



## Laba diena

Šiandien – mėnulio pilnatis. Saulė teka 6 val. 30 min., leisis 18 val. 26 min. Dienos ilgumas 11 val. 56 min.

Vardadieniai: šiandien – Eimutė, Eimutis, Einarta, Einartas, Einas, Einė, Einys, Einora, Einoras, Sibilė, rytoj – Juozapa, Juozapas, Juozapata, Juozapina, Juozapota, Juozapotas, Juozas, Juozė, Juzė, Juzefa, Prutenis, ketvirtadienį – Irma, Irmantas, Irmantė, Irmė, Irmgarda, Irmina, Žygimantas, Žygimantė.

Kovo 19 – Pempės šventė. Kliento diena. Šv. Juozapas.

Kovo 20 – Žemės diena. Pavasario lygiadienis.

Trumpo ir Putino šokiai  
2 p.

Prienams nereikia trijų katilinių: racionaliau sutelkti pajėgumus vienoje vietoje  
2-7 p.

Raiškaus žodžio konkursas „Tau, Lietuva“  
4-8 p.

Knygnešiai – Lietuviško žodžio nešėjai  
6 p.

## Vokalo studija „Cukraus pudra“ mini 20 metų jubiliejų



5 p.

### Apie renginius trumpai

Kovo 14 d. Prienų kultūros ir laisvalaikio centre vyko XI Lietuvos vaikų ir moksleivių – lietuvių liaudies kūrybos atlikėjų – konkurso Prienų rajono savivaldybės vietinis (rajoninis) ratas, kuriame dalyvavo Prienų rajono savivaldybės kultūros ir švietimo įstaigų vaikai ir moksleiviai. Konkursas skirtas Lietuvių liaudies dainų metams ir pirmojo Liudviko Rėzos sudaryto lietuvių liaudies dainų rinkinio 200 metų sukakčiai paminėti.

Prienų r. policijos bendruomenės pareigūnės Prienų „Ažuolo“ progimnazijos mokiniams surengė paskaitą apie prekybą žmonėmis. Mokiniai buvo supažindinti su prekybos žmonėmis formomis, verbavimo būdais, internetinėje erdvėje tykančiais pavojais, apie tai, kaip elgtis gavus įtartą kvietimą ar pasiūlymą, kur kreiptis pagalbos.

Kovo 14 d. Jiezno kultūros ir laisvalaikio centre atidaryta Alytaus kraštotyros muziejaus paroda „Labas, brangi Violeta!“. Pagrindinis parodos akcentas yra partizano Konstantino Baliukevičiaus-Rainio 1945 m. rašytas laiškas ištremtai vaikystės draugei Violetai. Greta meilės laišku parodoje eksponuojami ir senieji atvirukai, laišku rašymo vadovėliai bei kita specialioji literatūra.

Kovo 20 d. 17.00 val. Prienų Justino Marcinkevičiaus viešojoje bibliotekoje vyks paskaita „Biblioterapija. Psichologinės pagalbos beiškant“. Sveikatos psichologė Brigita Gelumauskienė supažindins su šiuo psichologinės pagalbos metodu, aptars biblioterapijai tinkamas knygas ir sąlygas, atsakys į rūpimus klausimus.

### 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

„Gyvenimas“  
– laikraštis  
Jums ir apie  
Jus!

## Gyvenimą kuriame patys Metų tėkmeje

MRF  
MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

### Poeto Justino Marcinkevičiaus 95-metį minint

## „Diena su Justinu...“

Praėjusi savaitė buvo kupina prasmingų šventinių renginių. Į Lietuvos Nepriklausomybės atkūrimo 35-mečio paminėjimui skirtą renginių vainiką gražiai įsipynė įdomūs susitikimai, žygiai kovotojų už laisvę atminties vietomis, šventinės eisenos ir koncertai.

Mums, Prienų krašto žmonėms, savotišku įvadu į Kovo 11-ąją tapo žygių mūsų kraštiečio, poeto Justino Marcinkevičiaus 95-ojo gimtadienio paminėjimas. Labai simboliška, kad žmogaus, be kurio sunkiai įsivaizduojama Kovo 11-oji, asmeninis gimtadienis sutampa su gimtosios šalies gimtadieniu. Gimęs kovo 10-ąją, 40 parėkusių paukščių ir pagal bažnyčią 40 kankinių dieną, kaip apie vieną pirmųjų jaunystės parašytų eilėraščių juokaudamas kalbėjo Justinas Marcinkevičius, viskas ir prasidėjo. Nuo tos 1930-ųjų kovo 10-osios, Lietuvai padovanojusios savąjį Prometėją, rašytoją ir asmenybę, be kurios sunku įsivaizduoti lietuvių literatūros istoriją ir mūsų tautinę savimonę.

Kol poetas dar buvo su mumis, jo gimtadienį Prienuose minėdavome dažniausiai vėliau, gegužę, kai žydėdavo alyvos, kurias Justinas Marcinkevičius labai mėgo.

Kai šio savo ir brangaus žmogaus netekome, poeto gyvenimą prisimename ir glaudžiamės prie jo parašytų žodžių kovo 10-ąją, Kovo 11-osios išvakarėse. Ir tai – labai simboliška ir tikra. Visada gera skaityti, girdėti jo parašytus žodžius, nesvarbu, apie ką jie būtų: gyvenimą, Lietuvą, tėviškę, meilę... Ir tikiu ir ateityje bus gera... Nes, kaip iškilmingo Kovo 11-osios minėjimo Seime metu, pristatydama šių metų stipendijos laureatę mokslininkę, Baltų filologijos katedros dėstytoją Ernestą Kazėnaitę, kalbėjo profesorė Viktorija Daujotytė, žvilgsnis į praeitį, labai svarbus ir dabarčiai, ir ateičiai. Ir kad, kaip rašė Nobelio premijos laureatas Česlovas Milošas, lietuvių tauta atgimė ir iš filologijos bei kalbos. Taigi Kovo 11-oji – ne tik tautos meilės, bet ir kalbos šventė.

Kalbos, kuriai Lietuvos Konstitucijoje, beje, priimant parašė būtent Justinas Marcinkevičius, 14 straipsnyje skirti tik keturi, bet labai svarbūs žodžiai: Valstybinė kalba – lietuvių kalba. Ji Justinui Marcinkevičiui visada buvo esybų esybė. Juk net ir visai nenujausdamas, kad 2015-ųjų lapkrityje Lietuvos Mokslų akademijoje jo pasakyta kalba bus paskutinė vieša kalba, jis prašė visų saugoti Gedimino kalną, Tolminkiemį ir lietuvių kalbą. Poetui, kaip ir daugumai jo dramų, poemų herojų, visada aukščiausiai stovėjo žodis, tegul



Šilti sveikinimai buvo skirti rašytojai ir žurnalistei Elenai Kurklietytei-Bubnienei, gimtadienį mininčiai kovo 11-ąją.



Poeto anūkė m. dr. Salomėja Bandoriūtė-Leikienė, rengusi paskutiniuosius du neseniai išleistų Justino Marcinkevičiaus raštų toms, talpinusius laiškus, kūrybą vaikams ir dar „Žiburio“ gimnazisto rašytą dienoraštį, priminė apie skurdų karo ir pokario laikmetį, įsirezusį į kūrėjo gyvenimą ir vėlesnį gyvenimo kelią, kurį labai prasmingai atspindi renginio metu pristatyta paroda.

kartais ir paniekintas, atstumtas.

Tai mums dar kartą priminė ir kovo 10-ąją Prienų Justino Marcinkevičiaus viešojoje bibliotekoje vykusios „Dienos su Justinu“ metu aktorius Igno Ciplijausko skaitomas poemos „Pažinimo medis“ tekstas. Poema parašyta 1979-aisiais Vilniaus universiteto 400 metų jubiliejaus proga ir skirta „Tiems žmonėms, žodžio stogą kėlusiems. Toms knygoms, mūsų lopšį supusioms“.

...Renginiai, parodos, skirti garbaus mūsų kraštiečio Justino Marcinkevičiaus jubiliejui, vyko ir vyksta ir kitose rajono vietose: bibliotekos filialuose, muziejuose, kultūros centruose.

Ramutė Šimukauskaitė  
(Nukelta į 8 p.)



Nuomonė

Rytas STASELIS



## Trumpo ir Putino šokiai

JAV valstybės sekretorius (užsienio reikalų ministras mūsiškai) Marcas Rubio po to, kai Ukrainos delegacija Saudo Arabijos Džidos mieste vykusiose derybose dėl paliaubų kare su Rusija pritarė Vašingtono siūlymui bent 30 dienų nutraukti ugnį, viešai sakė, esą „kamuolys dabar yra Rusijos pusėje“. Ko gero, dar šią savaitę turėtų paaiškėti, ką su tuo kamuoliu ketina nuveikti Rusijos prezidentas Vladimiras Putinas. Žaisti tinklinį, krepšinį, rankinį, o gal amerikietiška futbolą. Arba suvis spardyti kitą kamuolį į namo langus.

Kelias dienas V. Putinui tylint, iš Maskvos sklinda pačių įvairiausių signalų apie Rusijos reakciją. Nuo radikalių – esą jau seniai pasakyta, kad Maskva nesutiks nutraukti karo tol, kol neįgyvendins savo dar 2022 m. skelbtų tikslų, todėl tartis su Maskva dėl paliaubų galima susitarti tik įvykdžius Rusijos reikalavimus. Iki labiau neutralios, tačiau dar labiau neapibrėžtos, kurią platino Rusijos užsienio reikalų ministras Sergejus Lavrovas nusistebėjęs, esą, jeigu skelbiama, kad neteisinga kalbėti apie Ukrainą be pačios Ukrainos, tai kodėl įmanoma kalbėti apie Rusiją nedalyvaujant pačiai Rusijai.

V. Putino atsakymą į JAV ir Ukrainos iniciatyvą, tikėtina, turi išgirsti specialūs JAV prezidento pasiuntinys Steve'as Virkoffas, kuris šia savaitę turėjo atvykti į Maskvą derybų, matyt, ne tik šiuo klausimu. Tačiau nebūtinai – teko klausyti tarptautinės politikos ekspertų, prognozuojančių, kad tikėtina V. Putino taktika dabar bus kuo ilgiau išsisukinėti vengiant aiškaus atsakymo.

JAV prezidentas tuo tarpu priartėjo prie nemalonios ribos, prie kurios jam tektų ne tyčiotis iš Ukrainos ir jos prezidento Volodymoro Zelenskio, o parodyti savo griežtą poziciją ir karą sukėlusiai Maskvai, jeigu V. Putinas iniciatyvą atmetų.

Taip, JAV politikos koridoriuose po Džidoje įvykusių derybų su ukrainiečiais vėl pasigirdo minčių apie šią ar kitą savaitę paskelbti naujų sankcijų Rusijai, tačiau prezidentas Donaldas Trumpas apie tai bent ligi trečiadienio dar nieko nesakė. Gal net atvirkščiai: jis rodė susierzinimą žiniasklaidos užuominoms, kad V. Putinas ne toks jau teigiamas derybų partneris, kaip D. Trumpui atrodo. Tačiau JAV lyderiui vienaip ar kitaip teks parodyti, ar teisūs tie, kurie sako, esą D. Trumpas dėl vienu ar kitu priežasčių šoka tik pagal V. Putino pasiūlytą melodiją ir iš esmės jo tikrasis taikos planas tėra besąlygiška Ukrainos kapituliacija. Arba ką pagalvos tie amerikiečiai, kurie iš esmės ar dalinai jį remia, tačiau jiems nepatiko drama Baltųjų rūmų Ovaliniame kabinete š.m. vasario 28-ąją. Tokių amerikiečių – gana ženkliai dalis.

Bendresnės aplinkybės JAV viduje D. Trumpui neatrodo labai palankios. Didėja oponuojančių iš darbo atleidžiamų biurokratų armija (ji neišvengiamai randasi JAV prezidento oponentų pusėje), vidurinioji amerikiečių klasė su nerimu stebi tirpstančias savo investicijas akcijų rinkoje, biržų indeksams čiuožiant žemyn. Didelei daliai visuomenės ne itin patinka JAV prezidento kirčiai muitais kaimyninėms ir konkuruojančioms šalims beigi blokams (tarp jų ir Europos Sąjungai). Socialiniuose tinkluose plinta vadinamieji memai apie tai, kad kai kurie JAV prekybos centrai ėmė normuoti kiaušinių pardavimą it kokioje Venesueloje, nors D. Trumpas žadėjo šį maisto produktą atpiginti.

V. Putinas šiuo požiūriu savo kolegai JAV galėtų ištiesti pagalbos ranką, jeigu tik sutiktų su 30 dienų paliaubomis ir paverstų D. Trumpą taikdariu. Tačiau čia yra iš esmės neįveikiama kliūtis. Rusijos diktatorius savo visuomenei turi atnešti pergalę kare Ukrainoje. Nes jau dabar viešumoje skamba bjaurūs vadinamųjų Rusijos patriotų klausimai – jeigu Rusija sutiks su JAV ir Ukrainos siūlymais, už ką „padėjo galvas geriausi Tėvynės sūnūs“, kodėl V. Putinas, mėgstantis pabrėžti, kad Vakarai jį ne kartą apmovė, vėl leidžiasi suvedžiojamas. Tik dabar D. Trumpo, kurio išrinkimu džiaugėsi bene visa patriotiškai nusiteikusi Rusijos aukštuomenės ir varguomenės dalis. Kita vertus, yra analitikų, kurie tvirtina, kad Rusijos karas (nesvarbu kur) dabar jau yra būtina sąlyga V. Putinui išsaugoti savo valdžią.

Kita vertus, jeigu D. Trumpui globalaus taikdario karūnos reikia gal labiau dėl jo tuštybės ir garbės troškimo, tai V. Putinas turėtų būti bent kiek suinteresuotas, kad jo Ukrainoje gerokai įstrigusi kariuomenė kiek atsikvėptų, o JAV bent kažkiek atlaisvintų šalies ekonomiką smaigiančią sankcijų kilpą.

Kad ir kiek V. Putinas rodytų, kaip sėkmingai auga jo šalies ūkis, tačiau tuo tiki nebent jo dvaro ekonomistai.

## Prienams nereikia trijų katilinių: racionaliau sutelkti pajėgumus vienoje vietoje

Prienų rajono savivaldybės kontroliuojama uždaroji akcinė bendrovė „Prienų šilumos tinklai“ šiuo metu eksploatuoja 28 katilines Prienų mieste bei rajono gyvenvietėse ir šiluma aprūpina 2574 vartotojus. Bendrovės istorija prasidėjo 1980 metų kovo 1 d., kai nuo Prienų komunalinių įmonių kombinato buvo atskirtas šilumos tiekimo padalinys ir pavadintas Prienų jungtinių katilinių ir šilumos tinklų direkcija.

Per 45 metus ne kartą keitėsi įmonės pavaldumas ir pavadinimas, kilo įvairių iššūkių, kol galiausiai, išgyvenusi sudėtingus virsmo procesus, ji perėjo prie pigesnio biokuro naudojimo. Pokyčiai tapo spartesni, kai prieš keletą metų bendrovės vadovu tapo energingas, novatoriškas direktorius **Paulius Minajevs**. Jam vadovaujant, su vietos politikų pritarimu bendrovės valdomos katilinės, šilumos trasos buvo rekonstruojamos, jose įdiegti šilumos energiją taupantys, aplinką tausojantys modernūs sprendimai.

Šiuo metu svarstomi planai atsisakyti bendrovei nereikalingo turto, panaikinti dvi iš trijų mieste esančių katilinių ir šilumos gamybos pajėgumus sukonzentruoti vienoje vietoje.

Vasarį bendrovėje kartu su Prienų rajono savivaldybės tarybos nariais apsilankęs meras **A. Vaicekuskas** pažymėjo, kad rajono įmonėse reikia ryžtingų sprendimų, ir bendrovės direktorių **P. Minajevą** pagyrė už parodytas iniciatyvas pagerinti katilinių būklę, mažinti šildymo sąnaudas bei tinkamu laiku į šilumos ūkį įdiegtas inovacijas.

– **Ko gero, nebuvo taip paprasčia apsispręsti dėl investicijų reikalingumo, juolab užsitikrinti finansavimą? – „Gyvenimas“ pasiteiravo UAB „Prienų šilumos tinklai“ direktoriaus Pauliaus Minajevą.**

– Apsispręsti nebuvo sunku, nes įmonės veikla buvo nuostolinga ir reikėjo ją efektyvinti. Didžiausi iššūkiai buvo rasti papildomus paramos/finansavimo šaltinius ir suburti/atnaujinti įmonės specialistų komandą bei įtikinti akcininką dėl investicijų būtinumo ir ilgalaikio investicijų atsiperkamumo.

– **Turite ketinimų panaikinti Prienų miesto katilinę, esančią Statybininkų g. Ar ši katilinė nebereikalinga?**

– Buvusioje Prienų miesto pagrindinėje katilinėje buvo atsiskaityta nereikalingų, sugedusių įrengimų, likę eksploatuoti tik tie kati-

lai, kurie naudoja brangias dujas, didinančias šilumos kainą, jie tarnauija kaip rezerviniai. Per pastaruosius dvejus metus katilai net nebuvo užkurti, nes patikimai veikė atnaujinta, biokuru kūrenama Pramonės g. katilinė. Dėl šių aplinkybių ketiname Statybininkų g. katilinės įrenginius, du katilus (po 1,5 MW galios) perkelti į Pramonės g. katilinę. Šie katilai būtų palikti kaip alternatyva biokurui, kad galėtume bet kuriuo metu, esant poreikiui, gedimų atvejais, pereiti prie kitos kuro rūšies ir kurį laiką užtikrinti šilumos tiekimą Prienų miestui.

Pritariant Savivaldybei, ateityje planuojame demontuoti ir miesto centre, Laisvės a., esančią katilinę, kuri darbu paruošta, bet nebenaudojama. Už kiekvieną katilinę mokami galios mokesčiai, todėl racionaliau sukonzentruoti pajėgumus vienoje vietoje. Vietoj nenaudojamų katilinių šiose erdvėse bus galima sukurti kažką gražaus ir naudingą gyventojams.

– **Nesame apsaugoti nuo ekstremalių atvejų, tad šiuo požiūriu galbūt būtų naudingiau išsaugoti dvi katilines mieste?**

– Karas Ukrainoje parodė, kad priešas pirmiausia taikosi sunaikinti viešąją energetinę infrastruktūrą, todėl palikti katilines gyvenamuose rajonuose, šalia daugiaabučių namų, yra nesaugu.

Žinoma, svarstome įvairias rizikas, ruošiamės ekstremaliems atvejams, todėl sieksime įsigyti ir kilnojama 1 MW galios katilinę, kuri garantuotų laikiną šilumos tiekimą pastatams bei jos cirkuliaciją. Neatmetame ir įrangos nuomos galimybių. Taip pat rajono katilines, neturinčias elektros generatorių, planuojame aprūpinti reikiama įranga, kuri palaikytų darbą sutrikus elektros energijos tiekimui.

– **Kiek lėšų per pastaruosius kelerius metus į bendrovės veiklą buvo investuota? Kokia investicijų nauda įmonei, vartotojams?**

– Per keletą metų įmonė į šilumos ūkį investavo daugiau nei 0,5



mln. Eur. Beveik pusę investicijų sumos susigrąžinome pateikę paraiškas ir gavę finansavimą iš Europos Sąjungos struktūrinių fondų.

Vieni iš pirmųjų Lietuvoje Pramonės g. katilinėje įrengėme 100 m<sup>3</sup> šilumos akumuliacinę talpą, naudojamą su biokuro katilais.

Projekto įgyvendinimas atsiėjo beveik 200 tūkst. eurų, iš jų – per 35,5 tūkst. buvo finansuojama Aplinkos projektų valdymo agentūros lėšomis, beveik 165 tūkst. sudarė bendrovės ir skolintos lėšos.

Šildymo sistemoje įdiegus akumuliacinę talpą, joje karšto vandens pavidalu galime kaupti šilumos perteklių (apie 3 MW šilumos energijos) ir jį atiduodame į šildymo sistemą tuomet, kai padidėja šilumos poreikis (pavyzdžiui, rytais ir vakarais). Dėl to katilas gali būti kūrenamas nominaliu režimu, šią žiemą, esant minusinei temperatūrai, papildomo katilo net nereikėjo užkurti. Paskaičiavome, kad, veikiant šilumos akumuliacinei talpai, iki 20 proc. sumažėjo kuro sąnaudos tam pačiam energijos kiekiui pagaminti. Kadangi sunaudojama mažiau kuro, mažiau tenka mokėti ir šilumą iš mūsų perkantiems gyventojams bei įmonėms.

Turėdami šį įrenginį, perspektyvoje vandeniui pašildyti galėsime naudoti ir saulės energiją bei kitus atsinaujinančios energijos šaltinius.

Dvi mažesnės šilumos akumuliacinės talpos pastatytos ir Prienų globos namų katilinėje.

– **Kokių aplinką tausojančių priemonių katilinėje buvo įrengta?**

– Praėjusiais metais Pramonės g. katilinėje buvo pastatytas dūmų kondensacinis ekonomizeris, kuriam iš Lietuvos aplinkos apsaugos investicijų fondo programos skirta 200 tūkst. eurų. Jo dėka sutaupoma per 15 proc. šilumos gamybai naudojamo biokuro, o kietųjų dalelių išmetimą į aplinkos orą pavyko sumažinti keturis kartus. Tausojame, prižiūrime įrengimus, tam, kad jie veiktų našiai, atliekame savalaikį remontą, biržoje perkame ir naudojame geros kokybės biokurą, jis įmonės kuro struktūroje sudaro 94 proc.

– **Ar gyventojai teisingai nuogaustauja, kad bendrovės patiriami kaštai, atliktos investicijos gula ant šilumos vartotojų pečių?**

– Žinoma, visų investicijų nauda turi būti gerai pamatuota. Iš verslo pozicijų žvelgiant, investuojame, kad ateityje galėtume uždirbti daugiau pajamų, tačiau

(Nukelta į 7 p.)



„Gyvenimą“ su „Birštono versmėmis“ galima užsiprenumeruoti:

• Redakcijoje (be aptarnavimo mokesčio!) Adresas: Kauno g. 19A, Prienai. Tel.: 0 319 60 012, 0 605 19 327. El. paštas: [zina@gyvenimas.info](mailto:zina@gyvenimas.info), [info@gyvenimas.info](mailto:info@gyvenimas.info)

• Paštuose ir pas laiškanesius: Mobilųjį laiškanesį galite išsiviešti telefonu: (0 700) 55 400.



# Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

Parengė Veronika PEČKIENĖ

## Visa tiesa apie virusus: kaip sergama, kuo gydytis ir kada kreiptis į gydytoją?

Kiekvienais metais žiemą ir ankstyvą pavasarį dauguma žmonių susergera virusinėmis kvėpavimo takų infekcijomis – peršalimu ar gripu. Į organizmą virusai patenka oro lašeliniu būdu, kai kas nors kosėja ar čiaudi, o taip pat per rankas ir daiktus. Pastaruoju metu tapo dar sudėtingiau – buvo pandemija, po to prasidėjo naujų ligų protrūkis.

„Norint nesirgti sunkia forma, labai svarbu žinoti, kas serga dažniau, kokie pasireiškia simptomai ir kaip derėtų teisingai gydytis,“ – atkreipia dėmesį Prienu ligoninės gydytoja otorinolaringologė Julija ŠNEIDER.

### Kas serga dažniau?

Susirgti galime visi, tačiau tam tikros žmonių grupės turi didesnę peršalimo ligų riziką. Tai – nėščios moterys, vaikai (darželiuose ar mokyklose virusai plinta itin greitai), nes jų imunitetas labai silpnas. Kita grupė – pagyvenę žmonės. Su amžiumi organizmas sunkiau pasipriešina įvairių virusų atakoms. Be to, sergantiems cukriniu diabetu, astma, širdies kraujagyslių ligomis ar po operacijų, vėžio, AIDS gydymo – ligos eiga taip pat gali būti sunkesnė.

Tačiau ir sveikas žmogus, būdamas neatsargus, gali pasigauti virusą.

### Kaip suprasti, kad pasigavote virusą?

Pasak Julijos Šneider, pagrindiniai viruso simptomai: aukšta temperatūra (sergant



gripu 39–40°C, peršalimo atveju – 37–38°C), galimas šaltkrėtis, kaulų laužymas, galvos, krūtinės, gerklės skausmas, nosies užgulimas, sloga, sausas ar drėgnas kosulys, silpnumas, greitas nuovargis, kai kada – pykinimas ar vėmimas (dažniau pasireiškia vaikams).

### Kaip atskirti peršalimą nuo gripo?

Susirgus gripu temperatūra kyla greitai ir būna gana aukšta. Jaučiamas silpnumas, trūksta jėgų, skausmingas visas kūnas. Peršalimo atveju simptomai atsiranda palaipsniui, o kūno temperatūra dažniausiai varijuoją tarp 37–38°C.

### Kuo gydytis?

Gripas gydomas priešvirusiniais preparatais. Tuo tarpu sergant paprastu peršalimu, šie vaistai nereikalingi.

Temperatūrą mažinančius vaistus (paracetamolį, ibuprofeną) derėtų gerti, jeigu temperatūra pakyla virš 38°C, savijauta prasta, skauda galvą ir pan.

Lašai nuo užsikimšusios nosies. Pavyzdžiui, tinka lašai su xylometazolinu (otrivin, pinasol), tačiau jų negalima vartoti ilgiau nei 3–5 dienas.

Vaistai gerklei. Čiulpiamos pastilės ar purškalai su mentoliu, antiseptikais mažina



„Virusinės infekcijos – įprastas reiškinys šaltuoju metų laiku. Sirgti gali visi, tačiau svarbu laiku pastebėti pirmuosius ligos simptomus ir teisingai gydytis. Vaistai, poilsis, teisinga mityba, liaudiškos priemonės padeda greičiau pasveikti. Svarbiausia – neapleisti ligos ir kreiptis į gydytoją, pasijutus blogiau,“ – pataria Julija Šneider.

gerklės skausmą ir uždegimą.

Priemonės nuo kosulio. Jei vargina sausas kosulys, gydytojas gali skirti butamiratą. Jei drėgnas – atsikosėjimo gerinimui sirupą su ambroxoliu ar acetilcisteinu.

„Svarbu! Antibiotikai neveikia prieš virusus. Jie reikalingi tik tuomet, jeigu atsiranda bakterinė infekcija. Pavyzdžiui, diagnozuojamas bronchitas ar plaučių uždegimas,“ – skaitytojams primena otorinolaringologė.

### Ką daryti namuose?

Daugiau ilsėtis. Organizmui reikia ra-

mybės, nes jis kovoja su virusu. Gerti daug skysčių: šiltas arbatas, morsus, vandenį, – tai padės greičiau nugalėti ligą.

Vėdinti kambarį. Grynas oras reikalingas, kad virusai nesikaupytų patalpoje.

Plauti rankas ir naudoti veido kaukę. Tai padeda neužkrėsti kitų ir nepasigauti naujos infekcijos.

### Liaudiškos priemonės

Kai kurie paprasti metodai padeda lengviau prasirgti.

Česnakas ir svogūnas. Jie turi medžiagų, kurios užmuša mikrobus. Derėtų juos valgyti arba supjaustyti laikyti kambaryje.

Medus ir propolis. Medus ramina gerklę, o propolis padeda organizmui kovoti su virusais. Propolį derėtų kramtyti arba čiulpti.

Arbata su imbieru, avietėmis ir citrina. Padeda sumažinti uždegimą ir sušildyti organizmą.

Vaistažolių nuovirai. Ramunėlė, liepa, šalavijas, medetka naudinga gerklei. Tinka arbatos bei skalavimai. Čiobreliai ir šalpusnis lengvina atsikosėjimą.

Inhaliacija su druska gelbsti esant slogai, kai užgulta nosis.

Garstyčių vonelės ir jų kompresai. Padeda nuo kosulio, bet negalima daryti, jei kūno temperatūra aukštesnė 38°C.

### Kada skubėti pas gydytoją?

Jeigu ligos eiga sunki, kreipkitės į gydytoją arba kvieskite greitąją pagalbą.

### Pavojingi simptomai:

Temperatūra aukštesnė nei 39°C, kuri nemažėja pavartojus vaistų.

Didelis silpnumas, galvos svaigimas, sąmonės netekimas.

Sunkus kvėpavimas, oro trūkumas.

Skausmai krūtinės plote.

Sergate ilgiau nei savaitę ir būklė negerėja.

## Kai burnoje – lengva ir gaivu...

„Po burnos higienos odontologo kabinete – jaučiuosi lyg naujai gimusi. Burnoje gaivu ir komfortiška. Apie tai reikia kalbėti...“ – rašo skaitytoja Marytė K. Ką gi, pageidavimas vertas dėmesio. Apie kasdienę dantų priežiūrą ir profesionalios burnos higienos svarbą kalbuosi su Kaune esančios modernios klinikos „Denticija“ burnos higieniste Angelina MARCINKEVIČIENE.

– Kokias priemones derėtų vartoti kasdieniai burnos ir dantų priežiūrai?

– Pagrindinis tikslas valant dantis – pašalinti minkštą dantų apnašą bei maisto likučius. Tam svarbu naudoti tinkamas burnos priežiūros priemones. Kokybiškam valymui rinkitės minkštą (soft, ultra soft, velvet soft) dantų šepetėlį, kuris mažiau traumuoja danteną bei dantų paviršių. Naudojant kietą dantų šepetėlį ilgai išsivysto dantų recesijos, pleištiniai dantų defektai, vėliau atsiranda dantų ligos, dantų jautrumas ir kt.

Dantų priežiūrai taip pat reikalingas tarpdančių siūlas bei tarpdančių šepetėlis, nes maistas, apnašos lieka tarpdančiuose, ir jų šepetėliu išvalyti nepavyksta. Tarpdančių valymo priemonių pasiūla didžiulė, todėl svarbu išsirinkti sau tinkamas. Esant tampriems tarpdančiams (tarpdantis siauras, mažas) rekomenduojamas vaškuotas dantų siūlas, o platesniems – išsiplūčiantis (seilėse išbrinkstantis)

tarpdančių siūlas.

Dalis pacientų mėgsta naudoti dantų krapštukus, tačiau jie (ypač mediniai) kieti ir gali pažeisti dantų kaklelį ar danteną. Geresnė alternatyva – tarpdančių šepetėliai. Tinkamiausius jums parinks burnos priežiūros specialistas.

– Kaip pasirinkti tinkamą dantų pastą?

– Renkantis pastas pacientams rekomenduojama atsižvelgti į tris kriterijus: fluoro kiekį pastoje, jos abrazyvumą bei individualias dantų problemas. Manau, kad fluoras labai naudingas ir reikalingas sveikiems dantims, tačiau didelis jo kiekis – nuodingas. „Vaistą nuo nuodo skiria tik dozė,“ – sako liaudies išmintis. Taigi fluoro dozė pastose – saugi ir naudinga dantims.

– Kaip įvertinti, kuri pasta valo švelniai?

– Labai svarbu dantų valymui naudoti neabrazyvias (švelnias) pastas. Pastos abrazyvumą rodo RDA indeksas (radioaktyvus dantino dilimas), kuo skaičius di-

desnis, tuo pasta agresyvesnė, kuo mažesnis – švelnesnė. Saugiausia naudoti dantų pastas, kurių abrazyvumo rodiklis yra 0–70 RDA.

Ir dar. Renkantis dantų pastą derėtų atsižvelgti į asmenines problemas: dantų jautrumą, dantų kraujavimą ir kt. Tinkama dantų pasta valant dantis ant jų susiformuoja veikliosios medžiagos, kurios stiprina, gydo dantis bei danteną.

– Ką derėtų žinoti apie skalavimo skysčius?

– Manau, nėra teisinga praktika įvairius skalavimo skysčius vartoti nuolat, nes tuomet sutrinkdoma natūrali burnos mikroflora, ir dėl to gali atsirasti burnos sausumas (kserostomija), nemalonus burnos kvapas. Skalavimo skysčius derėtų vartoti pagal poreikį. Pavyzdžiui, ištraukus dantį ar atlikus burnos higieną (ypač pašalinus daugiau akmenų), verta savaitę paskalauti burnos ertmę raminamuoju ar dezinfekuojančiu skalavimo skysčiu, kurio sudėtyje būtų ramunėlių, medetkų ekstraktų.



„Svarbu suprasti, kad nuolatinė dantų priežiūra padeda išvengti odontologinių problemų, sutaupyti laiko bei pinigų. Reguliarus apsilankymas pas burnos higienistą turėtų tapti geru įpročiu visiems, branginantiesiems savo sveikatą, nes dantų ir dantų ligos daro neigiamą poveikį visam mūsų organizmui,“ – atkreipia dėmesį Denticija burnos higienistė Angelina Marcinkevičienė.

Esant sunkesniems atvejams, burnos priežiūros specialistas skiria gydymą skalavimo skystį su chlorheksidinu bei hialurono rūgštimi, bet svarbu pabrėžti, kad nederėtų savavališkai juo skalauti ilgiai.

– Maistas, užsilaikęs tarpdančiuose, palaipsniui virsta akmenimis ir tada...

– Iš minkšto dantų apnašo

(plika akimi matoma „košė“ ant dantų) susidaro liaudiškai vadinami akmenys (mineralizuotos apnašos). Tai gyvi ir negyvi bakterijų, epitelio ląstelių, leukocitų, seilių baltymų, maisto komponentai. Seilių veikiamas minkštas apnašas mineralizuojasi ir per 7–10 dienų virsta kietu konkrementu (akmeniu). Svarbu tai, kad jie susidaro sluoksniais. Prie šiurkštaus akmenų paviršiaus lengvai jungiasi naujas minkštųjų apnašų sluoksnis, kuris pamažu mineralizuojasi, ir taip susidaro vis nauji sluoksniai, – galiausiai dideli akmenų luitai ant dantų. Tai puiki terpė dauginantis bakterijoms – išskiria rūgštis ir sukelia aibę burnos ertmės ligų. Ilgiau nepašalinus susidariusių akmenų išsivysto dantų uždegimas: jos paburksta, kraujuoja, neretai skauda, atsiranda nemalonus burnos kvapas.

– Tuomet svarbu atlikti profesionalią burnos higieną?

– Visiškai teisingai. Gera burnos higiena – patikima dantų educijos ir periodonto ligų profilaktika. Tinkamai prižiūrint dantis, jie ilgiau išliks sveiki, gražūs; apsaugoti nuo įvairių burnos ertmės uždegimų bei ligų. Burnos ertmėje yra sunkiai pasiekiamų vietelių. Tai krūminiai dantys, tarpdančiai, dantų kišenės ir kt. Ten pradeda

(Nukelta į 4 p.)



# Kai burnoje – lengva ir gaivu...

(Atkelta iš 3 p.)

kaupitis lipnios dantų apnašos, kurių nepašalinsime skalaujant vandeni, naudojant tarpdančių siūlą ar šepetėlį.

Burnos higienos tikslas – pašalinti minkštąjį ir kietąjį dantų apnašą – akmenis. Tokiu atveju apsaugojame nuo apnašų sukeliama ligų: dantenų ir periodonto uždegimų, periodontito, dantų karieso. Švarūs dantys – sveiki dantys!

– **Taigi burnos higiena – tai ne tik sveikata, bet ir puikus emocišnis potyris...**

– Taip, kažkuria prasme, tai

prilyginama jausmui, kurį patiriame išėjus iš grožio salono (šypsosi), kaip viena mano pacientė sako: „ateinu į dantukų SPA“. Po profesionalios burnos higienos gerėja dantų estetinė būklė: jie tampa gražesni, pašviesėja, ypač jeigu gerinama daug kavos, juodos arbatos ar rūkoma.

Be to, sumažėja dantų jautrumas, gerėja burnos kvapas.

Po procedūros, pašalinus akmenis, maisto likučius iš tarpdančių, burna tampa švari ir gaivi, todėl nereikia vartoti jokių skalavimo skysčių. Mano pacientai kartais juokauja: „Taip gaivu ir švaru, kad nesinori pradėti net valgyti...“.

## Keli patarimai:

- **Dantis valykite du kartus per dieną 2 minutes minkštu dantų šepetėliu.**
- **Po kiekvieno valgio išsiskalaukite burną paprasčiausiu vandeni, ypač suvalgius kažko saldaus.**
- **Dantų šepetėlį keiskite kas 3 mėnesius (būtinai po burnos higienos) ar pastebėjus, kad šepetėlio šereliai pradeda krypti į šonus.**
- **Kramtykite ksilitolio kramtomą gumą. Ji skatina seilių išsiskyrimą, o kuo burnoje daugiau seilių, tuo mažiau bakterijų.**
- **Reguliariai lankytės pas burnos higienistą: 1–2 kartus per metus.**

# Užpilai

Įvairių salotų, žuvies, mėsos karštų ar šaltų patiekalų gardinimui šiltuoju metų laiku norisi gaičių užpilų. Gal sudomins pastarieji receptai?

## Pomidorų tyrės užpilas

3 pomidorai, 2 skiltelės česnako, 0,5 citrinos sulčių, 1/2 šaukštelio cukraus, žiupsnelis maltų pipirų, druskos.

Smulkiai supjaustytus pomidorus virkite tol, kol suminkštės. Tada juos pertrinkite per sietelį, įdėkite smulkinto česnako, pipirų, įberkite druskos, išpauskite citrinos sulčių.

Užpilas tinka gardinti šaltus bei karštus patiekalus.



## Salotų užpilas

30 g sojos padažo, 100 g alyvuogių aliejaus, smulkinto rozmarino, čiobreljo.

Sojos padažą sumaišykite su alyvuogių aliejumi (santykiu 1:4). Pridėkite sutrinto rozmarino, čiobreljo. Užpilkite ant paruoštų salotų.

Užpilas tinka įvairioms žalioms salotoms.



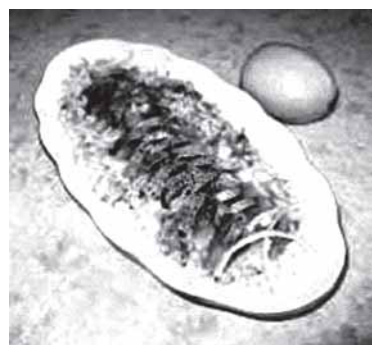
## Užpilas silkei

100 g citrinų sulčių, 30 g svogūnų, 30 g cukraus, 2 skiltelės česnako, pipirų, cinamono.

Sumaišykite citrinos sultis su smulkintais svogūnais, pipirais. Gautu mišiniu užpilkite silkės juosteles. Ant viršaus pabarstykite cinamonu.

Šis pikantiškas padažas suteiks silkei gaičių skonį.

Skanių eksperimentų!



# Raiškaus žodžio konkursas „Tau, Lietuva“

Kovo 7 dieną Prienų „Revuonos“ pagrindinėje mokykloje Lietuvos Nepriklausomybės atkūrimo dienai paminėti vyko tradicinis – devintasis Prienų rajono 3-4 klasių raiškiojo skaitymo konkursas „Tau, Lietuva“. Šio renginio tikslas – puoselėti meninio žodžio suvokimą ir raišką, skatinti mokinius skaityti, deklamuoti bei gerbti ir mylėti lietuvišką žodį.

Šventę pradėjo ir sveikinimo žodį tarė šio renginio koordinatore, mokyklos direktorė Iona Balčiukynienė. Šių metų konkurso

globėja – LR Seimo narė Jūratė Zailskienė. Ji jaunesiems skaitovams, atvykusiems į konkursą iš visų Prienų miesto ir rajono mokyk-

lų, padovanojo išpūdingo dydžio tortą su spalvingu užrašu „Tau, Lietuva“. O Seimo narės patarėjas Mindaugas Rukas jaunesiems skaitovams palinkėjo sėkmės ir perdavė Jūratės Zailskienės padėką už lietuviybės puoselėjimą ir šios gražios tradicijos tęstinumą konkurso organizatoriams, „Revuonos“ pagrindinės mokyklos (Nukelta į 8 p.)

## Nuomonė

# Prienų rajono savivaldybės sprendimai – be gyventojų balso?

Prienų rajono savivaldybės vadovai vis dažniau imasi svarbių pertvarkų, tačiau šie sprendimai, užuot buvę atidžiai derinami su gyventojais, dažnai primetami buldozeriu, nepaisant vietos bendruomenės ir specialistų argumentuotų pastabų. Deja, šis metodas jau tampa ne išimtimi, o norma.

Vienas iš ryškiausių pavyzdžių – Prienų rajono švietimo įstaigų buhalterinės apskaitos centralizavimas. Nepaisant to, kad dauguma mokyklų vadovų ir bendruomenių aiškiai išreiškė neprireikimą šiam sprendimui, savivaldybė vis tiek jį priėmė. Kilo daug klausimų dėl centralizacijos naudų ir efektyvumo. Projekto pristatymo metu mokyklų bendruomenės negavo konkrečių atsakymų ir pateiktus klausimus.

Dar viena problema – melioracijos įrenginių renovavimo projektas. Savivaldybė nesugebėjo tinkamai paaiškinti situacijos ir projekto esmės, išsamiai pristatyti

jo naudų bei galimų iššūkių vietos gyventojams. Dar daugiau – nesugebėjo surinkti visų žemės savininkų parašų, reikalingų darbų vykdymui. Manau, jog tai akivaizdžiai rodo, kad planavimas vyko skubotai, o bendravimas su bendruomene buvo nepakankamas.

Savivaldybė dažnai skelbia apie organizuojamus susitikimus su gyventojais, tačiau realybėje šie susitikimai primena monologą – vadovai kalba, o gyventojų nuomonė lieka neišgirsta. Taip nutiko diskusijose su ūkininkais dėl žemės mokesčio didinimo, taip pat – su švietimo įstaigų vadovais. Nors gyventojai išsako aiškias pastabas

ir pateikia argumentuotus siūlymus, savivaldybės atstovai dažniausiai tik išklauso, bet į realius sprendimus jų neįtraukia.

Tokios tendencijos kelia pagrįstą nerimą. Demokratiname valdyme gyventojų balsas turėtų būti ne formalumas, o svarbi sprendimų priėmimo dalis. Jei vietos valdžia nesikeis ir neieškos dialogo su bendruomene, rizikuojame sulaukti dar didesnio nepasitikėjimo savivaldybės institucijomis ir dar daugiau chaotiškų sprendimų, kuriuos galiausiai teks taisyti vietos žmonių sąskaita.

Taigi, kyla tik vienas klausimas: kada pradėsime kalbėtis, o ne tik kalbėti?

Jovydas Juocevičius  
Prienų rajono savivaldybės tarybos narys

# Geopolitikos 1979-ųjų ir 1940-ųjų pamokos?

Petras EIDUKEVIČIUS

Vokietijoje 1979-aisiais virė aistros dėl JAV planų ten dislokuoti vidutinio nuotolio raketas, kurios su branduoliniu užtaisais jau pasiekia žymius Sąjungos galios centrus. Iš Kremliaus tuojau pat pasigirdo perspėjimas, kad tokiu atveju Vokietijos saugumas tik pablogės, nes į ją papildomai bus nukreipta iš Sąjungos raketų. Vokietijoje su Kremliaus veiklia pagalba kilo prieš raketas isterija. Net valdantieji socialdemokratai neatsilaikė, pasidavė protestų bangai.

Viešai tik vienintelis socdemas kancleris Vilis Šmitas buvo kategoriškas: „Arba raketos, o be jų aš einu iš pareigų“. Nors ir neįtikinta socdemų vadovybė vis tik pasidavė Vokietijoje populiaraus lyderio ultimatumui. Nors vėliau 1982 m. „raketos“ Šmitui kainavo valdžią.

Kur Šmito slaptieji argumentai, kad raketų Vokietijai taip labai reikia? Vėliau paaiškėjo, raketų slaptai paprašė V.Šmitas, taip šalinant iš Pentagono planų „riboto, tik europinio karo“ doktriną. Ji Vokietijai buvo dvigubai pražūtinga. Karui kilti daug didesnis pavojus, kai JAV nušalyje, o ir pats karas Vokietijai būtų pražūtingesnis, kai NATO be 5-to straipsnio.

Ar ne kaip dabar, kai JAV palieka Europai tvarkytis su Ukrainos ir Rusijos reikalais?!

Dar viena svarbi geopolitinė primiršta pamoka primena Rusijos kraupią genocidinę imperinę prigimtį. Tai 1940-ųjų balandžio Sąjungos ir Suomijos karo užbaigimo sutartis, kur Suomija buvo priversta atsisakyti bet kokių pretenzijų į Sąjungos užgrobtas teritorijas.

Istorikai dar tyli apie karelių tautelės totalaus genocido tragediją. Ją sužinome iš Adolfo Andriukaičio „Ledo salų“ lietuvių tremties dienoraščio. Tūkstančiai lietuvių į Altajų 1941 m. tremtinių vėliau, juos nubaudžiant už Kauno sukilimą, buvo perkelti į Arkties amžino šalio salas. Ten, kur Lena įteka į Arktį. Ten, kur 1940 m. buvo ištremti kareliai – moterys, vaikai, seneliai. Atitremti lietuviai gyvųjų karelių, išskyrus du vaikus, nerado. Karelius sunaikino Arkties žiemos, badas. Ten kareliai ne mažiau kankinosi, kaip ir kaliniai fašistų konclageriuose.

1940 metais lemtingą birželį lietuviai, latviai, estai dar nežinojo apie karelių genocidą, juos baudžiant už pasipriešinimą. Tik nujautė, kas jų laukia, ir apdairiai „nei šūvio neiššovė“ nors simboliškai pasipriešinant agresijai“. Nuplaukime neteisingus kaltinimus pabaltiejičiams.

Aktualu, metas prisiminti, pagerbti genocido aukas karelius. Ir taip Putino, Sąjungos privalumų gerbėjams priminti Kremliaus kraupaus genocido prigimtį, tęsia-

mą Ukrainoje.

Kaip pažymėjo garsių intelektualų JAV istorikės A.Applebaum, estų filosofo R.Raudo, lenkų Solidarumo kūrėjo A.Michniko Vilniaus 03 02 pokalbis dabar „bandymo sužlugdyti demokratiją“ situacija primena 1989 m. geopolitinį lūžį.

Nors į tokį Maskvos, JAV, o ir Pekino (MJP) pragmatinių interesų jovalyną pažvelgus idėmiau – pasauliui egzistencinės taikos būtinybės požiūriu, galios (karinio ir ekonominio) diktatui dalijantis pasaulį į savo interesų zonas, bene lemiamą žodį taikos labai turi tarti atlikę nuo minėtų (MJP) trijų kiti žaidėjai – ES, Indija, Kanada, Brazilija, Saudo Arabija ir didžioji dauguma pasaulyje šalių? V.Zelenskio nuomone, po jo susikirtimo su D.Trumpu dar niekada Europa nebuvo tokia vieninga paramos Ukrainai atžvilgiu. Gal jau įvyko lūžis?

Žmonijos raidoje gal jau prasižada strateginio mąstymo, atsakomybės už taiką ateitį era?!

Kokia tvarka pasaulyje nuo šiol įsigalios: galių diktatas ar demokratinis pasidalinimas darbais, atsakomybe ir informacija? Kuri nuo šiol jau esminė demokratijos dedamoji?

Kuo mes, Lietuva, galėtume prisidėti, kuriant Vakarų demokratijai prieš Rytų autoritarus atramos priekinį bastioną? Klausimas pozicijai ir opozicijai, o ir visiems neabejingiems.

2025 m. kovo 3 d.



# Vokalo studija „Cukraus pudra“ mini 20 metų jubiliejų

Šiemet 20 metų jubiliejų mininti vokalo studija „Cukraus pudra“ kovo 22 d. 18 val. kviečia visus į jubiliejinį koncertą Skriaudžių laisvalaikio salėje, o prieš jį kartu su vokalo studijos įkūrėja Virginija Naudžiūtė bei ilgamete ansamblio vadove Dovile Bičkauskaitė kviečiame prisiminti per du dešimtmečius nueitą kūrybinį kelią.

2005 metais atlikę į vokalo studiją subūrusi tuometinė Prienų kultūros ir laisvalaikio centro Skriaudžių filialo vadovė Virginija Naudžiūtė prisimena, jog tuo metu Skriaudžiuose buvo tik kanklių ansamblis ir šokių būrelis, tad, norint paruošti koncertines programas, trūko kolektyvų, o ir jaunimui nelabai buvo specializuotų veiklų. Kadangi Skriaudžiuose jau nuo seno gyva muzikavimo tradicija, o populiarioji muzika visuomet buvo patrauklus žanras V. Naudžiūtei kilo mintis įkurti vokalo studiją, šiandien Prienų krašto žmonėms gerai žinoma „Cukraus pudros“ vardu.

V. Naudžiūtė studijai atidavė daug laiko ir jėgų – buvo organizuojami teatralizuoti pasirodymai, netrukus Skriaudžiuose atsirado ir „Cukraus pudros“ vaikų kolektyvas, iš kurio išaugdavo pamaina „Cukraus pudrai“. Nuo 2011 m. V. Naudžiūtės pradėtus darbus perėmė nauja vadovė **Dovilė Bičkauskaitė**, studijai vadovavusi iki 2015 m. Vėliau studijai vadovavo **Artūras Grinevičius**, **Dominykas Šimonis**, o 2022 m. prie „Cukraus pudros“ vairo vėl stojo D. Bičkauskaitė, kuri kolektyvui vadovauja iki šiol. Apie tai, kaip kolektyvui sekasi šiandien, ko iš savo atlikėjų išmoko pati vadovė ir kokie yra ateities planai – D. Bičkauskaitė dalijasi ir su „Gyvenimo skaitytojais“.

– **Dovile, ansamblis „Cukraus pudra“ susikūrė 2005 m., tačiau Jūs jam pradėjote vadovauti kiek vėliau: kokiomis aplinkybėmis Jūs stojote už „Cukraus pudros“ vairo.**

– Mėgėjų meno kolektyvo va-

dovo pareigas Veiverių kultūros ir laisvalaikio centro vokalo studijoje „Cukraus pudra“ pradėjau eiti 2011 m. rugsėjo 1 d., kai tuometinė vadovė ir studijos įkūrėja Virginija Naudžiūtė nusprendė sukurti kitu profesiniu keliu. Buvau jauna specialistė, ką tik baigusi studijas ir tai buvo mano pirma darbovietė bei pirma vadovavimo patirtis. Neslėpsiu, kad buvo baimių, nepasitikėjimo, patirties stoka kėlė įvairius išbandymus, tačiau padrasinta ir paskatinta kolegės **Vilmos Pučkienės**, kuri jau dirbo su vaikų folkloro ansambliu „Kankliukai“, ir buvo mano studijų grupiokė, priėmiau sprendimą stoti už „Cukraus pudros“ vairo.

– **Papasakokite plačiau apie vokalo studijos veiklą. Kaip, Jūsų pastebėjimu, su metais keitėsi pati grupė.**

– Vokalo studija „Cukraus pudra“ per dvidešimtmetį keitėsi, tačiau kaita neišvengiamas dalykas mėgėjų meno srityje. Kai pradėjau vadovauti vokalo studijai, „Cukraus pudra“ sudarė trys grupės – moterų vokalinis trio, jaunimo grupė bei mažieji (dažnai vadinami „Cukriukai“), tačiau laikui bėgant „Cukraus pudra“ susijungė į vieną grupę, kurioje šiuo metu dainuoja 9 žmonės. Koncertinė veikla apima visą Lietuvą, savo dainomis pradžuginti stengiamės visus, kurie kviečia ir nori mūsų klausytis, todėl per metus sudalyvaujame 25–30 skirtinguose renginiuose, iš kurių daugiau nei pusė vyksta kitų savivaldybių kultūros įstaigose. Mūsų repertuare vyrauja populiariosios muzikos dainos – šlageriai, taip pat turime romantinės muzikos ir romansų programą, kuriai



dažnai akompanuoja savo krašto nepamirštantis fortepijono meistras Dominykas Šimonis, bei patriotinių dainų, skirtų Valstybinių švenčių atmintinoms datoms paminėti. Paprasčiau tariant – dainuojame tokias dainas, kokių reikia pagal renginių tematiką ir, jei tik leidžia galimybės, koncertuojame visur, kur mus kviečia.

– **Pristatykite skaitytojams kolektyvo narius.**

– Šiuo metu „Cukraus pudroje“ dainuoja 9 atlikėjai. Kiekvienas jų savitas ir skirtingas. Nepaisant amžiaus, užimamų pareigų ar asmenybių skirtumo, esame bendraminčių komanda. Kalbant apie kolektyvo narius, išskirti reikėtų **Ramintą Grėbliauskienę**, kuri „Cukraus pudroje“ dainuoja nuo pat jos įkūrimo pradžios. Kartu su grupe augo ir **Monika Grėbliauskaitė** bei **Rūta Ulevičiūtė**, kurios taip pat gali save vadinti ilgametėmis grupės narėmis, nes prisijungė neilgai trukus po grupės įkūrimo. Džiugina ir tai, kad buvę nariai po pertraukos sugrįžta į grupę, taip nutiko ir su **Linu Dūdoniū**, kuris dainavo „Cukraus pudros“ įkūrimo pradžioje, vėliau pasuko kitu keliu ir prieš kelerius metus vėl prisijungė prie mūsų... Grupėje jau ne vienierius metus dainuoja ir **Elena Simonavičienė**, kuri taip pat rūpinasi ir organizaciniais reikalais, ir **Faustė Simonavičiūtė**, kuri taip pat rūpinasi mūsų grožiu ir išvaizda scenoje. Beje, grupėje gali sutikti ne tik bendraminčių, bet ir savo laimę surasti, tą liudija šeima tapusių **Mingailės** ir **Juozo Sutkaičių** istorija.

– **O ko Jūs pati, kaip vadovė, išmokote iš savo kolektyvo narių?**

– Kiekvienas kolektyvas, su kuriuo dirbau, duoda skirtingas pa-

tirtis. Iš „Cukraus pudros“ išmokau dirbti komandoje, motyvuoti save eiti pirmyn ir į viską žiūrėti paprasčiau, o sunkesniais gyvenimo momentais ir pasidžiaugti tuo, kur ir su kuo esi. Ne kartą esu sakiusi, jog „Cukraus pudra“ – kolektyvas, kuriam nereikia vadovo – visi čia dainuojantys, motyvuoti ir atsakingi, todėl tokio kolektyvo linkėčiau kiekvienam mėgėjų meno kolektyvų vadovui.

– **Scenoje jūs visi kaip vienas, tačiau tikriausiai esate ir labai skirtingi. Kaip sekasi sutarti tarpusavyje, rasti kompromisą įvairiose situacijose? Galbūt turite kokių nors nerašytų taisyklių, kurios leidžia palaikyti gerą atmosferą kolektyve?**

– Kaip ir šeimoje, taip ir kolektyve, žinoma, būna visko ir tikriausiai meluočiau, jei sakyčiau, kad nekyla nesutarimų ar niekada neišsiskiria nuomonės, tačiau tai itin reti atvejai. Jei jaučiame, kad kolektyve kyla įtampa – kalbame, diskutuojame, kartais turime atvirumo valandėles, kurių metu išsakome savo nuogastavimus. Ne tik repetuodami ar koncertuodami leidžiame laiką kartu, esant galimybei, kartu ir poilsiaujame, atostogaujame ir pramogaujame, kas tik stiprina mus kaip komandą.

– **Žmogui 20 metų – tai ne daug, o kad kolektyvas sėkmingai gyvuotų 20 metų, reikia didelio įdirbio. Kaip manote, kokia „Cukraus pudros“ sėkmės priežastis?**

– „Cukraus pudros“ sėkmės priežastimi laikau kelis faktorius. Visų pirma – tai gilios muzikavimo tradicijos Skriaudžiuose, kurios, tikiu, perduodamos iš kartos į kartą dar ilgai neužgesins šio krašto kultūros židinio. Antra, vaikams ir jaunimui parodytas tinkamas pa-

vyzdys ir grupės įkūrėjos Virginijos Naudžiūtės tikėjimas tuo, ką daro, gebėjimas motyvuoti ir suburti. Keičiantis vadovams – bendrystė ir komandinis darbas vedė „Cukraus pudrą“ į sėkmę.

– **Neabejoju, jog su iššūkiais taip pat susiduriate.**

– Ne naujiena, kad šiais laikais vienas didžiausių iššūkių yra laiko stoka, skubėjimas ir dideli darbo krūviai, tačiau stengiamės laviruoti, derinti repeticijų ir koncertų grafikus, kad jis būtų prieinamas visiems. Dažna problema, su kuria susiduriame vykdamy į koncertus – transportas ir lėšos jo išlaidoms. Esam nedidelio kultūros centro dalis, todėl būtų naivu tikėtis, kad į visus koncertus gausime transportą, tad dažniausiai į renginius važiuojame savo transportu ir išlaidas padengiame asmeninėmis lėšomis. Turime svajonę įsigyti autobusiuką Veiverių kultūros ir laisvalaikio centro reikmėms, kad išvykos būtų smagesnės vykstant visiems kartu, o ne keliais automobiliais. Tikime, ši svajonė išsipildys.

– **Šiuo metu ansamblis tikriausiai susikoncentravęs į jubiliejinį koncertą, tačiau gal jau brandinate ir ateities planus?**

– Šiuo metu ruošiamės jubiliejiniam koncertui, tačiau „užsisėdėti“ ir švesti nėra kada. Veiverių kultūros ir laisvalaikio centras ruošia išskirtinį ir nepakartojamą projektą – stato miuziklą „Sulaužyti sparnai“, kurio premjera gegužės 24 d. Veiverių miestelio parke, todėl visos kultūros centro bendruomenės ir rėmėjų laukia nemažai darbo, repeticijų, kurios jau vyksta ir įgauna pagreitį. Dar vienas „Cukraus pudros“ siekis – gauti Lietuvos Nacionalinio Kultūros Centro suteiktą mėgėjų meno kolektyvų kategoriją.

– **Visgi artimiausiu metu laukia graži šventė, ko palinkėtumėte kolektyvui 20-ojo jubiliejaus proga?**

– Jubiliejaus proga pirmiausiai noriu padėkoti visiems buvusiems, esamiems ir būsimiems kolektyvo nariams. Linkiu „Cukraus pudrai“ tęsti ilgametės Skriaudžių krašto muzikavimo tradicijas – gyvuoti iki šimtmečio ar net daugiau, neįsinti jaunatviško veržlumo ir noro skambėti bei savo dainomis džiuginti kitus.

Sėkmingai gyvuoti, kurti, ir, kaip rodo kitų Skriaudžių kolektyvų pavyzdys, sulaukti ne mažiau nei 120 metų, vokalo studijai „Cukraus pudra“ linki ir jos pirm-takė Virginija Naudžiūtė.

**Rimantė Jančauskaitė**

Nuotraukos iš „Cukraus pudra“ archyvo



# Vilijos Valentaitės-Balevičienės paroda „Mes moterys“

Kovo 4 d. Prienų Justino Marcinkevičiaus viešojoje bibliotekoje vyko parodos „Mes moterys“ atidarymas. Parodą lankytojams pristatė jos autorė Vilija VALENTAITĖ-BALEVIČIENĖ.

Grafikos darbuose menininkė subtiliai ir jautriai atskleidžia moters prigimtį, jos vidinį pasaulį ir emocijas. Kūriniuose dominuoja moters figūra, kuri simbolizuoja stiprybę, išmintį ir grožį.

„Noriu matyti pasaulį gražų ir spalvotą, tačiau neigiamos mintys ir problemos dažnai užgožia gamtos grožį. Savo kūriniuose atskleidžiu žmonių bendravimą – ir nuoširdų, ir su kaukėmis. Mano darbuose skleidžiasi moters, motinos ir asmenybės pasaulis, kuriame gyvena stipri ir išmintinga moteris – palaidais plaukais, drąsi, lekianti dviračiu per gyvenimą“, – pristatydamą savo

kūrinius sako parodos autorė.

Paroda „Mes moterys“ yra penktoji personalinė Vilijos Valentaitės-Balevičienės paroda. Menininkė savo kūrybinį kelią pradėjo būdama 40-ties ir džiaugiasi abiem savo pasauliais: „Mano gyvenime jie du: vienas – virtuvė su samčiais ir keptuvėmis, kitas – kūryba su pieštukais, dažais, drobe ir popieriumi. Ir kiekvienas jų man brangus“.

Paroda „Mes moterys“ bibliotekoje veiks iki balandžio 10 d. Kviečiame apsilankyti ir pajusti moters pasaulio jėgą ir grožį.

**Prienų Justino Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos informacija**





# Knygnešiai – Lietuviško žodžio nešėjai (I)

## Knygnešiai

Širdys – pilnos lietuviškų žodžių,  
Nesudegusių amžių ugnį.

Jie iš tolimo sodžiaus į sodžių

Ėjo žodžiais šitais nešini.

Baltose lankose – juodos avys ...

Prie naktigonės laužo blausos

Kaimo bernas maldaknygę gavęs,

Dievo vardą pernakst slabizuos.

Kai raides tarsi stacijas keliais

Jis apeis, kai visas prisišauks,

Prie Valančiaus klūpos lyg smūtkelis

Ir ilgėsis pasaulio gražaus.

Prie Žemaitės rymos, apžavėtas

Savo brolių alpiais sopuliais ...

Knygnešiai – tarsi dūšios be vietos –

Eis per Lietuvą vargo keliais.

Tų kelių tolumoj – ne palaima:

Baltos meškos urzgės, pūgos slaugę.

Ten sapnuos jie lietuvišką kaimą

Ir grįžimo dienos nesulauks...–

Šitai ejo sermegiai vyžočiai

Su pasaulio šviesa širdyje.

Paprasti kaip lietuviški žodžiai,

Ir per amžius neramūs kaip jie.

V. Bukauskas



Kovo 16-oji – Knygnešių diena – primena mums apie tylų, bet didvyrišką lietuvių pasipriešinimą carinei spaudai. Ši diena skirta pagerbti tiems, kurie rizikuodami savo laisve nešė tautai knygą, žadinančią sąmonę, kalbą ir tautinį orumą.

### Rizikingas spaudos kelias

Žodis knygnešys sunkiai verčiamas į kitas kalbas. Sunkiai kitoms tautoms suprantamas ir šis terminas bei istorijos tarpsnis, kuris lėmė šio žodžio atsiradimą, kuomet rusiškas imperializmas norėjo sunaikinti mūsų dvasinį ir kultūrinį pagrindą. XIX a. pabaigoje, kai caro valdžia uždraudė lietuvišką spaudą lotyniškais rašmenimis, Lietuva pateko į tamsius kultūrinės spaudos gniaužtus. Tačiau šioje tamsioje atsirado drąsių žmonių, kurie ėmė nešti šviesą – knygą, laikraščius, maldaknyges.

Didelį vaidmenį suvaidino vyskupas **Motiejus Valančius**, organizavęs pirmuosius knygnešystės žingsnius, mokęs žmones lietuviškai skaityti ir rašyti, pažadinęs juose sąmoningos blaivybės dvasią, norą turėti savą spaudą ir vedęs savo tautą į laisvę.

Lietuviško žodžio dvasia išliko gyva vyskupo organizuotose slaptose mokyklose, knygų rašymo, spausdinimo ir platinimo darbuose. Dar neišspausdinti lietuviški rankraščiai keliaudavo per tris rusų valdžios užtvaras į vokiečių valdomą Mažąją Lietuvą. Pasienyje reikėjo įveikti pulką kareivių, žvalgybą, seklius ir muitininkus. Jau išspausdintos knygos turėjo vėl praeiti šį rizikingą kelią, kad būtų pargabentos į Lietuvą.

M. Valančiui knygnešystės darbuose aktyviai talkino **Jurgis Bielinis**. Knygnešių karaliumi pramintas J. Bielinis savo ramų gyvenimą paaukojo 30 metų trukusiam uždraustos lietuviškos spaudos gabenimui iš Prūsijos, Tilžės ir Ragainės. Jis turėjo įsirengęs net slaptą spaustuve, kurioje leido laikraštį „Baltasis erelis“. Lietuva įvertino šio legendinio knygnešio pasiaukojimą ir jo gimtadienį kovo 16-ąją minime, kaip Knygnešių dieną.

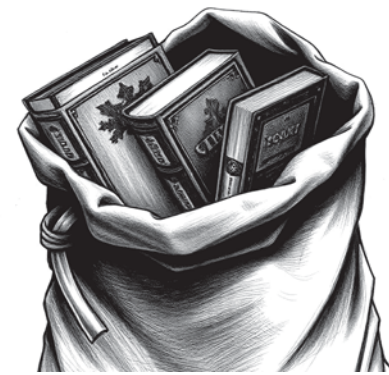
Lietuviškos spaudos gabentojus knygnešiais pirmą kartą praminė aušrininkas **Jonas Šliūpas**. Pasienyje knygnešiai dar buvo vadinami pakininkais, nes knygos buvo gabenamos ryšuliais.

Vyskupas M. Valančius per kunigus, inteligentus ir kaimo žmones išplėtė spaudos platinimą. Jis steigė slaptas organizacijas ir draugijas. Aktyvia veikla garsėjo Garšvių, Atgajos, Sietyno, Aušrinės, Spindulio, Svirplio Žiburėlio, Kūdikio ir kitos knygnešių organizacijos.

Tamsiais laikais svarbiausia buvo tvirtas tikėjimas ir atsidavimas, o knygnešiai turėjo išskirtinį atsidavimą ir šventą tikėjimą. Atsirado tūkstančiai pasiaukojančių knygnešių, kurie suprato, kad reikia nepasiduoti pirmestai stačiatikybei ir rusinimui. Knygnešiai kovojo vardan to, kad jie ir jų giminaičiai galėtų melstis ne iš rusiškai spausdintų maldaknygių. Taip brendo knygnešių tautinė savimonė, tautiečių švietimo samprata, susijusi su laisvės troškimu savo kraštu.

Knygnešių kelias nebuvo lengvas, pavojai jų tykodavo kiekviename žingsnyje. Knygnešiams reikėjo turėti nepaprastos drąsos, ištvermės ir sumanumo. Silpnėsnis neatlaikydavo ir sunkių sąlygų, alkio, šalčio bei drėgmės. Sugauti knygnešiai buvo tremiami į Sibirą, teisiami iki penkerių metų kalėjimu. Jie buvo žiauriai mušami, kankinami, todėl ne vienas išprotėjo. Neatlaikę kančių išduodavo ir savus. Daug knygnešių neišgyveno bėgdami per sieną. Šaltakraujai žandarai vietoje nušaudavo knygnešius be gailėsčio vien už tai, kad jie nesustojo bėgdami.

Dažnai knygas nešiojo šlubi, akli elgetos, o tiksliau jais apsimitę knygnešiai. Pasižiūrėjus į vargšą, neišprususį, apskurusį elgetą, juk to neįtarsi. Knygnešiams talkindavo ir paprasti kaimo žmonės, pamaldžios mote-



riškės ar zakristijonai.

Knygnešiai knygas slėpdavo pačiose netikėčiausiose vietose: medžių drevėse, bičių aviliuose, paukščių inkiluose, šuns būdoje, žemėje išraustose duobėse, malūnuose ar net kapinėse. Laikui einant knygnešiai įgavo patyrimo gabenant knygas geriau jas paslėpti ir sumėtyti pėdas. Bet ne visuomet tai pavykdavo. Per visą spaudos draudimo laikotarpį prarasta ne viena knyga. Kartais knygnešiams tekdavo knygas kažkur palikti, kad nebūtų sugauti. Kartais ir pamedavo bėgdami nuo žandarų, tūkstančiai knygų buvo komfiskuota.

Po spaudos draudimo panaikinimo „Apžvalgos“ laikraščio darbuotojas surinko duomenis, kiek knygų komfiskuota visose pasienio muitinėse ir pateikė duomenis. Sulaikytų knygų skaičiai: 1891–1893 metais komfiskuota 37718 knygų, 1894–1896 metais – 40335 knygos, 1897–1899 metais – 39024 knygos, ir 1900–1902 metais – 56182 knygos. Tai netikslūs skaičiai, nes toliau nuo sienos jie nebuvo registruoti. Kiek knygų buvo komfiskuota ar kitais būdais prarasta, dabar jau niekas nesuskaičiuos. Tačiau turimi duomenys nusako aktyvią to meto knygnešių veiklą. Per 1865–1904 metų laikotarpį platinimui buvo išleista 1830 leidinių. Per šį laikotarpį gabendami lietuvišką spaudą caro valdžiai ir žandarams įkliuvo 2900 žmonių.

Apie lietuviško žodžio nešėjus Prienų krašte – kituose „Gyvenimo“ numeriuose.

Straipsnį parengė Prienų krašto muziejaus muziejinkė Rūta Žiobaitė

## Kašonių bibliotekoje paminėta Kovo 11-oji ir Kašonių mokyklos istorija

Kovo 8 dieną Kašonių bendruomenės namuose vyko prasmingas ir jausmingas renginys „Kovo 11 – geriausias laikas susitikti Kašonyse“, skirtas Lietuvos nepriklausomybės atkūrimo dienai ir Kašonių mokyklos istorijai prisiminti. Renginyje dalyvavo buvę mokiniai, mokytojai, bendruomenės nariai, kultūros puoselėtojai, o taip pat garbūs svečiai: Jiezno seniūnijos seniūnas, buvęs Kašonių mokyklos mokinys **Algis Bartusevičius** bei ilgametis Kašonių mokyklos direktorius **Stanislovas Šulskis**.

Renginys prasidėjo Lietuvos Respublikos himnu, kuris iškilmingai nuskambėjo visų dalyvių lūpose. Iš karto po to šventinę atmosferą dar labiau sustiprino bendruomenės vyrų šiltas dėmesys moterims – joms buvo įteiktos tulpės, simbolizuojančios pavasario pradžia ir pagarbą.

Viena iš įsimintiniausių renginio akimirų buvo **Stanislovo Šulskio** pagerbimas. Net 31 metus mokyklai vadovavęs direktorius buvo sutiktas gausiais aplodisimen-

tais. Jis su savimi atsinešė ypatingą relikviją – daugiau kaip 70 metų senumo Kašonių mokyklos skambutį, kurį perdavė saugoti seniūnui. Šis simbolinis gestas priminė visiems susirinkusiesiems apie mokyklos istoriją, jos vertę ir nepamirštamus prisiminimus.

Renginio metu dalyviai turėjo progą sudalyvauti dviejose simbolinėse pamokose. Istorijos pamoką vedė buvusi Kašonių mokyklos mokinė, vėliau mokytoja **Danutė Bajorienė**. Ji pristatė Kašonių mo-



kyklos istoriją nuo 1918 iki 2003 metų, atskleidžiamą įdomius faktus ir svarbiausius mokyklos veiklos etapus. Antroje pamokoje, kurią vedė Jiezno gimnazijos mokytoja **Romutė Kandrotienė**, buvo tarsi

grįžta į mokyklinius metus. Mokytoja suregistravo „mokinius“ ir uždavė klausimus apie jų patirtis mokykloje, skatindama pasidalinti prisiminimais ir išgyvenimais.

Meninę renginio programą praturtino muzika ir šokiai, kurie sušildė visų dalyvių širdis. Šventinę nuotaiką kūrė **Rugilė Kaufmanaitė**, padovanojusi ypatingai progai skirtas dainas, Prienų meno mokyklos Jiezno filialo liaudiška kapela, vadovaujama Danguolės Smalskienės ir Jevgenijos Babikovos, Jiezno gimnazijos šokėjai ir aktoriai, kuriuos paruošė mokytojos **Romutė Kandrotienė** ir **Živilė Valatkienė**, Jiezno kultūros ir laisvalaikio centro mišrus vokalinis ansamblis, vadovaujamas Danguolės Smalskienės.

Pasibaigus oficialiajai daliai, visi dalijosi prisiminimais, bend-

ravo, vaišinosi ir kartu smagiai šoko, kurdami jaukią ir šiltą atmosferą.

Renginį organizavo Kašonių biblioteka kartu su Kašonių kaimo bendruomene, Jiezno seniūnija, Jiezno kultūros ir laisvalaikio centru, Jiezno gimnazija, Dukurmonių bendruomene bei Prienų meno mokyklos Jiezno filialu. Tai – puikus bendruomeninio bendradarbiavimo pavyzdys, parodantis, kad vienybė ir tradicijų puoselėjimas yra svarbiausios vertybės, jungiančios kartas ir žmones.

Šventė Kašonyse tapo ypatinga akimirka visiems dalyviams – tai buvo ne tik Kovo 11-osios minėjimas, bet ir gyvas įrodymas, kad prisiminimai apie Kašonių mokyklą, mokytojus ir mokinius gyvi bendruomenės širdyse.

Danutė Bajorienė





# Prienams nereikia trijų katilinių: racionaliau sutelkti pajėgumus vienoje vietoje

(Atkelta iš 2 p.)

Valstybinė energetikos reguliavimo taryba (VERT) yra tas prievaizdas, kuris šilumos kainą vartotojams reguliuoja nubraukdamas/pridėdamas tam tikras dedamas, mažindamas kuro normas ir pan. Niekas imonei neleis/nederintų investicijų, kurios tik didintų kainą galutiniam vartotojui. Todėl teisingai/pamatuotai atliktos investicijos mažina kintamas sąnaudas.

**–Priminkite, nuo ko priklauso įmonės tiekiamos šilumos kaina? Kas labiausiai lemia jos dydį? Kovo mėn. VERT nustatė didesnę, nei praėjusių metų tuo pačiu laikotarpiu, 8,95 ct/kWh kainą, pagal ją UAB „Prienų šilumos tinklai“ yra 29 vietoje tarp kitų šalies įmonių. Kokios kainos prognozės ateičiai?**

– Šilumos kaina susideda iš dviejų dalių – pastoviosios ir kintamosios. Pastoviąją dalį sudaro pastoviosios sąnaudos (nusidėvėjimo arba amortizacijos, personalo, einaimojo remonto bei aptarnavimo, mokesčių, finansinės, administracinės, rinkodaros ir kitos paskirtomos sąnaudos) ir investicijų grąža. Kintamąją dalį, t. y. kintamąsias sąnaudas, sudaro kuro šilumai gaminti sąnaudos, elektros energijos ir vandens technologinėms reikmėms bei nuotekų tvarkymo ir kitos kintamosios sąnaudos.

Bendrovei naujas pajamų bazinis lygis nustatytas praėjusių metų, t. y. 2024 m., pabaigoje. Jo metu įvertinti pastovijų sąnaudų pokyčiai, vieni – nuo ūkio subjekto valios priklausantys, kiti – nepriklausantys ir neišvengiami. Šių ir praėjusių metų kovo mėnesių kainų skirtumui įtakos turi padidėjusi pastovioji kainos dalis bei kas mėnesį svyruojančios kintamosios sąnaudos, iš kurių didžiausią dalį sudaro žymiai padidėjusi dujų kaina.

**–Ar svarstote galimybes dar labiau sumažinti šilumos energijos tiekimo vartotojams sąnau-**

**das? Kas priklauso nuo pačių gyventojų?**

–Viena iš priemonių – planuojamos įrengti saulės elektrinės, kurios mažins el. energijos sąnaudas. Kuomet nepatiri sąnaudų, jos nepersikelia ir galutiniam vartotojui. Dėl vykstančių sudėtingų termodinaminių procesų (degimo procesai, aukšti slėgiai, aukštos temperatūros) gamybinė įranga dirba sudėtingomis sąlygomis ir gana sparčiai dėvisi. Bendrovės tikslas yra savalaikiai įrangos remontai, priežiūra, laiku atliktos investicijos, tik tai leis užtikrinti stabilų ir patikimą šilumos tiekimą su mažiausiomis sąnaudomis. Vienas iš taupymo būdų yra tolygiai palaikyti patalpų temperatūrą trumpuoju periodu.

**–Dauguma daugiabučių namų yra renovuoti, gyventojai gali patys reguliuoti temperatūrą kambariuose, bet individualaus šilumos reguliavimo ir apskaitos nuskaitymo įrenginių darbas nere-tai sutrinka (baterijos išsikrauna, skaitikliai genda), ir gyventojai gauna pranešimus, kad turėtų juos remontuoti ar atnaujinti savo lėšomis. Priminkite, už ką atsakingi gyventojai, o kokius šilumos įrenginių priežiūros darbus gali nemokamai atlikti bendrovė?**

– Noriu pabrėžti, kad tokį šilumos apskaitos modelį gyventojai pasirinko renovacijos metu. Individualus šilumos apskaitos prietaisas yra buto savininko nuosavybė ir visi gedimų ar sutrikimų (susijusių su minėtu prietaisu) kaštai tenka savininkui. Mes informuojame gyventojus apie pastebėtus gedimus, jiems pateikus prašymą, pakeičiame (jei yra techninės galimybės) išsikrovusius elementus, kartais tenka keisti ir visą apskaitos prietaisą nauju. Bendrovė nemokamai atlieka šilumos apskaitos prietaisų, elementų (baterijų) pakeitimo darbus, o skaitiklio ar elementų (baterijų) išsigijimo kaštai priskiriami buto (patalpų) savininkui.

**– Ačiū už pokalbį.**

**Kalbėjosi Dalė Lazauskienė**

## PRANEŠIMAS DĖL ŠAUKIAMO EILINIO VISUOTINIO NARIŲ SUSIRINKIMO

**Kredito unijos „Prienų taupa“ narių dėmesiui!**

2025 m. balandžio 10 d. 10 val. adresu: Vytauto g. 1A-3, Prienai, šaukiamas kredito unijos „Prienų taupa“ eilinis visuotinis narių susirinkimas, numatant šią darbotvarkę:

1. Vidaus audito tarnybos ataskaita. Ataskaitos įvertinimas.
2. Valdybos ataskaita. Ataskaitos įvertinimas.
3. Paskolų komiteto ataskaita. Ataskaitos įvertinimas.
4. Metinių finansinių ataskaitų rinkinio ir pelno paskirstymo tvarkos projekto pristatymas. Metinių finansinių ataskaitų rinkinio tvirtinimas. Nutarimo dėl pelno paskirstymo tvarkos priėmimas.
5. 2025 metų kredito unijos pajamų ir išlaidų sąmatos tvirtinimas.
6. Visuotinio narių susirinkimo dalyvių informavimas apie planuojamą pajinių įnašų grąžinimo ir mažinimo tvarką.

Bendrajį balsavimo biuletenį galite rasti kredito unijos „Prienų taupa“ patalpose adresu: Vytauto g. 1A-3, Prienai. Užpildytus ir pasirašytus bendruosius balsavimo biuletenius prašome pristatyti į kredito uniją iki 2025-04-10 10 val.

Su darbotvarkėje numatytų klausimų nutarimų projektais, ataskaitomis bei kitais dokumentais kredito unijos nariai gali susipažinti kredito unijos patalpose, adresu: Vytauto g. 1A-3, Prienai.

Nesusirinkus kvorumui, pakartotinis susirinkimas bus šaukiamas 2025 m. balandžio mėn. 17 d. 11 val. numatant tą pačią darbotvarkę.

Asmuo, įgaliotas teikti išsamią informaciją apie šaukiamą visuotinį narių susirinkimą, administracijos vadovas Rimantas Slavinskas, tel. +370 319 52833, el. paštas [kupt@lku.lt](mailto:kupt@lku.lt).

**Kredito unijos „Prienų taupa“ valdyba**

## Reklama

## Reklama

## Reklama

### SIŪLO DARBA

#### Reikalingi darbuotojai:

**MECHANIKAS - REMONTININKAS.** Atlyginimas nuo 1200 iki 1500 Eur (į rankas). **AUTOKRAUTUVO VAIRUOTOJAS.** Atlyginimas nuo 1100 iki 1300 Eur (į rankas). **ELEKTRIKAS.** Atlyginimas nuo 1300 iki 1600 Eur (į rankas). **OPERATORIUS MAŠINISTAS.** Atlyginimas nuo 1400 iki 1600 Eur (į rankas). **SARGAS-KŪRIKAS.** Atlyginimas nuo 777 iki 1000 Eur (į rankas).

Kviečiame atvykti į vietą pokalbiui, adresu: **Liepų g. 91, Strielčių k., Prienų r.** arba susisiekti tel. nr.: **+370 606 99886**, el. paštu: [strielciulentpjuve@gmail.com](mailto:strielciulentpjuve@gmail.com)

### ĮVAIRŪS

**Padedu su priklausomybių atsisakymu, nuimu prakeiksmą, taip pat meilės reikaluose. Tel. +370 632 64575.**

### PARDUODA

#### Kietas kuras

**Parduoda pigiai** žalias, sausas skaldytas malkas (skroblo, uosio, ąžuolo, beržo, alksnio). Pristatymas – nemokamas. Statybinę medieną, ilgis iki 8 metrų. **Tel.: 0 614 98 516, 0 699 48 191.**

**Parduodu sausas, kapotas malkas,** laikomas po stogu, vežame ir mažais kiekiais. Išrašome sąskaitas. **Tel. 0 648 61 061.**

**Parduodame džiovintas skaldytas beržo malkas. Tel. 0 614 97 744.**

**Parduodamos malkos – juodalksnio, beržo ir kietmedžio.** Minimalios kainos. Atvežimas nemokamas. **Tel. 0 621 24 644.**

#### Nekilnojamas turtas

**Parduoda:** sodybą Vartų k., Balbieriškio sen. **arba keičia** į butą Prienuose ar pusę namo; **taip pat** 15 rulonų šieno, trifazį malūną grūdams malti. **Tel. 0 611 53 256.**

**Parduoda:** ■ vietą jaunam ūkininkui įsikurti; ■ centralinio apšildymo mal-komis katilą. **Tel. +370 698 35 696.**

### PASLAUGOS

**Pilnas pamatų įrengimas** (nustumdymas, polių gręžimas, rostverkas, armatūros karkasai, apšiltinimas ir užpylimas). **Tel. 0 620 85350.**

**VISI SANTECHNIKOS DARBAI:** šildymo, vandentiekio, kanalizacijos, dujinių, vanduo-oras, kieto kuro katilinių įrengimas. Komplektuojame **kompleksus santechnikos medžiagas su nuolaidomis. Tel. 0 640 39 204.**

**SIENŲ ŠILTINIMAS** užpildant oro tarpus  
1m<sup>2</sup> kaina nuo 1,40 Eur **Tel. 0 675 7 73 23**

**Parduoda 6 (8) arų sklypą-sodą** Prienu mieste. Smulkesnė informacija teikiama telefonu **+370 652 74 741.**

#### Įvairios prekės

**Parduodami nauji šaldytuvai ir šaldikliai „Snaigė“ – 2 metų garantija.** Pristatymas į namus nemokamas. **Tel. 0 675 50 466.**

**VISŲ RŪŠIŲ ŽALIUZĖS, ROLETAI, TINKLELIAI NUO VABZDŽIŲ. MANTUOJAME, GAMINAME, MONTUOJAME, REMONTUOJAME SENUS. TEL.: +370 686 95 441, +370 615 44 232.**

**Nebrangiai atvežame sijoto kokybiško juodžemio, maišyto su kompostu.** Vežamas kiekis – nuo 4 iki 10 kub.m. **Tel. +370 609 66 753.**

**Parduoda** plastikinę valtį su pakabinamu varikliu „Mercuris“ (5 AJ). **Tel. + 370 682 31 234.**

#### VIŠTAIČIŲ PRISTATYMAS Į NAMUS!

Prekiaujame M. Steponavičiaus ūkio jaunomis, vakcinuotomis 4–5 mėn. rudomis olandiškomis dedeklėmis, įvairių spalvų (rudomis, juodomis, raibomis, pilkomis, baltomis) **DOMINANTE** veislės, Legbarų (deda žaliais kiaušiniiais) ir Leghornų veislės dedeklėmis vištaitėmis. **PRISTATYMAS NEMOKAMAS. Tel. užsakymams: 0 612 17 831, 0 611 51 770.**

### PASLAUGOS

#### DURYS – PER 3 DIENAS!

**„ŽMONIŠKOMIS KAINOMIS“**

**Gaminu duris** – ypatingai šiltas, saugias nuosaviems namams, ūkiniams pastatams ir rūsiams. **Dirbame ir žiemos metu. Tel. 0 653 93 193.**

**Betonavimo, mūravimo ir griovimo darbai. Tvorų montavimas. Tel. 0 600 96 399.**

**Remontuoju** koklines krosnis, klijuoju plyteles, atlieku įvairius apdailos ir remonto darbus. **Tel. + 370 677 92 397.**

#### Nekilnojamas turtas

Ieškau apleistos sodybos ar žemės sklypo vienkiemyje, miške ar prie vandens. **Tel. +370 612 57 651.**

**Brangiai PERKAME MIŠKUS** visoje

Lietuvoje. **Atsiskaitome iš karto.**

**Tel. +370 699 29 992.**

**Įmonė brangiai perka mišką visoje Lietuvoje, vertina nemokamai, rengia miškotvarkos projektus, atsiskaito iš karto, apmoka visas išlaidas. Tel. 0 646 79 600.**

**PERKA GALVIJUS**  
**KARVES, TELYČIAS, BULIUS**  
PAGAL SKERDENAS ARBA GYVA SVORĮ. SVERIA, MOKA IŠ KARTO, PAIMA PATYS.  
**Tel.: +370 614 93124**

#### UAB Suvalkijos veršeliai

**brangiai perka veršelius, prieauglį, galvijus. Tel. 0 634 23 551.**

### PARDUODA

**Parduodame** mažais ir tik mažais kiekiais amonio, kalcio salietrą, karbamidą, superfosfatą, amonio sulfatą, įvairias kompleksines, bulvėms, kalio trąšas. Pristatome į kiemą, sodą, sodybą, bet kur, visoje Lietuvoje. Mažiausias kiekis – 10 kg maišelis. **Tel. 0 605 49 513.**

**ŠILTNAMIAI.** Parduodu įvairaus dydžio šiltnamius. **Nemokamas pristatymas. Suteikiu garantiją. Tel. +370 669 82 434.**

#### VAISMEDŽIŲ GENĖJIMAS,

**PURŠKIMAS, BALINIMAS.**  
GYVATVORIŲ KARPYMAS, AVARINIŲ MEDŽIŲ PJOVIMAS.  
Dirbame kokybiškai ir už gerą kainą!  
**TEL.: 062859232**



Poeto Justino Marcinkevičiaus 95-metį minint

# Paroda „Atminties ženklai liudija Justino Marcinkevičiaus gyvenimą“

Iš Justino Marcinkevičiaus kalbos primant Santarvės premiją 1994 12 26:

„Mūsų lūpos dabar lyg ir atrato nuo gerų, draugiškų, padorių, inteligentiškų žodžių / ... /. Todėl, kai netikėtai tenka (kaip man šiandien) padėkoti už suteiktą garbę, už aukštą kuklių mano pastangų įvertinimą, už gerumo gėles, už jūsų norą prikelti ir pakelti santarvės idėją, pažadinti ją žmoguje, tautoje ir valstybėje – taigi, kai tenka už visa tai padėkoti – pasijunti esąs mažazodis, kaip koks kalbos neūžauga.

Tad pasakysiu labai paprastai: ačiū! – tikėdamas, kad paprastume slypi nemeluojamas tikrumas, nuoširdumas, o gal ir nesudrumsta giluma.“

(Justinas Marcinkevičius. Pažadėtoji žemė. Vilnius, 2009, p.227.)

Prienu Justino Marcinkevičiaus viešojoje bibliotekoje 2025 m. kovo 10 d., minint kraštiečio poeto Justino Marcinkevičiaus 95-ąjį gimtadienį, atidaryta unikali paroda „Atminties ženklai liudija Justino Marcinkevičiaus gyvenimą“, kviečianti pažvelgti į vieną ryškiausių Lietuvos kultūros asmenybių per jam įteiktus apdovanojimus ir dovanas.

Parodoje eksponuojami įvairių laikotarpių valstybiniai ir tarptautiniai apdovanojimai, literatūrinės premijos, atminimo ženklai ir unikali dovanos, atspindinčios ne tik poeto kūrybinį kelią, bet ir jo įtaką Lietuvos kultūriniam bei

visuomeniniam gyvenimui. Ekspozicijos parodai maloniai perdavė poeto šeima, Prienu krašto muziejus ir Vinco Mykoloičio-Putino muziejus.

Ši paroda – tai galimybė iš arčiau pažinti Justiną Marcinkevičių ne tik kaip poetą, bet ir kaip asmenybę, kurios kūryba formavo tautinę savimonę, skatino laisvės troškimą ir meilę Lietuvai. Kodėl svarbu prisiminti šiuos apdovanojimus? Kiekvienas jų – tai įrodymas, kad Justino Marcinkevičiaus žodis palietė ne vieną kartą, kad jo kūryba buvo ir išlieka aktuali ir Lietuvoje, ir už jos ribų.

## Svarbiausi parodos eksponatai

Parodoje pristatomi svarbiausi valstybiniai apdovanojimai, tarp jų – Didžiojo Lietuvos Kunigaikščio Gedimino ordino 1-ojo ir 3-iojo laipsnio kryžiai, Vytauto Didžiojo ordino Didysis kryžius, taip pat Lietuvos nacionalinė kultūros ir meno premija bei Lietuvos nepriklausomybės atkūrimo 20-mečio medalis. Šie įvertinimai liudija poeto išskirtinį indėlį į Lietuvos kultūrą ir tautinę tapatybę.

Didelį išpūdį palieka ir tarptau-

niai apdovanojimai, tarp jų – Suomijos Didysis Sidabro medalis už „Kalevalos“ vertimą, Lenkijos Respublikos Nuopelnų ordino Komandoro kryžius su žvaigžde, Norvegijos Karališkasis Garbės ordinas „Commander“, Estijos Baltosios žvaigždės ordinas bei Johano Gotfrydo Herderio premija. Šie apdovanojimai įrodo, kad Justino Marcinkevičiaus kūryba buvo vertinama ne tik Lietuvoje, bet ir užsienyje.

Parodoje taip pat galima išvysti literatūrinius apdovanojimus, tokius, kaip „Poezijos pavasario“ laureato apdovanojimas, Baltijos Asamblėjos literatūros premija, Jono Aisčio literatūrinė premija, Juozo Tumo-Vaižganto premija ir Nacionalinė pažangos premija. Jie simbolizuoja poeto talentą, įtaką lietuvių literatūrai ir išliekamąją kūrybos vertę.

Ne mažiau įdomūs ir unikali asmeniniai daiktai bei dovanos, atskleidžiantys Justino Marcinkevičiaus asmenybę ir aplinkinių žmonių pagarbą jo kūrybai. Tarp jų – Klaipėdos teatro dovanos – karūna, įteikta „Mindaugo“ premjeros proga, Generalinės miškų urėdijos dovanos – prieš 7 tūkstan-



čius metų augusio ažuolo fragmentas, ekspedicijos „Lena 89“ dovanos – miniatiūrinė Sibire pastatytų paminklų žuvusių lietuvių ir suomių tremtinių atminimui kopija ir Justino Marcinkevičiaus tekstas ant šių paminklų: „Prievarta nuo savo žemės atplėšti/ nukankinti, bet neužmiršti“.

Tarp visų apdovanojimų išsiskiria vienas, poetui itin brangus – sidabro medalis, kurį jis gavo baigdamas Prienu „Žiburio“ gimnaziją 1949 metais. Šį medalį Justinas Marcinkevičius saugojo mažoje dėžutėje, kurioje savo ranka įrašė: „Sidabro medalis Prienu gimnaziją baigus 1949 m. Just. Marcinkevičius“. Tai ne tik pirmasis jo apdovanojimas, bet ir svarbus jaunystės įvertinimas, menantis poeto ryžtą

ir pirmuosius kūrybinio kelio žingsnius.

Paroda kviečia ne tik įvertinti garbingą poeto įvertinimą įvairiose srityse, bet ir dar kartą prisiminti jo kūrybą, kuri iki šiol gyva mūsų tautos sąmonėje. Kviečiame apsilankyti ir atrasti šią ypatingą istoriją per išpūdingus apdovanojimus bei dovanas, kuriomis buvo pagerbtas Justinas Marcinkevičius. **Bibliotekoje paroda veiks iki kovo 31 dienos.**

Dalia Bredelienė



# Raiškaus žodžio konkursas „Tau, Lietuva“

(Atkelta iš 4 p.)

bendruomenei. Drašos bei pasitikėjimo savimi dalyviams palinkėjo ir Prienu rajono savivaldybės vicemeras **Deividas Dargužis**. Jis visiems konkurso dalyviams dovanavo knygeles.

Nepasimesti ir nesuklysti deklamuojant eilėraščius palinkėjo ir vertinimo komisija. Komisijos pirmininkė – Prienu rajono savivaldybės administracijos Švietimo ir sporto skyriaus vyriausioji specialistė **Renata Pavlavičienė**, Prienu Justino Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos metodininkė ir Seimo narės patarėja **Dalia Bredelienė**, Prienu „Revuonos“ pagrindinės mokyklos pradinio ugdymo mokytoja metodininkė **Danutė Baranauskienė**.

Konkurse dalyvavo devyniolika jaunųjų skaitytojų iš įvairių rajono mokyklų, todėl buvo sudėtinga išrinkti pačius geriausius. Komisijos vardu kalbėjusi Prienu rajono savivaldybės administracijos Švietimo ir sporto skyriaus vyriausioji specialistė Renata Pavlavičienė pasidžiaugė gerbiančių, branginančių ir puoselėjančių gimtąjį žodį mokinių gausa, mokytojų entuziazmu ir išradingumu parenkant kūrinius. Pagyrė, kad lietuvių auto-

rių kūriniai vaikų lūpose skambėjo drašiai ir nuoširdžiai. Visiems dalyvavusiems palinkėjo raiškų žodį skleisti visur ir visada.

Prienu rajono savivaldybės Švietimo ir sporto skyriaus vyriausioji specialistė ir mūsų mokyklos kuratorė **Aidutė Jurešienė** konkurso nugalėtojus ir juos ruošusias mokytojas apdovanojo diplomais (I vieta – **Mingailė Rasimaitė**, 4 klasė, Prienu r. Išlaužo pagrindinė mokykla, mokytoja **Jelena Knašienė**. II vieta – **Adelė Vaitiekutė**, 4c klasė, Prienu „Ažuolo“ progimnazija, mokytoja **Rima Juodsnukienė**. II vieta – **Agata Visockaitė**, 3a klasė, Prienu „Revuonos“ pagrindinė mokykla, mokytoja **Danutė Moisejevičienė**. III vieta – **Matas Miklušis**, 3 klasė, Prienu r. Išlaužo pagrindinė mokykla, mokytoja **Vera Milkevičienė**. III vieta – **Liepa Tamulytė**, 4 klasė, Prienu r. Jiezno gimnazija, mokytoja **Živilė Valatkienė**. III vieta – **Ema Mazaliauskaitė**, 3 klasė, Prienu r. Stakliškių gimnazija, mokytoja **Dalė Stankevičienė**).

Prienu Švietimo pagalbos tarnyba visus dalyvavusius konkurse mokinius ir jų mokytojas apdovanojo padėkomis.

**Prienu „Revuonos“ pagrindinės mokyklos mokytoja Rita Juodienė**



# Gyvenimas

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

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

Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė

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

Redakcija: Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė - VERSLAS, ŽEMĖS ŪKIS (60523, [ramute@gyvenimas.info](mailto:ramute@gyvenimas.info)); SOCIALINĖS PROBLEMOS, ŠVIETIMAS, MEDICINA, TEISĖSAUGA, PASLAUGOS: Dalė Lazauskienė, redaktorės pavaduotoja (60014, [dale@gyvenimas.info](mailto:dale@gyvenimas.info)); APLINKOSAUGA, NEVYRIAUSYBINĖS ORGANIZACIJOS, KULTŪRA, SPORTAS: Rimantė Jančauskaitė, apžvalgininkė (60012, [rimante@gyvenimas.info](mailto:rimante@gyvenimas.info)); KOREKTŪRA: Ona Ališauskienė (60015); BUHALTERIJA, SKELBIMAI: Ona Lodienė, Zina Lankevičienė (tel./faksas 60012, [zina@gyvenimas.info](mailto:zina@gyvenimas.info)); kompiuterininkai ([maketos@gyvenimas.info](mailto:maketos@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 iš dalies remia VŠĮ „Medijų rėmimo fondas“ (2025 m. skarta suma – 27368 Eur).

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

ALYTAUS SPAUSTUVĖ