai priima jų gyvenimus keičiančius sprendimus – be aiškių kriterijų, situacijos analizės, diskusijų bendruomenėse. Laiške jaučiamas ir susirūpinimas dėl būsimų Vyriausybės sprendimų, kurie turės įtakos ir artėjančiai rajono mokyklų tinklo pertvarkai.

Tarp jau paminėtų klausimų prašyme, skirtame ŠMSM, Vyriausybei, Seimui ir LR Prezidentui, stakliškiečių atstovai teirujasi, kodėl sprendimai dėl minimalaus mokinių skaičiaus klasėse buvo priimti skubos tvarka, neatsižvelgus nei į savivaldybių siūlymus, nei į vietos bendruomenių poreikius.

Tiesa, pasak prašymo autorių, savivaldybė siūlė nustatyti minimalų mokinių skaičių klasės formavimui – 15, šis siūlymas buvo pateiktas jau po tėvų suorganizuotų susirinkimų, pavėluotai, nebuvo derintas su bendruomene. Jų pastebėjimu, mažiausio mokinių skaičiaus – 15 – nustatymo kriterijai lieka neaiškūs, nes atsakymas dėl jų taip pat negautas.

Rašte reiškiamas pageidavimas, kad, ateityje prieš priimant planuojamas klasių formavimo nuostatas ir išimtis, pasiūlymai būtų aptarti su visomis suinteresuotomis



institucijomis, taip pat ir vietos bendruomenėmis. O sprendimai būtų priimti, tik išsiginčius į vietos situaciją ir piliečių teisėtus lūkesčius.

Redakcija susisieki su vienu iš šio rašto autorių, Stakliškių gimnazijoje besimokančių trijų vaikų tėvu **Dainiumi Vaškelevičiumi**, kuris išreiškė susirūpinimą tuo, kad išrinktieji žmonių atstovai visiškai neatsižvelgia į gyventojų lūkesčius, nederina švietimo politikos formavimo klausimų su bendruomenėmis, tėvais, nors mokyklos yra išlaikomos iš visų mokesčių mokėtojų pinigų, taigi – ir tėvų kišenės.

„Mokyklų tinklo pertvarkos reforma pradėta seniausiai, beveik metus galioja ir nustatytas minimalus 21 mokinio skaičius klasėje, tačiau daugiau aiškumo, kokiais kriterijais vadovautasi, priimant minimalų mokinių skaičių formuoti klasei, iki šiol neatsirado nei mums, nei parlamentarams, į kuriuos kreipėmės paaiškinimų, – piktinosi

pašnekovas. – Įdomu būtų sužinoti, pagal kokį principą šis skaičius pasirinktas? Juk tokio mokinių skaičiaus vidurkio klasėse per pastaruosius dešimt, gal net dvidešimt metų mūsų kaimiškoje mokykloje niekada nebuvo, tad kaip galima jį pasiekti neskatinant gimstamumo, vien fiziškai naikinant gimnazijas?“

Gimnazijos tėvų bendruomenės atstovas išsakė kritikos ir savivaldybės adresu, kuri galbūt nepadarė visko, kas jos galioje, kad prieš Vyriausybei derinant, o Seimui priimant teisės aktų pakeitimus, apklaustų vietos bendruomenę ir, remdamasi jos nuomone, pateiktų Švietimo ir mokslo komitetui savo pastabas ir pasiūlymus dėl Stakliškių gimnazijos (ir kitų mokyklų), jos mokiniams užtikrinant sąlygas ugdytis arčiau namų, lygiomis galimybėmis, nepaisant socialinės padėties, amžiaus ar kitų aplinkybių.

Nors viename iš atsakymų bendruomenei

Švietimo ir sporto skyriaus vedėjas R. Zailskas teigė, kad savivaldybės atstovai aktyviai dalyvavo diskusijose Švietimo, mokslo ir sporto ministerijoje, teikė siūlymus Lietuvos savivaldybių asociacijai, reikė nepritarimą parengto nutarimo projektui, pasak gimnazijos bendruomenės atstovo, aktyvaus veikimo faktus įrodančių dokumentų taip ir nepateikė.

Atsakydamas į vietos bendruomenės 2024 m. rugsėjo 17 d. paklausimą, skyriaus vedėjas pripažino, kad „savivaldybėms atstovaujama LSA, o į pavienių savivaldybių siūlymus paprastai nekreipiama dėmesio“, o „kai kurie sprendimai (pvz., 2023-12-20 LRV Nutarimas Nr. 995 dėl mokyklų tinklo kūrimo taisyklių pakeitimo) buvo priimami skubos tvarka, su savivaldybėmis nebuvo derinami“.

Savo laiške, kuris išsiųstas į Vilnių, Stakliškių seniūnijos ir gimnazijos bendruomenių atstovai primena, kad pagal LR Konstituciją valdžios institucijos tarnauja žmonėms, todėl, priimdamos priešingus gyventojų lūkesčiams sprendimus, jos pažeidžia ir jų teises, ir Lietuvos įstatymus.

Prienų rajono savivaldybė sudarė komisiją mokyklų tinklui peržiūrėti, į ją įtraukti ir savivaldybės Tarybos nariai. Laukia nelengvos diskusijos dėl galimų mokyklų „optimizavimo“ priemonių, visgi stakliškiečiai viliasi, kad savivaldos atstovai atsižvelgs į jų pateiktus siūlymus, laiku ir tinkamai informuos gimnazijos bendruomenės atstovus apie numatomus mokyklų tinklo pakeitimus, su jais apsvarstys ir derins galimus veiksmus.

Tėvelių atstovai labai norisi tikėti, kad jo vaikai netaps diskriminuojančių švietimo sistemos eksperimentų įkaitais...

Dalė Lazauskienė

Prienų ūkininkų sąjungos žinios

Vienija ir bendros problemos

Praėjusią savaitę Prienų ūkininkų sąjungos pirmininkė Asta Gluoksniėnė, dalyvaudama Marijampolės skyriaus ūkininkų ataskaitiniame susirinkime, sakė išgirdusi kaimynų padėką dėl praėjusiais metais Prienuose vykusių žemdirbių piketo prieš savivaldybę.

Marijampoliškių teigimu, Prienų krašto ūkininkų traktoriai išmokė juos ir jų valdžią kaip reikia bendrauti ir ko nedaryti. Marijampolės savivaldybėje žemės mokestis buvo sumažintas daug ženkliau nei Prienų.

Marijampolės skyriaus nariai taip pat prisiminė ir bendrą kelionę į protesto akciją Vilniuje. Susitikę prie Marijampolės ir Prienų rajonų ribos, jie vėliau tvarkingai važiavo visą kelią kartu, gražiai bendravo ir sostinėje. Prieniškiai kartu su kaimynais pasidžiaugė, kad Marijampolės savivaldybė bent iš dalies materialiai parėmė savo žemdirbių dalyvavimą protesto akcijoje.

Marijampolėje vykusių susirinkimų dalyviai taip pat, panašiai, kaip ir mano Prienų krašto ūkininkai, diskutavo apie tai, ar verta toliau likti centrinės ūkininkų sąjungos sudėtyje, kai mokesčius reikia mokėti visiems, o įsiklausoma tik į kelių skyrių nuomonę.

Kita bendra problema, kelianti daug klausimų daliai abiejų savivaldybių ūkininkų – tai RIA Baltica geležinkelio naujos vėžės tiesimo darbai. Netoli magistralės ūkininkaujantys žemdirbiai turi pagrįstų būkštavimų dėl kelių, mažų lopinelių – 20 ar 30 arų žemės, paliktos paimant didelį plotą geležinkelio reikmėms.

Marijampoliečiai ūkininkai jaučia nerimo ir dėl vėjo jėginių plėtros, kuri skverbiasi ir į derlingas Suvalkijos žemes. Susirinkime taip pat kalbėta apie

bendras žemės ūkio problemas, apie tai, ko žemdirbiai gali sulaukti iš sprendimų priėmėjų ir Vyriausybės.

Koks kelio Prienai – Skriaudžiai likimas?

Šilavoto seniūnijos ūkininkai, aptardami kasdienius darbus, atkreipė dėmesį į, jų nuomone, ne visai teisingus kriterijus, pagal kuriuos buvo padalintos praėjusių metų Prienų rajono savivaldybės Kaimo rėmimo fondo lėšos.

Apie tai jie siūlė daugiau padiskutuoti atskaitiniame sąjungos susirinkime. Kaip ir sulaukti konkretaus atsakymo, kodėl Prienų rajono savivaldybės taryba šiemet perpus sumažino šiam fondui skiriamas lėšas.

Susitikime dalyvavę šilavotiškiai prisiminė ir neseniai vykdytą melioracijos griovio remonto projektą. Po pabaigtų darbų ir, matyt, atsakingų specialistų pasirašyto darbų priėmimo akto, ūkininkams patiems teko surinkti ir išvežti išverstus akmenis, lyginti suverstas žemes.

Pokalbio metu buvo neapeita ir prastėjanti kelių būklė, keltas klausimas – kas laukia kelio Prienai – Skriaudžiai, kai, prasidėjus naujos geležinkelio vėžės statybai, čia labai suintensyvės eismas.

Dalyvavo „Metų ūkio“ šventėje Anykščiuose

Penktadienį Anykščiuose vyko „Metų ūkis 2024“ baigiamasis renginys. Jame dalyvavo ir buvo pagerbti ir Prienų krašto ūkininkai, dalyvavę Prienų ūkininkų sąjungos kartu su rėmėjais organizuotame konkurse.

Valstybės duomenų agentūra informuoja: vykdomos apklausos, lankomi gyventojai

Skelbiama visuomenei aktuali informacija apie Valstybės duomenų agentūros vykdomus tyrimus, kurių metu į imtį patekusius gyventojus lankys klausėjai.

Informuojame, kad šiuo metu vykdomi šie gyventojų (namų ūkių) statistiniai tyrimai:

- gyventojų užimtumo;
- gyventojų išvykimų iš gyvenamosios vietovės;
- vartotojų nuomonių;
- pajamų ir gyvenimo sąlygų.

Gyventojai, atrinkti dalyvauti statistinių tyrimų apklausose, kviečiami užpildyti statistinių tyrimų anketas internetu (apklautos.stat.gov.lt) arba susisiekti telefonu su laiške nurodytu klausėju.

Informaciją apie gyventojų apklausas ir asmens duomenų tvarkymą galite rasti svetainėje apklautos.stat.gov.lt.

Kilus klausimų, skambinkite telefonais: +370 607 51 962, +370 607 94 312, +370 607 94 394 (pirmadienį–ketvirtadienį nuo 8 iki 17 val., penktadienį – nuo 8 iki 15.45 val., pietų pertrauka nuo 12 iki 12.45 val.), arba rašykite el. p. apklautos@stat.gov.lt.



Rastas kūnas

Sausio 31 d. apie 20 val. Prienų r., Jiezno sen., Sundakų k., miške, traktoriaus „Belarus MTZ“ kabinoje rastas vyro (gim. 1979 m.) kūnas be išorinių smurto požymių. Pradėtas ikiteisminis tyrimas mirties priežastčiai nustatyti.

Vairavo neblaivus

Vasario 2 d. apie 21 val. Prienų r., Pakuonio sen., Antakalnio k., patikrinimui buvo sustabdytas automobilis „Audi 80“, kurį vairavo neblaivus (2.71 prom.) vyras (gim. 1994 m.). Vairuotojas buvo sulaikytas. Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 281-1 str. 1 d.

Vagystė

Vasario 6 d. apie 11 val. 15 min. Prienų r., Skriaudžių k., į namus atėjusi nepažįstama moteris, pasinaudojusi šeimininkės (gim. 1943 m.) pasitikėjimu, pavogė piniginę su juo buvusiais 900 eurų ir asmens dokumentais. Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 178 str. 1 d.

Aktuali informacija

PR Vasario pensijos ir išmokos: kai kurie gavėjai sulauks pokyčių

Vasarį padidėjo išankstinės senatvės pensijos, šalpos, nukentėjusiųjų asmenų, mokslininkų, pareigūnų ir karių pensijos, pirmojo ir antrojo laipsnio valstybinės pensijos. Gavėjai, gaunantys mažų pensijų priemokas, taip pat sulauks pasikeitusių išmokų.

Vis dėlto kai kurie gavėjai vasarį gali gauti mažesnes nei sausį išmokėtas sumas. Taip nutiks dėl skirtingos pensijų ir priemokų mokėjimo tvarkos – nors pačios pensijos padidėjo, jų mokėjimo grafikas lemia, kad vasario išmokos gali būti mažesnės nei sausį.

Priklausomai nuo gyvenamosios vietos ir pasirinkto mokėjimo būdo, pensijos pradėdamos mokėti vasario 7 d. ir pasieks visus gavėjus iki vasario 26 d.

Kodėl vienos pensijos didinamos nuo sausio, o kitos – nuo vasario

Nuo sausio jau mokamos indeksuotos senatvės, negalios (netekto darbingumo), našlių ir kitos socialinio draudimo pensijos bei vienišo asmens išmokos. Taip yra dėl to, kad šios pensijos mokamos už einamąjį mėnesį.

Tuo metu išankstinės senatvės pensijos, taip pat šalpos, nukentėjusiųjų asmenų, mokslininkų, pareigūnų ir karių pensijų, pirmojo ir antrojo laipsnio valstybinės pensijos bei šalpos kompensacijos mokamos už praėjusį, o ne už einamąjį mėnesį. Todėl sausį jų gavėjai gavo išmokas už gruodį ir dar nepajuto padidėjimo, o didesnių sumų už sausio mėnesį jie sulauks vasarį.

Mažiausių pensijų gavėjai gauna pensijų priemokas – į ką svarbu atkreipti dėmesį

Lietuvoje gyvenantiems pensijų gavėjams, gaunantiems pačias mažiausias pensijas, mokamos pensijų priemokos. Jas gauna socialinio draudimo senatvės pensijų ir negalios (netekto darbingumo) pensijų gavėjai, netekę 60 ir daugiau procentų dalyvumo (darbingumo). Turinčiųjų būtinąjį stažą visų gaunamų pensijų suma negali būti mažesnė nei minimalių vartojimo poreikių dydis. Praėjusiais metais jis siekė 446 eurus, o 2025 metais išaugs iki 450 eurų.

Jei žmogus yra įgijęs būtinąjį stažą pensijai skirti, jam mokamas skirtumas tarp 450 eurų ir jo gaunamos pensijos sumos. Jei žmogus yra įgijęs minimalų stažą, bet neturi būtinojo stažo, jam apskaičiuojama proporcingai mažesnė priemokos dalis.

Pavyzdžiui, gyventojų, turinčių būtinąjį stažą, senatvės pensija 2024 m. buvo 380 eurų – mažiau nei 446 eurai, todėl jis gavo ir 66 eurų priemoką.

Po indeksavimo 2025 m. sausį jo pensija padidėjo iki 423 eurų. Kadangi ši suma vis dar mažesnė nei 450 eurų, jis kas mėnesį gaus 27 eurų priemoką.

Svarbu: Pensijos mokamos už einamąjį mėnesį, o priemokos – už praėjusį. Todėl šiam žmogui buvo išmokėtos tokios sumos:

- **Gruodį** žmogus gavo pensiją už gruodį (380 eurų) ir priemoką už lapkritį (66 eurus) – iš viso **446 eurus**.
- **Sausį** žmogus gavo padidintą sausio pensiją (423 eurus) ir priemoką už gruodį (66 eurus), iš viso – **489 eurus**.
- **Vasarį** jis gaus vasario pensiją (423 eurus) ir priemoką už sausį (27 eurus), iš viso – **450 eurų**.

Pokyčiai daugelio šalpos pensijų gavėjams

Iki šių metų pradžios šalpos našlaičių pensijų, šalpos kompensacijų bei tam tikrų šalpos negalios pensijų gavėjai negalėjo kartu gauti ir socialinio draudimo pensijos – jiems buvo mokama didesnė iš dviejų išmokų.

Dėl Šalpos pensijų įstatymo pakeitimų nuo 2025 m. sausio 1 d. visiems šalpos pensijų ir išmokų gavėjams pradėdamos mokėti ir kitos jiems priklausanti pensijos, jei jos buvo paskirtos anksčiau. Šalpos išmokos dabar skaičiuojamos kaip skirtumas tarp paskirtos kitos pensijos ir šalpos pensijos dydžio.

Pavyzdžiui, žmogui, kuris tapo asmeniu su negalia iki 24 metų ir kuriam nustatytas 45 proc. netektas dalyvumas, 2024 m. buvo paskirta 166,79 euro dydžio socialinio draudimo negalios pensija. Kadangi tuo metu jam priklausanti šalpos negalios pensija siekė 197 eurus, tai yra atitiko šalpos pensijų bazę, jis pasirinko gauti didesnę išmoką – šalpos negalios pensiją.

Nuo 2025 m. sausio 1 d., be atskiro prašymo, jam atnaujintas socialinio draudimo negalios pensijos mokėjimas, kurios dydis po indeksavimo siekia 185,03 euro. Kadangi 2025 m. šalpos pensijų bazė padidėjo iki 248 eurų, šiam žmogui mokamas skirtumas tarp socialinio draudimo negalios pensijos ir šalpos pensijos, t. y. 62,97 euro. Bendra jo gaunamų išmokų suma sudarys 248 eurus.

(Nukelta į 7 p.)

Zemės ūkis

Ministerija išklausė ir suprato pieno gamintojų lūkesčius, kokios pozicijos laikysis Vyriausybė?

(Atkelta iš 2 p.)

programos veiksmų planą, siekiant iš esmės pagerinti padėtį pieno sektoriuje. Vienas iš svarbiausių – numatyti finansavimą investicijoms į pieno ūkių modernizavimą, ne mažiau nei 300 mln. eurų per ketverius metus. Taip pat prašoma supaprastinti investicinių projektų rengimo taisykles; suteikti ne mažesnę nei 50 proc., o jauniems ūkininkams – net iki 75 proc. finansavimo intensyvumą.

ŽŪM viceministro A. Palionio teigimu, ministerija neprieštarauja didesniai finansavimo intensyvumui, iš Vyriausybės prašoma 390 mln. eurų gyvulininkystės ūkių investicijoms remti. Jis nustebo išgirdęs, kad ūkininkams, siekiantiems statyti naujas fermas, iki šiol nepriimta palankesnių sprendimų, nors šis klausimas keliamas jau kelerius metus.

Jis pažadėjo kreiptis į Aplinkos ministeriją dėl aplinkos vertinimo kriterijų ūkininkams, stantiems karvių fermas, sušvelninti. Veikiausiai bus priimti domėn ir prašymai praktikoje taikyti parengtus tipinius tvartų projektus, sutrumpinti pieninio ūkio fermos projekto parengimo ir derinimo procedūras. Anot LPGA atstovo, ne mažiau svarbu, kad vykdančioms projektus būtų kompensuotos palūkanos už paskolas, skirta parama bandos gerinimui bei karvių produktyvumo didinimui. Reaguodamas A. Palionis apgailėstavo dėl dabartinės Nacionalinio plėtros banko (ILTE), kuriam priskirtas Žemės ūkio paskolų garantijų fondo paskolų administravimas, vykdomos politikos, anot jo, šioje srityje reikia diskusijų ir pokyčių.



J. Vilionio teigimu, Vyriausybė turėtų priimti sprendimus, kurie prisidėtų prie žemės ūkio subjektams užkrautos biurokratinės ir administracinės naštos mažinimo, mokesstinės bazės stabilumo, sąžiningo kainos pasiskirstymo pieno kainų grandinėje. Diskusijos metu vienas ūkininkas skundėsi dėl ūkiams taikomų susietumo taisyklių, kurios apriboja jaunų ūkininkų veiklą, dirbančius žemę paverčia pažeidėjais. Viceministras pažadėjo pasidomėti šia situacija, siekti stabilumo dėl mokesčių, taipogi peržiūrėti nuostatą dėl Gyventojų pajamų mokesčio, taikomo ūkiams.

Tarp LPGA pasiūlymų Vyriausybei – reikalavimas nedelsiant atstatyti nuo 2023 m. pieno gamintojams nebe mokamą Pereinamojo laikotarpio nacionalinę paramą, pakoregavus referencinius dydžius. Siūloma tiesiogines išmokas mokėti tik tiems ūkiams, kurie užsiima pirminės žemės ūkio produkcijos gamyba.

Vyriausybė paraginta imtis priemonių dėl pieno ūkių išsaugojimo. Anot LPGA, valstybė turėtų išpirkti likviduojamus ūkius ir sudaryti sąlygas jauniems ūkininkams per ilgesnį laikotarpį juos įsigyti. Tam, kad jaunimas liktų kaimo, perimtų ūkius, statytų pieno

fermas, reikėtų palengvinti žemės įsigijimo ir kreditavimo sąlygas.

Kadangi žemės ūkio kooperatyvai yra pagrindinė priemonė, padedanti ūkininkams stiprinti savo pozicijas rinkoje, J. Vilionio įsitikinimu, būtina numatyti jiems 40 mln. eurų paramą investicijoms į modernias gamybos ir perdirbimo technologijas, paskatinant eksporto plėtrą.

Posėdžio metu buvo kelti klausimai dėl Pieno įstatymo tobulinimo, kooperacijos stiprinimo, aptarta nemažai priemonių, kurios pagerintų ūkininkų situaciją, sustabdytų žemės ūkio sektorių traukimąsi ir užtikrintų jo konkurencingumą su aplinkinėmis šalimis. Išryškintos pieno gamintojų problemos ir Žemės ūkio ministerijos pozicija dėl pateiktų pasiūlymų. LPGA prezidentas J. Vilionis, kreipdamasis į Tarybos narius, žemdirbių asociacijų atstovus, paragino visus dirbti išvien, kad iškelti reikalavimai neliktų popieriniai, o būtų įtraukti į Vyriausybės programos veiksmų planą ir taptų „kūnu“. Pritarimo ir supratimo tikimasi ir iš premjero **Gintauto Palucko**, su kuriuo pieno gamintojai planuoja susitikti šią savaitę.

Dalė Lazauskienė

LPGA nuotraukos

Nuo Naujųjų tūkstančiams vairuotojų sustabdyta teisė vairuoti: kada laukia baudos ir kaip šią teisę vėl įgalinti?

Nuo 2025 m. sausio 1 d. laiku sveikatos nepasitikrinę vairuotojai nebegali dalyvauti eisme. Nors apie šį pokytį Lietuvos vairuotojai buvo informuoti iš anksto, net jau įsigaliojus įstatymui apie 60 tūkst. asmenų vis dar nesureagavo į įspėjimus ir neatsinaujino savo medicininės pažymos galiojimo. Tai reiškia, kad vairuotojo pažymėjimo galiojimas yra sustabdytas ir asmuo nebegali dalyvauti eisme. Ką daryti tokiu atveju ir kaip nepamiršti laiku apsilankyti medicinos įstaigoje bei atlikti patikrą?

Nepasitikrinusiems sveikatos – baudos

Nuo sausio 1-osios, laiku neatlikus privalomojo vairuotojų sveikatos patikrinimo ir pasibaigus galiojanti patikros pažymai, stabdomas vairuotojo pažymėjimo galiojimas arba galimybė valdyti atitinkamos kategorijos transporto priemones. Tai reiškia, kad galiojant B kategorijos sveikatos pažymai, tačiau pasibaigus C kategorijos pažymos galiojimui, vairuotojas praranda teisę vairuoti sunkiasvoro transporto priemones.

AM, A1, A2, A, B1, B, BE kategorijų (I gr.) vairuotojams iki 65

metų sveikatos pažyma galioja 10 metų, nuo 66 iki 79 metų – 5 metus, o nuo 80 metų – 2 metus. Vairuotojui iki 65 m. sveikatos pažymos galiojimas negali būti ilgesnis nei jam sukanka 70 metų. Kai vairuotojas yra 65–80 m. amžiaus – medicininė pažyma išduodama ne ilgesniam laikotarpiui nei jam sukanka 82 metai.

Griežtesni reikalavimai taikomi vairuotojams-profesionalams. C, C1, C1E, CE, D, D1, D1E, DE, T kategorijų (II gr.) vairuotojams iki 55 metų amžiaus sveikatos patikrą reikia atlikti kas 5 metus, nuo 56 metų – kas 2 metus. Į šią grupę taip pat įtraukti krovinių auto-

mobilių, taksi, greitosios pagalbos ir spec. tarnybų transporto priemonių vairuotojai, dirbantys pagal darbo sutartis, įskaitant ir vairuojančius B kategorijai priskiriamus automobilius.

Sveikatos pažymos galiojimo neprisitęsusiems vairuotojams numatyta bauda nuo 30 iki 50 eurų. Patys pareigūnai specialių patikrinimų nenumato ir pažymėjimo galiojimą žada tikrinti tik tuomet, jei vairuotojas bus sustabdytas dėl kitų padarytų Kelių eismo taisyklių pažeidimų. Anot pareigūnų, išmanios pažeidimų fiksavimo sistemos taip pat fiksuoja pažeidimus, o paaiškėjus, kad vairuotojo pažymėjimo galiojimas yra sustabdytas – skirti baudą ir už šios pareigos nevykdymą.

Apie pareigą primins programėlė

Kadangi įprastai B kategorijos vairuotojams iki 65 metų sveikatos

(Nukelta į 7 p.)

Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

Parengė Veronika Pečkienė

II tipo diabetas – gyvenimo būdo liga

Cukrinis diabetas – viena dažniausiai diagnozuojamų 21-ojo amžiaus ligų, ja serga daugiau kaip 500 mln. žmonių. Tarptautinės Diabeto Federacijos duomenimis (International Diabetes Federation, IDF), ateityje cukriniu diabetu sirgs apie 700 mln. Apie ligos priežastis ir gyvenimo būdo korekcijas kalbinu Prienų ligoninės direktorė, gydytoja endokrinologė Jūratė MILAKNIENĖ.

– Kaip apibūdintumėte sąvoką „2 tipo cukrinis diabetas“?

– Antrojo tipo diabetas – tai endokrininė liga, kuriai būdingas insulino gamybos sutrikimas – sumažėjęs organizmo jautrumas insulinui. Ši lėtinė liga pasireiškia angliavandenių apykaitos sutrikimu, kas lemia gliukozės kiekio padidėjimą kraujyje – hiperglikemiją. Tai – klatingas susirgimas, kurio negydant gresia sunkios komplikacijos.

2 tipo cukrinis diabetas dažniausiai pasireiškia žmonėms, kurie yra nutukę, netaisyklingai maitinasi, pirmenybę teikia sėsliam nejudriam gyvenimo būdai.

– Kokie ligos simptomai?

– Pradinėje stadijoje žmogus nejaučia jokių simptomų. Vėliau atsiranda dažnas šlapinimasis, padidėjęs troškulys, svorio kritimas, nuovargis, mieguistumas. Taip pat blogėja regėjimas, vargina odos sausumas, niežulys, pėdų tirpimas, atsiranda žaizdos.

– Kaip nustatoma diagnozė?

– Cukrinis diabetas patvirtinamas laboratorijoje tiriant gliukozės kiekį kraujo serume. Tyrimas atliekamas ryte, nevalgius. Gydytojas, gavęs normų neatitinkantį rezultatą, diagnozės patvirtinimui skiria gliukozės toleravimo mėginio tyrimą.

Neretai padidėjęs gliukozės kiekis kraujyje rodo ne ligą, o „prediabetinę būklę“.

Tada vaistai neskiriami, bet būtina gyvenimo būdo bei mitybos korekcija.

– Negydant 2 tipo cukrinio diabeto pasekmės liūdnos...

– Taip. Neskyrus sava laikio gydymo pažeidžiama akių tinklainė, inkstai, širdis, smulkieji galūnių nervai, kraujagyslės. Esant nuolatinei hiperglikemijai, pacientą gali ištikti insultas, infarktas, net apakimas. Sutrikus kraujotakai galūnėse, atsiveria negyjančios, skausmingos opos. Dėl blogos gliukozės tolerancijos atsiranda smulkiųjų ir stambiųjų kraujagyslių pažeidimai, kitos kraujagyslių ligos.

– Kokia turėtų būti ligos prevencija?

– Antrojo tipo cukrinis diabetas – tai gyvenimo būdo liga. Tad derėtų pasikonsultuoti apie tai su šeimos gydytoju, išklausyti jo patarimų.

Svarbu vengti „greito“, riebaus, saldaus maisto,



„Įtarus antrojo tipo diabetą svarbiausia – laiku atlikti tyrimai ir tinkami gyvenimo būdo pokyčiai,“ – atkreipia dėmesį Prienų ligoninės direktorė, gydytoja endokrinologė Jūratė Milakniė.

daugiau vartoti daržovių. Praktikuokite ilgesnį judėjimą, – kasdien pasivaikščiokite bent 30-50 minučių.

Rizikos veiksniai – vyresnis amžius, nutukimas (ypač pavojingas pilvinio tipo), anksčiau pasireiškęs gliukozės toleravimo sutrikimas.

Norint išvengti 2 tipo cukrinio diabeto, geriausia ligos prevencija – fizinis aktyvumas bei sveika mityba.

– Ar Lietuvoje vadovaujate naujausiomis gydymo tendencijomis?

– Lietuvoje, kaip ir Vakaruose, siekiame holistinio požiūrio į sveikatą ir cukrinio diabeto ligą – svarbu ne tik fizinė, bet ir psichologinė paciento būklė, todėl endokrinologo konsultacijoje aptariamas ne tik medikamentinis diabeto gydymas, bet ir kiti ligą kontroliuojantys aspektai.

Lietuva neatsilieka nuo pasaulinių cukrinio diabeto gydymo rekomendacijų. Džiaugiamės galėdami gydyti mūsų pacientus moderniausiais medikamentais, kurie sumažina gliukozės kiekį kraujyje bei apsaugo organizmą nuo žalingo hiperglikemijos poveikio širdžiai, inkstams, kraujagyslėms.

– Dėkui už išsamius atsakymus ir skaitytojams praverčiančius patarimus.

Pylori bakterija ir maistas

„Sveika mityba – tai raktas į tinkamą virškinimo procesą bei gerą organizmo savijautą,“ – sako Lietuvos sveikatos mokslų universiteto gydytoja dietologė med. m. dr. Rūta PETEREIT.

– Pylori bakterija trikdo virškinimą...

– Helicobacter pylori (pylori bakterija) plačiai paplitusi bakterija, kuri „gyvena“ žmogaus skrandyje. Nors dauguma pacientų nejaučia turintys šią bakteriją, tačiau kai kurie patiria įvairių virškinimo sutrikimų. Pavyzdžiui, dujų kaupimąsi, maisto nevirškinimą, pilnumo jausmą, skausmą pilvo srityje.

Ilgai nesigydamas tam tikrais atvejais gali susiformuoti skrandžio ar dvylikapirštės žarnos opos.

– Kokia mitybos įtaka įveikiant H. pylori bakteriją?

– Ir kokybiškas sveikatai palankus maistas, ir geras virškinimas labai svarbus H. pylori bakterijos pasireiškimui. Deja, visuomenės mitybos įpročiai pasitarnauja H. pylori išvešėjimui. Valgoma gausiai, greitai, skirtingu paros metu negalvojant apie produktų įsivaikinimą, suderinamumą ir kokybišką virškinimą. Tad nenuostabu, kad pučia pilvą, užkietėja viduriai, – tai apsunkinto virškinimo proceso ženklai.

– Svarbu valgyti mažomis porcijomis?

– Taip. H. Pylori infekcijos atveju didelės porcijos itin nenaudingos, nes didina skrandžio rūgštingumą ir tada atsiranda pilvo skausmas, veržimas, įtampa, diskomfortas žarnyne. Todėl svarbu valgyti po mažiau, tačiau dažniau, 5 kartus per dieną kas 3–3,5 valandos.

– Kaip maitintis gydantis H. Pylori bakteriją antibiotikais?

– Svarbu vengti riebių, rūgščių ar aštrių maisto produktų, kurie dirgina skrandį. Virškinimą gerina alyvuogių aliejus, riešutai, avižiniai dribsniai, rudieji ilgagrūdžiai ryžiai, linų sėmenys, troškintos daržovės. Tuo tarpu žalių daržovių virškinimas individualus, tad derėtų jų kiekį riboti.

– O gėrimas su citrina: gerai ar blogai?

– Ryte ar po valgio sveika išgerti stiklinę šilto vandens su 1/2 citrinos sultimis. Tai – neutralizuoja skrandžio rūgštį bei slopina bakterijų augimą.

Labai svarbu vartoti kuo daugiau skysčių: vištienos ar daržovių sultinio, žalios arbatos, vaistinių ramunėlių, šalavijų, medetkų. Itin



naudingas vanduo. Jo derėtų išgerti 6–7 puodelius (geriausia prieš valgymą). Priklausomai nuo individualios sveikatos būklės dėl tinkamos mitybos visada pravartu pasitarti su gydytoju dietologu.

– O kaip dėl gerųjų bakterijų...

– Labai svarbus klausimas. Pradėjus antibiotikų kursą iš karto gerkite ir gerąsias bakterijas. Paėmus antibiotikų vartojimą, gerąsias bakterijas reikėtų testuoti dar du – tris mėnesius. Šalia vartokite natūralų jogurtą, kefyra, fermentuotus produktus (agurkus, burokėlius, pomidorus, kopūstus), kurie atkuria skrandžio bakterijų pusiausvyrą ir slopina H. Pylori bakterijos veiksmingumą.

Svarbu atminti, kad gerąsias bakterijas ir maisto produktus, turinčius gerųjų bakterijų, nevertokite vienu metu geriant antibiotikus, – turi būti bent dviejų valandų tarpas (išgėrus antibiotikų, tik po 2–3 val. išgeriate gerąsias bakterijas).

– Dėkui jums, daktare, už svarbius ir naudingus patarimus.

Mitybos meniu (pavyzdys)

Pusryčiai

Vanduo su citrinos sultimis (1/2 – 1/3 sulčių stiklinėje šilto vandens).

Avižinių dribsnių košė ar jogurtas su granola.

Bananas ar obuolys.

Pietūs

Vištienos ar daržovių sultinys.

Vištienos ir daržovių troškiny (brokoliai, morkos, pomidorai, paprikos).

Ryžiai ar bulvių košė.

Vakarienė

Troškintos daržovės.

Virtas kiaušinis.

Vaistažolių arbata

Žalia kriaušė ar 2 slyvos.

Kaparėliai

Ar žinote, kad kaparėliuose kvarcetino yra daugiau nei bet kuriame kitame augale? Šis flavonoidas – gerai veikia prieš virusus, yra puikus pirmųjų bei antrųjų patiekalų aromatinis prieskonis.

Įvertino senovės daktarai...

Mažytis dygliuoto kaparėlio krūmelis auga Viduržemio jūros pakrantėse, išsiraizgę, tarp saulės nutviekstų uolų. Tamsiai žalios spalvos, rūgščiai sūraus skonio kaparėliai (primenantys aštrias žaliąsias alyvuoges) dėl antivirusinio, priešuždegiminio poveikio buvo garbinami jau senovėje dviejų garsių daktarų – Diskorido ir Galeno.



Atitolina onkologines ligas

Gerųjų savybių daugiausia turi švieži žiedpumpuriai, nuskinti karštojo sezono metu.

Užkonservuoti kaparėliai (juos galite įsigyti prekybos centruose) kvarcetino turi šiek tiek mažiau. Tačiau tai nemažina flavonoido bei kempferolio koncentracijos, kuri svarbi onkologinių ligų prevencijai.

Kaip išsirinkti?

Prekybos centre derėtų išsirinkti kokybiškus kaparėlius. Jie turi būti kieti, neišsižioję, žalios alyvuogių spalvos, jokių būdu neparudavę. Beje, kuo žiedpumpuriai vienodesnio dydžio, tuo didesnė jų kaina. Vieni vertingiausių – mažučiai, skinami rankomis Prancūzijos pietuose.

(Nukelta į 6 p.)

„...gali išduoti ir apie širdies ir kraujagyslių ligą“

Širdies ir kraujagyslių ligos kasmet nusineša daugiausia lietuvių gyvybių – Lietuvoje mirštamumas nuo širdies ir kraujagyslių ligų siekia net 52,1 proc. ir gerokai viršija kitų Europos Sąjungos šalių vidurkius. Šią problemą būtų galima sumažinti stengiantis sąmoningai koreguoti rizikos veiksnius ir reguliariai atliekant preventinius tyrimus. Trakų „InMedica“ klinikos šeimos gydytoja Karolina Girdvainytė dalinasi, kuriems iš jų reikėtų skirti daugiau dėmesio.

„Širdies ir kraujagyslių ligų prevencija – tai ne tik gydytojų, bet ir kiekvieno iš mūsų atsakomybė. Pirmieji simptomai neretai pasirodo tik tada, kai liga jau būna pažengusi, todėl svarbu reguliariai tikrintis ir rūpintis savo sveikata iš anksto. Šiuolaikiniai tyrimai leidžia nustatyti ankstyvą riziką susirgti širdies ir kraujagyslių ligomis, taip pat įvertinti aterosklerozės pavojų, dar prieš atsirandant signalams, išspėjantiems apie ją“, – sako šeimos gydytoja.

Platus tyrimų spektras

K. Girdvainytė atkreipia dėmesį, kad siekiant jaustis ramiems dėl savo širdies ir kraujagyslių sveikatos, naudinga reguliariai atlikti bendrą kraujo ir didelio jautrumo C-reaktyvaus baltymo (CRB), kuris yra vienas geriausių uždegimo aktyvumo rodiklių organizme, tyrimus. Padidėjęs jo koncentracijai, galima įtarti kraujagyslių uždegimą.

„Kitas svarbus tyrimas yra lipidograma, kuri leidžia įvertinti riziką susirgti ateroskleroze, miokardo infarktu ar insultu. Padidėjęs homocisteino kiekis gali pažeisti kraujagyslių sienelę ir skatinti aterosklerozę, trombozės susidarymo riziką. Kartą per metus pravartu pasitikrinti ir mineralų kalio, natrio ir magnio atsargas organizme bei gliukozės kiekį kraujyje. Pastarasis gali padėti laiku nustatyti cukrinį diabetą ar hipoglikemiją“, – pažymi šeimos gydytoja.

Ji pratešia, kad prieš atliekant šiuos tyrimus, svarbu mažiausiai 8–12 valandų nieko nevalgyti ir negerti (nebent vandenį). Taip pat bent 24 val. nevartoti alkoholio ir ryte susilaikyti nuo rūkymo.

Svarbūs pirmieji simptomai

Anot K. Girdvainytės, širdies ir kraujagyslių ligoms diagnozuoti skirtus tyrimus pravartu atlikti profilaktiškai ir reguliariai, ypač pacientams, vyresniems nei 40 m. ir turintiems gretutinių ligų, tokių, kaip nutukimas, cukrinis diabetas ar lėtinė inkstų liga. Taip pat tiems, kurie susiduria su aukštesniu kraujo spaudimu ir turi platesnį lieme-

nį, t. y. kai moterų liemens apimtis yra didesnė nei 88 cm, o vyrų – 102 cm.

„Visgi pajutus pirmuosius širdies ir kraujagyslių simptomus geriausia nieko nelaukus kreiptis į savo šeimos gydytoją. Tai apima stiprų krūtinės skausmą ar dusulį, padidėjusį kraujo spaudimą ar sutrikusį širdies ritmą. Apie sutrikimus gali signalizuoti ir bendras nuovargis, galvos skausmas ar prastesnis fizinio kūno toleravimas“, – dalinasi šeimos gydytoja.

Tuo metu apie padidėjusį gliukozės kiekį kraujyje praneša dažnesnis troškulys, burnos džūvimas ir dažnas šlapinimasis, ypač naktį. Taip pat krentantis svoris, ilgai gyjančios žaizdos ir odos infekcijos.

Ypač kenkia prasta mityba ir stresas

K. Girdvainytės teigimu, pagrindiniai širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksniai yra padidėjęs kraujo spaudimas, rūkymas, dislipidemija (padidėjęs blogojo (MTL) ir sumažėjęs gerojo (DTL) cholesterolio kiekis kraujyje. Ne mažiau kenkia ir nesubalansuota mityba, atsvaris ar nutukimas bei lėtinis stresas.

„Norint turėti sveiką širdį, į savo mitybos racioną verta įtraukti daugiau daržovių ir vaisių, žuvies ir pilno grūdų produktų. Taip pat vartoti daugiau riešutų ir liesos mėsos – paukštienos ar kalakutienos, riboti sočiuosius riebalus, druskos ir pridėtinio cukraus kiekį. Širdžiai ypač naudingas reguliarus fizinis aktyvumas, todėl į savo rutiną pravartu įtraukti bent 150 min. vidutinio intensyvumo aerobinės veiklos per savaitę ir bent du kartus per savaitę atlikti jėgos pratimus“, – sako Trakų „InMedica“ klinikos šeimos gydytoja K. Girdvainytė.

Ji primena ir apie Lietuvoje veikiančią nemokamą širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos programą, skirtą vyrams ir moterims nuo 40 iki 60 metų (imtinai), kuriems šeimos gydytojas nustato rizikos veiksnius ir, prireikus, sudaro individualų širdies bei kraujagyslių ligų prevencijos planą.

pomidorų padažą, mišraines su majonezu, silke, kumpiu. Italų, ispanų virtuvėje kaparėliai tiekiami prie sūrio ir vytinto kumpio užkandėlių. Šie prieskoniai beriami ant picų, keptų baklažanų.

• *Štai naudingas patarimas, kaip vartoti sūdytus kaparėlius. Prieš patiekalų gaminimą ar salotų gardinimą įmerkite kaparėlius į vandenį. Tokiu būdu panaikinsite visus natrio chlorido pėdsakus.*

(Šaltinis: Eliana Liotta „Smartfood -sveika mityba“)

Ministrė M. Jakubauskienė susitikime su merais: sveikata neturi būti prabangos prekė

Sveikatos apsaugos ministrė Marija Jakubauskienė ir jos komandos nariai Seime susitiko su Lietuvos savivaldybių vadovais ir pristatė naujosios Vyriausybės programos prioritetus sveikatos srityje, išklause pasiūlymus programos įgyvendinimo planui ir atsakė į savivaldybėms rūpimus klausimus.

„Sveikata yra kasdieninio gyvenimo resursas, o ne prabangos prekė, skirta tik turtingiems ir išsilavinusiems Lietuvos gyventojams. Turėti gerą sveikatą ir gauti sveikatos priežiūros paslaugas yra fundamentinė žmogaus teisė. Siekdami ją užtikrinti, turime stiprinti tarpusavio bendradarbiavimą, dalytis patirtimi ir kurti naujas, drąsias iniciatyvas, kurios ne tik spęstų šiandienos problemas, bet ir padėtų pasirengti rytdienai. Tikiu, kad šis susitikimas taps puikia platforma dialogui, naujoms idėjoms ir sprendimams, kurie pagerins visų mūsų savivaldybių gyventojų sveikatą ir gerovę bei taps stipriu pagrindu tolimesnei pažangai“, – susitikime kalbėjo ministrė M. Jakubauskienė.

Savivaldybių vadovams buvo pristatyti Vyriausybės programos prioritetai sveikatos srityje, akcen-



tuojant regionams labiausiai rūpimus klausimus: medikų pritraukimą ir darbo sąlygų gerinimą, eilių mažinimą ir paslaugų kokybės gerinimą, visuomenės sveikatos stiprinimą bei sveikos gyvensenos skatinimą, inovacijų diegimą sveikatos sektoriuje. Taip pat akcentuota gyventojų psichikos sveikatos stiprinimo svarba, sveikatos sektoriaus pasirengimas civilinėms, hibridinėms ir kitoms grėsmėms.

Merai džiaugėsi dėl galimybės po kelerių metų pertraukos vėl gyvai susitikti su ministerijos vadovybe. Jie atkreipė dėmesį, kad regionuose opi psichotropinių medžiagų vartojimo tarp jaunimo problema, mažėjantis vaikų skiepijimas ir pediatrijos paslaugų prieinamumas, vaistinių uždarymas mažuosiuose miestuose, taip pat ak-

centavo pavėžėjimo paslaugų trūkumus. Ministrė M. Jakubauskienė patikino, kad visos problemos ir lūkesčiai bus išgirsti, o sprendimai jau yra rengiami bendradarbiaujant su savivaldybėmis, gydymo įstaigomis, medikų ir pacientų bendruomenėmis.

Šiuo metu yra baigiamas rengti Vyriausybės programos nuostatų įgyvendinimo planas sveikatos srityje, jį planuojama patvirtinti ir pristatyti visuomenei vasario pradžioje. Sveikatos apsaugos ministerija šį mėnesį pakvietė socialinius partnerius dalyvauti plano rengime ir iš jų gavo 52 siūlymus. Į juos bus atsižvelgta tvirtinant galutinį Vyriausybės programos nuostatų įgyvendinimo planą.

SAM Komunikacijos skyrius



Vegetariški kepsneliai

„Gal pabodo mėsos ir žuvies patiekalai? Siūlau išbandyti vegetariškus kepsnelius,“ – sako maisto technologė iš Vaisvydavos Zeta Štarkevičienė. – Pasigaminkite ir skaidrų padažą salotoms“.

Vegetariški kepsneliai

Morkas sutarkuoti ir pakepinti aliejuje su smulkintais svogūnais. Avižinius dribsnius užpilti vandeniu, pienu ar grietinėle tiek, kad paspaudus dribsniai sugertų skystį. Masės tirštumas turėtų priminti faršą. Galima įplakti kiaušinį, tačiau nebūtina. Formuojate kepsnelius ir kepatė įkaitintame aliejuje 7–10 minučių.

Prie kepsnelių tiks sviesto-grietinėlės padažas; pagardinimui – mėsos prieskoniai.

Skaidrus salotų padažas

1 šaukštelis obuolių acto, 1 šaukštelis medaus ar cukraus, 1/2 šaukštelio paruoštų garstyčių, 2 šaukštai aliejaus. Vietoje acto tinka ir citrinos sultys.



Visus ingredientus sumaišyti ir užpilti ant paruoštų salotų. Skanaus!

Salota

...Nuo romaninės iki gūžinės, nuo garbanotosios iki smidrinės praturtina mūsų mitybą ilgo gyvenimo molekule – kvarcetine bei mineralinėmis medžiagomis. Salotų lėkštė puikus užkandis laikantis pasninko prieš Kalėdas ir ne tik...

Alkį malšinanti gudrybė

Salotos – ir puikus garnyras, ir lengvas užkandis. 100 g salotų turi tik 15–20 kalorijų, o vandens – net 94 proc. Keli salotų lapai mažina apetitą (užkemša pilvą), padeda virškinti duoną, antruosius patiekalus.

„Mokslinis eksperimentas atskleidė, kad kvarcetas mažina nutukimą, hiperglikemiją, kurias sukelia riebalų, cholesterolio ir cukraus perteklius, – rašo italų autorė Eliana Liotta knygoje „Smartfood – sveika mityba“. – Pasak Japonų mokslininkų, žmogaus organizme kvarcetas veikia kaip maistinis junginys, sugebantis užkirsti kelią ligoms, kurias sukelia netinkamas gyvenimo būdas.

Visų rūšių salotose yra kvarcetino, bet ypač jo gausu raudonlapėse salotose“.

Tinkamas plovimas

Autorė atkreipia dėmesį, kad salotas svarbu rūpestingai nuplauti, nes dėl jos auginimo bei skynimo būdo gali būti užkrėstos Escherichia coli bakterija. Tad salotą derėtų plauti nuo 30 s iki... net 5 minučių!

...O tada susmulkinti lapus ir pagardinti šlakeliu tyro alyvuogių aliejaus. Išspauskite citrinos sulčių, jos pagerina biologinį geležies prieinamumą. Druskos venkite, o actas suteiktų pikantiško skonio..

Kaparėliai

(Atkelta iš 5 p.)

Dabartiniu metu kaparėlius eksportuoja Ispanija, Italija, Prancūzija, jie auginami ir šiltesniuose JAV regionuose.

Kaip vartoti?

Kaparėliai tinka gardinti pačius įvairiausių patiekalus: paukštieną, žuvį, jautienos ar lašišos karpacio. Jie vartojami gaminant

Minint Šv. Agotos dieną – rytmetis su edukacija

Vasario 5-ąją, minint Šv. Agotos dieną, Strielčių bibliotekoje vyko jaikus rytmetis su edukacine programa „Geriam duoną – gyvybę žmonių“. Ši diena nuo seno Lietuvoje buvo ypatinga – tikėta, kad šventinta duona saugo nuo gaisrų, nelaimių ir ligų, todėl jai visuomet buvo rodoma ypatinga pagarba.

Renginio metu vaikai susipažino su senaisiais lietuvių liaudies papročiais ir tradicijomis, klausėsi patarlių ir posakių apie duoną. Renginyje dalyvavo Ašmintos laisvalaikio salės folkloro ansamblis „Ošvenčia“. Į šventę ansamblio dainininkės atvyko ne tuščiomis – jos atsivežė užminkytą duonos tešlą ir Strielčių ikimokyklinio ugdymo skyriaus ir Prienų lopšelio-darželio „Gintarėlis“ vaikučiams bei jų mokytojoms ne tik papasakojo apie duonos kepimo procesą, jos svarbą kasdienybėje ir priežastis, kodėl duoną privalome gerbti bei mylėti, – bet ir pademonstravo duonelės kelią iš duonkubilio į krosnį, o paskui – ir ant kasdienio mūsų stalo.

Kol kepė duonelė, dalyviai linksmi leido laiką – žaidė

lietuvių liaudies žaidimus, dainavo dainas, minė mįsles. Kai duona iškepė, visi skanavo dar šiltas riekes, o renginio pabaigoje vaikučiai patys supakavo duonos gabalėlius su linkėjimais: „Linkime, kad Jūsų namus aplenkty nelaimės ir negandos, o Šv. Agotos duonelė suteiktų Jums daug sveikatos“.

Šios vaikučių paruoštos duonelės tapo simbolinėmis dovanėlėmis Strielčių globos namų gyventojams. Renginis buvo kupinas ne tik naudingų žinių, bet ir šilumos, bendrystės bei gerumo. „Kas nedirba, mielas vaike, tam ir duonos duot nereikia,“ – ši senolių išmintis dar kartą patvirtino, kaip svarbu gerbti ir vertinti sunkų darbą, kurio dėka ant mūsų stalo kasdien atsuduria duona.



Perkūno dienos renginys Želkūnų bendruomenės edukacijų erdvėje

Prienų Justino Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos Vyšniūnų, Užuguoščio ir Stakliškių bibliotekos sausio 31 d. organizavo etnokultūros edukacinį užsiėmimą, skirtą Perkūno dienai.

Renginys vyko Želkūnų bendruomenės edukacijų erdvėje, kur Stakliškių gimnazijos antroakai ne tik klausėsi pasakojimų apie senovinius papročius, bet ir dalyvavo praktinėje žvakių liejimo veikloje. Mokiniai apie senuosius lietuvių papročius pasakojo Dzūkijos-Suvalkijos saugomų teritorijų direktijos ekologė Renata Mackevičienė, kultūrologė Rita Balsevičiūtė, Vyšniūnų, Užuguoščio ir Stakliškių bibliotekų bibliotekinininkės Živilė Višniauskienė, Rasa Žvirblienė ir Danutė Potelienė. Įdomių pasakojimų klausėsi ir kartu su visais edukacijoje mielai dalyvavo Edita Vežbickaitė – TV-3 televizijos žinių reporterė.

Renginyje dalyvavusi ekologė Renata Mackevičienė vaikams pasakojo apie bites, medų ir kitus bičių produktus. Mažieji dalyviai turėjo galimybę paliesti bičių korius ir sužinoti, kaip skiriasi skirtingų bičių korių skylutės – trano, darbininkės ar motinėlės. Kalbėta apie nektaro, medaus ir vaško atsiradimą, bičių amžių, svarbą ekosistemai. Kultūrologė Rita Balsevičiūtė pristatė Grabnyčių, Gramnyčių ir Perkūno mitologiją, pasakodama apie lietuvių senovinius papročius ir sakmes. Vaikai sužinojo apie Perkūno simbolius ir jo reikšmę liaudies tikėjimuose, kaip gamta reaguoja į pirmąją Perkūno dieną bei ką apie tai byloja patarlės.

Bibliotekinininkė Živilė Višniauskienė, rišdama knatus ant liejimo rato, papasakojo apie Perkūno dienos svarbą, jos paplitimą Lietuvoje ir Gramnyčių papročius. Kol



vaškas kaito, mokiniai gilinosi į įvairius žvakių liejimo būdus. Bibliotekinininkė Rasa Žvirblienė edukacijos dalyviams pasakojo, kokios reikšmės žvakės turėjo kasdienybėje, apeigose ir tikėjimuose. Bibliotekinininkė Danutė Potelienė vaikams pademonstravo, kaip gaminamos žvakutės formelėse.

Pirmoji Perkūno diena, dar vadinama Gramnyčiomis arba Grabnyčiomis, nuo seno buvo susijusi su gamtos atgimimu. Pasak etnologo prof. Liberto Klimkos, ši diena ne tik žymi žiemos lūžį, bet ir turi stiprų religinį bei mitologinį kontekstą. Senovėje tikėta, kad pašventinta graudulinė žvakė apsaugo nuo perkūno, ligų, net nuo piktųjų dvasių. Audros metu žvakės būdavo deginamos ant palangės, o gyvuliai jomis apvedami per Jurgines. Tokia žvakė buvo dedama į naujus avilius bitėms apsaugoti, o ligo-niams naudojama gydymo ritualuose.

Perkūnas – karingas dievaitis, kurio simboliais laikomi Perkūnkulkės, kirvukai, Perkūno kalnai ir ažuolas. Senovės lietuviai tikėjo, kad ažuolas yra Perkūno medis, o Perkūno trenktieji akmenys turi magiškų savybių.



Perkūno paukščiai – gandrai, kurie neša laimę ir saugo namus nuo perkūno. Perkūno augalai, tokie, kaip perkūnzolė ar perkūnropė, buvo naudojami apsaugai nuo ligų, blogų dvasių ir gamtos stichijų.

Perkūno dienos renginys Vyšniūnų bibliotekoje suteikė vaikams ne tik etnografinių žinių, bet ir praktinių įgūdžių. Klausydami pasakojimų apie senovinius papročius, dalyviai pajuto ryšį su praeities tradicijomis bei gamta. Tokios edukacijos padeda puoselėti tautinį identitetą ir suvokti, kad lietuvių kultūroje kiekvienas gamtos reiškinys turi gilią prasmę.

Janina Survilaitė
ADVENTO VALANDOS

VASARIO
25 D.
15 VAL.

Prienų Justino Marcinkevičiaus
viešojoje bibliotekoje

KNYGOS
PRISTATYMAS

DALYVAUS

literatūrologė, redaktorė
JANINA RIŠKUTĖ

aktorė
GRAŽINA URBONAITĖ

leidyklos „Andrena“ vadovė
NIJOLĖ PETROŠIENĖ

Renginyje bus rodoma ištrauka iš filmo „Edeno sodas“.
Filmas sukurtas Janinos Survilaitės kūrinių motyvais.
Režisierius ir scenarijus autorius Algimantas Puipa.

Prienų rajono bibliotekos, Lietuvos kultūros paveldo komisijos, Lietuvos rašytojų sąjunga, Lietuvos kultūros ir švietimo departamentas, Lietuvos bibliotekų asociacija, Lietuvos folkloro ansamblis „Ošvenčia“, Lietuvos folkloro ansamblis „Gintarėlis“, Lietuvos folkloro ansamblis „Kamėštinė“, Lietuvos folkloro ansamblis „Kėkštinė“, Lietuvos folkloro ansamblis „Kėkštinė“, Lietuvos folkloro ansamblis „Kėkštinė“, Lietuvos folkloro ansamblis „Kėkštinė“.



„Gyvenimas“ –
laikraštis Jums ir
apie Jus!

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/laikrastisgyvenimas

Redakcija: Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė - VERSLAS, ŽEMĖS ŪKIS (60523, ramute@gyvenimas.info); SOCIALINĖS PROBLEMOS, ŠVIETIMAS, MEDICINA, TEISĖSAUGA, PASLAUGOS: Dalė Lazauskienė, redaktorės pavaduotoja (60014, dale@gyvenimas.info); APLINKOSAUGA, NEVYRIAUSYBINĖS ORGANIZACIJOS, KULTŪRA, SPORTAS: Rimantė Jančauskaitė, apžvalgininkė (60012, rimante@gyvenimas.info); KOREKTŪRA: Ona Ališauskienė (60015); BUHALTERIJA, SKELBIMAI: Ona Lodienė, Zina Lankevičienė (tel./faksas 60012, zina@gyvenimas.info); kompiuterininkai (maketas@gyvenimas.info). Mob. tel. 0 605 19 327.
Redakcijos nuomonė nebūtinai sutampa su laiškų autorių nuomonėmis. Už skelbimų turinį neatsakome.

Laikraštis išeina antradieniais ir penktadieniais. Ofsetinė spauda. Apimtis – 2 spaudos lankai. Indeksas 67283. Tiražas: antradieniais – 1250 egz., penktadieniais – 1650 egz. Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.

MRF
MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

Laikraščio veiklą ir projektą „Gyvenimas“ kuriamo patys iš dalies remia VšĮ „Medijų rėmimo fondas“ (bendrai skirta suma – 43727 Eur).

Spaudė UAB „Alytaus spaustuvė“, Seirijų g. 17, tel. (0 315) 73786.

ALYTAUS
SPAUSTUVĖ