



Laba diena

Šiandien – mėnulio jaunatis. Saulė teka 7 val. 03 min., leisis 19 val. 19 min. Dienos ilgumas 12 val. 16 min.

Vardadieniai: šiandien – Galintas, Galintė, Galius, Lina, Linas, Linius, Teklė, rytoj – Gedvilas, Gedvilė, Gedvina, Gedvinas, Geraldas, Gerardas, Hektoras, Rupertas, ketvirtadienį – Budrė, Budrius, Budrys, Vaigina, Vaiginas, Vaiginė, Vaiginta, Vaigintas, Vaigintė.

Rugsėjo 23 – Lietuvos žydų genocido diena. Rudens lygė (lygiadienis).

Jeigu Putinas nuspręs pasukti į šoną... 2 p.

Iliustruotoja Jurgita Juškaitė-Jakaitienė: „Viską bandau pasiekti nuosekliai, per nuolatinį darbą“ 3-8 p.

Vasaros atgarsiai iš 4-8 p. Užguosčio: jubiliejinė stovykla paminėjo 100 metų kaimo karybos istoriją

Atopinis dermatitas 5 p.

Iniciatyva „Nė vienas nėra pamirštas“ 6-7 p.

Žmonėms laimė neša aitvarai, o krašto žinias – laikraštis „Gyvenimas“!



Tegul aitvarai neša auksą, o mes – svarbiausias naujienas!

„Gyvenimas“ – tiltas tarp žmonių, įvykių ir idėjų.

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

„Metų ūkis 2025“ Kiekvienai metai diktuoja savus iššūkius

Prienų ūkininkų sąjunga kartu su rėmėjais jau 32 kartą pakvietė rajono ūkininkus dalyvauti tradiciniame „Metų ūkio“ konkurse.

Jau antrą kartą organizuojamas ir mažųjų ūkininkų fotografijų konkursas. Šiomet jau pakviesti įsiamžinti ir su savo augintiniais ar ūkyje auginamais gyvūnais.

„Metų ūkis 2025“ vertinimo komisijos nariai lankėsi septyniuose ūkiuose. Visi jie skirtingi pagal savo dydį ar ūkininkavimo kryptį pasirinkimą, bet visus juos vienija ir bendras bruožas – juose šeiminkaujantys ūkininkai tiki savo darbo prasmingumu ir svarba. Nežiūrint to, kad šiandien žemdirbiai yra priklausomi ne tik nuo gamtos, bet ir valdžios požiūrio bei priimamų sprendimų. Žinoma, besilankydami ūkiuose kalbėjome ir apie problemas bei iššūkius, bet konkurso dalyviai noriai dalinosi ir savo mintimis apie planuojamus darbus ir naujovių diegimą.

Džiugina ir tai, kad vieni konkurso dalyvių ūkininkauja tėvų ar senelių žemėje, kiti į gimtas vietas ar mūsų kraštą grįžo po dešimtmečio, pragyvento Anglijoje, Švedijoje ar net tolimoje Austrijoje.

Maloniai nuteikė ir jaukūs, gražiai sutvarkyti, įvairiais medeliais ir



gėlėmis apsodinti sodybų kiemai, tvarkingai surikiuota technika bei kylantys nauji statiniai.

Ūkininkas iš pašaukimo...

Kai Juodaviškių kaime, Jiezo seniūnijoje, augalininkystės ūkyje besitvarkantis Vytautas Raižys, palikęs darbą Alytuje, prisijungė prie ūkininkaujantio tėvo Vytauto, Raižių ūkyje dar dominavo melžiamų karvių ferma. Kvalifikuoto elektros inžinieriaus specialybė labai praverė tuomet, kai vyresnysis Vytautas nusprendė fermą modernizuoti, melžimą perleidžiant robotams.

Prieš dešimtmetį įkūręs savo augalininkystės ūkį, kai reikėjo ir kol buvo karvės, talkino ir fermoje, bet dabar abu – tėvas ir sūnus Raižiai – jau dalinasi tik augalininkystės ūkių rūpesčiais. Abu jie dirba apie 240 ha žemės. Jaunesniojo Vytauto valdos – per 60 ha. Juose auga kviečiai, kvietrugiai, miežiai, avižos, rapsai, pupos, ūkyje yra taikomos modernios technologijos, atliekami žemės tyrimai, tariamasi su Žemės ūkio konsultavimo tarnybos specialistais.

Savo ūkyje V. Raižys taiko sėjomainą, pasėliams tręšti renkasi tinkamiausias trąšas, bet jų beria sakingai, yra pasirinkęs beariminę žemės dirbimo technologiją. Ūkio technikos kieme – visa reikalinga technika. Žemei dirbti, derliui nuimti technikos turi užtektinai. Jos užtenka visiems darbams abiejuose ūkiuose. Kai reikia, tėvas ir sūnus vienas kitam ateina į pa-

galbą. Modernesnę techniką, žinoma, vairuoja jaunesnysis Vytautas. Paskutinis technikos kiemo papildymas – pasinaudojant parama įsigyta barstyklė.

Nors šie metai žemdirbiams ir buvo sudėtingi, ypač derliaus nuėmimo metu, bet Vytautas džiaugiasi, kad nenuvylė rapsai – vieni jų laukai kompensavo kituose byrėjusių prastesnių derlių. Vidurkis – apie 2,2 tonos iš hektaro. Pasak ūkininko, gerai būtų, kad tik kaina būtų palankesnė.

...Taigi kiekvienai metai ūkininkams diktuoja savo sąlygas, prie kurių jie priversti derinti ir savo darbo planus, bet Vytautas Raižys nesigaili, kad metę darbą Norvegijoje, paragavęs emigranto duonos, sugrįžo į tėčio ūkį tęsti ūkininkavimo tradicijas, derinti perimtą patirtį ir diegti pažangesnius darbo metodus.

(Nukelta į 2 p.)



Jis – ūkininkas iš pašaukimo, tėtis – iš meilės, laisvalaikio – šokėjas iš širdies, – taip apie Vytautą Raižį sako žmona Deimantė.



Vytautas ir Deimantė Raižiai su sūnumis.



Dideli traktoriai tėčio laukuose ir tokios pačios mažos jų kopijos pas trimetį sūnų namuose – tikras ryšys tarp kartų, kur technika tampa meile, o žaidimai – svajonių pradžia, kai grūdai ir šiaudai – svarbiausias žaidimų laukas.

Nuomonė

Rytas STASELIS



Jeigu Putinas nuspręs pasukti į šoną...

Karo Ukrainoje apžvalgininkai kartu su ekspertais vienas po kito skelbia, kad pavasariop prasidėjęs „generalinis“ rusų kariuomenės puolimas agresiją patyrusios šalies frontuose žlugo. Tuose pareiškimuose nurodoma, kokių milžiniškų nuostolių patyrė Rusijos kariuomena, kokius niekingus Ukrainos teritorijos plotus, paklojusi dešimtis tūkstančių gyvybių, šiemet užėmė. Dargi dažnai priduria, kokioje juodoje skylėje dabar yra rusų ekonomika.

Tai turėtų būti nebloga žinia visiems Kyjivo rėmėjams. Rusai savo galva tebedaužo ukrainiečių gynybą taip, kad ima byrėti jų pačių dantys.

Vis dėlto žvelgiant ir vertinant susidariusią padėtį šiek tiek kitu kampu, galima prisiminti, kad nuo pat 2022-ųjų mes Lietuvoje, taip pat kitur Vakaruose, gyvenome laikydamiesi įsitikinimo, kad Rusijos diktatoriui Vladimirui Putinui nekyla mintis atidaryti kokią nors naują karinę kampaniją tik todėl, kad jis kartu su savo kariuomena yra įstrigęs Ukrainoje. Kad ukrainiečiai, gindami savo žemę nuo Maskvos, saugo ir mūsų laisvę beigi nepriklausomybę.

O jeigu taip nėra?

Tačiau jei sutarsime, kad V. Putinui karas yra tapęs išlikimo valdžios viršūnėje būtina sąlyga, tačiau jam svarbus ne tik agresyvaus karo procesas, bet ir pergalė, galėtume konstruoti visiškai kitokią tikrovę. Įsivaizduokime, kad Kremliaus šeiminkui sauna į galvą išganinga mintis, kad jo sukeltas karas Ukrainoje ima kainuoti pernešyng brangiai, todėl yra metas tas agresiją kažkaip užkonservuoti (rusų kariškiai Ukrainos okupuotose teritorijose, beje, užsiima fortifikacija). Ir pradėti dar vieną agresiją kur nors kitur.

Tokia prielaida turi savo logikos. Ir ne tik logikos. Apstu tą prielaidą patvirtinančių faktų. Pirmasis pavyzdys – ką tik į Lenkiją įskridusių poros dešimčių dronų spiečius. Lenkų pareigūnai tvirtina, kad tose skraidyklėse buvo įmontuotos lenkiškos bei lietuviškos mobiliojo ryšio SIM kortelės, kurios skirtos dronų navigacijai. Kai kuriose skraidyklėse buvo sumontuotos papildomos kuro talpos, kad jos galėtų skristi toliau nei įprastai. ES bei NATO bloko valstybių reakcija po šio incidento buvo gana apgailėtina. Nors ir buvo paskelbta, esą prie rytinių bloko sienų NATO pradės specialią atgrasymo operaciją, tačiau kelios šalys į Lenkiją atsuntė keletą naikintuvų (vienas karo ekspertas ta proga priminė, kad per 12 karo su Iranu metų Izraelis naudojo apie 200 karo lėktuvų).

Kita vertus, Rusijos propaganda gąsdina, esą karui galėtų ruoštis tai Azerbaidžanas, tai Suomija, tai Moldova ar Lenkija. Ir tai, kad tame akcentuotame sąrašė kol kas nėra Lietuvos ar kitų Baltijos šalių, visiškai nieko nereiškia.

Grįžtant prie suformuluotos prielaidos apie tai, kad šiuo metu V. Putinui yra svarbus ne tik pats karo procesas, bet ir pergalė, kurią jo propaganda galėtų ištrimituoti eiliniams rusams, taigi kaip tik šiuo metu – visiškai užstrigęs Ukrainoje – V. Putinas kartu su savo politine bei karine hierarchija gali nuspręsti imti gliaudyti mažiau kietus riešutėlius už Ukrainos kariuomenę.

Trečią dëlionės argumentą šiomis dienomis pateikė „Laisvosios Europos“ radijo žurnalistai, pranešę, kad iš Rusijos prezidento administracijos vadovo pavaduotojo pareigų atsistatydino Dmitrijus Kozakas – senas V. Putino bendražygis dar iš Sankt Peterburgo merijos laikų. Pasak „Laisvosios Europos“, paskutiniu metu D. Kozakas užėmė pareigas, neturėdamas iš esmės jokių reikšmingų įgaliojimų, nes niekada nedemonstravo esąs karo šalininkas. Prieš atsistatydindamas D. Kozakas neva diktatoriui pateikė karo Ukrainoje sureguliuavimo planą, kurį V. Putinas atmetė. Tai rodytų, kad Rusijos diktatorius yra toliau nusiteikęs kariauti. Klausimas: ar būtinai tik Ukrainoje?

Tuo pačiu metu į naują konfliktą prie Venesuelos krantų beįsivieliantis JAV prezidentas Donaldas Trumpas kitam diktatoriui Europoje – baltarusių tariamam prezidentui Aliaksandrui Lukašenkai – rašo tokius malonius laiškus, kad net artimiausiems JAV sąjungininkams Europoje tįsta seilės. Šie iš JAV lyderio yra sulaukę nebet pretenzijų ar muitų.

Europiečių politikai – užsikasę savo nacionalinėmis problemomis.

Mūsų kariškiai tebediskutuoja su visuomene apie tai, ar buvo rusiškas dronas įskridęs į Lietuvos teritoriją, ir sunkiai formuluoja, ką iš tikrųjų pamatyti gali mūsų turimi radarai. Prezidentas tebedformuoja geriausią visų laikų politinę koaliciją. Ministrė Dvilė Šakalienė nuo oponuojančių Seimo narių slapstosi „ant biuletenio“.

Vaizdelis, tskant, nekoks...

Kiekvienai metai diktuoja savus iššūkius

(Atkelta iš 1 p.)

Vytauto šeimos namai – Alytuje, bet jis sako, kad atvažiuoti į ūkį iš Alytaus jam užtrunka greičiau, nei tuomet, kai mokėsi Kauno universitete ir tekdavo važinėti iš vieno miesto krašto į kitą.

Vytautas su žmona Deimante augina du sūnus. Mažajam jau labai rūpi traktoriai, didelis džiaugsmas įsiropšti į traktoriaus kabiną. Jis turi ir savo technikos kiemą. Prie jo nusifotografavęs jis dalyvauja ir mažųjų ūkininkų nuotraukų konkurse.



Ramutė Šimukauskaitė

Ūkininkai tėvas ir sūnus Raiziai.

Nuotraukos iš Raizių šeimos albumo ir autorės



Ūkininkai Raiziai – su „Metų ūkio“ konkurso apžiūros komisijos nariais.

„Europos burės 2025“

Už darnios aplinkos kūrimą – Irytas.lt skaitytojų įvertinimas

Rugsėjo 18 d. Prezidentūroje įvyko apdovanojimų ceremonija „Europos burės 2025“, kurią jau 17-tą kartą rengia Finansų ministerija. Šis tradicinis konkursas subūrė svarbiausių Europos Sąjungos investicijų projektų autorius ir pristatė visuomenei iniciatyvas, kuriančias didžiausią vertę valstybei, žmogui ir regionams.

Prienų rajono savivaldybė pelnė pripažinimą už darnios aplinkos kūrimą – konkurse įvertintas projektas „Nemuno upės pakrantės ir Revuonos parko bei jo prieigų sutvarkymas“, kuris tapo portalo Irytas.lt skaitytojų favoritu. Įteikdamas apdovanojimą, portalo vadovas ir vertinimo komisijos pirmininkas Tautvydas Mikalajūnas pažymėjo, kad šis projektas suteikia galimybę pamatyti daug iniciatyvių, atsakingų ir veiklių žmonių, kurie savo darbais įprasmina Lietuvą ir kraštą, kuriame gyvena. Prienams išsakyta daug gražių žodžių – miestelis ne tik išikūręs išskirtinio grožio gamtinėje aplinkoje, bet ir sparčiai auga, gražėja, tampa vis patrauklesnis ir gyventojams, ir svečiams.

Apdovanojimas įteiktas Prienų rajono savivaldybės merui Alvydui Vaicekaskui. Kartu su juo geru įvertinimu džiaugėsi ir vicemeras Deividas Dargužis bei Administracijos direktorė Jūratė Mickevičienė.

„Prienų rajono savivaldybė ne pirmą kartą dalyvauja šioje konkurso nominacijoje. Turime darbščią, profesionalią komandą, kuri kokybiškai įgyvendina projektus. Nesistengiame įgyvendinti kuo daugiau projektų, bet tokius, kad būtų patrauklu čia gyvenantiems ir atvykstantiems. Todėl turime gražius parkus, renovuotus namus, išvystytą sporto infrastruktūrą, mokyklas – puikias sąlygas jaunosios šeimoms gyventi,“ – kalbėjo meras, dėkodamas visiems, prisidėjusiems prie šio projekto įgyvendinimo. Jo teigimu, tai – bendras pasiekimas ir pripažinimas.

„Šiandien Europos investicijos leidžia mums ne tik stiprinti ekonomiką, gerinti gyvenimo kokybę, bet ir saugoti tai, kas daro mus išskirtinius – puoselėti



Prienų rajono savivaldybės administracijos direktorė J. Mickevičienė, meras A. Vaicekaskas ir vicemeras D. Dargužis – apdovanojimų „Europos burės 2025“ renginyje Vilniuje.

mūsų kultūrą, tradicijas, valstybingumą. ES investicijos kyla iš mūsų poreikių, jungia mus su plačiu pasauliu, o sėkmingai projektus įgyvendinantys žmonės ir bendrovės įrodo, kad pažanga įmanoma tik tada, kai investicijos tarnauja žmogui, bendruomenei ir mūsų ateičiai“, – renginyje pabrėžė finansų viceministras Januš Kizenevič.

„Gyvenimo“ informacija

„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, info@gyvenimas.info

• Paštuose ir pas laiškanėšius: Mobilųjį laiškanėšį galite išsikviesti telefonu: (0 700) 55 400.

Iliustruotoja Jurgita Juškaitė-Jakaitienė: „Viską bandau pasiekti nuosekliai, per nuolatinį darbą“

Gyvenimą
kuriamo patys

Nuo idėjos – iki veiksmo

MRF

MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

„Jurgita savo sieloje turi vėją,“ – taip į Prienus persikrausčiusią menininkę Jurgitą yra apibūdinę jos bendradarbiai. Ir išties – moteris visai kaip vėjo gūsis nesileidžia būti įsprausta į rėmus. Ji – ne tik vaikiško žurnalo „Kutis“ redaktorė, dailininkė, įvairių edukacijų organizatorė, bet ir dviejų merginų mama, mėgstanti aktyvų laisvalaikį, lindimą į eketę ar ankstyvus rytus, kurie menininkei yra kiekvienos dienos dovana. Jurgita su šypsena pataria, kad kartais reikia įveikti baimes, jog vėliau turėtum kuo džiaugtis – ir darbe, ir asmeniniame gyvenime.

– Nesate kilusi iš Prienu. Ar, atvykusi čia, miestą pamilote iš karto?

– Taip, nesu prieniškė. Čia persikrausčiau iš Utenos, kai man buvo, berods, 28 metai. Neslėpsiu, kokius metus labai nenorėjau čia gyventi. Man buvo tikrai sunku, nes nieko nepažinojau, išskyrus tuo metu savo būsimąjį vyrą. Bet prisimenu, kai man mama sakydavo: „Pamilsi miestą, kai jame pradėsi auginti savo vaikus.“ Iš tiesų ji buvo teisi. Kai gimė mano pirmoji dukra, pamėgau ir Prienus. Atsirado draugijų ratas, ir dabar man belieka tik atsiprašyti savo gimtojo krašto, nes Prienai tapo daug artimesni širdžiai.

– Ne paslaptis, kad Prienai nėra didelis miestas. Ar viską, ką reikėjo, radote Prienuose – būrelius, tinkamą mokyklą, kultūros renginius?

– Aš tikiu, kad Prienai yra labai tinkamas ir saugus miestas auginti mažus vaikus. Darželis bei mokykla pėstute pasiekiami, nereikia švaistyti laiko automobilių spūstyse. Mano dukros labai savarankiškai pačios visur nuvykdavo. O ir veiklų šiame mieste tikrai netrūksta. Prienai gali pasiūlyti nemažai būrelių už labai simbolinę kainą. Merginos tenisą, boksa lankė, į sporto klubą nuo 14 metų gali nueiti... Aš manau, kad Prienuose ne tik veiklų galima rasti, bet ir laiko labai daug sutaupai. Gal tik mokytojų trūkumas jaučiasi, bet tikriausiai tai visos Lietuvos, ne tik Prienu problema.

– Mėgstate keltis labai anksti, apie 5–6 ryto, bei vaikščioti pro bundančius Prienus. Ar toks atsibudimas kartu su gamta yra vienas iš Jūsų atsipalaidavimo šaltinių?

– Aš tikiu, kad pamatyti saulėtekį yra didžiulė dovana tai dienai. Kažkada netyčia prabudau labai anksti ryte ir nusprendžiau tiesiog keltis iš lovos ir eiti pasitikti saulę. Taip po Prienus vaikštinėjau jau daugiau nei dvejus metus. Tai

yra mano laikas, kai aš susidėliuju dienos planą, pabūnu gamtoje su savo mintimis, nesvarbu, ar lietus lytų, ar pūga siautėtų. Ypač tai mėgstu daryti rudenį ir žiemą.

– Kaip apibūdinumėte Prienus žmogui, kuris net nenučiuokia, kur jie yra ir kaip viskas juose atrodo?

– Mažas, jaukus ir kompaktiškas miestelis su daug žalumos, miškų ir mielių žmonių.

– Esate dailininkė, iliustratorė, edukacinių knygelių autorė, žurnalo mažiesiems „Kutis“ redaktorė. Kaip atsidūrėte čia, kur esate?

– Visur kopiau lėtais žingsneliais. Kai įsidarbinau leidykloje „Flintas“, kurioje dirbu jau 18 metų, buvau maketuotoja bei dizainerė, o iliustruoti pradėjau labai po truputėlį. Atsiradus žurnalui „Kutis“, būdama dekrete, iš pradžių iliustruodavau tik po vieną žurnalo puslapį per dieną.

Kai iš leidyklos išėjo tuometinė redaktorė, su kuria daugelį metų dirbome kartu, liko vieta, kurioje tiesiog supratau, ką reikia daryti, ir ten įsitvirtinau. Tiesa, tuo metu nelabai norėjau tos pozicijos, tačiau direktorius buvo įsitikinęs, kad aš pajėgsiu viena kurti žurnalą. Aišku, „redaktorė“ yra labai skambus žodis, kadangi teksto žurnale nėra, tik užduotėlės vaikams, tačiau įdirbio vis tiek reikia turėti.

– Šiuo metu žurnalas „Kutis“ yra leidžiamas 24 Europos šalyse. Ar keliaudama ieškote savo žurnalo, koks jausmas apima jį radus?

– Jausmas tikrai žiauriai geras. Visada keliaudama užsuku į parduotuves ir ieškau žurnalo leidinių. Atrodo tikrai žinai ir supranti, kad jie turi būti tose šalyse, bet jausmas visai kitas, kai savo darbą, įvertintą užsienyje, pamatai savomis akimis.

– Iš kur kilo meilė menui? Ar visada žinojote, kad tai norite veikti gyvenime?



– Kai buvau maža, aš visada sakiau, kad užaugusi būsiu dailininkė. Man labai patiko piešti ir galvojau, kad ateityje tikrai reikės daryti tai, kas man labiausiai patinka. Aš tikrai nebuvau viena iš tų vaikų, kurie turi talentą ir jis labai aiškiai juose matosi, tačiau tikrai žinojau, kad savęs nesiesiu su tiksliais mokslais, kurie man *siaubingai* nesisekė. Vis tik mano pasirinkimai buvo labai kryptingi ir visko siekiau ir siekiu per nuolatinį darbą, eksperimentavimą, savęs išreiškimą.

– Vis tik Jūsų veikla labai glaudžiai susijusi su mažais vaikais. Kaip pačiai pavyksta nepamesti vidinio vaiko ir nenustoti kurti?

– Nemeluosiu, būna visko. Kartais atrodo, kad vaikų visiškai nesuprantu ir pati nebeturiu to

vidinio vaiko, tačiau man labai padeda atsigauti gyvas bendravimas su mažaisiais. Neretai parašau darželių auklėtojomis, nuvykstu į grupes su žurnalais ir tiesiog bendrauju. Labai svarbu pastebėti jų kasdienybę, kaip jie mąsto, ką kalba. Kartais atrodo, kad gal kuriu per paprastas užduoteles, bet tada pamatau jų mažutes rankytes, kaip jos dirba, ir vėl viskas susidėlioja į savo vietas. Kai užstringi vietoje, tikrai labai padeda gyvas ryšys.

– Dažniausiai piešiate įvairius personažus – kiškučius, šuniukus, kačiukus, žirafas. Pastebėjau, kad labiausiai mėgstate vaizduoti lapas, viena iš jų puikuojasi ir Prienu Beržyno parke. Kodėl šis gyvūnas Jums toks artimas?

– Geras klausimas. Manau, kad lapės personažas neturi kažkokios rimtos reikšmės, tačiau ji man *prilipo* nuo mano pirmosios parodos „Lapė po lovą“. Šis personažas man tapo kaip autografas, kurio pėdsaką stengiuosi palikti visur, kur galiu. Neseniai viena lapė, kaip ir minėjote, atsidūrė ant Prienu Beržyno parko sienos. Pati siena buvo nudažyta vieno dailininko pagal užsakymą, tačiau liko nepanaudotos vietos. Aš iškart žinojau, kad ten būtinai turiu nupiešti lapę. Labai smagiai pailšėme dvi dienas ir tikiu, kad gavosi tikrai puikus projektas, kuris džiugina ne vieną praeivį.

– Atrodo, kad Jūsų gyvenime veiklų tikrai netrūksta – ir darbe, ir už jo ribų. O kaip pavyksta pailsėti?

– Kai pagalvojau, supratau, kad

tikrai nemažai veikiu (juokiasi pašnekovė). Vis tik, kad ir kaip keistai gali skambėti, aš esu didžiausia miegalė ir visada sakau – jeigu pavargau, reikia leisti sau nieko nedaryti ir pailsėti. Dažniausiai sekmadienis būna ta diena, kai absoliučiai nieko neveikiu – būnu namuose ant sofos. Tada atrandu ramybę ir būna labai gera. Manau, kad kai leidi sau tinkamai pailsėti, vėliau atrandi daugiau jėgų kažką daryti. Tačiau jei kalbėtume apie kokią nors veiklą, jau trečius metus prie savo buto puoselėju gėlyną. Visiškai atsipalaiduojau, kai kasinėju bei sodinu. Man labai patinka iškisti rankas į žemę ir kurti grožį, o ypač stebėti, kaip tas grožis auga.

– Ar manote, kad kažko siekdamas, žmogus turi turėti autoritetą? Jei taip, ar tokį turite?

– Aš manau, kad mes visi turime savo aplinkoje žmonių, kuriuos galime laikyti autoritetu. Nors dabar konkretaus žmogaus negalėčiau įvardinti, bet motyvacijos ir įkvėpimo semiuosi kiekvieną dieną. Net ir *facebooke* vis pasižiūriu žmonių, kurie užsiima panašiomis veiklomis, pavyzdžiui, lenda žiemą į eketę, bėgioja ar kuria meninius projektus. Būtent tai labiausiai ir motyvuoja, nes supranti, kad esi ne viena. Mane taip pat motyvuoja knygos. Pavyzdžiui, labai įkvėpė Haruki Murakami knyga „Ką aš kalbu, kai kalbu apie bėgimą“. Jis labai gražiai išdėstė bėgimo derinimą su kūryba ir pabrėžė, kad absoliučiai visur – ir

(Nukelta į 8 p.)



Vasaros atgarsiai iš Užuguosčio: jubiliejinė stovykla paminėjo 100 metų kaimo karybos istoriją

Gyvenimą
kuriamo patys
Laisvė ir atsakomybė

MRF
MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

Šią vasarą Užuguostyje – mažame Prienų rajono kaimelyje – jau dešimtą vasarą skambėjo vaikų balsai, kūrybinės idėjos, pilietiškumo iniciatyvos ir buvo paminėtos garbingos karybos tradicijos. Vaikų ir jaunimo stovykla „Vasara Užuguostyje“, išaugusi iš jaunųjų žurnalistų iniciatyvos ir išsiplėtusi į dvi kryptis: kūrybą ir karybą, šiemet simboliškai atkūrė jaunųjų žurnalistų grupę ir prieš šimtą metų Užuguostyje veikusį šaulių būrį.

Šiemet stovyklos pradžia buvo pažymėta dviem svarbiomis sukaktimis – 10 metų nuo stovyklos pradžios ir 100 metų nuo Užuguosčio šaulių būrio įkūrimo. Šia proga stovyklos atidaryme dalyvavo Lietuvos šaulių sąjungos Vytauto Didžiojo 2-osios rinktinės vadas **Vytautas Žymančius** bei Prienų rajono savivaldybės vicemeras **Deividas Dargužis**, kurie pasveikino dalyvius, linkėjo įkvėpimo, bendrystės ir ištvėrmės.



Atidarymo metu buvo atiduota pagarba Lietuvos trispalvei, iškeltos Lietuvos šaulių sąjungos bei stovyklos vėliavos, o stovyklautojai turėjo progą išgirsti apie Užuguosčio bendruomenės ir šaulių istoriją, kuri siekia nepriklausomos Lietuvos ištakas.

Šios reikšmingos sukakties proga stovykla subūrė iš Užuguosčio kilusius Lietuvos šaulių sąjungos narius į specialią diskusiją apie šaulystę, patriotiškumą ir tarnystę Tėvynės labui. Diskusijoje dalyva-

vo iš Užuguosčio kilę šauliai **Eimantas Šalomska, Gintautas Sodaitis, Silvija Jurgelevičienė** ir **Jolita Mažeikienė**. Pokalbyje taip pat dalyvavo Prienų šaulių 206 kuopos vadas **Paulius Žiūkas**, kuris pasidžiaugė augančia civilių motyvacija tapti šauliais ir tokiomis Užuguostyje vykstančiomis iniciatyvomis, kurios įkvėpia rinktis tarnystę Tėvynės labui.

Taip pat buvo prisiminta Užuguosčio šaulių istorija, tradicijos – viena jų atkartota šiais metais. Yra



išlikusių pasakojimų apie tai, kad šauliai Užuguostyje po senu ažuolu yra užkasę butelį su savo būrio priesaika. Nors senojo ažuolo jau seniai nebėra, o ir tiksli vieta nėra žinoma, šiemet iš Užuguosčio kilę šauliai inicijavo naujos laiko kapsulės užkasimą – specialiam laiške ateities kartoms buvo surašyta žinoma Užuguosčio karybos istorija nuo 1925 m. įkurto ir dešimt metų veikusio Užuguosčio šaulių būrio iki šių dienų, kai Užuguostyje jau dešimt metų organizuojama karybos ir kūrybos stovykla. Šis simbolinis paminėjimas vyko stovyklos baigiamą dieną, kurios metu buvo organizuotas atviras renginys bendruomenei, stovyklos dalyvių pasirodymai bei tradicinis kinas po žvaigždėtu Užuguosčio dangumi.

Tarp reikšmingų šių metų akcentų – atkurtas jaunųjų žurnalistų būrelis, nuo kurio visas ir prasidėjo prieš dešimtmetį. Grupė aktyviai dirbo visos stovyklos metu: kasdien kūrė specialią stovyklos tinklalaidę, ėmė interviu iš stovyklos dalyvių, vadovų ir svečių, o stovyklos pabaigoje pristatė per savaitę sukurtą trumpametražinį filmą apie neveikiančios Užuguosčio mokyklos pastato mistinę istoriją.

Šių metų stovykloje dalyvavo

daugiau nei 100 vaikų, kurie visą savaitę aktyviai įsitraukė į veiklas dviejose pagrindinėse grupėse – kūrybos ir karybos.

Kūrybos grupę šiemet vedė atlikėja ir dainavimo mokytoja **Donata Virbilaitė**, kurios vadovaujami stovyklautojai per trumpą laiką sukūrė ir pristatė specialų stovyklos miuziklą „Spalvota vasara“. Tai tapo ne tik kūrybiniu iššūkiu, bet ir stipriu bendrystės patyrimu, įtraukiančiu visą stovyklos bendruomenę.

Tuo tarpu karybos grupės užsiėmimus jau ne pirmus metus organizuoja **Generolo Povilo Plechavičiaus kadetų licėjaus instruktoriai ir kadetai**. Jų dėka dalyviai susipažįsta su pilietinio pasipriešinimo pagrindais, karybos technika, išmoksta veikti komandoje ir ugdyti atsakomybę.

Stovyklos metu apsilankė ir išskirtiniai svečiai – Lietuvos kariuomenės Dariaus ir Girėno apygardos 2-osios rinktinės kariai bei krašto apsaugos savanoriai, kurie stovyklautojams pristatė šiuolaikinę gynybos sistemą ir pasidalino savo patirtimi. Taip pat atskiras susitikimas vyko su Lietuvos kariuomenės Karinių oro pajėgų atstovais,

(Nukelta į 8 p.)



Darželiai pradeda įgyvendinti naujas programas

Nuo 2025 m. rugsėjo 1 d. ikimokyklinio ugdymo įstaigos pradėjo dirbti pagal naujas programas. Programos sukurtos remiantis 2023 m. atnaujintomis ikimokyklinio ugdymo gairėmis.

„Nauja tai, kad programos daug lankstesnės. Pavyzdžiui, darželis prie miško gali daugiau veiklų planuoti gamtoje, o miesto darželis – daugiau orientuotis į edukaciją muziejuose, teatruose, bibliotekose“, – pokičius pakomentavo Švietimo, mokslo ir sporto ministerijos Ugdymo departamento direktorė **Jolanta Navickaitė**. Atnaujintos gairės taip pat akcentuoja glaudesnę tėvų bendradarbiavimą su pedagogais ir visuminį požiūrį į vaiką. „Tai reiškia, kad rūpinamasi ne tik žiniomis, bet ir emocijomis, bendradarbiavimu, judėjimu, kūryba. Šalia raidžių ar skaičių pažinimui darželyje tiek pat dėmesio skiriama STEAM ugdymui, šokiams, pasakoms, sportui, dailės darbams“, – paaiškino J. Navickaitė. Pakeistos gairės akcentuoja ir įtrauktį. „Darželiuose auga labai įvairūs vaikai – skir-

tingų gebėjimų, kalbų, kultūrinės aplinkos, turintys specialiųjų ugdymosi poreikių. Ankstesnės gairės mažai kalbėjo apie įtrauktį <...>. Naujosios padeda užtikrinti, kad kiekvienas vaikas jaustųsi laukiamas, galėtų dalyvauti veikloje pagal savo galias ir kartu patirtų sėkmę“, – teigė J. Navickaitė.

Rengdami programas mokytojai galėjo naudotis švietimo, mokslo ir sporto ministro patvirtintomis rekomendacijomis. „Vyko projekto „Ikimokyklinio ugdymo turinio kaita“ mokymai, juose dalyvavo mūsų rajono ikimokyklinio ugdymo mokytojai, direktorių pavaduotojai ugdymui, Švietimo ir sporto skyriaus, Švietimo pagalbos tarnybos atstovai. Džiugu, kad dalyvaujančiųjų buvo 75 proc. nuo bendro darbuotojų skaičiaus – daugiau nei šalies vidurkis (68,2 proc.)“, – pabrėžė Prienų rajono

savivaldybės Švietimo ir sporto skyriaus vyriausioji specialistė **Renata Pavlavičienė**. Vaikų pažanga vertinama pagal 18 pasiekimų sričių, kiekvienoje iš jų vaikas vertinamas pagal šešis žingsnius. Išsamus vertinimas pagal visas sritis atliekamas du kartus per metus. „Ikimokyklinį ugdymą reglamentuojantys nacionaliniai dokumentai buvo patvirtinti beveik prieš 20 metų, paskutinis jų keitimas atliktas maždaug prieš aštuonerius metus, todėl natūralu, kad jau reikėjo atnaujinti“, – pokičius pakomentavo R. Pavlavičienė.

„Kiekvieno vaiko raida ir ugdymasis pasižymi unikaliais bruožais, todėl tikime, jog kiekvienas vaikas yra unikalus, labai kūrybiškas ir jo potencialas turi būti atrastas kuo ankstesniame amžiuje tolimesniam jo tobulėjimui“, – pasakojo Prienų lopšelio-darželio „Saulutė“ direktoriaus pavaduotoja ugdymui **Vaida Aleškevičienė**. Darželyje naudojamos tokios

ugdymo strategijos kaip žaidimai, spontaniškas vaikų idėjų įgyvendinimas, aktyvus tyrinėjimas, dialogiškas bendradarbiavimas, išvykos, ekskursijos, projektai, skatinantys fizinį aktyvumą. „Kiekvienas vaikas aktyviai mokosi, daugelį dalykų atranda pats, savu būdu ir laiku“, – pridūrė V. Aleškevičienė. Programoje atsižvelgiama į vaiko poreikius. „Tėvai, globėjai – svarbiausi vaikų ugdytojai. <...> Tėvai skatinami aktyviai įsitraukti į ugdymo procesą, teikti siūlymus, būti lygiaverčiams partneriams“, – užsiminė V. Aleškevičienė.

„Pagrindinis tikslas – kad vaiko ugdymas būtų kokybiškas. Kokybė čia suprantama ne kaip dokumentų ar formalių reikalavimų įvykdymas, bet kaip gyvas procesas, kuriame vaikas jaučiasi saugus, įtrauktas ir patiria prasmingą vaikystę“, – pabrėžė J. Navickaitė.

Austė Kukankaitė

Tarp MEPA lyderių Lietuvoje

Rugpjūčio 29–30 d. Mokyklos Europos Parlamento ambasadorių (MEPA) programos baigiamajame renginyje paskelbta, kad Prienų „Žiburio“ gimnazija praėjusiais mokslo metais užėmė ketvirtą vietą respublikiniame reitinge.

Tai reikšmingas įvertinimas, parodantis gimnazijos bendruomenės aktyvumą, kūrybiškumą ir nuoseklų įsitraukimą į europines iniciatyvas. Gimnazija aktyviai bendradarbiavo su kitomis Lietuvos mokyklomis: dalyvavo tarp-mokykliniuose renginiuose ir diskusijose, dalijosi patirtimi bei idėjomis, stiprino pilietiškumą, prisidėjo prie platesnio Prienų miesto bei regiono įsitraukimo į MEPA veiklas.

Šis pasiekimas – tai įrodymas, kad jaunimo iniciatyvos, stipri mokyklos administracijos parama ir kūrybiškas požiūris į ugdymą gali pelnyti nacionalinį pripažinimą.

„Žiburio“ gimnazijos informacija

Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

PR Prostatos vėžys – iššūkis vyrų sveikatai. Kaip galime pakeisti Lietuvos statistiką?

Rugsėjo 15-ąją minėta Pasaulinė kovos su prostatos vėžiu diena. Iš visų onkologinių ligų prostatos vėžys vyrams Lietuvoje diagnozuojamas bene dažniausiai. Valstybinės ligonių kasos specialistai primena, kad Priešinės liaukos vėžio ankstyvosios diagnostikos programa yra apmokama Privalomojo sveikatos draudimo fondo lėšomis, todėl vyrai savo sveikata gali pasirūpinti nemokamai.

Nacionalinio vėžio instituto duomenimis, prostatos vėžio diagnozę kasmet išgirsta apie 2 tūkst. vyrų, o bendras sergamumas nuolat didėja: pernai jis viršijo 24 tūkst. atvejų ir buvo daugiau kaip tūkstančiu didesnis nei 2023-iaisiais. Naujausia Europos Sąjungos (ES) statistika rodo, kad Lietuva išlieka tarp pirmaujančių šalių pagal sergamumą prostatos vėžiu. Mūsų šalyje vyrams šis onkologinis susirgimas nustatomas gerokai dažniau nei daugelyje kitų ES valstybių, o sergamumo rodikliai viršija ir Europos, ir pasaulio vidurki.

Mirtingumas Lietuvoje nuo prostatos vėžio išlieka gana stabilus – dėl šios ligos kasmet netenkame daugiau kaip 500 vyrų. Tai ES kontekste mums užtikrina ne pirmaujančią, o vidurkio poziciją. Išgyvenamumo rodiklių pokyčiams didžiausią įtaką daro onkologinės ligos stadija: kuo ji ankstyvesnė, tuo efektyvesni gydymo rezultatai.

Nors prostatos vėžys yra viena dažniausiai pasitaikančių onkologinių ligų tarp vyrų, ją pastebėti patiems, neatlikus reikiamų tyrimų, yra sudėtinga. Tai – lėtai progresuojanti liga, kuri ilgą laiką gali nesukelti jokių simptomų, todėl neretai diagnozuojamos jau vėlyvosios prostatos vėžio stadijos.

Valstybinės ligonių kasos (VLK) specialistų teigimu, situaciją kardinaliai pakeisti gali paties žmogaus požiūris į savo sveikatą ir rūpestis ja. „Prevencinė prostatos vėžio programa, kuri yra apmokama fondo lėšomis, leidžia ligą nustatyti dar ankstyvos stadijos, o tai gali reikšmingai pagerinti gy-

dymo rezultatus“, – įsitikinusi VLK Paslaugų kompensavimo skyriaus vyriausioji specialistė **Jurgita Grigarienė**.

Nuo 2006 m. vykdoma prostatos vėžio prevencinė programa skirta vyrams nuo 50 iki 69 metų (imtinai) bei vyrams nuo 45 metų, jei jų tėvai ar broliai anksčiau sirgo šia onkologine liga. Pasitikrinti labai paprasta ir neskausminga. Šeimos gydytojas rekomenduoja atlikti kraujo tyrimą, parodantį prostatos specifinio antigeno (PSA) koncentraciją kraujyje. Jei PSA neviršija normos, daugiau tyrimų atlikti nereikia, pacientas kviečiamas dalyvauti programoje po 2 ar 5 metų, priklausomai nuo amžiaus bei PSA tyrimo rezultato. Jei PSA kiekis viršija normą, šeimos gydytojas siunčia pacientą urologo konsultacijai gauti, o šis atlieka priešinės liaukos biopsiją ligos diagnozei patvirtinti arba paneigti.

Lietuvoje kompensuojamos penkios ligų prevencijos programos: gimdos kaklelio, krūties, prostatos, storosios žarnos vėžio bei širdies ir kraujagyslių ligų. Nors visos jos turi nustatytas amžiaus ribas, J. Grigarienė ragina nedelsti ir tuos, kurie į jas nepatenka: „Jeigu nerimaujate dėl savo sveikatos, nedelskite – kreipkitės į savo gydymo įstaigą. Šeimos gydytojas, įvertinęs jūsų sveikatos būklę, prireikus paskirs būtinus tyrimus, o esant indikacijoms – duos siuntimą pasikonsultuoti su gydytoju specialistu. Konsultacijos metu bus atlikti būtini tyrimai, o jei to prireiks – paskirtas gydymas.“

Atopinis dermatitas

Statistikos duomenimis, atopiniu dermatitu serga 7-15 proc. pasaulio gyventojų. Kas yra ligos provokatoriai? Kodėl svarbu vartoti minkštinančius kremus? Apie tai – pokalbyje su LSMU Kauno ligoninės odos ligų skyriaus ilgamečiu gydytoju dermatovenerologu **Nauriu GRUŠAUSKU**.

Pasak gydytojo N. Grušausko, atopinis dermatitas – viena sunkiausių odos ligų. Tai ūmus, poūminis ar lėtinis odos uždegimas. Ūmus – kai liga pasireiškia staiga, poūminis – kai liga, tūnodama organizme keletą metų, vėl pasikartoja. Lėtinis – kai šia liga sergama ilgesnį tarpinį: kuriam laikui ji gali išnykti, o po metų ar dvejų vėl atsirasti.

Mokslinių tyrimų duomenimis, atopinis dermatitas dažniausiai prasideda kūdikystėje. Suaugusieji serga retai, tačiau jų ligos prognozė – labai sunki.

Beje, atopiniu dermatitu dažniau serga vyrai.

Ligos simptomai

Atopinio dermatito simptomai – odos sausumas ir niežulys. Odos bėrimai, niežtinčios pleiskanojančios papulės dažniausiai būna veide, kaklo srityje, alkūnėse, ant kelių, riešuose. Niežulys dažniau pasireiškia vakare, ypač sušilus.

„Jeigu jūsų oda sausa, joje yra rausvų dėmelių, bet jų nesikasote, – tai nėra atopinis dermatitas. Tai galimai sausos odos simptomai ar kita odos liga – seborėjinis dermatitas,“ – aiškina gydytojas.

Jo teigimu, atopinį dermatitą lydi ir kitos atopinės ligos, – šienligė ar bronchinė astma. Jeigu šeimoje kažkas serga šienlige ar bronchine astma, tai didelė tikimybė, kad jis susirgs ir atopiniu dermatitu. O sergantys atopiniu dermatitu gali susirgti šienlige ar bronchine astma.

Provokuoja alergenai

Pašnekovo teigimu, ligą provokuoja įvairūs įkvėpjamieji alergenai: pelėsiai, grybeliai, namų erkutės, dulkės, cigarečių dūmai.

Liga paūmėja šaltuoju metų periodu, kai patalpose šylant radia-

toriams sausėja oras, todėl būtina kuo dažniau vėdinti ir drėkinti patalpų orą.

Beje, butuose ir privačiuose namuose auginamų kačių, šunų, paukščių plaukai, plunksnos taip pat gali sudirginti odą, sukelti bronchinės astmos ar alerginės slogos paūmėjimą.

Tinka šiltas, drėgnas klimatas

Ligos būklei būdingas sezoniskumas; aukšta ar žema oro temperatūra. Net 80 proc. pacientų, vasarą nuvažiavę prie jūros, pasijunta geriau.

„Odos būklė pagerėja dėl saures vandens, jodo bei intensyvesnio ultravioletinių spindulių poveikio. Todėl sergantiesiems atopiniu dermatitu naudinga vasaroti prie jūros ar vandenyno, kur sveikatai itin palankus šiltas ir drėgnas klimatas,“ – atkreipia dėmesį pašnekovas.

Venkite streso

Rimtas ligą provokuojantis veiksnys yra neigiamos emocijos: nerimas, įtampa, baimė ir pan. Per vargimai, bemiegės naktys, stresai gali išprovokuoti ligą.

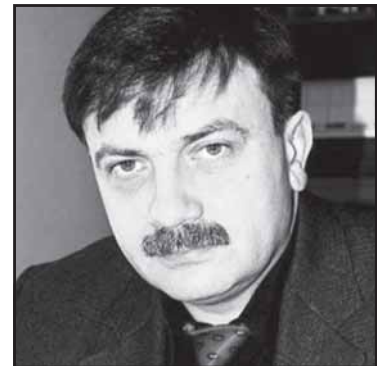
Tad verta pasistengti, kad gyvenimo kasdienybėje tektų kuo mažiau patirti pergyvenimų, pykčių, pavydo, barnių ir panašių neigiamų emocijų.

Tuomet ne tik oda, bet ir visas organizmas jausis geriau.

Genetinis polinkis

Genetika – vienas svarbiausių veiksnių, lemiantis ligos atsiradimą. Kuo daugiau tarp artimųjų yra sergančiųjų šia liga, tuo didesnė tikimybė, kad atopiniu dermatitu sirgs ir ateinančios kartos.

„Visi asmenys, sergantys atopija, yra sausaodžiai. Jų oda visą



„Norėčiau atkreipti jūsų dėmesį: maistas nėra ligos priežastis. Obuoliai, apelsinai, mandarinai, citrinos bei pieno produktai gali tik paūminti ligą. Aštrus maistas, alkoholis plečia kraujagysles, todėl gali padidinti uždegimą,“ – pastebi LSMU Kauno ligoninės Odos ligų skyriaus gydytojas dermatovenerologas **Nauris Grušauskas**.

gyvenimą bus sausa, nes yra sutrikusi barjerinė funkcija. Tačiau nepainiokite šio fakto su kitomis gyvenimiškomis situacijomis. Jeigu brandaus amžiaus moteris, vakare nusimovusi pėdkelnes, intensyviai kasosi blauzdas, – tai natūrali fiziologinė būseną, nes oda su amžiumi sausėja...“ – teigia gydytojas.

Odos gydymas ir priežiūra

„Svarbiausia atstatyti odos barjerinę funkciją, ją tepti minkštinančiais kremais, kurie sumažintų niežėjimą. Minkštinantys kremai skirti ne odos gydymui, bet kasdieninei jos priežiūrai. Vietinio veikimo kortikosteroidai mažina uždegimą ir niežulį. Stipriam odos niežėjimui sumažinti vartotini antihistamininiai vaistai, – akcentuoja N. Grušauskas. – Venkite kasymosi, nes gali pasireikšti antrinė odos infekcija. Tada jos gydymui reikės antibiotikų“.

• *Venkite darbų ir veiksmų, kurie sausina ir dirgina odą.*

• *Venkite aptemptų sintetinių rūbų.*

• *Naudokite aliejus, kurie minkština ir maitina sausą odą.*

• *Nesiprauskite dažnai ir ilgai karštame duše, vonioje, tai išsausina odą.*

• *Dėl konsultacijų visada kreipkitės į gydytoją specialistą.*

Veronika Pečkienė

Vardiniai vaistai pacientus pasieks greičiau

Sveikatos apsaugos ministerija atnaujino vardinį vaistų įsigijimo taisykles, kurios pagerins tokių vaistų prieinamumą, užtikrins jų kokybę, sumažins administracinę našą gydytojams ir farmacijos specialistams. Gydytojai galės skirti inovatyvius, dar nė vienoje valstybėje neregistruotus vaistus, kurie kai kuriais atvejais gali būti vienintelė pasirinkimo galimybė gydant pacientą.

„Vaistų registravimas yra būtina procedūra, kuri padeda užtikrinti pacientų saugumą. Tačiau ji gali užtrukti mėnesius, nors vaistas jau yra sukurtas, išbandytas ir jau galėtų kažkam išgelbėti sveikatą ar netgi gyvybę. Būtent todėl mums reikalinga greita, efektyvi ir saugi vardinį vaistų skyrimo tvarka, kuri leistų naujiems vaistams greičiau pasiekti pacientus“, – teigia sveikatos apsaugos viceministras **Daniel Naumovas**.

Atnaujintos taisyklės, kurios įsigalios spalio 1 d., nustato vardinį vaistų įsigijimo,

skyrimo, išrašymo, pardavimo (išdavimo) ir apskaitos tvarką. Nustatomas valstybių, iš kurių gali būti įsigijami vardiniai vaistai, prioritetiškumas, prioritetą teikiant Europos ekonominės erdvės šalims. Gydytojams išrašant vardinį vaistą nebereikės pildyti skyrimo pareiškimo, o pacientai nebebus susaistomi su konkrečia vaistine ir dėl vaistų atsiėmimo galės kreiptis ten, kur jiems patogiau. Kad galėtų greičiau pradėti gydymą, gydymo įstaigoms užtikrinama galimybė laikyti didesnę kiekį tam tikrų vardinį vaistų

atsargų bei pasinaudoti nustatyta specialiaja vardinį vaistų įsigijimo iš kitos valstybės tiekėjo procedūra. Ją galės taikyti tokia įsigijimo teise pagal Farmacijos įstatymą turinčios gydymo įstaigos.

Reglamentuojamas nė vienoje valstybėje neregistruotų vaistų, su kuriais atliekami arba jau atlikti klinikiniai tyrimai, skyrimas ir tiekimas. Atsižvelgus į tai, kad šių vardinį vaistų grupė Lietuvoje įteisinta pirmą kartą, ir siekiant užtikrinti pacientų saugumą bei išvengti galimų rizikų, nustatyti tokie šių vaistų skyrimo ir gydymo jais reikalavimai, kad gydymas jais būtų taikomas tik tinkamai pagrįstais atvejais, o pacientų būklė būtų nuolat stebima.

Visais atvejais nė vienoje valstybėje ne-

registruotą vardinį vaistą skirs gydytojų konsiliumas, į kurio sudėtį turės būti įtrauktas universiteto ligoninės gydytojas arba vaistinio preparato klinikinio tyrimo tyrėjas. Priėmus sprendimą dėl paciento gydymo vardinio vaistu, turės būti sudaromas individualus paciento gydymo ir ilgalaikės sveikatos priežiūros planas bei paskirtas gydytojas, atsakingas už šio plano vykdymą.

Siekiant užtikrinti vardinį vaistų kokybę, tiekėjai įpareigojami turėti vaisto serijos išleidimo dokumentus, kuriais patvirtinama, kad serija pagaminta pagal ES geros gamybos praktikos ar kitos ne ES valstybės nustatytus reikalavimus.

SAM Komunikacijos skyrius

Iniciatyva „Nė vienas nėra pamirštas“

Ryšių reguliavimo tarnyba kyla į kovą su internetiniais sukčiais ir seksualiniais priekabautojais

Ryšių reguliavimo tarnybos iniciatyvos „Nė vienas nėra pamirštas“ projektas „Svarus internetas“ skelbia karą internetiniams sukčiams, elektroninėms patyčioms, vaikų viliojams ir seksualiniams priekabautojams. RRT ekspertai moksleiviams, jų tėveliams ir mokytojams įteikė svarbiausią mokslo metų pradžios dovaną – edukacines laidas „Skaitmeninė pamoka vaikams“ ir „Skaitmeninė pamoka paaugliams“. Vaikams ir jaunuoliams atskleidžiami didžiausi pavojai, tykantys internete, ir būdai juos įveikti. „Mūsų tikslas – skaitmeninių pamokų maksimali sklaida. Kad nebūtų nė vieno vaiko ir paauglio, kuris dar nematė šių laidų. Tad dalinkimės skaitmeninėmis pamokomis savo interneto svetainėse, socialiniuose tinkluose ir visais kitais įmanomais informacinės sklaidos kanalais. Kad moksleiviai, susidūrę su iššūkiu internete, žinotų, kaip reikia elgtis ir kur kreiptis“, – ragina Rita KARPUVIENĖ, Ryšių reguliavimo Komunikacijos projektų vadovė.

45 minučių trukmės skaitmeninės pamokos veda net trys charizmatiški vedėjai. Dirbtinio intelekto (DI) žinovai – Tomas Sakro, „Insane video agency“ DI ir vizualinių sprendimų specialistas, bei Dov Zavadskis, „Befriend AI“ DI treneris, – į pagalbą pasitelkė DI robotuką. Šis kompiuterinis vedėjas dalina patarimus, tikslina sąvokas ir linksmina vaikus.

Laidos apipavidalinimas žaismingas, šviesus, tačiau rengėjai kviečia neapsigauti, nes nagrinėjamos temos sudėtingos, aštrios, itin jautrios ir labai aktualios. Pažiūrėjus pirmąsias 15 minučių kiekvienam mokytojui ir tėveliui kils natūralių klausimų: ar nereikėtų aptarti elektroninių sukčių, patyčių, seksualinio viliojimo ir priekabiavimo, ką vaikai žino apie šias temas, ar jie gebės nepasiduoti priešiškiems žmonėms?

Kalbėti, negalima tylėti

„Svaraus interneto“ ekspertai įspėja, kad šiuolaikiniame pasaulyje būtina kalbėtis su vaikais šeimoje ir mokykloje šiomis nepatogiomis temomis. „Tylėti – tai lygu ignoruoti. Tai reiškia sakyti, kad mums nesvarbu, su kuo susiduria vaikai internete, ir mes paliekame juos kovoti su šiais pavojais vienus. Vaikai turi žinoti, kas vyksta pasaulyje, ir atpažinti nusikaltėlius“, – teigia J. Paulauskaitė, RRT Skaitmeninių paslaugų reguliavimo grupės vadovė.

Sigitas Šemis, Policijos departamento Viešosios tvarkos biuro viršininko pavaduotojas, laidos rubrikoje „Ekspertas kalba“ įspėja, kad vaikų, paauglių viliojimo ir seksualinio priekabiavimo mastas kasmet didėja. Pasaulyje įvykdoma daugiau nei 300 mln. tokių nusikaltimų.

Pasak eksperto, norint juos užkardyti, būtina su vaikais nuo mažens kalbėtis, įdiegti, kad pasisakytų apie internetinius draugus, ir nuolat jiems kartoti, jog tėvai, mokytojai, policija ir www.svarusinternetas.lt yra pagalbininkai. Po naujuoju nepažįstamuoju, prisidengusiu fiktyvia paskyra, labai dažnai slepiasi nusikaltėlis ar net organizuotos jų grupės. Jų tikslas vienas – bet kokiais būdais išgauti intymias vaikų, paauglių nuotraukas ar vaizdo įrašus.

Laidos kūrybinę grupę šokiravo, kad net šeši iš septynių rubrikai „Paaugliai paaugliams“ pakalbintų moksleivių yra susidūrę su seksualiniu viliojimu ir priekabiavimu internete, ir net ne po vieną kartą. Iš klausius paauglių liudijimus, atkrenta saviapgaulė grindžiami įsitikinimai: „Mano vaikas saugus, jam tai negresia.“ Internetiniai nusikaltėliai labai aktyvūs – veikia net organizuotos jų grupės, todėl tik laiko klausimas, kada ir kaip su šiais iššūkiu susidurs kiekvienas vaikas. Todėl ekspertai vienija jėgas, kad kiekvienas Lietuvos moksleivis gebėtų atpažinti nusikaltėlius.



Labai svarbų vaidmenį, užkardant veikas ir apsaugant vaikus, atlieka tėveliai ir mokytojai. „Vaikas, išsiuntęs tokią nuotrauką, bijo prisipažinti, nes baiminasi pasekmių. Jis bijo, kad yra kaltas, nors vaikas ar paauglys turėtų žinoti: ne jis kaltas, o nusikaltėlis“, – pareigūnas S. Šemis ragina tėvelius ir mokytojus visų pirma iš klausyti nukentėjusį ir jį visais įmanomais būdais palaikyti, nes tik tokiu atveju vaikas atskleis tikrąją situaciją.

Laidos vedėjai kartu su ekspertais aiškina vaikams ir paaugliams, kaip galima atpažinti nusikaltėlius, kokius viliojimo metodus jie taiko, ir įvardija konkrečius žingsnius, kurių jaunimas turėtų imtis patekęs į viliojimų pinkles.

Pavojinga mada

Laidoje „Skaitmeninė pamoka paaugliams“, skirtoje 12–19 metų jaunuoliams, ekspertai su vedėjais paliečia dar vieną nepatogią temą – „sekstingą“. Apie šią tarp jaunimo paplitusią nuogybių („nudes“) siuntinėjimo madą dažnas tėtis ar mama net nežino.

S. Šemis perduoda labai aiškia žinutę kiekvienam paaugliui: „Nuogo kūno, intymios kūno vietos nuotraukos ar vaizdo įrašo siuntimas į internetinę erdvę – tai nusikalstama veika.“

Laidoje kalbintų policijos ir „Vaikų linijos“ ekspertų teigimu, labai svarbu, kad tėvai savo vaikams, paaugliams praneštų, jog spaudimu išgautas intymumas nėra meilės įrodymas, o nusikaltimas, prilyginamas pornografijos disponavimui, ir užtraukia atsakomybę

pagal Baudžiamąjį kodeksą.

Nepaisant rizikų, ši nusikalstama veika sparčiai plinta tarp paauglių. „Tiesiog pasakymai „nesišuk“ vaikams atrodo atgrasiai, nes jie vis tiek siūs. Todėl labai svarbu, kad jie žinotų, kaip kuo greičiau sustabdyti įsisukusius procesus, ir kreiptųsi pagalbos“, – teigia ne vieno paauglio gaudžią istoriją išklausiusi Eglė Tamulionytė, „Vaikų linijos“ kampanijos „Be patyčių“ koordinatore.

Elektroninių patyčių pandemija

Kai kurios skaitmeninių raštinumą ugdančių laidų temos pakeveno ir pačių vedėjų vaikystės skausmingus prisiminimus. 6–11 metų vaikams skirtoje laidoje „Skaitmeninė pamoka vaikams“ D. Zavadskis prisipažįsta mokykloje patyręs patyčias.

„6–7 klasėje galvojau apie savižudybę, nes susidūręs su iššūkiu labai stipriai save izoliavau, gyvenau savo „burbuliuke“ ir man tai buvo pasaulio pabaiga. Manau, tuo metu pamatęs tokią laidą ir išgirdęs padaršinimą, kad reikia netylėti, ieškoti pagalbos ir rasti žmonių, kurie iš klausytų, patartų, tikrai būčiau lengviau išgyvenęs sunkiausią savo gyvenimo etapą“, – jautriais išgyvenimais dalijasi laidos vedėjas.

Elektroninės patyčios – tai viena dažniausių grėsmių, su kuriomis vaikai ir paaugliai susiduria internete. Populiarus vaikų rašytojas, prozininkas, dramaturgas Tomas Dirgėla ir vaizdo tinkleiškis, nuomonės formuotojas Paulius

Mikolaitis–Paul de Miko rubrikoje „Žvaigždė dalijasi“ atskleidžia, kad nė vienas žmogus nėra apsaugotas nuo patyčių.

„Ką daryčiau, jeigu atsukčiau laiką atgal? Manau, kad su kažkuo kalbėčiau, nes esu patyręs, kad tie dalykai grįžta, jeigu jų vaikystėje nesutvarkai, nepasidalini“, – būtinybę ieškoti pagalbos pabrėžia T. Dirgėla.

„Svarus internetas“ partnerės „Vaikų linijos“ atstovė prožektoriaus šviesą nukreipia į didžiausią elektroninėse patyčiose dalyvaujančiųjų grupę – stebėtojus.

„Jeigu stebi ir nieko nedarai, vadinasi, tu tarsi palaikai patyčias. Tiesiog svarbu nelikti abejingiems!“ – ragina laidos ekspertė Goda Levinskaitė, Kauno „Vaikų linijos“ koordinatore ir psichologė, bei primena, kad kiekvienas nukentėjęs gali sulaukti pagalbos.

DI – neišvengiamybė

RRT iniciatyvos „Nė vienas nėra pamirštas“ projektas „Svarus internetas“ kviečia visus Lietuvos mokytojus pasinaudoti šia mokymą priemonė, pritaikyta pamokoms, ir supažindinti vaikus ir paauglius su būdais, kuriais galima apsaugoti nuo internetinių nusikaltėlių.

Laidos vedėjai su vaikais dalijasi patarimais, kaip apsaugoti svarbius duomenis, o paaugliams kartu su laidos eksperte Sigitą Jurkynaitė, „Nord Security“ informacijos saugos vadove, primena, kad, įsigalint dirbtinio intelekto įrankiams, didžiausia vertybe tampa privatumas. „Pagrindinis patarimas – būkite labai kritiški naudodamiesi internetu ir ypač dirbtiniu intelektu. Stenkitės, kiek įmanoma, minimizuoti informaciją, kurią įkeliate“, – įspėja S. Jurkynaitė.

Laidų vedėjai ir DI ekspertai vienbalsiai tvirtina, kad negalima apsimesti, jog DI neegzistuoja, – DI įrankiai yra neišvengiamybė ir reikia mokėti saugiai su jais elgtis. T. Sakro sukūrė laidų vinjetas su DI įrankiais, turėdamas vos dvi nuotraukas. Laidų žiūrovai išsvys pro debesis krintančius vedėjus.

„Kai papuolame į nežinomas situacijas ar sukčių pinkles, ir mes, ir vaikai jaučiamės taip, lyg

(Nukelta į 7 p.)

PR Proveržis paramos jaunoms šeimoms, įsigyjantioms pirmąjį būstą, sistemoje

Socialinės apsaugos ir darbo ministerija (SADM) informuoja, kad šiandien paskatą pirmajam būstui gavo paskutinės šeimos, eilėje laukusios nuo 2023 metų. Dėl nepakankamo priemonės finansavimo 2025 metų sausio 1 d. paskatos laukė apie 1700 jaunų šeimų. Ministerijai skyrus papildomą finansavimą, visi, laukiančiųjų finansinės paskatos nuo 2023 m., prašymai bus išnagrinėti dar šiais metais.

„Džiaugiuosi, kad pasiekėme proveržį ir pagaliau baigiame ilgą laiką laukimą finansinei paskatai pirmajam būstui gauti. Mūsų tikslas – kad kiekviena jauna šeima, pasirinkusi kurti ateitį Lietuvoje, turėtų realią galimybę įsigyti pirmuosius namus. Jaunoms šeimoms skiriame išskirtinį dėmesį, todėl nuosekliai mažiname laukimo eiles, stipriname paramos pirmajam būstui finansavimą regionuose, o šiandien jau turime apčiuopiamą rezultatą“, – sako laikinai einanti socialinės apsaugos ir darbo ministro pareigas ir paskirtoji Ministrė Pirmininkė Inga Ruginienė.

Socialinės apsaugos ir darbo ministerija, atsižvelgdama į jaunų šeimų lūkesčius bei finansinės paskatos priemonės aktualumą ir paklausą, šiais metais skyrė papildomus 4,46 mln. eurų finansinei paskatai jaunoms šeimoms, įsigyjantioms pirmąjį būstą, teikti. Iš viso šiai priemonei 2025 m. skirta apie 12,5 mln. eurų.

Ministerija pažymi, jog 2024 m. pagrindinė subsidija išmokėta 342 jaunoms šeimoms. 2023 m. pagrindinė subsidija išmokėta 609 jaunoms šeimoms, o 2025 m. išnagrinėti apie 1 700 laukiančių šeimų prašymai.

Kokio dydžio paskatą galima gauti?

Nuo šių metų sausio 1 d. taikomi šie subsidijų dydžiai:

- neauginančioms vaikų ar auginančioms 1 vaiką – 10 proc.;
- auginančioms 2 vaikus – 12,5 proc.;
- auginančioms 3 ir daugiau vaikų – 15 proc.

Pasikeitus vaikų skaičiui šeimoje, galima pretenduoti į papildomą 2,5 proc. subsidiją. Pavyzdžiui, jauna šeima, gavusi 10 proc. dydžio subsidiją, gimus antram vaikui, arba jauna šeima, gavusi 12,5 proc. dydžio subsidiją, gimus trečiam vaikui, galėtų pretenduoti į papildomą 2,5 proc. dydžio subsidiją.

Kaip pasinaudoti finansine paskata?

• Socialinės apsaugos ir darbo ministerijai paskelbus kvietimą teikti prašymus, užpildyti prašymą www.spis.lt arba pateikti

jį tiesiogiai savivaldybėje, kurioje planuojama įsigyti būstą.

• Jeigu šeima atitinka kriterijus, savivaldybė suformuoja pažymą, patvirtinančią teisę į finansinę paskatą.

• Gavus pažymą, per 15 kalendorinių dienų kreiptis į pasirinktą kredito įstaigą ir aktyvuoti gautą pažymą.

• Kredito įstaiga per 4 mėnesius priima sprendimą dėl paskolos suteikimo. Jei paskola suteikiama, pasirašoma kreditavimo sutartis.

• Socialinės apsaugos ir darbo ministerija ne vėliau kaip per 4 mėnesius perveda subsidiją kredito įstaigai.

Papildoma informacija

Planuojama, kad kitas kvietimas teikti prašymus pagal šią paramos priemonę bus organizuojamas 2026 m. I ketvirtį. Detalią informaciją apie tai, kas gali pretenduoti į finansinę paskatą jaunoms šeimoms, įsigyjantioms pirmąjį būstą, finansinės paskatos teikimo sąlygas galima rasti Socialinės apsaugos ir darbo ministerijos interneto svetainės skiltyje [Noriu įsigyti ar išsinuomoti būstą](#).

SADM informacija

Kartu keliaujame, stipriname tarpusavio ryšius

Prienių socialinių paslaugų centro Socialinės globos ir priežiūros asmens namuose skyriaus darbuotojos nepraleidžia progos vieną kartą per metus apsilankyti vienoje iš pasirinktų Prienių rajono seniūnijų.



Šios tradicijos tikslas yra ne tik susipažinti su konkrečia vieta, lankomais objektais ar išgirsti vietos istorijas, bet ir sustiprinti komandos narių tarpusavio ryšius, prisidėti prie organizacijos mikroklimato gerinimo.

Rugsėjo 11 d. vykome į Veiverius, kur mus pasitiko individualios priežiūros darbuotoja **Inga Poderienė**. Pagal darbuotojos sudarytą maršrutą pirmiausia įžengėme į Dievo namus – Veiverių Šv. Liudviko bažnyčią. Čia pat **Daivos Balandienės** buvome pakviesti užėiti ir į bažnyčios prieigose esantį kun.

Kazimiero Skučo Rimorystės muziejų.

Muziejaus darbuotoja papasakojo mums apie rimoriaus amatą, dalinosi žiniomis apie karietas, roges bei kitus muziejaus eksponatus. Viešnagės metu pirmą kartą aplankėme ir modernią Skriaudžių buties muziejaus Kalendorių ekspoziciją. Muziejininkė **Kristina Pažerienė** neleido darbuotojams nuobodžiauti, nes turėjome įveikti ne vieną užduotį, pvz., reikėjo kiekvienam išsiaiškinti, kurią savaitės dieną gimė.

Nelabai palankios rudens oro

sąlygos nesutrukdė darbuotojams užsiimti nuotaikingomis veiklomis Skriaudžių buties muziejuje – čia atlikome visą komandą įtraukiančią kūrybinę užduotį, kartu žaidėme, bendravome ir džiaugėmės vienas kito draugija. Tariame **ACIŪ** Ingai Poderienei už suorganizuotą išvyką ir šiltą priėmimą Veiverių krašte, dėkojame visai komandai už aktyvų dalyvavimą ir išitraukimą į mus vienijančias veiklas.

Parengta pagal Prienių socialinių paslaugų centro informaciją

Iniciatyva „Nė vienas nėra pamirštas“

(Atkelta iš 6 p.)

kristume į prarają. Debesėliai, pro kuriuos neriam su D. Zavadskiu, atrodo lengvi ir purūs – norime, kad taip jaustųsi vaikai, susiduriančys su iššūkiais internete. Tikimės, kad būtent šios laidos visiems padės pajusti tvirtą pagrindą po kojomis“, – sako **T. Sakro**.

Laidose netrūksta ir linksmų akimirų – mažuosius žiūrovus trumpam atitrūkti nuo sunkių temų ir pajudėti kviečia vaikų sporto centro „Strakaliukas“ trenerė **Karolina**, DI robotukas vaikams siūlo patikrinti žinias trumpame žaidime. Paaugliams į kokybiško, jėgas atkuriančio miego pasaulį pa-

deda pasinerti charizmatiškoji neuromokslininkė, miego tyrėja **Laura Bajorskaitė**. Taip pat jaunuolius linksmina DI močiutė **Daisy** ir šokanti Didžiosios Britanijos karalienė **Elžbieta II**.

„Tai vienos svarbiausių laidų kiekvienam vaikui ir paaugliui. Galbūt vieni dalykai bus visai negirdėti, kiti gali šokiruoti ar būti neįdomūs, bet labai siūlau sukaupti visas jėgas ir pažūrėti iki galo. Nebūtinai viską suprantame čia ir dabar, bet ta informacija užsilieka, tad susidūrę su nusikaltėliais prisiminsite: *O, teisingai, aš girdėjau, kaip reikia elgtis tokioje situacijoje*“, – ragina D. Zavadskis.

T. Sakro kviečia paauglius, tėvus su vaikais, mokytojus dalintis šiomis edukacinėmis laidomis su draugais ir seneliais: „Tokių laidų pakankamai bus tada, kai visi sukčiai savo noru nutrauks savo veikas, t. y., kai jos paprasčiausiai taps nebepepiningos.“

Edukacines laidas „Skaitmeninė pamoka vaikams“ ir „Skaitmeninė pamoka paaugliams“ galima rasti „YouTube“ kanalo paskyroje „Švarus internetas“. Laidų kūrėjai, ekspertai ir vedėjai kviečia tapti švaraus interneto žinovais, kad apsaugotume save, draugus, šeimos narius ir visi kartu padarytume internetą draugišką kiekvienam.

Rita Karpuvienė

Modestas ir Hiro – geriausia policijos komanda šalyje

Rugsėjo 15–17 dienomis Druskininkuose dėl geriausių šalies pareigūnų vardo rungėsi dešimt policijos komandų iš kiekvienos apskrities kartu su kolegomis iš Latvijos, Lenkijos bei Estijos. 29 kartą surengtame konkurse pareigūnai dalyvavo ekstremalaus vairavimo, policijos taktikos, šaudymo, žinių patikrinimo, šuns valdymo rungtyse, atliko netikėtą užduotį.

Alytaus apskrities vyriausiajam policijos komisariatui atstovavo Prienių policijos komisariato pareigūnai Andrius, Linas, Danguolė, Laima ir kinologas Modestas su tarnybiniu šunimi Hiro.

Susumavus rungtių rezultatus, pirmą vietą iškovojo Marijampolės apskr. VPK komanda, antrą vietą užėmė Kauno apskr. VPK komanda, trečią vietą atiteko Utenos apskr. VPK pareigūnams.

Geriausios policijos komandos konkurse Alytaus apskr. VPK kinologas Modestas Jotautis su tarnybiniu šunimi Hiro pademonstravo nepriekaištingus rezultatus ir buvo pripažinti nugalėtojais. Jų sėkmė – tai ne tik profesionalumas, bet ir ypatingas tarpusavio ryšys, paremtas pasitikėjimu, ištikimybe ir kasdieniu darbu.

„Gyvenimo“ informacija

Musikaltimai nelaimės

Įsibrovimas

Rugsėjo 17 d., apie 19 val. 30 min., Prienių r., Stakliškėse, į vyrui (gim. 1939 m.) priklausančią sodybą įsibrovė du nenustatytos tapatybės asmenys ir pasisavino 1000 eurų. Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 178 str.

Smurtas

Rugsėjo 18 d., apie 15 val., Birštone, Svarainių g., namuose, neblaivus vyras (gim. 1958 m.) smurtavo prieš moterį (gim. 1938 m.). Įtariamasis buvo sulaikytas ir uždarytas į Kauno apskr. VPK areštinę. Pradėtas ikiteisminis tyrimas pagal LR BK 140 str.

Parengta pagal Alytaus AVPK suvestines

PERKA

Nekilnojamas turtas

Ieškau pirkti vieno kambario butą Prienuose, 1-3 aukštuose, aplink Beržyno parką. Naujos statybos namuose nesiūlyti. **Tel. 0 648 01 362.**

Nuolat perkame miškus ir žemės ūkio paskirties žemės sklypus visoje Lietuvoje. Sklypai gali būti išnuomoti, areštuoti ir kt. UAB „Agroland“. **Tel. +370 683 33 955.**



PERKA GALVIJUS

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

Tel.: +370 614 93124

PARDUODA

Kietas kuras

Parduoda pigiai žalias, sausas skaldytas malkas (skroblo, uosio, ąžuolo, beržo, alksnio). Pristatymas – nemokamas. Statybinių 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.**

MALKOS ŠIANDIEN. Pristatome supjautas ir suskaldytas beržines malkas. Miestuose, gyvenvietėse, kaimuose bei vienkiemiuose. **Tel. 0 600 70 500.**

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 kokybiškas santechnikos medžiagas su nuolaidomis. **Tel. 0 640 39 204.**

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

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.**

Įvairios prekės

Perka įvairių markių automobilius (gali būti po avarijos ar tvarkingi). **Tel. 0 630 59 016.**

Perka traktorių su padargais. **Tel. +370 644 25083.**

UAB Suvalkijos veršeliai

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

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

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. MATUOJAME, 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 augalinį gruntą, juodžemį. Atveža, gali išlyginti mini ekskavatoriumi. **Tel. 0 686 87 161.**

Dažome medinius ir tinkuotus namus, šiferinius ir skardinius stogus. Patirtis ir kokybė. Pasirūpiname medžiagomis. **Tel. 0 609 89 116.**

Dažome medinius, tinkuotus namus ir šiferinius, skardinius stogus. **Tel. 0 631 91 211.**

Artėjant kurenimo sezonui, kiekviena šeštadienį atliekame profilaktinį kaminų valymą. **Tel. 0 621 99 958.**

Skardiname, dengiame, remontuojame stogus. Atliekame fasado šiltinimo ir dailienčių montavimo darbus. **Tel. 0 621 99 958.**

Stalniai darbai: karkasai, gipsas, remontas, konsultacijos. **Tel. +370 694 67 924.**

SIENŲ ŠILTINIMAS
užpildant oro tarpus
1m² kaina nuo 1,40 Eur **Tel. 0 675 7 73 23**

Iliustruotoja Jurgita Juškaitė-Jakaitienė: „Viską bandau pasiekti nuosekliai, per nuolatinį darbą“

(Atkelta iš 3 p.)

sporte, ir kūryboje reikia įdėti daug pastangų ir disciplinos, kad po to būtų lengviau.

– Kūrybą derinate su kiek ekstremalesnėmis veiklomis, pavyzdžiui, lindimu į eketę. Kaip Jūsų gyvenime atsirado tokie pomėgiai?

– Aš visada savęs ieškau ir stengiuosi viską išbandyti, nes žinau, kad pabandžius ateis didelis džiaugsmas. Prieš metus, spalio pradžioje, eidama pajūriu pamčiau moterį, kuri maudėsi jūroje. Tuo metu tik pasvajojau, kad kaip norėčiau nebijoti ir išdrįsti, nes bijau ir vandens, ir šalčio. Bet vis tik perlipau per save ir šis pomėgis tapo dar viena mano gyvenimo



dalimi, lygiai taip pat, kaip bėgimas ar kūryba.

– Ko palinkėtumėte menininkams ar žmonėms, kurie bando atrasti savo kelią?

– Aš labai dažnai savęs nesu-

prantu, dažnai eksperimentuoju, nebijau domėtis ir veikti kažką naujo. Tad ir palinkėčiau nebijoti savęs nesuprasti ir nebijoti pasiklysti.

Smiltė Pikaitė



Vasaros atgarsiai iš Užuguoščio: jubiliejinė stovykla paminėjo 100 metų kaimo karybos istoriją

(Atkelta iš 4 p.)

kurie, kaip ir kasmet, papasakojo apie greta Užuguoščio veikiančio radiolokacinio posto darbą.

Stovykloje taip pat apsilankė Prienų rajono meras **Alyvydas Vaicekuskas**, su kuriuo aptartas buvusios mokyklos pastato likimas, savivaldybės ketinimai ieškoti investuotojo ir noras įveikinti patalpas. Stovyklos dalyviai su meru pasidalino keliomis idėjomis, viena jų – kurti stovyklų bazę tam, kad Užuguoštyje vaikų ir jaunimo

vasaros stovyklos vyktų visą vasarą. Tam yra tinkama ir vietovės lokacija (tarp Vilniaus ir Kauno), ir infrastruktūra, ir turimas įdirbis, ką būtų galima perduoti investuotojui.

Stovykla yra nekomercinė, skirta Užuguoščio krašto ir kraštiečių vaikams iš visos Lietuvos bei užsienio. Jos veiklas finansuoja Lietuvos Respublikos krašto apsaugos ministerija ir Prienų rajono savivaldybė. Nuolatiniai partneriai – Prienų Justino Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos Užuguoščio biblioteka ir Stakliškių seniūnija. Stovyklą organizuoja Užuguoščio kaimo jaunimo iniciatyvų klubas.

Stovyklos sėkmę kasmet užtikrina ir sutelktinis bendruomenės indėlis – tėvai, vietos gyventojai aktyviai prisideda maisto produktais, o šiemet stovyklautojus ypač nudžiugino bulvinių blynų vakarienė, kai lauko virtuvėje blynus kepė patys ūkininkai – su šypsena, rūpeščiu ir nuoširdžiu bendravimu.

Organizatorių informacija



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

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

Redakcija: Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė - VERSLAS, ŽEMĖS ŪKIS (60523, ramute@gyvenimas.info); SOCIALINĖS PROBLEMOS, ŠVIETIMAS, MEDICINA, TEISĖSAUGA, PASLAUGOS: Dalė Lazauskienė, redaktorės pavaduotoja (60014, dale@gyvenimas.info); APLINKOSAUGA, 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 – 1550 egz. Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.

MRF
MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

Laikraščio veiklą ir projektą „Gyvenimą kuriame patys“ iš dalies remia VŠĮ „Medijų rėmimo fondas“ (2025 m. bendrai skirta suma – 42368 Eur).

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

ALYTAUS SPAUSTUVĖ