



Laba diena

Šiandien – mėnulio delčia.
Saulė teka 8 val. 36 min., leis

16 val. 19 min. Dienos ilgumas 7 val. 43 min.

Vardadienius švenčia: šiandien – Dargauda, Dargaudas, Dargė, Dargenė, Dargenis, Dargilas, Dargilė, Iva, Ivas, Iveta, rytoj – Auksė, Auksius, Auksys, Auksuolė, Lelija, Lilija, ketvirtadienį – Bargaila, Mauras, Meda, Sniega, Sniegė, Sniegėna, Snieginė, Snieguolė.

Sausio 13 – Laisvės gynėjų diena. Sausio 15 – Klaipėdos krašto diena.

Donroe signalas 2 p.
pasauliui

Juozui Marcinkevičiui –
80: gyvenimo ir
kūrybos kelias 3 p.

Šiais metais Išlaužo
parapija mini 100
metų sukaktį 4-8 p.

**Namu
ūkis** 5-6 p.

Alytaus apskrities
policija metus
pradeda su 7 p.
pokyčiais

Psichologė
apie sukčių
metodus:
„Jie žaidžia
emocijomis,
pauzė ir
padėtas
ragelis dažnai
išgelbsti“ 8 p.

Pagerbtas Lietuvos laisvės kovotojo Antano Lukšos atminimas

Šių metų sausio pradžioje Kaune ir Prienų rajone buvo paminėtas iškilaus partizaninio judėjimo dalyvio, buvusio politinio kalinio ir tremtinių bendruomenės organizacijos steigėjo bei vadovo, Vyčio Kryžiaus ordino Komandoro kryžiaus kavaliere, Prienų garbės piliečio, dim. kpt. Antano LUKŠOS atminimas. Sausio 2 d. sukako lygiai 10 metų nuo jo mirties.



Antanas Lukša, kaip ir jo broliai Jurgis, Juozas bei Stasys, yra tapęs Lietuvos pasipriešinimo ir meilės Tėvynei simboliu. Prieš tris dešimtmečius pavadinus Garliavos 3-ią vidurinę mokyklą Juozo Lukšos vardu jis tapo šios mokyklos (dabar gimnazijos) vienu iš globėjų bei rėmėjų, gimnazijos bendruomenės Garbės nariu, aktyviai dalyvavo gimnazijos veikloje ir renginiuose.

Partizano A. Lukšos mirties dešimtųjų metų minėjimo renginiai prasidėjo šv. Mišiomis Kauno Šv. arkangelo Mykolo (Igulos)

bažnyčioje, kurias aukojo šios bažnyčios rektorius, kun. Tomas Karklys. Vėliau A. Lukšos atminimas pagerbtas jo amžinojo poilsio vietoje – Skausmo kalnelyje (Veiveriuose, Prienų rajone). Prie Antano Lukšos kapo susirinko jo artimieji ir giminės, buvę bendraminčiai ir bičiuliai, įvairių, jį pažinusių ir su juo bendradarbiavusių bei bendravusių institucijų atstovai ir vadovai iš Lietuvos politinių kalinių ir tremtinių sąjungos, Prienų krašto muziejaus, Lietuvos kariuomenės sausumos pajėgų Majoro Juozo Lukšos mokymo centro, Kauno r.

Garliavos Juozo Lukšos gimnazijos ir kt.

Prie A. Lukšos kapo buvo padėtas gėlių krepšelis ir nuo Lietuvos Respublikos Seimo pirmininko Juozo Oleko bei uždegtos žvakelės nuo Seimo nario Šarūno Šukevičiaus. Savo prisiminimais ir refleksijomis apie šioje vietoje palaidotus partizanus ir apie Skausmo kalnelio atsiradimo istoriją pasidalino Garliavos Juozo Lukšos gimnazijos direktorius Vidmantas Vitkauskas bei Antano Lukšos dukra Dalia.

(Nukelta į 4 p.)

Laisvės liepsna iš kartos į kartą

2026 m. sausio 13-ąją Lietuva mini Sausio 13-osios – Laisvės gynėjų dienos 35-ąją. Pasitinkant šią valstybei svarbią sukaktį, Kultūros ministerija kartu su partneriais kviečia visuomenę susitelkti, dalyvauti valstybiniuose minėjimuose bei atrasti gyvąją istoriją per įvairias istorinės atminties ir kultūrinės patirties visoje šalyje. Šių metų minėjimo šūkis – „Laisvės liepsna iš kartos į kartą“ – ragina į laisvę pažvelgti kaip į nuolat atsinaujinančią vertybę, kurią privalu saugoti ir perduoti ateities kartoms.

„Sausio 13-osios auka, tapusi pergale, įrodė, kad tautos dvasinė stiprybė yra galingesnė už brutalią jėgą. Šiandien, žvelgdami iš 35-erių metų perspektyvos, aiškiai suvokiame, jog istorinė atmintis –

puoselėjama ne tik per minėjimus, bet ir per kultūrą, švietimą bei kūrybą – yra esminis saitas, jungiantis mus su Laisvės gynėjais. Ji formuoja mūsų tautos tapatybę, stiprina bendrystės jausmą ir perduoda vertybes ateities kartoms. Mūsų visų siekis, kad ši atmintis būtų ne vien kasmetinis ritualas, bet gyvas, sąmoningas per istoriją ir kultūrą patiriamas išpareigojimas laisvei, valstybingumui ir atsakomybei už savo šalies ateitį“, – teigia kultūros ministrė Vaida Aleknavičienė.

Sausio 13 d. 8.00 val. visame rajone vyko pilietinė iniciatyva „Pergalės šviesa“. Gyventojai, įvairių įstaigų darbuotojai dešimčiai minučių languose uždegė Vienybės, Atminimo ir Pergalės žvakes.

Sausio 13 d. rytmetį Prienų Justino Marcinkevičiaus viešojoje bibliotekoje vyko edukacija „Neužmirštuolės žiemą“, Prienų krašto muziejuje atidaryta paroda „1991 m. sausio 13-osios veidai Romualdo Požerskio nuotraukose“, o Prienų Justino Marcinkevičiaus viešojoje bibliotekoje – kraštiečio fotografo Rimvydo Strikausko fotografijų paroda „Sausio naktis: Laisvės liudijimai“.

Sausio 13 d. Laisvės gynėjų dienai skirti renginiai vyksta visame rajone.

MEGA

prekybos ir laisvalaikio centras

IŠPARDAVIMAS VISIEMS!



Išpardavimo nuolaidos www.mega.lt

Islandijos pl. 32, Kaunas



Kapavietės dengimas akmens plokštėmis, paminklų gamyba. Akmens plokštėms taikomos nuolaidos nuo 30 iki 50 %.

Suteikiama garantija.

Tel. 0 616 90 276,
www.granitodanga.lt

Prenumeratoriai
moka mažiau,
o gauna daugiau!

„Gyvenimo“
laikraščio
prenumerata
2026 metams!

Nuomonė

Rytas STASELIS



Donroe signalas pasauliui

Vadinamasis Venesuelos prezidentas (greičiau – banalus diktatorius) Nicolas Maduro, amerikiečių specialiųjų pajėgų pavogtas savo šalyje, pirmadienio popietę vietas laiku stoji prieš Niujorko teismo teisėją. Jam pateikti kaltinimai narkotikų ir neteisėta ginklų prekyba.

Teisme jis pasakė savo vardą bei pavardę. Pabrėžė tebesąs Venesuelos prezidentas, be to, sąžiningas žmogus.

Spėju, netrukus turėsime įdomų tiesioginių transliacijų serialą iš Niujorko teismo salės, kurioje amerikiečių prokurorams nebus lengva įrodyti, kad kadaise vienos turtingiausių Lotynų Amerikos šalių lyderis tiesiogiai vadovavo narkotikų – daugiausia fentanilio ir kokaino – organizuotai kontrabandai į JAV. Tačiau jeigu tokios veiklos įrodymų turima, bus ne mažiau įdomu, kaip juos paaiškins dabar jau buvęs Venesuelos diktatorius. Šalies, kurios žalios naftos išteklių Orinoko upės deltoje yra didžiausi pasaulyje, tačiau kurioje pragyvenimo lygis sparčiai artėja prie komunistinės Kubos.

Kairesnių pažiūrų komentatoriai šią savaitę stačiai puotoja apie tai, kad JAV prezidento Donaldso Trumpo administracija savo specialiąja karine operacija Venesueloje mažų mažiausiai pamynė visas tarptautinės teisės normas ir pakartojo Rusijos diktatoriaus veiksmus Ukrainoje 2022 m.

Tokia proga dažnai pasišaipoma, esą D.Trumpas V. Putinui išimintinu pavyzdžiu parodė, kaip tokios „specialios“ operacijos turėtų būti atliktos. Ši aliuizija – ne išsigalvojimas. Rusijos veiksmus Ukrainoje ir JAV operaciją Venesueloje buvau lygina oficialūs JAV naujienų ir analitikos ištekliai.

Dešinesni balsai tuo pat metu ploja katučių JAV prezidento veiksams ir kartoja, kad tokiam šunsnukiui, koks yra N. Maduro, senokai reikėjo parodyti, iš kur kojos dygsta. Ir niekas pasaulyje, išskyrus D. Trumpą, nesugebėjo N. Maduro sutramdyti, nors jis valdžioje – daugiau nei dešimtmetį. Ir visa, ką jis savo šalyje nuveikė, tai užtikrino savo pirmtako – Venesuelos prezidento kėdėje atsiradusio puskvaišio desantininkų pulkininko Hugo Chavezo – politikos tąsą. Finansuodamas įvairius komunistėlius Lotynų Amerikos šalyse (iš tikrųjų Kubos ir kokios nors Nikaragvos režimai šiomis dienomis turėtų suklusti).

Nedaug kas šiomis dienomis užsimena, kad D.Trumpas už politikos borto paliko vis dar Venesuelos opoziciją, įskaitant Nobelio Taikos premijos laureatę Marią Ciriną Machado, kuri tapusi laureate, galima sakyti, nėrėsi iš kailio, siekdama JAV prezidentui įtikti.

Vis dėlto kairės ir dešinės apologetų diskusija N.Maduro atveju turi mažiau prasmės nei kitas daug svarbesnis aspektas. Tą dieną, kada N.Maduro pagrobimo operacija buvo įgyvendinta, D. Trumpas viešai užsiminė apie „Donroe doktriną“. Ne, tai nebuvo į kokį nors oficialų rūbą įvilktas jo administracijos vardu skelbiamas JAV užsienio politikos krypties pokytis, kaip tai buvo maždaug prieš du šimtmečius.

Reikalas toks, kad 1823 m. gruodžio 3-iąją penktasis JAV prezidentas – teisininkas Jamesas Monroe – šalies Kongresui (parlamentui) pristatė šalies užsienio politikos gaires. Jų esmė – Europa neturėtų kištis į politinius pokyčius Lotynų Amerikoje (Amerikos žemyne tada ėmė byrėti Ispanijos Karalystės kolonijos), lygiai taip, kaip JAV gali išsipareigoti nekišti savo nosies į tai, kas vyksta pačioje Europoje ar Afrikoje, kurioje kelios galingos Europos šalys turėjo kolonijinių valdų.

Kitaip tariant, pačioje XIX amžiaus pradžioje amerikiečių politikai jau ėmė rimtai mąstyti apie šalies izoliacionizmą užsienio politikoje. Išskyrus tas geografines platumas (Amerikos žemyne), kurias laikė savo tėvonija. Tai, kad D. Trumpas Monroe doktrinos pavadinimą modifikavo į „Donroe“, be jo asmeninės tuštybės, rodo, kad tos XIX a. pradžios idėjos ir jam, ir didumai jo dabartinės administracijos yra gan artimos. Ne jis, beje, būtų pirmas. Panašaus požiūrio visiškai ar bent iš dalies laikėsi dar keli JAV lyderiai – Theodore'as Rooseveltas, Calvinas Coolidge'as, Herbertas Hooveris, Johnas F. Kennedy'is. O demokratas Barackas Obama pačioje savo pirmosios kadencijos pradžioje apvažiavo pusę pasaulio skaitydamas paskaitas apie tai, kad Amerika neketina kištis į kitų šalių vidaus reikalus ir nurodyti, kaip joms gyventi. Yra teigiančių, kad būtent šis B. Obamos vojažas paskatino Nobelio komitetą skirti jam Taikos premiją už jokių realų veiksmą.

Laikoma, kad Monroe doktriną užsienio politikoje 1947 m. pakeitė prezidento H.Trumano požiūris į pasaulį, kada jis oficialiai deklaravo, kad JAV gins tas šalis, kurios patirs komunistų invazijos grėsmę.

Taigi, jei D. Trumpas sako „Donroe“, tai reiškia signalą, kad galbūt telkiamasi į Vakarų pusrutulio reikalus, Rytuose paliekant vakuumą agresyviau tvarkytis Kinijai bei Rusijai.

Dėl to, žinia, kyla daug įvairių klausimų – o kaip bus su Iranu bei Izraeliu? Kaip su NATO? Kaip su amerikiečių mąstytojų sukurta globalizacija? Pagaliau – kas bus su Danijai priklausančia Grenlandija?

„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 laiškanėsius: Mobilųjį laiškanėšį galite išsikiesti telefonu: (0 700) 55 400.

Žemės ūkis

Savivaldybės kviečiamos teikti paraiškas melioracijos statinių rekonstravimui

Šalies savivaldybės, norinčios gauti finansinę paramą valstybei nuosavybės teise priklausančių melioracijos statinių rekonstravimui, jau gali teikti paraiškas.

Pagal Valstybei nuosavybės teise priklausančių melioracijos statinių ir (ar) sistemų rekonstravimo ir projektavimo darbų ir apleistų žemės plotų mažinimo priemonių 2025–2027 metų programą šiam paraiškų rinkimui skirta 1 mln. Eur.

Paraiškos bus renkamos iki 2026 m. vasario 18 d., tačiau ne ilgiau nei pasiekiami finansavimo paraiškų priėmimo etapui skirta lėšų suma.

Siekiant sudaryti sąlygas priemonėje dalyvauti ir mažesnes galimybes turinčioms savivaldybėms, finansuojama iki 90 proc. visų



tinkamų finansuoti projekto (melioracijos statinių tyrinėjimo ir projektavimo, melioracijos statinių projekto ekspertizės paslaugų, melioracijos statinių ir (ar) sistemų rekonstravimo darbų, melioracijos statinių statybos techninės priežiūros paslaugų) išlaidų.

Savivaldybės administracija turės išsipareigoti prie projekto įgyvendinimo prisidėti ne mažiau kaip 10 proc.

Bendra kartu su savivaldybės lėšomis finansavimo suma projekto įgyvendinimui negali viršyti 300 tūkst. Eur (įskaitant PVM).

Paragino imtis veiksmų situacijai pieno sektoriuje stabilizuoti

Briuselyje įvykusiame politiniame žemės ūkio ministrų susitikime, kuriame įvertinta padėtis žemės ūkio sektoriuje ir apsvaistyti tolesni veiksmai 2026 metais, žemės ūkio ministras Andrius Palionis paragino imtis veiksmų situacijai pieno sektoriuje stabilizuoti.

Ministras A. Palionis atkreipė dėmesį į blogėjančią padėtį ne tik Lietuvos, bet ir kitų ES šalių pieno sektoriuje, kurį labai veikia pasaulinė pieno rinkos situacija. Lietuvoje toliau krenta žaliavinio pieno kainos, ūkiai pradeda atleidinėti darbuotojus, nes pieno savikaina nepadengia gamybos kaštų. „Išgyventi tampa sudėtinga ir mažiems, ir dideliems ūkiams. Europos Komisija turi imtis veiksmų situacijai pieno sektoriuje stabilizuoti, prisidėti prie pieno ūkių išsaugojimo“, – ragino ministras.

Trijų Europos Sąjungos komisarų – Žemės ūkio ir maisto komisaro Christophe Hansen, Prekybos ir ekonominio saugumo komisaro Maroš Šefčovič bei Sveikatos ir gyvūnų gerovės komisaro

Olivér Varhelyi – surengtame neeiliniame susitikime daug dėmesio skirta gruodžio mėnesį vykusiam ES ūkininkų protestui (jame dalyvavo ir Lietuvos ūkininkai), bendrajai žemės ūkio politikai (BŽŪP) ir jos finansavimui, augantiems gamybos kaštams, ūkininkų konkurencingumui ir importo kontrolei, administracinei naštai ir kitiems labai aktualiams klausimams.

Protesto metu ES ūkininkai nerimavo dėl BŽŪP ateities, lygių sąlygų užtikrinimo bei reikalingos apsaugos tarptautinėje prekyboje. „Palaikau mūsų žemdirbių bendruomenės susirūpinimą. Europos Komisijos pasiūlymas dėl BŽŪP po 2027 metų įnešė daug netikrumo. Nepamirškime, kad apsirūpinimas maistu yra viena svarbiausių

gynybos ir ES atsparumo sudedamųjų dalių“, – akcentavo ministras A. Palionis. Jis atkreipė dėmesį į tai, kad ES rytų pasienio šalims turi būti skiriamas ypatingas dėmesys remiant žemės ūkį, kaimo plėtrą ir žuvininkystę.

Apmaudu tai, kad naujuoju finansiniu laikotarpiu nebus galutinai išspręstas mūsų šaliai esminis klausimas – tiesioginių išmokų išorinė konvergencija.

Kalbėdamas apie tarptautinę prekybą ir ilgalaikį ūkininkų konkurencingumą, ministras A. Palionis pabrėžė, jog būtina stiprinti žemės ūkio ir maisto produkcijos importo kontrolę, o visi sprendimai dėl naujų tarptautinių susitarimų turi būti itin atsakingai pasverti, taip apsaugant vidaus gamintojus nuo netikėtų sukrėtimų.

Ministras A. Palionis atkreipė kolegų dėmesį ir į krizių rezervo panaudojimą. Jis turėtų būti platesnis – apimti ne tik rinkos kainų pokyčių kompensavimą, bet ir paramą dėl gaivalinių nelaimių, pavojingų klimato reiškinų rizikų.

Jauniesiems ūkininkams – beveik 19 milijonų lengvatinių paskoloms

Žemės ūkis Europoje sensta greičiau nei kiti sektoriai. Šiuo metu vidutinis ūkininko amžius Europos Sąjungoje (ES) yra 57 metai. Tik 12 proc. ES ūkininkų yra jaunesni nei 40 metų ir yra priskiriami jaunųjų ūkininkų kategorijai. Be to, kaimo vietovėse gyvena vis mažiau jaunimo.

Europos Komisija šį rudenį pristatė Kartų kaitos žemės ūkyje strategiją, kurioje išdėstytos aiškios veiksmų gairės, kaip remti jaunuosius ūkininkus ir pritraukti daugiau žmonių ūkininkauti. Siekiama iki 2040 m. jaunųjų ūkininkų dalį ES padvigubinti, kad jaunieji ir nauji ūkininkai sudarytų apie 24 proc. Europos ūkininkų.

Viena priemonių, galinčių jaunus žmones sudominti ūkininkavimu – Lietuvos žemės ūkio ir kaimo plėtros 2023–2027 metų strateginio plano intervencinė priemonė „Jaunųjų ūkininkų įsikūrimas“, pagal kurią teikiama ir dotacijos, ir lengvatinės paskolos.

Beveik 19 mln. eurų – tiek skirta pirmajam šių metų kvietimui (truksiančiam nuo sausio 2 d. iki gegužės 29 d.) tapti jaunuoju ūkininku kreipiantis lengvatines paskolas. Kvietimas teikti paraiškas lengvatinėms paskoloms pagal minėtą priemonę truks visus metus. Jis bus stabdomas, kai prašoma lengvatinių paskolų suma pagal pateiktas paraiškas pasieks kvietimo sumą.

Didžiausias lengvatinės paskolos dydis – 100 tūkst. Eur. Šiomis lėšomis gali būti apmokama 100 proc. tinkamų finansuoti išlaidų.

• Lengvatinėms paskoloms skirta 18 726 012 Eur paramos lėšų.

• Iš jų sostinės regiono projektams – ne daugiau kaip 3 745 202 Eur.

• Vidurio ir Vakarų Lietuvos regiono projektams – ne daugiau kaip 14 980 810 Eur.

ES parama jauniesiems ūkininkams pagal priemonę „Jaunųjų ūkininkų įsikūrimas“ skiriama ne vyresniems kaip 40 metų amžiaus ūkininkams, kurie pirmą kartą įsikuria žemės ūkio valdoje ir ūkyje kaip ūkio valdytojai ir pateikia verslo planą.

Remiamos veiklos:

• žemės ūkio produktų pirminė gamyba (išskyrus veiklą, kurios tikslas – gauti ar parduoti kailius);

• žemės ūkio valdoje pagamintų ir (arba) išaugintų žemės ūkio produktų perdirbimas, įskaitant pirminį perdirbimą (išskyrus veiklą, kurios tikslas – gauti ar parduoti kailius).

Parengta pagal Žemės ūkio ministerijos informacijas

Gyvenimo medis augina naujas šakas. Kalba saugo ir gina

Iš lėto pasisuko metų ratas... 133-iasis Vinco Mykolaičio-Putino gimtadienis Pilotiškėse

„Atmintis ir širdis – giminingos audėjos –
Audžia man neregėto žavėjimo drobę.
Ką buvau tik gyvenęs, kentėjęs, mylėjęs,
Jos į nuostabų raštą iš naujo suglobia“.

Atmintis ir širdis, raktiniai žodžiai iš šio Vinco Mykolaičio-Putino eilėraščio. Mūsų kasmetinis susitikimas sausio 6 d. yra ir apie atmintį, ir apie širdį. Šiemet minėjome jau 133-įjį poeto gimtadienį. Jau ne kartą esu sakęs, kad būtent šis susibūrimas man yra tikrų Naujųjų metų pradžia, kai pajauti, kad metai prasideda namuose ir į jų kelionę esame išlydimi būtent čia. Bet kelionėse vis tik geriausia yra tai, kad sugrįžtame namo. O namai yra ten, kur širdis.

Šį kartą sulaukėme ir šaunių, jaunatviškų svečių, – Plutiškių gimnazijos gimnazistų, kurie at-



liko programą pagal Mykolaičio eilėraščius „Vai, eičiau aš, eičiau“. Juos paruošė mokytoja Laima Grigaitytė. Kartu renginyje dalyvavo bei pasisakė ir Prienų krašto muziejaus direktorė **Lolita Batutienė**, vicemeras **Deividas Dargužis**, Naujosios

Ūtos seniūnas **Algis Aliukevičius**.

Gudelių parapijos klebonas **Remigijus Maceina** pasidalijo giminytės ryšių sąsajomis bei žiniomis apie filosofą, poetą Antaną Maceiną. Jis taip pat kilęs iš Prienų krašto, buvo V. Mykolaičio studentas, vėliau bičiulis, jiedu susi-

rašinėjo ir domėjosi vienas kito kūryba. Klebonas priminė, kad Prienuose, Kęstučio gatvėje, iki šiol stovi namas, kuriame gyveno Antanas Maceina. Tuo pat metu ten gyveno ir Mykolaičio-Putino sesuo Magdalena, o vėliau – jauniausias brolis Juozas. Būtent Juozą Mykolaitį tėvai taip pat vylėsi išleisti į kunigus, tačiau jis neturėjo tokio stipraus polinkio mokslams, išleisdavo jam skiriamus pinigus ir net turėdavo skolų, todėl tėvas jį parsivežė dirbti ūkyje. Klebonas Remigijus perskaitė ir mėgstamiausią rašytojo eilėraščių – „Rūpintojėlis“.

Susitikimų Pilotiškėse nepraleidžia ir kraštiečiai, rašytoja **Aldona Ruseckaitė**. Rodos, neišsemiami jos žinių ir pasakojimų klodai apie Vincą Mykolaitį-Putiną, jo seserį ir tėvus. Taip pat ji pasidalijo keletu įdomių faktų ir istorijų, apie tai, kaip rašytojas šventė šv. Kalėdas, Naujuosius metus.

Kartu šis žiemiškas susitikimas yra ir metų atminties kūrimo pradžia. O metai būna turtingi – jau tradicija tapo į Pilotiškės sukviesti

poezijos mylėtojus į poezijos skaitymus ar poezijos pavasarį gegužę, giedoti Tautišką giesmę ant Aušra-kalnio liepą, pasitikti rudenį po klevu tėviškėje rugsėjį ar visus metus pasidžiaugti įvairiomis parodomis. O šiemet minėsime ir šio muziejaus įkūrimo 55-metį, todėl vėl susitiksim. Galbūt pavasarį Muziejų naktyje pasitiksim ir saulėlydį... Ir pats rašytojas sakė:

„Saulėlydžius mėgau nuo pat jaunystės. Gėrėdavausi jais nuo savo tėviškės kalnelio, sekdavau besileidžiančią saulę pro siaurą niūrų seminarijos mūrų langą, mačiau ją Alpių viršūnėse, lydėjau ją nuo Palangos kopų, beskestančią į tylų Baltijos jūros horizontą. Nesibaidau nė savo gyvenimo saulėlydžio. Jei jo neaptemdys iš mano paties sielos kylančios ūkanos, jis gali būti gražus ir didingas. Jį gali papuošti naujos, tik saulėlydžiais matomos ugnys ir temstančiame zenite beįsiziėbiančios žvaigždės“.

Gimtoji sodyba-muziejus – taip byloja rodyklė prie kelio, bet (Nukelta į 8 p.)

Juozui Marcinkevičiui – 80: gyvenimo ir kūrybos kelias

Rašytoju laikomas žmogus, kurio kūryba yra reikšminga visuomenei ir perduodama jaunajai kartai. Asmenybė formuojasi per ilgą laiką – ją veikia šeima, mokykla ir aplinka, kurioje augama. Šie veiksniai buvo svarbūs ir mūsų kraštiečio Juozo Marcinkevičiaus gyvenime. Ankstyvas domėjimasis knygomis ir nuoseklus ugdymas padėjo jam tapti brandžiu kūrėju ir užimti savo vietą Lietuvos literatūroje.

Poetas, prozininkas ir dramaturgas Juozas Marcinkevičius gimė 1946 m. sausio 1 d. Prienų rajone, Balbieriškyje, Gerulių kaime.

Vaikystė ir šeima

Vaikystė prabėgo kaime, kur gyvenimas buvo paprastas, bet kupinas darbo ir pareigos. Šeimoje ir artimoje aplinkoje Juozas Marcinkevičius girdėjo skirtingus pasakojimus apie praeitį ir gyvenimą, todėl nuo mažens mokėsi klausytis, stebėti žmones ir susidaryti savą požiūrį. Jau tada ryškėjo gebėjimas matyti ne tik išorinius įvykius, bet ir tai, kas slypi žmogaus viduje.

Skaityti ir rašyti jis išmoko labai anksti. Knyga tapo svarbia vaikystės dalimi – ir mokymosi priemone, ir tylos bei susikaupimo vieta. Namuose knygų nebuvo daug, tačiau kiekviena jų buvo skaitoma atidžiai, prie tekstų grįžtant ne kartą.

Apie save rašytojas yra pasakojęs knygoje „Prienų krašto šviesuoliai“:

„Buvau mažas rėksnys. Nutildavau tik gavęs knygą ar sąsiuvinį, taip sudraskiau visus mamos užrašus ir eilėraščius, rašytus jai mokantis Balbieriškio mergaičių žemės ūkio mokykloje. Vėliau mokė tėvas. Man įbrukdavono knyga, pamokydavono raides rašyti. Penkerių metų mokėjau ne tik skaityti ir rašyti, bet ir savitą požiūrį į pasaulį turėjau.“ Ši ankstyvoji patirtis tapo tvirtu pagrindu jo kūrybai.

Mokyklos metai

Mokykloje Juozas Marcinkevičius iš-

siskyrė darbštumu ir smalsumu. Jis turėjo gabumų matematikai, dalyvavo mokyklinėse ir rajoninėse olimpiadose, buvo pastebėtas mokytojų kaip atsakingas ir kruopštus mokinys. Ankstyvas išėjimas iš namų, nauja aplinka ir vyresni bendramoksliai nebuvo lengvas išbandymas, tačiau ugdė savarankiškumą ir gebėjimą prisitaikyti.

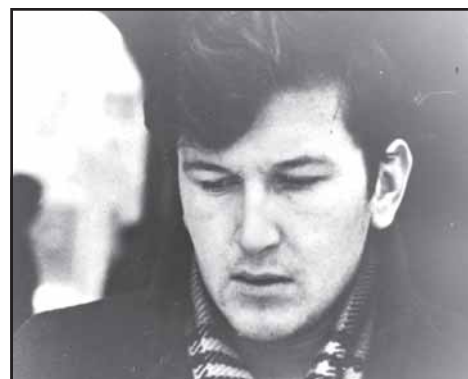
Mokymosi metais jis išmoko susikaupti, nuosekliai dirbti ir siekti užsibrėžtų tikslų. Matematinis mąstymas ugdė loginį tikslumą ir nuoseklų požiūrį, kuris vėliau pravertė ir literatūriname darbe. Mokytojai skatino domėtis ne tik tiksliais mokslais, bet ir literatūra, kultūra, platesniu pasaulio pažinimu.

Svarbią vietą jo mokykliniame gyvenime užėmė biblioteka. Čia jis skaitė grožinę literatūrą, susipažino su klasikiais autoriais, formavo nuoseklus skaitymo įpročius. Baigdamas mokyklą Juozas Marcinkevičius jau buvo žinomas kaip aktyvus olimpiadų dalyvis ir gabus mokinys, gebantis aiškiai reikšti mintis ir raštu, ir žodžiu.

Studijos ir profesinis kelias

Šešiolikos metų pradėtos studijos Kauno medicinos institute liudijo ankstyvą brandą ir rimtą požiūrį į mokslą. Studijų metai sutapo su intensyviu asmenybės formavimosi laikotarpiu, kai jaunas žmogus ne tik gilinosi į profesines žinias, bet ir mokėsi savarankiškumo, atsakomybės bei gebėjimo susitelkti. Institutą Juozas Marcinkevičius baigė 1968 m., įgijęs tvirtą akademinį pagrindą ir platesnį supratimą apie žmogaus prigimtį.

Baigęs studijas jis dirbo Kauno klinikinėje ligoninėje moksliniu bendradarbiu. Medicinos aplinka reikalavo tikslumo, atidumo ir disciplinos, o kasdienis darbas su žmonėmis skatino gilesnį domėjimąsi jų vidiniais išgyvenimais, pasirinkimais ir atsakomybe. Nors medicina netapo pagrindiniu Juozo Marcinkevičiaus gyvenimo keliu, šios patirtys paliko ryškų pėdsaką jo pasaulėjautoje ir vėlesnėje kūryboje.



Vėliau jis pasuko į kultūros ir žiniasklaidos sritį. Darbas Lietuvos radijo ir televizijos komitete suteikė galimybę pažinti viešojo žodžio poveikį, jo atsakomybę ir reikšmę visuomenei. Jis taip pat ėjo „Lėlės“ teatro literatūrinės dalies vedėjo pareigas, bendradarbiavo leidinių „Nemunas“, „Mūsų gamta“, „Kauno tiesa“, „Viltis“ redakcijose. Šios veiklos praplėtė kūrybines galimybes, leido iš arti susipažinti su skirtingomis kultūros formomis – teatru, spauda, radiju, televizija.

Darbas žiniasklaidoje ir teatre sustiprino atsakomybę už žodį suvokimą. Juozas Marcinkevičius aiškiai suprato, kad pasakyta ar parašyta mintis gali paveikti žmogų, skatinti jį mąstyti, apsispręsti ar keisti požiūrį. Šis suvokimas tapo vienu iš pagrindinių jo kūrybos principų – siekti aiškios, prasmingos ir atsakingos kalbos, kuri ne deklaruoja, o kviečia į apmąstymą.

Kūrybos kelias

1969 m. pasirodęs poezijos rinkinys „Rudens šalys“ pažymėjo Juozo Marcinkevičiaus kūrybinio kelio pradžią. Per gyvenimą jis parengė reikšmingą literatūrinį palikimą – rašė poeziją, prozą, knygas vaikams, kūrė pjeses teatrams, radijo ir televizijos spektakliams bei kino ir televizijos scenarijus. Jo kūrybai būdinga aiški ir tiksli kalba, santūrus tonas, dėmesys paprastam žmogui ir jo pasirinkimams.

Apibūdinamas save kaip kūrėją, Juozas Marcinkevičius yra sakęs: „Esu profesionalas – moku rašyti viską: eilėraščius, dramas, poetas, romanus.“

Ypatingą vietą jo kūryboje užima dramaturgija. Kūriniai buvo statomi Vilniaus, Kauno, Klaipėdos teatruose, rodyti Lietuvos

televizijoje, skambėjo radijo spektakliuose. Juose gvildenami atsakomybės, istorinės atminties, žmogaus santykio su valstybe ir laiku klausimai. Rašytojas vengė perteklinio dramatismo, tačiau siekė, kad mintis būtų gili, aiški ir suprantama žiūrovui.

Prasidėjus tautiniam atgimimui ir visuomenės permainoms, jis kūrė ir detektyvus, humoristinių serialų scenarijus, publicistiką. Kritikai jo kūrybą vertina už subtilų lietuvių būties vaizdavimą, santūrų filosofavimą ir tautosakos motyvus. Vieni jį gretina su Vincu Mykolaičiu-Putinu, kiti – su Justinu Marcinkevičiumi.

Didžiausią jo kūrybinio palikimo dalį sudaro sceniniai kūriniai. Lietuvos teatro scenose pastatyta daugiau nei dvidešimt jo pjesių, tarp jų – „Čičinskas“, „Saulė ir jos žemė“, „Erelnyčia“, „Šiandakt ir visada“, „Vegetaras“, „Mamutienos valgytojai“, „Užpustyta tėvynė“, „Sokrato teismas“, „Poezija ir meilė Lesbo saloje“, „Keistuolių akademija“, „Nuotykių Melagių saloje“.

2007 m. Juozas Marcinkevičius sukūrė literatūrinį kino scenarijų „Broliai įveikė Europą“, laimėjusį Kultūros ministerijos istorinio filmo konkursą.

Ryšys su gimtine ir palikimas

Už kūrybinę veiklą Juozas Marcinkevičius buvo apdovanotas Boriso Dauguviečio premija ir Lietuvos Didžiojo Kunigaikščio Gedimino ordino medaliu. Tačiau jam pačiam svarbiausias išliko ryšys su gimtine.

„Visi mes iš vaikystės. Ten pradžia, ten šaknys. Mano šaknys – ten, kur vingiuota Peršėkė įsilieja į upių tėvą Nemuną. Ten buvo karščiausios vasaros, mėlyniausias dangus, žaliausias pievos žaliavo.“

Šie žodžiai rodo, kad gimtinė buvo svarbus Juozo Marcinkevičiaus kūrybos šaltinis.

Juozas Marcinkevičius mirė 2019 m. birželio 6 d. Jo kūryba išlieka gyva ir šiandien – kaip ramus, bet prasmingas pasakojimas apie žmogų, jo kraštą ir laiką. Tai literatūra, kuri nešaukia, bet kviečia sustoti ir pagalvoti.

Rūta Levinskienė

Prienų krašto muziejaus kultūrinių veiklų koordinatore ir organizatorė



Pagerbtas Lietuvos laisvės kovotojo Antano Lukšos atminimas

(Atkelta iš 1 p.)

Vėliau buvo surengta Antano Lukšos prisiminimo ir pagerbimo popietė, kurios metu apie iškilų Laisvės kovotoją ir Lietuvos patriotą savo prisiminimais dalinosi Antano Lukšos vaikai – Dalia ir Kęstutis, Garliavos Juozo Lukšos gimnazijos direktorius Vidmantas Vitkauskas, buvęs Seimo narys ir Lukšų šeimos draugas prof. Arimantas Dumčius, vienas ir Lietuvos politinių kalinių ir tremtinių sąjungos vadovų Edvardas Strončikas. Poezijos žodžiais dalinosi birutienė, pedagogė Onutė Stašaitienė, o patriotinėmis dainomis renginį puošė solistas Juozas Sutkaitis.

Garliavos Juozo Lukšos gimnazijos informacija

Apie Antaną Lukšą

Antanas Lukša gimė 1923 m. gegužės 31 d. Juodbūdžio kaime, Veiverių valsčiuje, Simono Lukšos ir Onos Vilkaitės Lukšienės šeimoje. Mokėsi Veiverių progimnazijoje ir Kauno „Aušros“ berniukų gimnazijoje. Vėliau baigė Kauno mokytojų seminariją ir dar studijavo Vytauto Didžiojo universitete geodezija. Pirmaisiais pokario metais Antanas Lukša mokytojavo Veiverių, vėliau Kaišiadorių vidurinėse mokyklose. Po kiek laiko, užsirekomendavęs kaip gabus ir energingas darbuotojas, Antanas buvo paskirtas Žaslių vidurinės mokyklos direktoriumi. Deja, pedagoginis-vadybinis darbas truko neilgai.

Lemtingas apsisprendimas

Kaip ir daugeliui to meto ir to amžiaus jaunuolių, Antanui teko apsispręsti: likti paklusniam režimo sraigteliui ar tapti kovotoju už Lietuvos laisvę. Ir Antanas apsisprendė. Apsisprendė kovoti. Kaip ir kiti jo broliai – Jurgis, Juozas ir Stasys.

Šis apsisprendimas Antanui buvo lemtingas. Ir ne tik jam, bet ir visai jo šeimai. Reta šeima Lietuvoje pokario metais vienaip ar kitaip nenukentėjo nuo okupacinio režimo. Vieni aktyviai dalyvavo ginkluotame pasipriešinime, kiti buvo partizanų rėmėjai, globėjai, ryšininkai. Dar kiti, gal dauguma, rezistencinėje veikloje nedalyvavo, buvo tik pasyvūs procesų stebėtojai

arba, kaip sakoma, rezistentai širdyje... Antanas su broliais Jurgiu, Juozu ir Stasiu buvo tarp tų, kurie nedvejodami pasirinko aktyvaus priešinosi sovietams kelią. Ir nors ne vienoje to meto šeimoje buvo panašių atvejų, kai ginti Lietuvos išeidavo net po kelis ar keletą vienos šeimos vyrų, Lukšų šeimos tragedija bene labiausiai paženklinta kraujuotų netekčių ir praradimų skausmo ženklu. Trys broliai – Stasys, Jurgis ir Juozas – dar nesulaukę nei 30-ties, paguldė galvas už Lietuvą nelygioje kovoje su okupantais. Neištvėręs praradimo skausmo išprotėjo ir pasimirė Lukšų vyriausiasis – tėvas Simonas. Motina – priversta palikti namus ir slapstyti bei glausti pas svetimus... Kiti šeimos nariai bei artimieji išvaryti klampoti neišbrendamais Sibiro golgotų keliais...

Tik vienam iš keturių brolių, Antanui, likimas lėmė išlikti gyvam. Išlikti ir iškentėti, iškentėti ir vėliau savo skaudžia patirtimi liudyti, kaip vieni vieni palikti lietuviai kovojo, kokias kančias kalėjimuose ir tremtyje patyrė, kokius trukdžius ir kokią panieką jautė iš sovietinių lagerių į gimtą kraštą sugrįžę...

Kaip bebūtų apmaudu, bet partizanas Antanas Lukša-Arūnas į sovietų nelaisvę pateko labai jau skaudžiu ir tam metui būdingu būdu – išduotas bendražygio. Deja, labai jau daug, ir net per daug, tarp brolių lietuvių tais laikais buvo išdavysčių, noro gelbstint savo kailį įskūsti kitą...



Ilgiam dešimtmečiams Antanas Lukša atsidūrė sovietinėse koncentracijos stovyklose. Nuteistas 25-eriems metams lagerio ir 5-eriems metams tremties, partizanas Antanas politinio kalinio kelią ėjo Vorkutos, Pečioros, Taišeto, Kolmos golgotose. Dėkui Dievui, nesunaikino ir nepalaužė Antano Lukšos sovietinių budelių kankinimai ir išsigimusių GULAG'o sistemos brutalumas. Iškentėjo Antanas. Už save, už brolius, už šeimą, už kitus kovos draugus... Ir ne tik iškentėjo, bet ir išsaugojo visas žmogiškąsias vertybes, tikėjimą laisve bei Lietuvos ateitimi.

Gyvenimas po tremties

Po tremties, 1956 m. grįžęs į Lietuvą, Antanas Lukša dar rado gyvą savo motiną. Dar galėjo suteikti jai galimybę prisiglausti prie sūnaus krūtinės, pajusti vienintelio likusio gyvo sūnaus rūpestį bei globą. Dar galėjo ir pats Antanas kurį laiką pasidžiaugti savo motinos meilės šiluma.

Susiradęs darbą ir būstą, Antanas Lukša pradėjo iš naujo dėlioti savo gyvenimo mozaiką. Gyvenimas jį suvedė su nuostabaus charakterio ir būdo žmogumi – Eugenija Savickaite. Likimas su šia, pokario ir našlaitės sunkumus patyrusia mergina jį suvedė visam gyvenimui... Antanas ir Eugenija susilaukė ir išaugino puikius vaikus –

duką Dalią ir sūnų Kęstutį.

Atkūrus Lietuvos nepriklausomybę Antanas Lukša vėl tarytum atgimė, su nauja energija įsijungė į valstybės atkūrimo ir stiprinimo darbus. Turėdamas didžiulį autoritetą tapo ir daug metų buvo Lietuvos politinių kalinių ir tremtinių sąjungos vadovu. Antanas ne tik rūpinosi buvusių rezistentų, politinių kalinių ir tremtinių socialiniais reikalais, bet ir buvo savotiškas jų „ruporas“ santykiuose su valdžios institucijomis. Antanas nenuilstamai rūpinosi, kad būtų reabilituoti laisvės kovotojai, kad partizanams ir jų rėmėjams būtų suteiktas nukentėjusiųjų nuo okupacinio režimo ir karių savanorių statusas, kad kovotojams būtų skiriami valstybiniai apdovanojimai. Šalia to, reikėjo rūpintis patalpų Laisvės alėjoje išlaikymu, remontavimu, laikraščio „Tremtinys“ leidimu, Tremties muziejaus veiklos organizavimu. O kur dar laisvės kovų vietų nustatymas, žymėjimas ir kovos vietų įamžinimas, paminklų partizanams statyba, tremtinių sąskrydžių ir kitų švenčių organizavimas, parama kuriant dokumentinius ir kitokius filmus apie rezistenciją, ryšių palaikymas su politikais, kariuomene, šauliais, mokiniais?... Nepaisant nežmoniško užimtumo, Antanas Lukša dar rasdavo laiko ir savo pomėgių realizavimui – net keletą metų jis drauge



su savo bendraminčiais intensyviai koncertavo su vokaliniu ansambliu „Girių aidas“ Lietuvoje, JAV, Kanadoje, Australijoje.

Veikla ir nuopelnai Lietuvai

Antano Lukšos veikla ir nuopelnai Lietuvai bei tautai buvo atitinkamai įvertinti. Buvusiam partizanui suteiktas dimisijos kapitono laipsnis. Jis apdovanotas Vyčio Kryžiaus ordino Komandoro kryžiumi ir Lietuvos Nepriklausomybės bei Lietuvos kariuomenės kūrėjų savanorių medaliais, įvairiais Seimo, Kauno miesto ir Kauno rajono apdovanojimais. Lietuvos politinių kalinių ir tremtinių sąjunga Antaną Lukšą apdovanojo savo organizacijos aukščiausiu apdovanojimu – 1-ojo laipsnio žymeniu „Už nuopelnus Lietuvai“ ir suteikė Garbės pirminko titulą.

Toks buvo Antanas Lukša: gyvenime, darbe ir visuomeninėje veikloje. Kovotojas. Sūnus. Brolis. Vyras. Tėvas. Senelis. Bendražygis. Bendramintis. Bičiulis. Neišsenkančios energijos žmogus. Žmogus, aukojęs ir dalinęs save kitiems, kovojęs ir dirbęs vardan Lietuvos. Amžina Jam garbė ir atminimas. O mums skirtas Antano priesakas – toliau laikyti frontą!

Vidmantas Vitkauskas

Šiais metais Išlaužo parapija mini 100 metų sukaktį

Jubiliejinį Išlaužo parapijai metų pradžia paskelbta sausio 7 d. Švč. Mergelės Marijos Krikščionių Pagalbos bažnyčioje vykusiose Mišiose, po jų klebono Viliaus Sikorsko ir jo bendraminčių iniciatyva buvo organizuotas 5 km naktinis žygis snieguotais takais tarp Purvininkų, Sabalėnų ir Bačkininkų, pro vienkiemius, partizanų slėptuvę, brenant per pievas ir laukynes su keturkojais vedliais. Sugrįžusiuji į Išlaužo Dievo dvarą laukė karšta arbata, kava ir saldumynai.

Apie Išlaužo parapijos įsteigimą 1926 m. buvusiam Išlaužo dvare liudija klebono surastas ir paviešintas Išlaužo parapijos komiteto 1931 metų prašymas Jo Ekscelencijai Respublikos Prezidentui paremti bažnyčios statybos darbus. Šis prašymas buvo patenkintas.

Iš dokumento: „Išlaužo par. komiteto PRAŠYMAS: „Išlaužo parapija įsteigta 1926 m. buv. Išlaužo dvare, gražioje vietoje, prie plento: Garliava – Prienai. Tuojau įsikūrė visuomenės įstaigos: pašto agentūra, kuri jau rengiama pakelti į pašto įstaigą, vaistinė, kooperatyvas, pieninė, jau baigiama įrengti gražiausia visame Marijampolės apskr. pradžios mokykla.

Šventadieniais susirenka iš apylinkinių parapijų daug žmonių. Šiuo metu ypač trūksta mums bažnyčios, kurią pastatyti yra labai

sunku, nes parapija maža, susideda daugumoje iš mažžemių ir naujakurių pasidariusių iš išporceliuotų 6 dvarų, o esantieji stambesnieji savininkai medžiaginiai neremia parapijos reikalų.

Šiais metais ryžomės statyti bažnyčią ant senų dvaro rūmų pamatų. Šiuo metu darbas eina pačiu smarkumu ir netrukus mūro darbai bus baigti. Bet toliau vesti darbo be rimtesnės pagalbos neįmanoma, kadangi jau pavargome bestatydami kitus parapijos trobesius, šiais metais nepaprastai padidėjus statybai darbininkai pabrango, ir čia pridėta bažnyčios sąmata nemažai mus gąsdina.

Gerai žinodami JŪSŪ EKSCLENCIJOS duosumą ir prielankumą Bažnyčiai, nutarėme kreiptis į JŪSŪ MALONYBĘ prašydami suteikti mūsų bažnyčios



Buvęs Tiškevičių dvaras Išlauže ir iš jo pastato rekonstruota bažnyčia.

statybai pašalpą sumoje 30.000 Lt ir tuomi palengvinti mums didelius vargus.

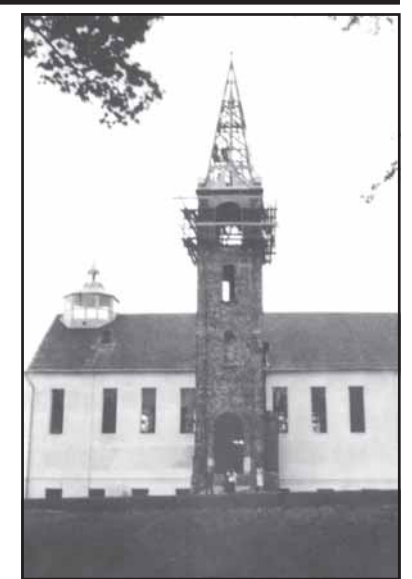
Būdami visuomet JŪSŪ MALONYBEI ištikimi piliečiai tikimės, kad į mūsų prašymą malonėsite atsižvelgti ir išklausti!

Čia pridėdame bažnyčios sąmatą, projektą ir keletą atvaizdų iš statybos darbų. Išlaužas 2.VIII.1931“. Prašymą pasirašė parapijos komiteto nariai: kun. Vyt. Gurevičius, Antanas Aukštakalnis, I. Vasiliauskas, A. Kizevičius ir kt.

(red. p. – dar dvi neaiškia rašysena įrašytos pavardės).

Remiantis istorija, Išlaužo bažnyčia buvo pastatyta rekonstravus 1860 m. statytus Išlaužo dvaro rūmus, kurie priklausė grafams Tiškevičiams. Aplink Išlaužo dvarą driekėsi 340 hektarų žemės. Ją nuomos teisėmis valdė Mykolas Gustaitis. Dvaro rūmai buvo vienaaukščiai, su cokoliniu aukštu ir erdvia pastoge.

Vykdamas žemės reformą, 1925 m. Išlaužo dvaras buvo



nusavintas. 1928 metais parapijoje pradėjęs dirbti klebonas Vytautas Gurevičius organizavo pirmosios Išlaužo Švenčiausiosios Mergelės Marijos Krikščionių Pagalbos bažnyčios statybą ant dvaro rūmų, nugriautų iki langų. Statybai buvo renkamos aukos, klebonas kun. Vytautas Gurevičius tam skyrė visas savo santaupas (beveik 19000 litų), aukojo ir Garliavos, ir Prienų parapijų žmonės. Bažnyčia buvo pašventinta 1933 m. rugsėjo 3 d.

(Nukelta į 8 p.)



Namų ūkis

Priminimai sausiui...

Naujieji metai įsibėgėjo. Tie, kurie seka rytietišką kalendorių, nusiteikę dirbti su energija, primenančia žirgų savybes – darbštumą, patikimumą, yra pasiryžę suvaldyti tą ugninę stichiją. Kiti džiaugiasi balta, gražia lietuviška žiema. Prisimindami senolių išmintį, kuri teigia, jeigu „žiema su sniegu, tai šeimyna su duona“, ramiai laukia pavasario ir planuoja ateities darbus. Nuo senų senovės daugelis žmonių darbus, ypač žemės, planavo sekdami Mėnulio kelią, stebėdami jo fazes. Todėl ir dabar, skaitydami patarimus pagal Mėnulio fazes, turite apsispręsti, nes kiekvieno sodininko ar daržininko valia, kaip gyventi ir dirbti – pagal Mėnulio kalendorių ar pagal savo nuojautą, o gal pagal mokslo žinias ir patirtį. Svarbu dirbti su meile ir tikėti, kad pasiseks!

Pilnatis – sausio 3 d., delčia – 10 d., jaunatis – 18 d., priešpilis – 26 d.

- Geriausias mėnesio dienos: 8, 12, 13, 22, 23, 27, 28, 31.
- Prasčiausias mėnesio dienos: 2, 3, 7, 10, 16, 17, 26, 29.
- Sausio 25 d. – Šv. Pauliaus atsivertimas, Pusiaužiemis.

Saulės ir mėnulio užtemimai 2026 m.:

- Vasario 17 d. 14 val. 4 min. – žiedinis saulės užtemimas. Lietuvoje nebus matomas;
- Kovo 3 d. – visiškasis mėnulio užtemimas, Lietuvoje nebus matomas;
- Rugsjūčio 12 d. 20 val. 49 min. – visiškasis saulės užtemimas. Lietuvoje bus matoma dalis užtemimo;
- Rugsjūčio 28 d. 7 val. 13 min. – dalinis mėnulio užtemimas. Lietuvoje bus matoma dalis užtemimo;

Namams...



Po švenčių. Vargu ar reikia priminti, kad svarbu tvarkingai supakuoti šventines puošmenas ir padėti iki kitų metų. Ypač lemputes, girliandas suvyniokite taip, kad nesusipainiotų. Dirbtines eglutes taip pat apsaugokite nuo dulkių, galite po dušu nuplauti, nudžiovinti ir apsukti plėvele ar kitokiu vyniojamuoju popieriumi. Viską sudėję į sandarias dėžutes užklijuokite lipduką „Kalėdos“, nereiks kitais metais atidarinėti visų dėžių iš eilės. O gal liko ir nepanaudotų šventinių suvenyrų, dovanėlių? Jas irgi verta pasidėti tvarkingai – pravers.

Net jeigu šie darbeliai atrodo smulkmeniškai, metų pabaigoje sau padėkosite.

Darbo vieta namuose. Įsirengti patogią darbo vietą namuose daugeliui tapo būtinybe, mat po pandemijos pamokų paaiškėjo, kad yra darbų, kuriuos puikiai galima atlikti nuotoliniu būdu, ir daugelis darbuotojų suteikia tokią galimybę savo žmonėms. Bet specialistai perspėja, kad ir kaip atrodytų patogus įsitaisyti su kompiuteriu lovoje ar prie valgomojo stalo, nedarykite to. Svarbu įsirengti tikrai darbui skirtą vietelę, tokį mažą „mini biurą“, kad kuo mažiau jūsų dėmesį atitrauktų pašaliniai dalykai, triukšmas.

Jeigu yra vietos, geriausia įsigyti tam skirtą stalą ir patogią darbui kėdę. Vietą pasirinkite taip, kad šviesa ant monitoriaus kristų iš šono arba iš priekio. Jei teks dirbti tamsiuoju paros metu, svarbu ir papildomas apšvietimas, tinkamas šviestuvų pasirinkimas. Miegamasis tiks tokiu atveju, jei darbuosite tik dienos metu, nevakarosite. Labiausiai reikėtų vengti virtuvės, kur garai, kvapai ir šaldytuvo pagundos. Tačiau jeigu ji erdvi, šviesi, gal ir čia puikiai įsikursite – prie atlenkiamo stalo, plačios prailgintos palangės ar tiesiog prie stalo su rateliais. Vasarą puikiai galima įsikurti balkone, uždaroje terasoje.

Jeigu namuose daug žmonių, yra mokslininkų ar mažų vaikų, apgalvokite ir savo darbui skirtą vietą, kad vieni kitiems netrukdytumėte.

Palaiykite ant darbaltalio tvarką.

Nauji metai – nauji lapai. Tad šį kartą keli žodžiai apie indų magiją. Šventėms ištrauktus servizus tikriausiai jau vėl suslėpėte indaujoje. Tad apžiūrėkite, iš kokių indų valgote kasdien, iš kokių puodelių geriate

kavą, arbatą. Visus suskilusius indus be gailės išmeskite, nes ir senoliai sakydavo, kad taip atsikratysite neigiamos energijos. Negailėkite kokio močiutės palikto puodelio, nekljuokite. Tiesiog atėjo laikas su juo atsivieškinti.

Sakoma, kad porcelianiniai indai tinkamiausi dirbantiems protinį darbą, mat ir juos gaminantys meistrai yra išmintingi, kruopštūs, išradingi, turintys fantazijos.

Medžio ir molio indai taip pat siejami su įvairiais prietarais. Tikima, kad mediniai indai saugo namų židinį, šeimą, gelbsti mūsų psichinę sveikatą. Yra ir valgių, kurie tikrai „skaniau“ atrodo mediniame dubenėlyje. Molinukai, tikima, pritraukia į namus pinigų. Iš mados niekada neišeina ir keraminiai indai – jie puošnūs, nebrangūs, gerina dvasinę pusiausvyrą.

Teigiamai maistą veikia metalas – suteikia šeiminiui naujų jėgų, tamsuoja senąsias. Metaliniai rakandai stiprina sveikatą, daro gerą įtaką vidaus organams. Stalo įrankiai taip pat dažniausiai metaliniai. Visos legendos apie vikingus byloja, kad stiprybės jiems teikė metalas, jie valgė ir gėrė iš geležinių indų.

Tik iš bėdos patariama naudoti plastikinius ir aliuminio indus. Plastiką gal tikėtų išskirti, sode, bet geriau apsieiti, nors kartais atrodo spalvingai ir gražiai.

Galima visais šiais dalykais netikėti, bet susikurti namų harmoniją norime visi. Tad pamėginti – verta.

Sodininkui...



Prisiviliokite talkininkų į sodą. Kalba eina apie paukštelių – kas, jei ne jie, išnaikins sodo kenkėjus pavasarį, vasarą? Todėl verta įrengti lesyklėles, juos lesinti ir taip užtikrinti ne tik jiems išlikimą per šalčius, bet ir pagalbą savo sodui. Du svarbiausi dalykai, apie kuriuos turite pagalvoti: maistą jiems turėsite teikti nuolat, net jei sodyba toliau, užmiestyje. Įpratinėti gauti lesalo ir jo neradę plunksnuočiai gali žūti. Antra – lesyklos turi būti saugios. Įrengti geriausia atokiau nuo tankių krūmų, iš kurių gali užpulti katės ar kiti plėšrūnai. Bet priedanga pasislėpti nuo pavoja turėtų būti ne toliau, kaip 2–3 metrai. Kabinti lesyklėles patartina 1,5–2 m aukštyje, tuomet patogiai galėsite juos stebėti, o ir nuo plėšrūnų apsaugoti pakaks.

(Nukelta į 6 p.)

Pašnekesiai

Tegul pildosi...



Tikriausiai per visus metus vieni kitiems nepasakome tiek gražių žodžių, kaip per ką tik praėjusias žiemos šventes. Sveikinimai ir linkėjimai liete liejasi, negailime nei laimės, nei pinigų, nei sveikatos. Gražu, tiesa? Nežinia, kiek nuoširdumo tuose linkėjimuose, ir ar visuomet iš širdies pagalvojame apie tą žmogų, kuriam brūkštelim standartinį užrašą ant atviruko ar dovanėlės, bet atrodo vis vien jauti, kad visa erdvė pripildo tos geros, tik teigiamų dalykų kupinos energijos. Kaip padaryti, kad ji neišnyktų kaip dūmas, neištirtų kaip sniegas, kaip sulaikyti, kad kauptųsi ir didėtų, plistų mūsų aplinkoje, šeimoje, bendruomenėje, tirpdydama susipriešinimo, pykčių, šaltumo ledus. Galiausiai, kad visi tie išsakyti žodžiai pildytųsi?

Susikaupti, pritilti ir susivokti kasmet paskatina ir Sausio 13-osios, Laisvės gynėjų dienos, renginiai, prisiminimai. Paaukotos gyvybės už Laisvę, tai irgi linkėjimas ir priesakas mums ją branginti ir saugoti. Tegul pildosi!

Išsipildymui reikia ramybės, taikos, susitelkimo, tikėjimo. Tikėjimo, kad gėris visuomet galingesnis už blogį, kad šviesa stipresnė už

tamsą, meilė – už neapykantą. Tas tikėjimas turi gimi mano, tavo, mūsų širdyse. Tik paklo kime tam kelią. Švarų ir baltą, kaip šių metų sausio sniegas... Jei jau matysim, kad pritrūksta jėgų ir pasitikėjimo, kad kasdienybės triukšmas nori pagriebti ir įsukti į bjaurasties liūną, tiesiog „išjunkime“ to triukšmo skleidėjus. Tai įmanoma, paprasta. Ramybės ieškime ir rasime gamtoje, miške, savo senam sode, atsivertę gerą knygą ar išjungę paklaustyti muzikos. Ramybę išlaikyti padės ir laiku neištartas piktas žodis, neparašytas išėjus komentaras, nuvytos į šalį juodos mintys, malda. Sakau, kad tai įmanoma ir paprasta, bet žinau, kaip tai nelengva. Pagundos tyko visur. Toks gyvenimas.

Visus šiuos metus šalia su mumis ir senas geras bičiulis – „Gyvenimas“ – čia susitiksime, dalinsimės geromis naujienomis, įvykiais, patarimais, rūpesčiais. Būkime kartu šventėse ir kasdienybėje, palaiykime vieni kitus geru žodžiu, ir tegul tie žodžiai pildosi!

Jūsų Augustina!

Škanus! Šaltuoju metų laiku – sotus maistas

Tiršta avienos sriuba

Reikės: 1,5 kg avienos (ėrienos), 5 bulvių, 4 didelių svogūnų, 3 pomidorų, saldžiosios paprikos, česnako, aitriosios paprikos, druskos.

Į kelias dalis supjaustytą mėsą dėkite į puodą, suberkite žiedais supjaustytus svogūnus, įmeskite aitriąją papriką, česnaką be viršutinio lukšto, pasūdykite ir užpilkite šaltu vandeniu, kad apsemtų mėsą. Kai užvirs, nugriebkite putas, sumažinkite kaitrą ir virkite 1,5 valandos. Tada sudėkite susmulkintus pomidorus be odelių, pusžiedžiais supjaustytą saldžiąją papriką, pavirkite dar pusvalandį. Jei reikia, pagal skonį dar pasūdykite. Nukaitę puodą išgriebkite česnaką, aitriąją papriką, taip pat kaulus, jei mėsa atsiskyrusi. Sriuba turi būti skaidri, aštroka.

Troškinta triušiena

Reikės: triušio, 100 ml 15 proc. riebumo grietinėlių, poros morkų, poros svogūnų, česnako skiltelės, 2 saujų džiovintų obuolių, vištienos ar daržovių sultinio, po šaukštą sviesto, aliejaus, miltų, džiovintų mairūnų, druskos.

Triušį supjaustykite, apibarstykite druska, pavoliokite miltuose ir, pakepinę keptuvėje su sviestu, sudėkite į puodą. Keptuvėje su aliejumi ir česnakų skiltelėmis pakepin-

kite stambiais šiaudeliais supjaustytas morkas ir stambiai supjaustytus svogūnus. Daržoves suberkite ant triušienos, sudėkite džiovintus obuolius, užpilkite sultiniu, pagardinkite mairūnais, mėtomis ir troškinkite apie valandą. Pabaigoje supilkite grietinėlę, užvirinkite. Patiekite su bulvių koše, burkėliais ar kitomis mėgstamomis daržovėmis.

Jautienos guliašas

Reikės: 1 kg minkštos jautienos, 1,5 l sultinio, 4 didelių svogūnų, 2 pomidorų, 10 nemaltų juodųjų pipirų, miltų, aliejaus, druskos.

Jautieną supjaustykite nedideliais plokščiais griežinėliais, kiekvieną pasūdykite, lengvai pamuškite, pavoliokite miltuose ir porą minučių pakepkite iš abiejų pusių aliejuje. Apkeptą dėkite į puodą, ant viršaus suberkite pusžiedžiais supjaustytus svogūnus ir pipirus. Užpilkite karštu sultiniu, kad visiškai apsemtų mėsą, ir užvirinkite. Sumažinkite kaitrą iki minimumo, virkite 2 valandas, retsykiais pamaišykite, kad mėsa nepriliptų prie dugno. Galima įpilti truputį vandens, jeigu reikia. Po 2 valandų sudėkite į 6 dalis supjaustytus pomidorus be odelių ir lėtai virkite dar valandą. Vis paragaukite padažą – jei trūksta druskos, įberkite. Padažas turi būti tirštas, saldokas nuo svogūnų. Skanu patiekti su bulvių koše, raugintomis daržovėmis.

Priminimai sausiui...

(Atkelta iš 5 p.)

Lesinimo taisyklė: jokių sūrių, saldžių, rūkytų ar sugedusių maisto produktų! Daugeliui paukštelių tinka saulėgražos, lašiniai, taukai, riešutai, sorų kruopos, avižiniai dribsniai. Dar virtos bulvės, ryžiai, kietai virti ir susmulkinti kiaušiniai.

Sniegenos bus dėkingos už saulėgražas, sėmenis, kanapių sėklas, soras. Joms patinka šermukšnių, gudobelių ir putinų uogos.

Kėkštų delikatesas – gilės. Mėgsta graikinius riešutus, nesūdytus lašinius, taukus, miežių grūdus, lesa ir grikių kruopas. Zylės, vienos iš aktyviausių kenkėjų naikintojų, bus dėkingos už saulėgražų sėklas, nesūdytus lašinius, taukus, gliaudytus ir smulkintus graikinius ar žemės riešutus. Papildomai galite duoti melionų ir moliūgų sėklų (tik per didelius šalčius jos sušąla), specialių, iš riebalų ir sėklų pagamintų „paukščių pyragų“. O po riebaus maisto zylės energingai tikrina medžius net ir spaudžiant šalčiams, pasiekia aukščiausiai esančias šakeles, pumpurus.

Geniai mielai susigundys lazdynų riešutais, nerūkytais ir nesūdytais lašinukais, taukais, saulėgražomis. Palikite jiems didesnius gabalus, lazdynų riešutų neskaldykite. Taip labiau sugundysite čia lankytis šiuos miško sanitarus.

Kuo daugiau ir įvairių paukščių žiemą sode, tuo daugiau skirtingų kenkėjų jie išnaikina.

Sniego nauda ir išdaigos. Vienur jį nukaskite, kitur užberkite. Šį sausį jau gausiai pasnigo, taigi lankydamiesi sode net ir su paprasta šluota nubraukite sniegą nuo spygliuočių, visžalių augalų, kad nenulaužytų šakelių. O alpinariu aukštumėlėje jo gal kaip tik per plonas sluoksnius, tai ten užberkite nukasę nuo takų. Nuo vejų kasti negalima. Stebėkite, jei susidarys ledo sluoksnius, neleidžiantis žimojantiems augalams kvėpuoti, padaužykite paviršių.

Labai naudinga sniegu apkasti braškes, svarainius ar kitus žemus vaiskrūmius – mažiau apšals pumpurai. Jei sniego mažiau, o šaltis spaudžia, braškes galima papildomai apiberti durpėmis, pridengti šiaudingu mėšlu.

Neprašyti svečiai. Būtinai patikrinkite, gal vėjas apdraskė medelių aprišalus. O jeigu sturnos ar kiškiai jau spėjo apgraužti kamienus, nedelsdami užtepkite žaizdas sodo tepalu ir vėl apriškite. Ant šakų pakabinkite tuščių plastiko butelių, įberkite į juos po sauja žirnių ar akmenukų. Vėjas pajudinęs sukels barškėjimą, o jo baltos sturnos tikrai pabijos.

Daržininkui...

„Stop“ pomidorų sėjai. Pastaraisiais metais daržininkai atrodo jau suprato ir nebeskuba sausio mėnesį sėti pomidorų. Sausio – vasario mėnesiais tikrai nepakanka šviesos normaliam sėjinių vystymuisi. Šviesos stygius, ypač pirmomis savaitėmis, labai pablogina daigų kokybę – jie ištįsta, tampa

neatsparūs ligoms, pailgėja augimo laikas. Peraugę daigai taip pat nueina į nuostolius. Galima, aišku, dirbtinai daigus apšviesti, bet dar geriau palaukti kovo mėnesio ir tuomet sėti. Dabar laiką geriau skirti domėjimuisi jų veislėmis, naujiems, paskaityti patyrusių daržininkų patarimus.

Šiltnamis. Dar prieš statydami šiltnamį daržininkai turėtų gerai pagalvoti apie jo konstrukciją, mat mūsų gamtinėmis sąlygomis šiem statiniams tenka nemenki išbandymai. Mėgėjiškų statinių griūtis snieguota žiemą – gana dažna. Daržininkai, turintys šiltnamius su 45 laipsnių nuolydžiu, teigia, kad tinkamai prižiūrint net plėvele dengti šiltnamiai puikiai išlaiko 3–5 ir net iki 8 žiemų. Tad reikia stengtis kuo geriau juos prižiūrėti. Net menki nešvarumai – prilipę lapai, purvas traukia prilipti snaiges, vėliau susidaro gumulai sniego, kol susikaupia tiek, kad sugriauna net stipriausias konstrukcijas.

Periodiškai nukaskite sniegą ir aplink šiltnamį, kad jo svoris neslėgtų pagrindo. Pavasariop jį galėsite sumesti į vidų, pravers drėgmei. Jei dabar mesite į vidų, žemė šiltnamyje neišsals. Jei neturėsite galimybės per žiemą kur toliau esančio šiltnamio prižiūrėti, sutvirtinkite konstrukciją vertikaliai patatytomis atramomis. Panaudokite tam paprasčiausias lentes ar rąstelius taip, kad apačioje remtųsi į tvirtą pagrindą, o viršuje tarp atramų ir šiltnamio konstrukcijų galima padėti lentų, kurios padidins kiekvienos atramos laikomą plotą ir neleis įlūžti.

Taigi nepalikite savo daržo namo visai be priežiūros. Jei sniegas purus, lengvas, pradžioje užteks pastuksenti į lubas, ir sniegas lengvai nučiuoš. Jei pripustė daugiau, čiupkite grėblį ir jo nugarėle atsargiai braukite. Plėvele dengtą stogą galima iš vidaus valyti braukiant šluota ir papurtant.

Gėlininkui...

Patikrinimai. Reguliariai tikrinkite, kaip žiemoja gėlių gumbasvogūniai, stiebagumbiai, gumbeliai. Nuolat užmeskite akį, kaip išsilaike rūsyje jurginų, begonijų šakniagumbiai, kanų šakniastiebiai, kardelių ir krokosmijų gumbasvogūniai. Būtų gerai, kad jie žiemotų prie 6–8 °C temperatūros. Jei matote, kad šakniastiebiai vysta, sudėkite juos į dėžutes ir užpilkite plonai drėgnomis pjuvenomis ar smėliu. Jei jau nori dygti, reikia ieškoti vėsesnės vietos. Puvinio pažeistas jurginų vietas išpjaukite, šakniagumbius apiberkite medžio pelenais, apdžiovininkite, laikykite šaknimis į viršų. Patalpas vėdinkite.

Retsykiais palaistykite pražydinimui laikomus tulpių svogūnelius. Jeigu jau iškelsite pražydinimui, tai pirmą savaitę laikykite tamsoje ir tik kitą neškite į šviesią 18–20 laipsnių patalpą. Narcizus ir krokus galima iš karto nešti į šviesią patalpą.

Motininėms chrizantemoms žiemoti užtenka 5–6 laipsnių šilumos. Sausio pabaigoje pradėkite jas

po truputį laistyti, temperatūra gali siekti jau 8–10 laipsnių šilumos. Jauni pasirodę ūgliai tiks daiginimui.

Atnaujinkite margenius. Nuo žiemojančio margenio nukirpkite ilgesnes šonines šakneles. Tai augalams tik į naudą, mat tuoj pradės leisti naujas. Imkite 10–12 cm ilgio šakneles, o stambesnių veislių – iki 15 cm. Nuo jų apatinės dalies nuskabykite lapelius (vandenyje jie supus), pamerkite, pastatykite šilintai ir šviesiai. Per porą savaičių susiformuos šaknelės. Jei bus šaltoka, šaknelės gali supūti. Iššaknijusius auginius pasodinkite po vieną į nedidelius 10 cm skersmens vazonėlius, auginkite kuo šviesesnėje vietoje. Po mėnesio jau galima pradėti tręšti. Jeigu augalai pradės išstypti, nieko tokio, pavasarį viršūnėles patrupinsite.

Kambariniai augalai. Didesnius ir žiemą žydinčius vazonus sustatykite kuo arčiau langų – jiems labai reikia šviesos. Nepamirškite ir drėkinti oro, purkšti lapus, nes kitaip augalai tikrai nukentės, gali išplisti voratinklinės erkutės.

Mažiau šviesos reikia norintiems pailsėti peperonijai, fitonijai, aukubei, gebenei, pelėjai, skindapui, paparčiui, aglonemai, kardutei. Vėsus ir šviežias oras reikalingas kaktusams, tad saulėtomis dienomis gerai išvėdinkite patalpas. Kaktusus laistykite labai mažai arba visai darykite pertrauką. Tebežydinčius kalėdinius kaktusus laikykite šilčiau ir liekite.

Svarbiausia, stebėkite, kad jūsų kambarinių augalų, ypač lapinių, vazonai neperdžiūtų. Žydinčias (ciklamenus, azalijas, kalijas, klivijas ir kt.) ne tik laistykite, bet ir tręškite. Laistykite rytais pastovėjusiu kambario temperatūros vandeniu, tinka ištirpęs sniegas.

Į dėžutes ar vazonėlius jau sodinkite begonijų daigus. Žemė turi būti drėgna, puri, o patalpa – 20–25 laipsnių.

Bitininkui...

Ramybė. Bitelėms tikrai to žiemą labai reikia, nes sutrikdytos daugiau maitinasi, nusiramina tik po kelių dienų, pakyla jų kamuolio temperatūra. Vabzdžio tiesioji žarna sausio mėnesį jau būna pusiau pripildyta išmatų. Kai niekas netrikdo, bitės ramiai žiemoja, suvartoja mažiau maisto, sutaupo jo pavasariui. Tačiau jei žiemą bitės pritrūko maisto (kamuolys pakilo iki rėmelių viršaus), įdėkite *kandi* tešlos (prieš apsiskraidymą be žiedadulkių). Išimkite skirtukus, kad jos galėtų prieiti. Galima padėti stiklainį medaus ant lizdo apverstą aukštyn dugnu ir atidengtą. Atšilęs medus suminkštės, bitės galės jo pasiimti.

Bičiulystė. Bitininkus pradžiugino nauja LRT laida. Taigi vėta žiemą ją pasižiūrėti, pasisvečiuoti nuotoliniu būdu pas bičiulius. Turėdami laiko ieškokite literatūros, nors jos ir nėra labai daug, bet prisiminti senus patarimus – visada verta.

Dėmės: kuo jas valyti?

Taip jau gyvenime būna, kad netyčia ištepame staltiesę, drabužį ar kilimą dėmėmis. Yra nemažai būdų, kaip išvalyti įvairias dėmes natūraliu būdu, nenaudojant jokių cheminių valiklių. Štai keletas pastebėjimų bei patarimų.

Vaisiams, uogoms – muiluotas vanduo netinka

Neplaukite muilu vaisių ir vaisių sulčių ar uogų dėmių, nes tada jos dar labiau įsigers į audinį.

Uogų žymes plaukite rūgpienyje ar parūgštintame vandenyje (įberus žiupsnelį citrinos rūgšties miltelių). Pieni pavilgytu tamponu galima išvalyti šviežias obuolių, trešnių, vyšnių, aviečių dėmes.

Prakaito ar rašalo dėmės patrinkite keliais lašais citrinos sulčių ir perplaukite šiltu vandeniu.

Gera priemonė – druska ir šiltos pamuilės

Paprastai kiekvienam prieinama valomoji priemonė – druska ir šiltas muiluotas vanduo.

Šviesias gėrimų, augalų, prieskonių, arbatos ar kavos dėmes naikina valgomosios druskos tir-



palas (1/3 stiklinei vandens įberkite šaukštelį druskos) ar šilto vandens pamuilių.

Kai rūbai išsitepa šviežiais pomidorais ar riebalais, derėtų dėmes greičiau pabarstyti druska (tada lengviau išsiskalbia) ir pamerkti šiltose pamuilėse. O vėliau praskalauti šiltame vandenyje.

Šokolado dėmės gerai išvalo stipriai sūdytas vanduo. Dėmę valykite nuo kraštų į vidurį, tada ji neišsiplečia audinyje). Galima pakartoti keletą kartų.

• Venkite dėmes plauti karštu vandeniu, nes tuomet jos tik labiau įsigeria į audinį.

Avokadai: ką žinome?

Gydytojai, sveikatos specialistai vieningai pataria dažniau vartoti sveikatai naudingus avokadus. Šie augaliniai riebalai turtingi baltymais, mažina cholesterolį, naudingi širdžiai ir ne tik...

Naudingų medžiagų šaltinis

Avokadai – itin vertingas produktas. Tai riebalų, baltymų, angliavandenių, vario, kalio, magnio, folio rūgšties, A, E, C, B grupės vitaminų, Omega - 3, Omega - 6 riebalų rūgščių šaltiniai. Šis vaisius mažina širdies ir kraujagyslių, žarnyno, akių ligų riziką. Vartojant avokadus ne tik sustiprinsite širdį, turėsite daugiau energijos, pagerinsite savijautą, bet ir sumažinsite cholesterolio kiekį kraujyje.

• Avokadas gali sumažinti arterinį kraujo spaudimą, širdies infarkto riziką.

Kaip išsirinkti avokadą?

Renkantis avokadus pirmiausia atkreipkite dėmesį į jų spalvą ties koteliu. Žalia – avokadas nesunokęs, tamsiai ruda – pernokęs, o šviesiai gelsva spalva – rinkitės jį!

Avokado minkštumą galima pajauti ir jį švelniai spaudžiant delne (tik ne pirštais!).

• Kuo kietesnis avokadas, tuo ilgiau jis noks.

Kaip nokinti?

Avokadai neprinoksta ant medžio, jie tik nuskinti prinoksta arba suminkštėja. Prekybos centruose dažnai parduodami kieti avokadai. Vyrauja nuomonė, kad jie sukietėja, kai ilgai laikomi šaldytuve.

Nusipirkę avokadą, jį įdėkite į popierinį maišelį su obuoliais ir bananais. Pastarieji vaisiai turi daug etileno dujų, jos ir pagreitina kitų šalia esančių vaisių nokimo procesą. Tada laikykite vaisius 2–3 paras kambario temperatūroje, kur šilčiau. Prinokusį avokadą galima laikyti šaldytuve savaitę. Jis išliks šviežias.

Perpjautas ar sutrintas vaisius neparuoduos, jeigu jį pašlakstysite šviežiomis citrinos sultimis.



• Avokado brendimas sulėtėja šaldant, todėl leiskite avokadui pilnai sunokti kambario temperatūroje.

Ką gaminti ne tik šventėms?

Avokadas – puikus įvairiausių salotų ingredientas. Jis dera su kiaušiniu, lašiša, mocarelos sūriu; ridikėliais, žaliais ar raugintais agurkais, česnakais; šviežiais, marinuotais ar saulėje džiovintais pomidorais. Prinokusį avokadą galima tepti vietoje sviesto ant mėgstamos duonos riekės dar pabarstant, pavyzdžiui, sezamo ar kitų sėklų.

• Jeigu sunaudojate tik pusę avokado, kad jis neparuoduotų, kitą puselę įtrinkite citrinos sultimis. Tada ją suvyniokite į maistinę plėvelę ir laikykite šaldytuve.

Receptas jūsų stalui...**Avokadas su lašiša**

1 avokadas, 80–100 g sūdytos lašišos, 1–2 česnako skiltelės, 1/2 citrinos sulčių, saujelė kapotų krapų, maltų pipirų (nebūtina).

Prinokusį avokadą perpjaukite pusiau ir išimkite kauliuką. Susmulkinkite lašišą, ją pašlakstykite citrinos sultimis ir maitais aštriais pipirais. Išmaišykite ir palikite 5 minutėms. Smulkiai supjaustykite česnako skilteles. Tada į avokado „duobutes“ sudėkite lašišą, o ant viršaus užberkite smulkinto česnako ir krapų.

Dar pašlakstykite likusios citrinos sultimis. Vitaminų bomba. Skanaus!

Veronika Pečienė

Alytaus apskrities policija metus pradeda su pokyčiais

2026-ieji metai Alytaus apskrities vyriausiam policijos komisariate prasidėjo reikšmingais organizaciniais pokyčiais. Darbą pradėjo naujasis Alytaus apskr. VPK viršininko pavaduotojas Alfredas Bartkus, iki šiol ėjęs Marijampolės apskrities vyriausiojo policijos komisariato viršininko pavaduotojo pareigas ir anksčiau dirbęs Alytaus policijoje.



Alytaus miesto ir rajono policijos komisariato vadovu paskirtas anksčiau viršininko pavaduotojo pareigas ėjęs Virginijus Jaruševičius. Pokyčiai įvyko ir Varėnos rajono policijos komisariate – jam vadovauti paskirtas Raimundas Jaciunskas, iki šiol ėjęs viršininko pavaduotojo pareigas.

Naujai paskirtus vadovus darbuotojų kolektyvui ir socialiniams partneriams pristatė Alytaus apskr. VPK viršininkas Alvydas Jurgelevičius. Jis pabrėžė vadovų

kaitos svarbą organizacijos stiprinimui, veiklos tęstinumui ir atsakomybės pasidalijimui.

„Tikiu, kad sukaupia profesinę patirtis, kompetencija ir atsakomybės jausmas leis naujiesiems vadovams sėkmingai tęsti pradėtus darbus, stiprinti komandą ir dar labiau plėtoti bendradarbiavimą su socialiniais partneriais. Linkiu ryžto, sėkmės ir pasitikėjimo priimant sprendimus, kurie prisidės prie saugesnės mūsų regiono aplinkos“, – sakė

Alytaus apskr. VPK viršininkas A. Jurgelevičius.

Naujai paskirtus vadovus sveikino savivaldos, Valstybės sienos apsaugos tarnybos vadovai, prokuratūros bei vaiko teisių apsaugos tarnybos atstovai. Susitikimų metu akcentuota glaudaus tarpinstitucinio bendradarbiavimo svarba, bendrų tikslų siekimas ir stiprios, vieningos komandos reikšmė užtikrinant visuomenės saugumą.

Alytaus apskr. VPK informacija

PR Kokias klaidas šalies gyventojai kasmet kartoja ir dėl ko kyla gaisrai?

Nors gaisrų prevencija neretai laikoma asmeninės atsakomybės dalimi, statistika rodo, kad tai tebėra reikšmingas visuomenės saugumo klausimas. Tarptautinės priešgaisrinės ir gelbėjimo tarnybų asociacijos (CTIF) 2023 m. pasaulio šalių gaisrų statistikoje Lietuva užėmė 41 vietą, o žūčių gaisruose rodikliai išlieka aukšti ir nacionaliniu, ir tarptautiniu mastu. Ekspertai pabrėžia, kad veiksminga prevencija reikalauja ne pavienių sprendimų, o nuoseklios, kelių lygmenų apsaugos.

CTIF duomenimis, 2023 m. Lietuvoje registruota per 30 tūkst. ugniagesių iškvietimų ir daugiau nei 9,2 tūkst. gaisrų. Per šiuos gaisrus žuvo 100 žmonių, dar 186 patyrė traumas. Tai atitinka 3,57 žuvusiojo 100 tūkst. gyventojų, o 100 gaisrų vidutiniškai baigdavosi daugiau nei viena mirtimi.

Tuo metu Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamento (PAGD) duomenys rodo, kad per vienuolika 2025 metų mėnesių šalyje kilo 7,4 tūkst. gaisrų, ku-

riuose žuvo 62 žmonės, o 136 gyventojai buvo sužeisti. Palyginti su tuo pačiu 2024 m. laikotarpiu (7,2 tūkst. gaisrai ir 74 žuvusieji), gaisrų 2023 m. fiksuota 5,1 proc. daugiau, tačiau žuvusiųjų – 16,2 proc. mažiau.

PAGD taip pat išskiria dažniausias žūčių priežastis: daugiausia žmonių žuvo dėl neatsargaus rūkymo (20), elektros įrenginių, prietaisų ir instaliacijos gedimų (13) bei neatsargaus elgesio su ugnimi (11). Dar 6 gyvybes nusinešė

krosnių, židinių ir dūmtraukių įrengimo ar eksploataavimo pažeidimai.

Nemaža dalis šių rizikų yra valdoma dar iki nelaimės, sako Donatas Pocius, saugos tarnybos „Ekskomisarų biuro“ elektroninės saugos departamento direktorius.

„Perkrauti prailgintuvai, netvarkinga buitinė technika ir seniai neprižiūrėta šildymo sistema ilgalaikiu gali atrodyti nepavojingi, tačiau sutapus keliems rizikos veiksniams gaisro tikimybė smarkiai išauga. Prie to prisideda ir gyventojų įpročiai: pavyzdžiui, rūkymas balkone ar lovoje, deginama atvira žvakė liepsna ankštuose, daiktais apkrautuose kambariuose bei diegiami savadarbiai elektros sprendimai“, – sako specialistas.

Pasak jo, sezoniškumas taip pat nulemia, kur ir dėl kokių priežas-

čių dažniausiai kyla gaisrai: šildymo sezono metu įprastesni atvejai, kai dėl nevalytų dūmtraukių gaisras kyla žiemos laikotarpiu, o vasarą ir rudenį paūmėja gaisrai sodo nameliuose ir ūkiniuose pastatuose, kur gausu degių medžiagų ir dažniau naudojama senesnė, netinkamai prijungta elektros įranga.

„Rekomenduotinos periodinės elektros instaliacijos patikros, reguliarus kaminų ir šildymo įrangos valymas. Taip pat reikšmingą įtaką daro sertifikuoti dūmų, karščio ir smalkių detektoriai, signalizacija, nuotolinė apsaugos bei stebėjimo sistemos, prijungtos prie saugos tarnybos stebėjimo ir valdymo centro. Jos leidžia dar ankstyvoje gaisro fazėje pastebėti dūmus, temperatūros pokyčius bei kitus pavojaus signalus. Suveikus jutikliui, visą parą budinti saugos tarnyba reaguoja nedelsiant ir nustatytus realų pavojų, iš karto kviečiamos atitinkamos tarnybos“, – pabrėžia „Ekskomisarų biuro“ elektroninės saugos departamento direktorius.

SIŪLO DARBA

BĮ Nemajūnų dienos centrui, Topolių g. 1, Geležūnų k., 59452 Birštono sav., kodas 301038537, reikalingas socialinis darbuotojas, teikiantis socialines paslaugas į namus, 0,5 etato.

Pretendentų prašymų ir gyvenimo aprašymų laukiame el. paštu centras@nemajunudc.lt ne vėliau kaip iki 2026-01-23 imtinai.

Darbo pobūdis: Pagalbos į namus paslaugų, dienos socialinės globos asmens namuose, Integralios pagalbos paslaugų teikimo organizavimas, paslaugų gavėjų ir jų artimųjų konsultavimas, informavimas, individualios priežiūros darbuotojų, asmeninių asistentų darbo koordinavimas, darbo grafikų sudarymas, techninės pagalbos priemonių įsigijimo ir išdavimo organizavimas, ataskaitų ir raštų rengimas, sutarčių su klientais pasirašymas ir pan.

Reikalavimai kandidatui: • socialinio darbuotojo kvalifikacija; • galiojantis teisėto darbo su vaikais kodas (QR kodas); • darbo kompiuteriu įgūdžiai; • raštvedybos pagrindų išmanymas; • B kategorijos vairuotojo pažymėjimas ir praktinė vairavimo patirtis.

Kontaktai pasiteiravimui: Direktorius Gintas Pačėsas, tel.: 0 319 43 722, 0 650 72 399. El. paštas centras@nemajunudc.lt

BĮ Nemajūnų dienos centrui, Topolių g. 1, Geležūnų k., 59452 Birštono sav., kodas 301038537, reikalingas globos koordinatorius, 0,5 etato.

Pretendentų prašymų ir gyvenimo aprašymų laukiame el. paštu centras@nemajunudc.lt ne vėliau kaip iki 2026-01-23 imtinai.

Darbo pobūdis: Socialinių paslaugų budinčiam globotojui, globėjams (rūpintojams), šeimynos dalyviams, įtėviams ir jų prižiūrimiesiems, globojamiems (rūpinamiems) vaikams, įvaikiams organizavimas, teikimas ir koordinavimas, budinčių ir nuolatinių globotojų, globėjų (rūpintojų), įtėvių paieška ir pritraukimas, dokumentų, ataskaitų ir raštų rengimas.

Reikalavimai kandidatui: • aukštasis universitetinis ar neuniversitetinis socialinio darbo ar jam prilygintas išsilavinimas; • galiojantis teisėto darbo su vaikais kodas (QR kodas); • darbo kompiuteriu įgūdžiai; • raštvedybos pagrindų išmanymas; • B kategorijos vairuotojo pažymėjimas ir praktinė vairavimo patirtis.

Kontaktai pasiteiravimui: Direktorius Gintas Pačėsas, tel.: 0 319 43 722, 0 650 72 399. El. paštas centras@nemajunudc.lt

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

PARDUODA

Kietas kuras

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

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

Tel. 0 648 61 061.

Parduoda malkas kūrenimui:

beržines, alksnines, kietmedžio, supjautas ir skaldytas, rąstus.

Pristatymas laiku, konkurencingos kainos. Tel. 0 635 82 808.

PERKA

Nekilnojamas turtas

Nuolat perkame miškus ir žemės ūkiu

paskirties žemės sklypus visoje

Lietuvoje. Sklypai gali būti išnuomoti, areštuoti ir kt. UAB „Agroland“.

Tel. +370 683 33 955.

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

PASLAUGOS

SIENŲ ŠILTINIMAS

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

PASLAUGOS

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

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

Buitinės technikos taisymas: šaldytuvų, šaldiklių, skalbimo mašinų. Tel. + 370 622 02 208.

VISI SANTECHNIKOS DARBAI:

šildymo, vandentiekio, kanalizacijos, dujinių, vanduo-oras, kieto kuro katilinių įrengimas. Komplektuojame prekybiškas santechnikos medžiagas su nuolaidomis. Tel. 0 640 39 204.

DURYS – PER 3 DIENAS!

„ŽMONIŠKOMIS KAINOMIS“

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

Teisėsauga

Sausio mėnesį policijos pareigūnai keliuose vykdys šias prevencines priemones:

• Sausio 14-17 d. – vairuotojų blaivumo bei apsvaigimo nuo narkotinių ar kitų psichiką veikiančių medžiagų kontrolė.

• Sausio 19-21 d. – vairuotojų nesustojimo prieš pėsčiųjų perėją, kai to reikalaujama pagal KET, kontrolė.

• Sausio 24-26 d. – bus vykdoma važiavimo per sankryžas, šviesoforo signalų paisymo, važiavimo per geležinkelį pervažas kontrolė.

• Sausio 28-30 d. – bus vykdoma vairuotojų veiklos, nesusiėjusios su vairavimu (naudojimas mobiliojo ryšio priemonėmis vairuojant, kai neturima laisvų rankų įrangos), privalomų saugos priemonių (saugos diržų, saugos šalmų, vaikams skirtų specialių sėdynių (prisegimo sistemų) naudojimo kontrolė.

Saugodami save, rūpindamiesi kitais, galime kurti saugią aplinką mums visiems.

Šiais metais Išlaužo parapija mini 100 metų sukaktį



(Atkelta iš 4 p.)

Bėgantis laikas, išorės veiksniai nepagalėjo bažnyčios, nors dešimtmečių bėgyje ji buvo kosmetiškai remontuojama, tačiau visiškai avarinės būklės pastato atnaujinimui trūko dėmesio ir lėšų. Dabartinio klebono V.Sikorsko pastangomis ir rūpesčiu per kelerius metus buvo atnaujinti ir izoliuoti nuo drėgmės bažnyčios pamatai, apšiltintos sienos, sutvarkytas vidus, restauruojamos sakralinės vertybės, atnaujintas stogas. Sutelkus vietos bendruomenės, bažnyčios, Savivaldybės, savanorių jėgas suformuotas ir apželdintas parkas. Išlaužo parapijos jubiliejui bažnyčia atgimė ir plaukia iškilusi virš miestelio tarsi baltoji gulbė.

Parengta pagal Išlaužo parapijos informaciją

Psichologė apie sukčių metodus: „Jie žaidžia emocijomis, pauzė ir padėtas ragelis dažnai išgelbsti“

LRT kartu su partneriais – Lietuvos policija, Lietuvos banku ir Lietuvos bankų asociacija – tęsia visuomenės informavimo kampaniją „Padėk ragelį“, kuria gyventojai raginami nesivelti į sukčių kuriamą spaudimą, laiku nutraukti pokalbį ir apsaugoti savo pinigus bei asmens duomenis.

Kilus bent menkiausiam įtarimui svarbu padėti ragelį, nutraukti susirašinėjimą ir susisiekti su institucijomis oficialiais kontaktais. Policija pabrėžia, kad kuo ilgiau žmogus kalba su sukčiumi, tuo didesnė tikimybė pasiduoti įkalbinėjimams ir padaryti klaidą, o finansų įstaigos primena – sukčiai dažniausiai siekia išvilioti prisijungimo duomenis, PIN kodus ar kitą identifikavimo informaciją.

Klinikinė psichologė, Jungo krypties psichoterapeutė Kamilė Butkevičiūtė-Astrauskienė sako, kad daug apgavysčių suveikia ne dėl naivumo, o dėl to, kad sukčiai sąmoningai sukuria situaciją, kurioje žmogus ima veikti iš emocijos. Sukčiavimo schemose dažnai siekiama sukelti intensyvų jausmą – nerimą, skubą, grėsmę ar net stiprų viltinimą – kad žmogus padarytų tai, ko šaltu protu šiaip nedarytų. Tokiu metu kritinis mąstymas susilpnėja, o sprendimai tampa impulsyvūs.

„Pauzė – tai trumpas sustojimas, kuris grąžina kontrolę. Visada siūlau labai paprastą vidinį stabtelėjimą: pirmiausia įvardykite, ką jaučiate, – nerimą, skubą, spaudimą. Tada įvardykite, kas su jumis daroma, kad jus verčia veikti čia ir dabar. Ir tik po to pereikite prie faktų: perskambinkite oficialiu numeriu, pasitarkite su artimu žmogumi, pasitikrinkite informaciją“, – sako K. Butkevičiūtė-Astrauskienė.

Sukčiai dažnai apsimeta banko darbuotojais ar pareigūnais, kalba įtikinamai, kuria oficialumo įspūdį ir skubina. Psichologė aiškina, kad tokiose situacijose suveikia autoriteto efektas: žmogus ieško tvirto pagrindo ir gali per greitai patikėti institucijos vardu.



Todėl policija ir kampanijos partneriai primena: pareigūnai neprašo prisijungimo duomenų ar slaptažodžių, o finansų įstaigos neprašo konfidencialių duomenų telefonu ar žinutėmis. Kilus spaudimui ar grėsmei („paskyra bus užblokuota“, „būtina patvirtinti“) – tai dažnas sukčiavimo požymis.

Kampanija „Padėk ragelį“ ragina įsiminti aiškia veiksmų seka, kuri ypač svarbi emocinio spaudimo metu:

1. **Nutraukite pokalbį ar susirašinėjimą.** Nesiveltkite į diskusijas – kuo ilgiau kalbate, tuo daugiau erdvės sukčiui įtikinti.
2. **Neatskleiskite jokių duomenų** (prisijungimo, PIN, kodų, kortelės informacijos) ir nepatvirtinkite mokėjimų, kurių patys nepradėjote.
3. **Padėję ragelį, patys paskambinkite bankui oficialiu numeriu** (iš banko programėlės ar oficialios svetainės) ir pasitikrinkite informaciją.
4. **Įtarę sukčiavimą ar tapę auka – nedelskite ir praneškite 112.**
5. **Įtraukite artimą žmogų.** Psichologė pabrėžia, kad paprastas „pasitariu su kuo nors“ dažnai nutraukia manipuliacijos grandinę: sumažėja gėda ir baimė, o sprendimai tampa tikslesni.

Iš lėto pasisuko metų ratas... 133-iasis Vinco Mykolaičio-Putino gimtadienis Pilotiškėse

(Atkelta iš 3 p.)

visų pirma čia yra namai, kuriuose verda kasdienis gyvenimas, kuri nuolat papildo lankytojų šurmuly, darbo valandų ir savaitgalių nekliaujantis žmonių smalsumas. Ir turbūt dar nebuvo nei vieno lanky-

tojo, kuris būtų likęs abejingas ar širdyje nepajutęs kokių nors jausmų. Kiekvieną pasitinka čia gyvenantys **Julija** ir **Gintautas Mykolaičiai**. Julija ne tik veda renginius, bet ir pasirūpina gausiomis dalyvių vaišėmis ir lauktuvėmis. Labai džiaugiuosi, kad jų sūnus, poeto

provaikaitis **Julius Mykolaitis**, grįžęs iš studijų Vilniuje, taip pat prisideda ne tik savo darbais, bet ir poezijos deklamavimu renginiuose.

Savo veidą lengvai prarandame pasaulyje Pilotiškės yra išties unikali vieta. Būdami čia

dažniausiai atsigręžiamė į kalnelį, jį saugančius beržus. Ėjo čia kadais Vincas Mykolaitis-Putinas, einame mes. Argi daug pasikeitė toji aplinka, laukų plotai, pramintų takų vingiai. Vis girdime tylų beržų ošimą, jų prisiminimus, glaudžiamės prie beržų – jie dar ilgai išliks

mums artimi.

Ir nors čia gimęs ir augęs, vėliau į didelį ir aukštą kelią išvykęs poetas po motinos mirties 1938 m. daugiau neapsilankė, atrodo, kad eilėraščiai „Rūpintojėlis“, „Rudenio naktį“, „Nuostabios naktys“ ir kiti yra parašyti būtent čia – plačiame tėviškės viešelyje, pievose, kuriose iškilęs Aušrakalnis, šiltose vasaros naktyse, kurių visi pasiilgstame. Kadais ir aš tokiaime šiltame vakare tiesiog krūtinėje pajaučiau:

*Prigulsiu, rodos, po dangum
Ir visas visas susiliesiu,
Kaip lašas žemėje sauson
Prie savo gimto lizdo...
O tiek beržų jau pasodintų
Viršūnių ir gelmių karaliais auga.
Pasiekti noris jų lajas,
Bet dar mažai jėgų ir ryžto.
Taip kelias tęsiasi toliau
Ir vis didesnis ir aukštesnis daros,
Tebus ir šiandien, ir toliau
Būties aušra sutviskus.*

Tautvydas Vencius



Gyvenimas

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

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

Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė

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

Redakcija: Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė – VERSLAS, ŽEMĖS ŪKIS (0 319 60523, ramute@gyvenimas.info); SOCIALINĖS PROBLEMOS, ŠVIETIMAS, MEDICINA, TEISĖSAUGA, PASLAUGOS: Dalė Lazauskienė, redaktorės pavaduotoja (0 319 60014, dale@gyvenimas.info); APLINKOSAUGA, NEVYRIAUSYBINĖS ORGANIZACIJOS, KULTŪRA, SPORTAS: Rimantė Jančauskaitė, apžvalgininkė (0 319 60012, rimante@gyvenimas.info); KOREKTŪRA: Ona Ališauskienė (0 319 60015); BUHALTERIJA, SKELBIMAI: Ona Lodienė, Zina Lankevičienė (tel./faksas 0 319 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 – 1000 egz., penktadieniais – 1350 egz. Rinko, maketavo UAB „Gyvenimas“.

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

ALYTAUS SPAUSTUVĖ