Gyvenimas

ISSN 1648-0392

Laikraštis Prienų rajono ir Birštono krašto žmonėms

Nacionalinės rajonų ir miestų laikraščių leidėjų asociacijos narys

Nr. 72 (10909) * 2026 m. rugsėjo 29 d., antradienis

Kaina – 0,97 Eur

Laba diena

Šiandien – mėnulio pilnatis. Saulė teka 07 val. 15 min., leidžiasi 19 val. 04 min. Dienos ilgumas 11 val. 49 min.

Vardadienius mini Gabrielius, Mykolas, Rapolas, Kęsgailas, Kęsgailė, Michalina, Mykolė; trečiadienį – Bygailas, Bygailė, Bytautas, Bytautė, Jaras, Jeronimas, Vera, Žymantas, Žymantė, Sofija, Zofija; ketvirtadienį – Emanuelis, Teresė, Mantas, Mintė, Benigna, Remigija, Remigijus, Velta.

Rugsėjo 29 – Dagos diena, Šv. Mykolas; Pasaulinė širdies diena. Rugsėjo 30 – Šv.Jeronimas; Tarptautinė vertėjų diena. Spalio 1 – Kelių policijos diena; Tarptautinė pagyvenusių žmonių diena.

Noras būti žurnalistų mylimiems 2 p.

Prienų Justino Marcinkevičiaus viešoji biblioteka Kauno knygų mugėje atvėrė Poeto atminimo ir kultūros kelio puslapius 3 p.

Didėjančios biudžeto pajamos, nauja paskola ir dėmesys istorinei atminčiai 4 p.

Vaistininkė įspėja: šios keturios klaidos gali sumažinti vaistų bei vitaminų poveikį 5-6 p.

Suteikė galimybę prasmingai praleisti laiką 8 p.

Pagerbti kultūros kūrėjai ir puoselėtojai

Rugsėjo 22-oji, Kultūros diena, paminėta Prienų kultūros ir laisvalaikio centre šventiniu vakaru, kuriame pasveikinti, pagerbti ir apdovanoti kultūros įstaigų darbuotojai – kultūros ir laisvalaikio centrų, meno mėgėjų kolektyvų vadovai, renginių organizatoriai ir režisieriai, bibliotekininkai, šeimos, dirbančios kultūros srityje ar savo laisvalaikį skiriančios saviveiklai, tradicijų puoselėjimui.

Svarbiausiu šventės akcentu tapo Geriausio kultūros darbuotojo paskelbimas. Šį prestižinį įvertinimą komisijos sprendimu pelnė **Elena Simonavičienė** – Veiverių kultūros ir laisvalaikio centro direktorė. Ją apdovanojo meras **Alvydas Vaicekauskas** ir Kultūros ir turizmo skyriaus vedėjas **Rimantas Šiugždinis**, nominantei įteikę piniginį prizą, diplomą ir gėlių. Šis apdovanojimas skirtas už sėkmingą projektinę veiklą, aktyvų bendruomenės, partnerių telkimą, papildomų lėšų pritraukimą, tradicijų puoselėjimą ir reikšmingas pastarųjų metų kultūrines iniciatyvas, kurios išgarsino Veiverių ir Skriaudžių kraštą visoje Lietuvoje, sulaukė nemažo atgarsio visuomenėje.

Geriausia kultūros darbuotoja išrinkta Veiverių KLC direktorė E.Simonavičienė – su apdovanojimą jai įteikusiais meru A.Vaicekausku ir Švietimo ir turizmo skyriaus vedėju R.Šiugždiniu.

Svarbiausios jų – Elena Simonavičienė inicijavo ir koordinavo Lietuvos kultūros tarybos finansuotą miuziklą „Sulaužyti sparnai“, statant jį buvo įtraukta daugiau kaip 100 mėgėjų meno kolektyvų narių; koordinavo projektus „Lukšiukai“, „Kodas: Kanklės 120“, „Kai meilė vadinosi laisve“, „Iš kartos į kartą“ ir kt. Jai vadovaujant parengta paraiška, kurios pagrindu Skriaudžiai paskelbti šių metų Mažąja Lietuvos kultūros sostine. Teigiamai įvertinta ir kita paraiška: gyva šimtametė Skriaudžių kanklių muzikavimo tradicija tapo pirmąja Prienų rajono vertybe, įtraukta į Lietuvos nematerialaus kultūros paveldo vertybių sąvadą. Ji ir toliau, bendradarbiaujant su tradicijos puoselėtojais, reprezentuoja Suvalkijos (Sūduvos) krašto kankliavimo kultūrą. Šiuos pasiekimus lėmė nuoseklus darbas, kūrybiškumas, inovatyvus požiūris, gebėjimas sutelkti visą krašto bendruomenę ir partnerius.

Per praėjusius metus Veiverių KLC suorganizavo 95 renginius, kuriuose apsilankė daugiau kaip 26 tūkst. lankytojų. Keturi centro kolektyvai dalyvavo Lietuvos šimtmečio Dainų šventėje „Kad giria žaliuotų“. Iš viso surengta 91 meno kolektyvų koncertinė išvyka, o veiklai papildomai pritraukta per 21 tūkst. eurų. E.Simonavičienės vadybinę ir kultūrinę veiklą galima vertinti ne tik skaičiais, bet ir emociniu poveikiu renginių dalyviams, išliekamąja verte bendruomenei ir visai rajono kultūrai.

Tardama padėkos žodžius E.Simonavičienė padėkojo savo kolegoms, visiems, prisidėjusiems prie idėjų įgyvendinimo.

Šventės metu scenoje pagerbti ir kiti krašto kultūros kūrėjai, Geriausio kultūros darbuotojo konkurso dalyviai. Mero padėkos raštai, Savivaldybės dovanos ir gėlių puokštės skirti Prienų krašto muziejaus direktorei **Lolitai Batutienei**, Išlaužo laisvalaikio salės kultūrinių renginių organizatoriui **Deividui Dubinovui**, Prienų kultūros ir laisvalaikio centro baletmeisteriui, vyresniųjų liaudiškų šokių kolektyvo „Ringis“ vadovui **Raimundui Markūnui**, Stakliškių

(Nukelta į 8 p.)

Bendruomeniškai paminėjo rudens lygiadienį

Rudens lygiadienis – tai astronominio rudens pradžia, kai dienos ir nakties trukmė tampa beveik vienoda, o tamsa sparčiai išstumia šviesą. Šis gamtos virsmas buvo labai svarbus daugelyje tautų, pagerbiamas apeigomis, minimas labai bendruomeniškai.

Tai – padėkos už derlių šventė, tad reikėdavo padėkoti Žemei ir Saulei. Versmeniečiai su protėvių papročiais neblogai susipažino, kasmet švęsdami lygiadienius pavasarį ir rudenį, pajuto jų prasmę ir svarbą. Tad susirinkę pagerbėme Žemyną, ugnį, naujo derliaus grūdą ir duoną, Alutinį, kurio metu alumi buvo vaišinami kaimynai ir giminės, alaus puta buvo šlakstomi namai.

Paminėjome ir Baltų vienybės dieną, prisimenant 1236 metų Saulės mūšį, amžių tėkmėje pražuvusias gentis. Daug įdomių dalykų surinko ir papasakojo Alvyra, Birutė, apeigoms dirigavo Gražina.

Įdėta nemažai darbo ruošiantis šventei, tad pasidžiaugėme, kad nieko neišgąsdino jau tikrai rudeniškas, žvarbus vėjas. Didelis būrys gervių pamojo atsisveikindamos, o mes palinkėjome joms lengvo kelio. Palinkėkime ir sau nepasiduoti tamsai! Ramiai prisitaikykime prie Gamtos ritmo.

Prienų sveikuolių klubo „Versmenė“ informacija

Pjauname avarinius medžius prie pastatų, elektros laidų. Tvarkome apleistus sklypus, paežeres. Karpome, formuojame gyvatvores. Griauname pastatus. Tel. +370 670 18 048.

„Gyvenimas“ – laikraštis Jums ir apie Jus!

„Metų ūkis 2026“ (II)

Ir darbas, ir gyvenimo būdas...

Jiezno seniūnijoje konkurso komisijos narių laukė įdomi viešnagė „Nibrių žirgynėlyje“. Jo šeimininkai Raminta ir Kęstutis ZAICEVIČIAI yra gražus pavyzdys to, kaip apleista, apgriuvusi vienkiemio sodyba Nemuno kilpų regioniniame parke, Nibrių, kaime virto įdomiu gyvūnų ūkiu ir jojimo mokykla.

Tuomet, prieš devynerius metus daugelis artimųjų ir draugų nesuprato kauniečių Ramintos ir Kęstučio apsisprendimo palikti Kauną ir gyvenamąja bei darbo vieta pasirinkti atokų kaimą prie Nemuno ir miškų. Juo labiau, kad tai ir teritorija, priklausanti griežtesnį ūkininkavimo veiklos statusą turinčiai saugomai teritorijai.

Bet, kaip prisiminė Kęstutis Zaicevičius, jiems abiems su savo hobiais ir veiklomis mieste tapo ankšta. Raminta – profesionali jojikė, o Kęstutis tuo metu rengė pasivažinėjimus su Haski veislės šunimis. Be to, jiems gimė ir naujos idėjos, galinčios padėti įkurti savitą ūkį, tvariai derantį su gamta, verslu ir veikla.

Šiandien 20 ha savos ir dar tiek pat nuomojamos žemės plote išsitenka asilas,

(Nukelta į 2 p.)

Nuomonė

Rytas STASELIS

Noras būti žurnalistų mylimiems

Jeigu su kelių akimirkų pertrauka atsiversite konkuruojančių JAV žiniasklaidos milžinų – CNN ir „Fox“ televizijos kanalų interneto svetaines (atitinkamai *cnn.com* ir *foxnews.com*), sunkiai patikėsite, kad šie du medijų kanalai transliuoja iš vienos šalies ir net vieno ir to pat pasaulio. Įprasta sakyti, kad magnato Tedo Turnerio prieš daugiau kaip 35 metus įkurtas CNN yra artimas demokratams, o „Fox“ – protrumpiškiems respublikonams. Tačiau ši sąsaja sunkiai paaiškina pastebimus net ne ideologijos skirtumus, o naujienų atrankos ir rėminimo principus. Greičiau tai, kaip skirtingai šį pasaulį ir savo šalį mato susiskaldžiusi šių medijų auditorija ir visa JAV visuomenė.

Nepaisant akivaizdžios prarajos, yra dalykų, dėl kurių CNN ir „Fox“ gali sutarti – pavyzdžiui, žurnalistų solidarumas ir žiniasklaidos veikimo laisvė.

JAV prezidentui Donaldui Trumpui šiame pasaulyje labai daug dalykų beigi žmonių nepatinka. Taip pat nepatinka ir tokios medijos, kaip CNN, „Politico“ ir MCNow ar „USA Today“. Aną savaitę dėl to jo Baltųjų rūmų administracija nusprendė apriboti šių medijų žurnalistų darbą JAV prezidento būstinėje. Kitaip tariant, neįleisti jų į rezidenciją. Nes, pasak D. Trumpo, „Kažkas negerai su šalimi, kuri leidžia žmonėms rašyti sąmoningai neigiamus dalykus“ (citata iš Nacionalinio visuomeninio radijo NPR).

Tiesa, sprendimas buvo įgyvendintas kiek atžagariai, nesuprantant, kad renginių iš Baltųjų rūmų transliacijos yra organizuojamos tam tikrais principais. Tarkime, kad TV transliacijos signalą įvairūs TV kanalai užtikrina pasikeisdami, tačiau visi – nominaliai konkuruojantys – tuo signalu naudojasi savo reikmėms.

Todėl dėl administracijos sankcijų trijų medijų žurnalistams, jų kolegos stačiai stojo piestu pareiškę, kad iš Baltųjų rūmų nebetransliuos nieko, kas susiję su D. Trumpu. Pirmadienį Baltųjų rūmų teritorijoje buvo atidaryta nauja sraigtasparnių aikštelė (į ją JAV Jūrų pėstininkų korpuso sraigtasparnis JAV prezidentą paprastai atskraidina į darbą), tačiau į renginį didžiausių TV kanalų reporteriai sugužėjo be kamerų. Taip pat ir iš D. Trumpui patinkančio „Fox“ kanalo. „The New York Times“ ir „The Washington Post“ dienraščiai pažadėjo parą neskelbti jokių vaizdų iš su D. Trumpu susijusių renginių, įskaitant prezidento kelionę iš Vašingtono į Jungtinių Tautų generalinę asamblėją Niujorke.

Trys administracijos „užbanintos“ medijos pažadėjo kreiptis į federalinį teismą su skundu, kad JAV prezidento administracija pažeidžia šalies Konstitucijos I pataisą, kuri aiškiai sako, kad JAV niekas ir niekada neribos žodžio ir saviraiškos laisvės. Pasak NPR, JAV teisingumo departamentas žada ginti Baltųjų rūmų poziciją, nes, esą CNN, MCNow ir „Politico“ „platina sąmoningą melą apie nacionalinį saugumą bei kitus klausimus, taip pat skelbia jautrią ar įslaptintą informaciją“.

Be to, JAV prezidentas, matyt, prisiminė 2000 m. buvęs TV realybės šou žvaigžde (šou „Mokinys“), todėl reaguodama į solidarią JAV žiniasklaidos akciją jo administracija paskelbė įkurianti specialų Baltųjų rūmų visą parą veikiantį vaizdo dienoraštį „YouTube“ tinkle „Trump.tv“, kuris, žinių agentūros AP duomenimis, kol kas nėra sėkmingas.

„Joks kitas JAV prezidentas nėra taip aršiai puolęs žiniasklaidos, kaip D. Trumpas. Vis dėlto jis trokšta jos dėmesio – ypač televizijos, kuri buvo galingiausia informacijos priemonė jam augant ir kurios dėka jis pelnė pasaulinį garsą (arba liūdną šlovę)“, – pranešime rašo AP.

Situacija, beje, primena ne tik visų laikų Lietuvos politikų bandymus įvairiais būdais pažaboti žodžio ir išraiškos laisvę Lietuvoje. Prieš keletą savaičių aštuonių Ukrainos žiniasklaidos leidinių – „Bihus.Info“, „Цензор.Нет“, „Бутусов+“, „Українська правда“, „Эспрессо“„MokRec“, „Kyiv Independent“, „Hromadske“ žurnalistai pranešė renkantys parašus po visuomenine peticija, kuri reikalauja, kad šalies prezidentas Volodymyras Zelenskis suteiktų galimybę spaudos konferencijoje pateikti ne tik jo administracijos pageidaujamus ar net suformuluotus klausimus, bet pakomentuotų ir aktualias problemas apie karo eigą, valdžios viršūnių korupciją. Kitaip tariant, apie tai, apie ką jis kalba tik tiek, kiek nori ir ką nori.

Visų lyderių norai – panašūs. Skiriasi, ko gero, tik jų suvokimas, kur yra riba, kurios negalima peržengti užtikrinant norą būti žurnalistų mylimiems.

„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 laiškanešius: Mobilųjį laiškanešį galite išsikviesti telefonu: (0 700) 55 400.

Ir darbas, ir gyvenimo būdas...

(Atkelta iš 1 p.)

arkliai, avys, ožkos, žąsys, vištos, šunys, net ir kregždės, nurenkančios nuo žirgų nugarų įvairius vabzdžius.

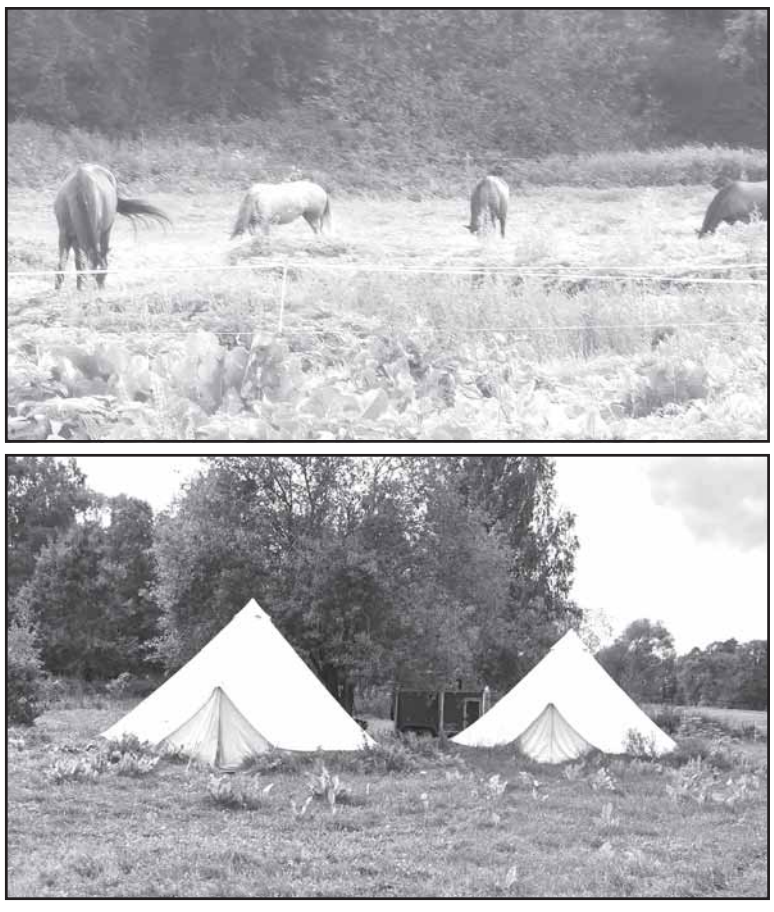
Pasak su konkurso komisijos nariais bendravusio Kęstučio Zaicevičiaus, su metais kaupėsi patirtis ir žinios, daugėjo gyvūnų, plėtėsi veiklos. Visi Zaicevičių ūkio gyvūnai žiemoja lauke. Jiems įrengtos priedangos tik nuo saulės, o paukščiams dar ir nuo žvarbos.

„Nibrių žirgynėlis“ sėkmingai vysto pramogines bei edukacines veiklas. Čia veikia jojimo mokykla, organizuojami žygiai, vaikų stovyklos, edukacijos bei pramoginiai užsiėmimai.

Žygiai su žirgais – tai nepamirštama patirtis tyrinėjant Nemuno kilpų regioninio parko grožį. Keliaujama per senvages, miško takeliais ir pievų pakraščiais – tomis vietomis, kurių neįmanoma pasiekti jokiais automobiliais. Dažnai kartu keliauja ir šunys, tad, kaip žygių organizatoriai sako, kompanija – tik jaukesnė.

Organizatorių teigimu, kiekvienas žygis unikalus, maršrutas pritaikomas pagal laiką, orą ir grupės poreikius. Pavasarį ir vasarą lydi žydinčios pievos, rudenį – spalvoti lapai, o žiemą – tylus sniego kraštovaizdis.

Jojimo pamokos „Nibrių žirgynėlyje“ skirtos ir pradedantiems, ir jau pažengusiems, norintiems patobulinti savo įgūdžius jojikams.



Pamokos vyksta su gerai išlavintais, ramiais žirgais. Jas veda kvalifikuoti instruktoriai.

Vis populiaresnės tampa ir ūkyje rengiamos stovyklos. Jos suteikia galimybę vaikams smagiai ir prasmingai leisti laiką gamtoje. Kasdienybę čia praturtina jodinėjimo pamokos, bendravimas su gyvūnais ir pažintis su kaimo gyvenimu.

Vaikai ne tik mokosi joti, bet ir dalyvauja edukacijose, kūrybinėse dirbtuvėse, žaidžia komandos formavimo žaidimus ir patiria vasariškų nuotykių.

Edukacijų metu jų dalyviai yra supažindinami su ūkyje auginamais gyvūnais: žirgais, avimis, ožkomis, paukščiais bei asilu. Svečiai turi progą gyvūnus ir pašukuoti, pamaitinti, išgirsti įdomių faktų apie jų savybes, norintieji – ir pabandyti pabalnoti žirgą, trumpai pajodinėti.

Daugėja ir besirenkančiųjų fotosesijas su gyvūnais, švenčiančiųjų gimtadienius, mergvakarius ir bernvakarius. Beje, ir patys Raminta su Kęstučiu vestuves šventė čia, Nibriuose, dar sename, apgriuvusiame tvarte. Dabar savo svečiams jie siūlo erdvią teritoriją su jaukiais, dengtais pastatais – esant blogam orui.

Zaicevičiai aktyviai įsiliejo į Nibrių bendruomenės gyvenimą, be jų organizuojamų pramogų, kaip sakė Jiezno seniūnijos seniūnas **Algis Bartusevičius**, šiandien būtų sunku įsivaizduoti ir tradicinę Jiezno šventę.

Ramutė Šimukauskaitė

„Via Lietuva“ Partnerių dienoje – ir apie Prienų rajono kelius

Rugsėjo 23 d. „Via Lietuva“ organizavo Partnerių dieną. Šis renginys subūrė LR susisiekimo ministerijos, Lietuvos savivaldybių asociacijos bei daugiau nei 50 šalies savivaldybių atstovus. Renginyje pagrindinis dėmesys skirtas regionams aktualios susisiekimo infrastruktūros klausimams, artimiausių metų projektų portfeliui ir tolesnio bendradarbiavimo su savivaldybėmis stiprinimui. Prienų rajono infrastruktūros klausimai buvo aptarti per strateginių valstybės projektų ir regioninio bendradarbiavimo prizmę.

Vienas iš renginyje pristatytų projektų – kelio Kaunas–Prienai–Alytus (Nr. 130) rekonstrukcija. Partnerių dienoje oficialiai aptarta šio kelio ruožo statuso pažanga – savivaldybių atstovai informuoti apie gautą statybą leidžiantį dokumentą ir užbaigiamas rangos darbų pirkimo procedūras. Akcentuota, kad darbai Prienų savivaldybėje prasidės jau šį rudenį.

Pagal būsimus techninius sprendinius, rekonstruojamame Prienų ruože numatyta 5 naujų žiedinių sankryžų, 3 tunelinių pravažiavimų, viadukų bei pėsčiųjų tiltų integracija į vietos kelių tinklą, siekiant suvaldyti didžiulį (per 10 tūkst. automobilių per parą) srautą.

Renginyje svarstyti ir kiti visoms savivaldybėms, įskaitant ir Prienus, aktualūs klausimai dėl kelių per miestus ir miestelius tvarkymo, pėsčiųjų ir dviračių takų atnaujinimo, aptartos krašto kelių dešiniojo rato, žvyrkelių dulkėtumo mažinimo, asfalto dangų plyšių taisymo aktualijos.

Taipogi diskutuota apie Žvyrkelių asfaltavimo programos tęstinumą. Apžvelgta bendra žvyrkelių asfaltavimo regionuose eiga ir kriterijai, kuriais remiantis atrenkami tolesni etapai rajonų seniūnijose.

Partnerių dienoje dalyvavęs Prienų rajono savivaldybės meras **Alvydas Vaicekauskas** savo feisbuko paskyroje teigia, kad „daug dėmesio susitikime buvo skirta kelių infrastruktūros plėtrai ir investicijų prioritetams, kelių priežiūros pokyčiams, taip pat liečiantiems kelių priežiūrą žiemos metu, savivaldybėms perduodamų kelių valdymui bei dviračių infrastruktūrai. Aptartos galimybės savivaldybėms naudotis „Via Lietuva“ modernia technika, objektyviai įvertinant kelių būklę ir planuojant jų remontą, bei kitos aktualijos.“

Meras patvirtino išgirdęs, jog šiemet startuoja kelio Kaunas–Prienai rekonstrukcija. Darbai, kaip ir žadėta, bus pradėti nuo Prienų pusės, o Prienų savivaldybės teritorijoje numatytas ruožas turėtų būti užbaigtas 2028 metais. Likusiam etapui numatoma pasitelkti viešojo ir privataus sektorių partnerystę.

Išsaugokim rudens begarsę tylumą...

Užnemunės pagrindinės mokyklos Balbieriškio skyriuje paminėta svarbi istorijos data – Lietuvos žydų genocido atminimo diena. Integruotoje pamokoje dalyvavo vicemeras Deividas Dargužis, vicemerė Laimutė Jančiukienė, Prienų r. savivaldybės administracijos direktorė Jūratė Mickevičienė, du svečiai iš Belgijos, vasarą gyvenantys Balbieriškyje, Balbieriškio kultūros ir laisvalaikio centro dainininkai.

Mokytojas **Vitas Rymantas Sidaravičius** supažindino mokinius su Balbieriškio istorijos puslapiais, pasakojančiais apie prieškarinio miestelio vystymąsi, pagrįstą puikia geografine padėtimi, apie to meto žmonių viltis puoselėti savo namus, parodė dar nedemonstruotų nuotraukų. Jis papasakojo apie iki šiol tebestovinčius namus, dar menančius mūsų piliečius, kuriems likimas pagailėjo globos karo metu.

Vicemeras **Deividas Dargužis** padėkojo už jautrią istorijos pamoką, už veikiantį Tolerancijos centrą, svečiai iš Belgijos išsakė padėką už galimybę pirmą kartą dalyvauti tokiame renginyje.

Rudens naktis sustojo, liko tik suakmenėjusi, sustingusi praeitis. Kaip tai galėjo atsitikti?

Parengta pagal Užnemunės pagrindinės mokyklos Balbieriškio skyriaus mokytojos Irenos Liutkevičienės informaciją

Jaukus susitikimas su Loreta Šileikyte-Zabalujeva Naujosios Ūtos bibliotekoje

Rugsėjo 18-ąją Naujosios Ūtos bibliotekoje vyko jaukus ir prasmingas susitikimas su rašytoja, poete ir barde Loreta Šileikyte-Zabalujeva.

Susitikimo metu autorė pristatė savo naujausią knygą „Paskutinė išlikusi knyga“, pasakojo apie jos atsiradimą, kūrybos kelią, savo knygas, poeziją ir muziką. Kalbėjomės apie knygų ir skaitymo reikšmę, atmintį, žinių išsaugojimą bei tai, ką norėtume perduoti ateities kartoms.

Nuoširdus pokalbis su autore leido pažinti ne tik jos naujausią kūrinį, bet ir pačią kūrėją – jos mintis, įkvėpimą ir meilę žodžiui bei muzikai. Susitikimą gražiai papildė Loretos atliekamos dainos, suteikusios vakarui dar daugiau jaukumo.

Nuoširdžiai dėkojame Loretai Šileikytei-Zabalujevai už šiltą bendravimą, atvirą pokalbį, pasidalintas mintis ir nuostabią muzikinę akimirką.

Taip pat nuoširdžiai dėkojame Naujosios Ūtos bendruomenės moterims už pagalbą ir prisidėjimą prie renginio jaukumo bei Naujosios Ūtos seniūnui A. Aliukevičiui už pagalbą organizuojant susitikimą.

Ačiū visiems, kurie atėjote, klausėtės, bendravote ir savo buvimu kūrėte šį gražų vakarą.

Tegul knygos ir susitikimai su jų kūrėjais dar ne kartą suburia mus Naujosios Ūtos bibliotekoje.

Sonata Milušauskienė

Prienų Justino Marcinkevičiaus viešoji biblioteka Kauno knygų mugėje atvėrė Poeto atminimo ir kultūros kelio puslapius

2026 m. rugsėjo 18–20 d. Prienų Justino Marcinkevičiaus viešoji biblioteka dalyvavo Kauno „Žalgirio“ arenoje vykusioje Kauno knygų mugėje. Šventinio šurmulio sūkuryje biblioteka mugės lankytojams pristatė du svarbius ir prasmingus projektus – parodą „Justinas Marcinkevičius. Nuo ištakų iki šiandienos“ ir sertifikuotą Regioninį Justino Marcinkevičiaus kultūros kelią.

Paroda „Justinas Marcinkevičius. Nuo ištakų iki šiandienos“ kvietė iš arčiau pažinti iškilaus tautos poeto ir kraštiečio asmenybę bei jo gyvenimo kelią. Dešimtyje parodos stendų eksponuojama išsami dokumentinė ir archyvinė medžiaga: nuotraukos iš poeto šeimos archyvo, amžininkų ir literatūrologų mintys, kūrybos ištraukos. Ekspozicija nuosekliai pasakoja apie Justino Marcinkevičiaus tėviškę Važatkiemyje, mokslo metus Alksniakiemyje ir Prienų „Žiburio“ gimnazijoje, studijas Vilniaus universitete, taip pat apie jo kūrybinį kelią, lietuvybės puoselėjimą, indėlį siekiant Lietuvos nepriklausomybės, bei Poeto atminimo įamžinimą Prienų krašte.

Mugės svečiams taip pat buvo pristatytas sertifikuotas Regioninis Justino Marcinkevičiaus kultūros kelias – unikalus tarpinstitucinio bendradarbiavimo projektas. Tai vienintelis toks kultūros kelias Lietuvoje, kurio kiekvienas lankomas taškas prabyla paties Poeto žodžiais: eilėraščiais, publicistika ir kalbomis, lydėjusiomis Lietuvos nepriklausomybės atkūrimą bei tautos dvasinius virsmus.

Tris dienas trukęs dalyvavimas knygų mugėje suteikė puikią galimybę atskleisti Prienų krašto kultūrinį identitetą, pasidalinti prasmingais darbais bei pakviesti knygos mylėtojus keliauti Justino Marcinkevičiaus kūrybos ir atminties keliais.

Prienų Justino Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos informacija

Pristatytas naujas petankės aikštynas

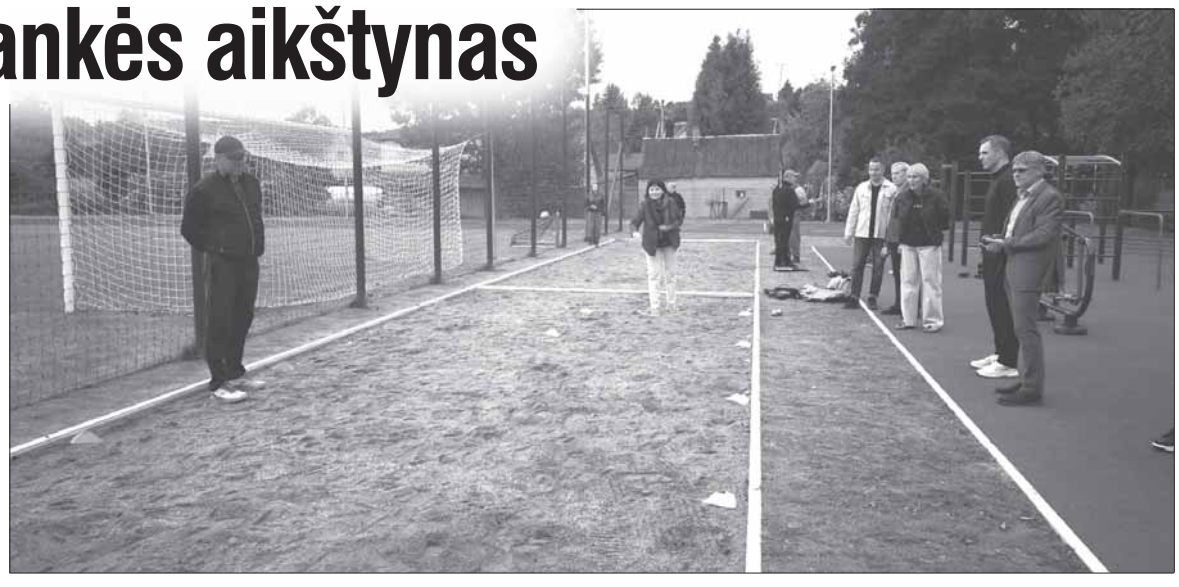
Rugsėjo 18 d. Prienų „Revuonos“ pagrindinės mokyklos stadione buvo pristatytas petankės aikštynas ir petankės žaidimas.

Pristatyme dalyvavo LR Seimo pirmininko pavaduotoja, Seimo narė Jūratė Zailskienė, Švietimo ir sporto skyriaus vedėjas Rimvydas Zailskas, Prienų rajono savivaldybės administracijos atstovai, krašto petankės bendruomenės nariai, „Revuonos“ pagrindinės mokyklos fizinio ugdymo mokytojai, Birštono gimnazijos ir „Revuonos“ pagrindinės mokyklos mokiniai.

Džiugu, jog susirinkusieji aktyviai dalyvavo užsiėmime ir vieningai tvirtino, jog petankė yra įtraukiantis ir įdomus žaidimas.

Tikimės, kad naujasis petankės aikštynas taps dar viena smagia vieta aktyviai leisti laiką, suburti bendruomenę ir atrasti šį žaidimą iš naujo!

Parengta pagal Lietuvos petankės asociacijos informaciją



Tarybos posėdis

Didėjančios biudžeto pajamos, nauja paskola ir dėmesys istorinei atminčiai

Rugsėjo 24 d. vykusiame Prienų rajono savivaldybės tarybos posėdyje apsvarstyta 14 darbotvarkės klausimų, visų pirma – patvirtinti 2026–2028 metų Savivaldybės biudžeto pakeitimai. Tarybos nariai patikslino Savivaldybės biudžeto pajamas, jos didėja 1,007 mln. eurų – iki 66,7809 mln. eurų, o asignavimai programoms finansuoti – iki 69,1893 mln. eurų. Pajamos didinamos ES projektų bei biudžetinių įstaigų pritrauktomis lėšomis.

Pritarta LR Finansų ministerijos perskolinamos paskolos iki 2 371 732,82 eurų ėmimui 20 metų laikotarpiui 2021–2027 metų Europos Sąjungos fondų investicijų programos lėšomis bendrai finansuojamiems projektams įgyvendinti. Finansų ir strateginio planavimo skyriaus vedėjos Jurgitos Čerkauskienės teigimu, paskola užtikrins pakankamą finansavimą septynių projektų įgyvendinimui. Prie šių projektų Savivaldybė prisidės ne mažiau kaip 15 proc. visų tinkamų finansuoti projektų išlaidų bei, esant poreikiui, padengs projektų įgyvendinimo metu atsirandančias netinkamas finansuoti išlaidas.

Numatyta skirti lėšų Čiudiškių, Dukurnonių, Klebiškio, Lepelionių, Norkūnų I, Norkūnų II, Paškavančio, Pašventupio I, Pelekonių IV piliakalnių tvarkybai ir Surmiaus ežero aplinkos pritaikymui lankytojams, taipogi kitų gamtos ir kultūros objektų, Balbieriškio dvaro sodybos parko sutvarkymui ir pritaikymui turizmo reikmėms. Paskolos lėšomis bus pagerintas ugdymo paslaugų prieinamumas mokyklose, įgyvendinti projektai, susiję su socialinių paslaugų įstaigų senyvo amžiaus asmenims infrastruktūros modernizavimu ir plėtra, ilgalaikės priežiūros paslaugų plėtra, Atviros jaunimo erdvės įrengimu.

Tarybos nariams pasiteiravus dėl skolinimosi rizikos, skyriaus vedėja juos nuramino, kad šiuo metu palūkanos yra pakankamai patrauklios, ateityje jos didės, todėl svarbu nedelsti ir laiku pasirašyti sutartį. Jos teigimu, palūkanos bus mokamos už panaudotas, o ne už rezervuotas lėšas.

Patenkintas Prienų kultūros ir laisvalaikio centro prašymas KLC mažajai salei suteikti filosofo Antano Maceinos vardą. Tam gautas ir žymaus kraštiečio dukros Danutės Maceinaitės-Mickūnienės pritarimas. Šiuo sprendimu pagerbtas iš Prienų rajono, Bagrėno kaimo, kilusio Antano Maceinos atminimas, jo 120-ties metų gimimo sukaktis bus minima 2028 metais.

Taryba patvirtino Prienų rajono savivaldybės bendrojo ugdymo mokyklų aikštynų, stadionų, sporto salių ir kitų patalpų trumpalaikės nuomos tvarkos aprašą. Priėmus šį sprendimą bus efektyviau panaudojamas mokyklų turtas, sudarytos sąlygos vietos bendruomenėms aktyviau naudotis mokyklų sporto infrastruktūra; skatinamas fizinis aktyvumas; savivaldybė nepatirs papildomų išlaidų išlaikymui.

Taryba priėmė keletą sprendimų dėl valstybinės žemės ir Savivaldybės turto pardavimo, naudojimo, perėmimo, nuomos bei turto įsigijimo.

Nacionalinei žemės tarnybai bus teikiamas parduoti atvirame aukcione 0,6353 ha kitos paskirties valstybinės žemės sklypas Pramonės g. 7D, Prienuose. Dėl naudojimo būdo jame galės būti vystoma pramonės ir sandėliavimo veiklai skirta infrastruktūra.

Ankstesniame sprendime įsivėlus klaidai, nustatyta patikslinta 10 265 eurų pradinė pardavimo kaina (neįskaitant aukciono organizavimo išlaidų) už vieną iš valstybinės žemės sklypų Naujojo Gyvenimo gatvėje, Prienuose.

Iš viešame aukcione parduodamo turto sąrašo išbrauktas Vytenio g. 3 esantis 99,51 kv. m ploto pastatas-sandėlis. Jis perduotas VšĮ „Gilės sodas“ panaudos teise penkeriems metams, numatant galimybę terminą pratęsti dar penkeriems metams. Tiesa, patalpos reikalingos remonto ir patogumų.

Viešoji įstaiga patalpas ketina naudoti humanitarinio, socialinio ir psichosocialinio pobūdžio paslaugų plėtrai, orientuojantis į pažeidžiamus Prienų rajono savivaldybės gyventojus: skurdą ar benamystę patiriančius ir iš įkalinimo įstaigų grįžusius asmenis, priklausomybės ligomis sergančius, socialinės adaptacijos sunkumų patiriančius bei kitus gyventojus, kuriems reikalinga pagalba.

Šiuo metu VšĮ „Gilės sodas“ humanitarinę ir psichosocialinę pagalbą per savaitę vidutiniškai suteikia 30–50 savivaldybės gyventojų. Tinkamos patalpos sudarytų galimybę šių paslaugų apimtį didinti, užtikrinti jų prieinamumą ir tęstinumą bei organizuoti grupines ir bendruomenines veiklas.

158,10 kv. m bendro ploto patalpos, esančios Panemunės g. 28, perduotos Prienų globos namams panaudos teise iki metų pabaigos.

Taryba taip pat nusprendė viešo konkurso būdu trejiems metams (su galimybe pratęsti dar trejiems metams) išnuomoti patalpas Kranto g. 8. Jose planuojama vykdyti administracinę veiklą, susijusią su registrų ir valstybės informacinių sistemų tvarkymu.

Po diskusijų ir Tarybos narės Loretos Jakinevičienės pastabų, jog labai norint galima rasti išeitį, kaip padėti gyventojams, daugumos balsais pritarta tam, kad Savivaldybė iš Turto banko perimtų 1/53 dalį Mauručių kaime esančios vandenvietės bei kiemo statinių infrastruktūros, reikalingos savarankiškajai savivaldybės funkcijai – geriamojo vandens tiekimo ir nuotekų tvarkymo organizavimui – įgyvendinti. Tokiu būdu bus užtikrintas nepertraukiamas viešųjų paslaugų teikimas vietos gyventojams.

Tarybos sprendimu, nuspręsta iš AB „Energijos skirstymo operatorius“ įsigyti Sūkurių kaime esančią 0,606 km ilgio elektros oro linijos dalį už 10,08 euro.

Pritarta trijų kambarių buto įsigijimui už 74 400 eurų Prienų mieste. Jis bus naudojamas Prienų rajono savivaldybės socialiniam būstui.

Posėdžio pabaigoje opozicijos lyderė Loreta Jakinevičienė pateikė paklausimą dėl planų atnaujinti susidėvėjusią šilumos trasą Siaurojoje gatvėje, Prienuose, trasa veda per tris privačius sklypus, todėl gyventojai nerimauja dėl žalos, kurią galimai patirs kasinėjimo darbų metu. Jos žiniomis, dėl to kilo nesutarimų. Meras A.Vaicekauskas sakė domėjęsis situacija vietoje, gyventojai, su kuriais bendrauta, prieštaravo, kad naujoji trasa būtų paklota per jų žemę, o siūloma alternatyva yra daug brangesnė, nesutinkama prisidėti finansiškai, gali tekti klausimus spręsti teisiniu būdu.

Dalė Lazauskienė

Nuotrauka - Prienų rajono savivaldybės

Apie ką rašoma socialiniuose tinkluose

Kai susitelkia geri žmonės – darbai juda pirmyn!

Rugsėjo 21 d. Nemuno kilpų regioniniame parke sulaukėme nuostabių savanorių, kurios savo laiku, energija ir geranoriškumu prisidėjo prie parko infrastruktūros atnaujinimo darbų.

Savanorių nesustabdė net lietus – darbai vyko ir tada, kai dangus nusprendė šiek tiek „padėti“.

Nuoširdžiai džiaugiamės ir didžiuojamės, kad turime žmonių, kuriems rūpi mūsų gamta, aplinka ir vietos, kuriose gera būti. Kiekvienas prisilietimas prie bendro darbo kuria ne tik gražesnę aplinką, bet ir stiprina bendrystę.

Ačiū mūsų savanorėms už pagalbą, ištvermę, entuziazmą ir gerą nuotaiką! Jūsų dėka Nemuno kilpų regioninis parkas tampa dar jaukesnis, tvarkingesnis ir patogesnis lankytojams. Geri darbai tikrai verti būti pamatyti!

Nemuno kilpų regioninio parko informacija

Atrakino M.Valančiaus kodą

Rugsėjo 24 d. Išlaužo Dievo dvaro rūsiuose vyko edukacinis renginys vaikams ir jaunimui „Valančiaus kodas“, kuriame Išlaužo Vaikų Dienos centrą lankantys vaikai atliko užduotis, sprendė galvosūkius, patyrė netikėtų atradimų.

Ar pavyko Valančiaus kodą atrakinti? Pavyko! Keliaudami per skirtingas užduočių stoteles, perskaitydami užuominas, dalyviai susipažino su Motiejaus Valančiaus gyvenimu ir veikla, sužinojo apie knygnešius, švietimo svarbą, lietuvių kalbos išsaugojimą bei vertybes, kurios aktualios ir šiandien. Istoriją galima ne tik perskaityti. Ją galima atrasti, iššifruoti ir patirti.

Parengta pagal Išlaužo laisvalaikio salės informaciją

Akcija „Rieda ratai rateliukai“

Rugsėjo 24 dieną, tęsiant Europos judrumo savaitę, Prienų lopšelyje-darželyje „Saulutė“ vyko akcija „Rieda ratai rateliukai“, skirta paminėti Tarptautinę dieną be automobilio.

Akcijos tikslas – skatinti vaikų fizinį aktyvumą, sudominant netradicine veikla ir supažindinti su ekologiškomis, alternatyviomis automobiliui susisiekimo priemonėmis. Vaikai į darželį atvyko paspirtukais, dviratukais, triratukais. Patys mažiausieji atsinešė traukiamus, stumiamus žaisliukus.

Gražia eisena vaikai susirinko darželio kieme. Padiskutavus apie automobilį pakeičiančias judėjimo priemones, atlikus mankštą, vaikučiai išsirikiavo prie „starto“. Grupė po grupės, ir visi pajudėjo...

Gerai nusiteikę, su šypsenom veiduose, riedėjo darželio taku. Akcijos pabaigoje – grupėms įteiktos padėkos, vaikams palinkėta būti aktyviems, būti judriems, o svarbiausia – būti saugiems!

Aušra Kreivėnė
Ikimokyklinio ugdymo mokytoja metodininkė

UAB „Birštono vandentiekis“ informuoja gyventojus, kad nuo 2026 m. lapkričio 1 d. keičiasi geriamojo vandens tiekimo ir nuotekų tvarkymo bei paviršinių nuotekų tvarkymo paslaugų kainos:

	Kaina Eurais su PVM
Geriamojo vandens tiekimo ir nuotekų tvarkymas daugiabučio namo gyventojui 1 m^3	3,73
Pardavimo kaina daugiabučių namų gyventojams, kai apskaitos prietaisas priklauso vandens tiekėjui	2,07
Geriamojo vandens tiekimas ir nuotekų tvarkymas gyventojui indvidualiuose namuose 1 m^3	3,68
Pardavimo kaina daugiabučių namų gyventojams, kai apskaitos prietaisas priklauso vandens tiekėjui	1,97

Išsamesnė informacija apie kainas gyventojams ir įmonėms www.birstonovandentiekis.lt

Gyvenimas – šeimai apie sveikatą

Stiprėja slaugytojų vaidmuo šeimos gydytojo komandoje: daugiau paslaugų jie galės teikti savarankiškai

Sveikatos apsaugos ministerija plečia slaugytojų vaidmenį šeimos gydytojo komandoje: nuo spalio 1 d. jiems suteikiama daugiau galimybių skirti tam tikrus tyrimus ir vertinti jų rezultatus. Tai leis efektyviau organizuoti šeimos gydytojo komandos darbą ir daugiau gydytojo laiko skirti pacientams, kuriems reikalingos jo žinios ir kompetencija.

„Šeimos gydytojo komanda turi veikti kaip komanda – kiekvienas specialistas turi atlikti tas funkcijas, kurioms yra pasirengęs. Nemažai gydytojo laiko užima darbai, kuriuos pagal savo kompetenciją gali atlikti slaugytojas. Taigi pakeitimais siekiame, kad gydytojas daugiau laiko galėtų skirti pacientui, kuriam reikia būtent jo konsultacijos, diagnozės nustatymo ar gydymo sprendimo, o slaugytojas turėtų daugiau galimybių savarankiškai panaudoti savo profesines žinias ir kompetenciją“, – sako sveikatos apsaugos ministras **Linas Kukuraitis**.

Atnaujinta pirminės ambulatorinės asmens sveikatos priežiūros paslaugų organizavimo tvarka užtikrina slaugytojams galimybę atlikti daugiau veiksmų, kurie iki šiol buvo priskirti tik šeimos gydytojams arba išplėstinės praktikos slaugytojams.

Vienas iš pokyčių – slaugytojams suteikiama daugiau galimybių skirti ir atlikti tam tikrus laboratorinius tyrimus. Pavyzdžiui, prieš planinę invazinę ar intervencinę procedūrą tam tikrus kraujo tyrimus – protrombino laiko ir tarptautinio normalizacijos santykio, aktyvinto dalinio tromboplastino laiko, kraujo grupės ir rezus faktoriaus nustatymo – galės skirti šeimos medicinos paslaugas teikiantis gydytojas, slaugytojas arba išplėstinės praktikos slaugytojas.

Daugiau galimybių numatoma ir vertinant pacientus, sergančius ūminėmis viršutinių kvėpavimo takų infekcijomis. A grupės beta hemolizinio streptokoko greitąjį antigeno testą, kai reikia spręsti dėl antibakterinio gydymo tikslingumo, taip pat galės skirti šeimos gydytojas, slaugytojas arba išplėstinės praktikos slaugytojas.

Išplėstinės praktikos slaugytojams taip pat suteikiama daugiau galimybių skirti ir vertinti kai kuriuos pasėlių tyrimus. Jie galės vertinti šlapimo pasėlio tyrimų rezultatus, kai įtariama ar diagnozuota šlapimo takų infekcija ir tyrimo reikia sprendžiant dėl antibakterinio gydymo. Taip pat jų kompetencijai priskiriami tam tikri išmatų, žaizdų ir nosiaryklės bei gerklės pasėlių tyrimai, kai įtariama bakterinė infekcija.

Pagal atnaujintą tvarką slaugytojai ir išplėstinės praktikos slaugytojai galės atlikti greitąjį rota, adeno arba rota, adeno ir noro virusų antigeno testą, kai pacientui įtariamas virusinės kilmės viduriavimas.

Taip pat numatoma, kad už vaikų ir kitų nustatytų grupių asmenų skiepijimą bei kai kurias kitas vakcinavimo paslaugas bus mokami skatinamieji priedai. Tarp jų – priedai už rizikos grupėms priklausančių asmenų skiepijimą gripo vakcina bei visų gyventojų skiepijimą nuo COVID-19 ligos.

Pakeitimai įsigalios 2026 m. spalio 1 d. ir bus taikomi apmokant nuo šios datos suteiktas asmens sveikatos priežiūros paslaugas.

Vaistininkė įspėja: šios keturios klaidos gali sumažinti vaistų bei vitaminų poveikį

Vaistų ar maisto papildų vartojimas daugeliui atrodo paprastas ir aiškus, tačiau kai kurie kasdieniai įpročiai, kuriems dažnas neteikia reikšmės, gali turėti įtakos ne tik veikliųjų medžiagų pasisavinimui, bet ir veikimui. Vaistinių tinklo „Camelia“ vaistininkė Evelina ZYKIENĖ įvardija keturias dažniausias klaidas, kurias žmonės daro vartodami vaistus ir maisto papildus, bei paaiškina, kodėl šie įpročiai gali pakenkti.

„Žmonės vis labiau rūpinasi savo sveikata – kreipiasi į gydytojus ar vaistininkus dėl vaistų vartojimo, prireikus stiprina organizmą vitaminų bei mineralų maisto papildais. Tačiau ne visi pacientai atkreipia dėmesį į specialistų įvardijamą papildomą informaciją apie preparatų vartojimą, o kai kurie tam išvis neskiria dėmesio. Vis dėlto, reikia turėti omenyje, kad kai kurie preparatai sąveikauja su kasdien vartojamu maistu ar gėrimais, o kai kurių maisto papildų bei vaistų geriau nevartoti kartu, svarbus ir paros laikas, kada preparatai vartojami“, – teigia vaistininkė.

Pirmoji klaida – vaistai išgeriami su kava, sultimis ar pienu

Vaistininkė sako, kad tai su kokiu skysčiu išgeriame vaistą, gali turėti didelę įtaką jo veikimui organizme. Kai kurie gėrimai gali pakeisti vaisto įsisavinimą, jo koncentraciją kraujyje ar netgi paskatinti nepageidaujamas reakcijas.

„Greipfrutų sultys yra bene žinomiausias pavyzdys, – jos slopina fermentą, kuris skaido daugelį vaistų, todėl vaisto kiekis kraujyje gali padidėti kelis kartus. Tai ypač pavojinga vartojantiems širdies ir kraujagyslių veiklai skirtus vaistus, cholesterolio mažinimo preparatus ar kai kuriuos antidepresantus. Tačiau greipfrutai nėra vieninteliai – panašų poveikį gali turėti ir apelsinų bei obuolių sultys, kurios gali mažinti kai kurių vaistų įsisavinimą“, – aiškina E. Zykienė.

Kava ir žalioji arbata taip pat gali daryti neigiamą poveikį. Jose esantis kofeinas ir taninai gali sutrikdyti geležies preparatų įsisavinimą, o šiuos gėrimus vartojant su kai kuriais vaistais, gali sustiprėti nervų sistemos stimuliacija, padidėti nerimas ar širdies ritmo sutrikimai. Pienas ir kiti kalcio turintys produktai gali slopinti antibiotikų, skydliaukės hormonų ir kai kurių vaistų nuo osteoporozės įsisavinimą.

„Vaistus reikėtų užsigerti stikline paprasto vandens. Jei norite išgerti kavos ar sulčių, palaukite bent valandą po vaisto vartojimo. Tai mažas pokytis, kuris gali turėti didelę reikšmę vaisto ar maisto papildo veiksmingumui“, – pataria vaistininkė.

Antroji klaida – netinkamas vartojimo laikas

Ant vaistų pakuočių parašytos jų vartojimo rekomendacijos „prieš valgį“, „valgio metu“ ar „po valgio“ nėra atsitiktiniai, jie nurodo kaip maistas veikia konkretaus vaisto įsisavinimą ir efektyvumą. Tačiau daugelis žmonių šių nurodymų nepaiso arba tiesiog jų nepastebi.

„Kai kurie vaistai turi būti vartojami tuščiu skrandžiu, nes maistas gali smarkiai sumažinti jų įsisavinimą. Pavyzdžiui, skydliaukės hormonų preparatus rekomenduojama išgerti bent 30 minučių prieš pusryčius, o tam tikrus osteoporozės vaistus – net 60 minučių prieš valgį, o visą šį laiką nesisėsti ir nesigulti. Jei šių rekomendacijų nesilaikoma, vaistas gali tiesiog neveikti taip, kaip turėtų“, – pasakoja „Camelia“ vaistininkė.

Kiti vaistai, priešingai, turi būti vartojami su maistu. Nesteroidiniai vaistai nuo uždegimo, kurių veikliosios medžiagos yra ibuprofenas ar diklofenakas, vartojami tuščiu skrandžiu gali dirginti skrandžio gleivinę ir ilgainiui sukelti opas, todėl juos geriau vartoti bent šiek tiek užkandus. Kai kurie vitaminai, ypač riebaluose tirpūs A, D, E ir K, geriau įsisavinami vartojami kartu su riebalų turinčiu maistu, pavyzdžiui, avokadais, riešutais, sėklomis, alyvuogių aliejumi ar riebiomis žuvimis.

„Pavyzdžiui magnio maisto papildus naudinga vartoti vakare, kadangi jis gali raminti nervų sistemą, padėti atsipalaiduoti. Energiją veikiančius ir nuovargį galinčius mažinti vitaminus, pavyzdžiui, vitaminą C ar B grupės vitaminus, reikėtų vartoti dienos metu ir ne tuščiu skrandžiu. Vitaminas C, jei vartojamas nevalgius, gali padidinti refliukso tikimybę. Jei nesate tikri, kada vartoti vaistą ar vitaminus, verčiau pasiteiraukite gydytojo ar vaistininko“, – sako ji.

(Nukelta į 6 p.)

Cholesteroliui kontroliuoti – daugiau kompensuojamo gydymo galimybių

Pacientams, kuriems sudėtinga sumažinti „blogojo“ cholesterolio (MTL cholesterolio) kiekį kraujyje įprastais vaistais ir jau yra sirgę sunkiomis širdies ir kraujagyslių ligomis, atsiveria naujos gydymo galimybės. Nuo šiol jiems gali būti kompensuojami du nauji vaistai, skirti cholesterolio kiekiui mažinti ir širdies bei kraujagyslių ligų rizikai valdyti.

„Padidėjęs cholesterolis yra vienas iš svarbiausių širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksnių. Todėl itin svarbu, kad pacientai, kuriems gydymas kitais „blogąjį“ cholesterolį kiekį kraujyje mažinančiais vaistais neleidžia pasiekti reikiamų rezultatų, turės daugiau priemonių kontroliuoti savo sveikatos būklę. Nauji kompensuojamieji vaistai suteiks daugiau galimybių sumažinti su dideliu cholesterolio kiekiu susijusią riziką,“ – sako sveikatos apsaugos viceministras **Daniel Naumovas**.

Į kompensuojamųjų vaistų sąrašą įtraukti du vaistai – evolokumabas ir inklisiranas. Jie gali būti skiriami pacientams, kuriems, nepaisant gydymo kitais, „blogąjį“ cholesterolį kraujyje mažinančiais vaistais, nepavyksta pasiekti norimų rezultatų, taip pat pacientams, kurie jau serga sunkiomis širdies ir kraujagyslių ligomis. Vaistai bus kompensuojami pacientams, turintiems dislipidemiją ir sergantiems nestabilia krūtinės angina ar patyrusiems miokardo infarktą, ar išeminį insultą ir visiems šiems pacientams jau buvo taikytas intervencinis gydymas.

Gydymą šiais vaistais skirti pirmą kartą galės gydytojas kardiologas ar gydytojas vaikų kardiologas, taip pat tretinio lygio sveikatos priežiūros paslaugas teikiantis gydytojas neurologas. Vėliau gydymą tęsti galės šeimos ar vidaus ligų gydytojas, gydytojas kardiologas ar gydytojas vaikų kardiologas, gydytojas neurologas.

Evolokumabas taip pat bus kompensuojamas ir pacientams, kuriems cholesterolio kiekis kraujyje yra padidėjęs dėl paveldimų priežasčių, ir įprastas gydymas nėra pakankamas.

Pacientai, kurie vaistus evolokumabą ar inklisiraną šiuo metu vartoja įsigydami savo lėšomis, dėl kompensuojamojo gydymo skyrimo turėtų kreiptis į gydytoją kardiologą, gydytoją vaikų kardiologą ar gydytoją neurologą, teikiantį tretinio lygio sveikatos priežiūros paslaugas. Jeigu paciento būklė, prieš paskiriant gydymą vaistais evolokumabu ar inklisiranu, atitiko ministro įsakyme nustatytas skyrimo sąlygas, gydymas jam galės būti tęsiamas kompensuojamaisiais vaistais.

Vaistininkė įspėja: šios keturios klaidos gali sumažinti vaistų bei vitaminų poveikį

(Atkelta iš 5 p.)

Trečioji klaida – neteisingas vaistų ir maisto papildų derinimas

Populiarus įprotis – ryte išgerti visus vaistus ir maisto papildus vienu kartu, kad nereikėtų apie juos galvoti visą dieną. Tačiau toks požiūris gali padidinti nepageidaujamų sąveikų tikimybę, kadangi kai kurios medžiagos konkuruoja dėl įsisavinimo arba stiprina viena kitos poveikį.

„Vienas dažniausių pavyzdžių – kalcio ir geležies preparatai. Vartojant juos kartu, kalcis blokuoja geležies įsisavinimą, ir geležies maisto papildas tampa beveik beverčiu. Tas pats galioja kalciui ir skydliaukės vaistams bei kalciui ir kai kuriems antibiotikams. Rekomenduočiau tarp šių preparatų vartojimo daryti bent dviejų valandų pertrauką“, – aiškina E. Zykienė.

Ypač atsargūs turėtų būti žmonės, vartojantys kraują skystinančius vaistus. Omega-3 riebalų rūgštys, česnako maisto papildai, ginkmedžio ekstraktas – visi šie maisto papildai taip pat gali daryti įtaką kraujo skystinimui, todėl vartojant juos kartu su vaistais gali padidėti kraujavimo rizika. Jonažolė, kai kuriais atvejais vartojama nuotaikai gerinti, yra viena pavojingiausių žolelių sąveikų prasme, ji gali susilpninti arba gerokai sustiprinti kontraceptikų, antidepresantų, širdies vaistų ir daugelio kitų preparatų veikimą.

Ketvirtoji klaida – neapskaičiuojamos paros dozės

Daugelis žmonių vartoja kelis skirtingus maisto papildus vienu metu, nesusimąstydami, kad juose gali kartotis tos pačios veikliosios medžiagos. Multivitaminų kompleksas, atskiri vitamino D maisto papildai, odai ir plaukams skirtas kompleksas, imuninei sistemai skirtas preparatas: įsigilinus į sudėtis neretai paaiškėja, kad tos pačios medžiagos vartojamos dvigubai ar net trigubai viršijant rekomenduojamą paros dozę.

„Dažniausiai taip nutinka su vitaminu D, cinku, vitaminu B6 ir geležimi. Žmonės mano, kad vitaminų perteklius tiesiog pasišalins iš organizmo, tačiau taip gali būti nebent su vandenyje tirpiais vitaminais. Riebaluose tirpūs vitaminai – A, D, E ir K – kaupiasi organizme ir gali sukelti apsinuodijimą“, – įspėja E. Zykienė.

„Camelia“ vaistininkė rekomenduoja prieš pradedant vartoti naujus maisto papildus perskaityti visų jau vartojamų produktų sudėtis ir suskaičiuoti, kiek tos pačios medžiagos suvartojate per dieną. Jei abejojate, tiesiog atneškite turimus maisto papildus į vaistinę – vaistininkai padės įvertinti, ar dozės saugios ir ar preparatai tarpusavyje suderinami.

PR Atvėsus orams podagra gali priminti apie save: gydytoja paaiškino, ką svarbu žinoti

Podagra nėra sezoninė liga, tačiau rudenį susideda keli veiksniai, galintys turėti įtakos jos eigai ir priepuolių rizikai. Ligos paplitimas pasaulyje per tris dešimtmečius išaugo daugiau nei penktadaliu, todėl vis daugiau dėmesio skiriama savalaikei diagnostikai ir ilgalaikei ligos kontrolei. „Hila“ gydytoja reumatologė Marija Montvydaitė atkreipia dėmesį, kad podagrą vis dar lydi nemažai klaidingų įsitikinimų, galinčių apsunkinti jos atpažinimą ir gydymą.

Rudenį susideda keli rizikos veiksniai

Pasak gydytojos, aiškaus podagros sezoniškumo nėra, tačiau atvėsus orams pasikeičia keli kasdieniai įpročiai, kurie gali būti reikšmingi.

„Žemesnėje temperatūroje mažėja uratų kristalų tirpumas, todėl jie labiau linkę kauptis nuo kūno centro nutolusiuose sąnariuose. Kartu rudenį geriame mažiau skysčių, dažniau valgome sotesnį maistą ir mažiau judame“, – aiškina M. Montvydaitė.

Atvėsus orams silpniau jaučiame troškulį, todėl neretai sumažėja ir suvartojamų skysčių kiekis. Tai svarbu, nes didelė dalis šlapimo rūgšties iš organizmo pašalinama per inkstus.

Keičiasi ir mityba – lengvesnius vasaros patiekalus dažniau pakeičia sotesnis, daugiau mėsos turintis maistas. Mažesnis fizinis aktyvumas kartu gali prisidėti prie svorio augimo ir metabolinių sutrikimų, kurie glaudžiai susiję su podagra.

Vakare nieko neskaudėjo, o paryčiais – sunku net prisiliesti

Pasak M. Montvydaitės, vienas iš podagrą išskiriančių požymių yra itin staigi priepuolio pradžia. Skirtingai nei kai kurių kitų sąnarių ligų atveju, simptomai gali išsivystyti vos per kelias valandas.

„Žmogus gali vakare nueiti miegoti nejausdamas jokių

(Nukelta į 7 p.)

PR Pirmieji Alzheimerio ligos požymiai ar tik užmaršumas: neurologė paaiškina, kaip juos atskirti

Praėjusią savaitę minėjome Pasaulinę Alzheimerio ligos dieną (09/21), specialistai primena, kokių atminties ir kitų pažintinių funkcijų pokyčių nereikėtų automatiškai nurašyti amžiui. Retkarčiais pamirštas vardas, ne vietoje paliktas daiktas ar pasimetimas, ko prireikė eiti į kitą kambarį, savaime dar nėra ligos požymis. Tačiau verta sunerimti, jei tokie pokyčiai palaipsniui ryškėja ir tampa vis didesniu trukdžiu žmogaus kasdieniam gyvenimui.

Kauno ir Klaipėdos diagnostikos ir chirurgijos klinikos „Meliva“ gydytoja neurologė Rosita Burbaitė.

Kauno ir Klaipėdos diagnostikos ir chirurgijos klinikos „Meliva“ gydytoja neurologė **Rosita Burbaitė** sako, kad atminties pokyčiai yra dažniausiai pasireiškiantis pirmasis Alzheimerio ligos požymis. Ankstyvoje ligos stadijoje pirmiausia paprastai nukenčia epizodinė atmintis – gebėjimas įsiminti naują informaciją ir prisiminti neseniai vykusius įvykius, nors senesni prisiminimai gali išlikti geriau išsaugoti.

„Žmogus gali pradėti kartoti tuos pačius klausimus, neprisiminti neseno pokalbio ar susitikimo, dažniau ieškoti daiktų, sunkiau įsiminti naują informaciją. Iš pradžių tokie pokyčiai neretai priskiriami nuovargiui, stresui arba amžiui“, – sako R. Burbaitė.

Pokyčius ryškiausiai pamato artimieji

Ankstyvoje ligos stadijoje pasikeitimus gali pastebėti ir pats žmogus. Tačiau ligai progresuojant gebėjimas objektyviai įvertinti savo būklę gali silpnėti, todėl vis svarbesnis tampa artimųjų vaidmuo.

Gydytojos R. Burbaitės teigimu, tokioje situacijoje nėra prasmės bandyti žmogui įrodinėti, kad jis serga. Kur kas naudingiau kalbėti apie konkrečius pastebėtus pokyčius ir pasiūlyti apsilankyti pas gydytoją dėl bendro atminties bei sveikatos įvertinimo.

„Vertinant galimą demenciją gydytojams labai svarbi ir artimųjų pateikiama informacija, todėl naudinga, kad vizito metu kartu dalyvautų lydintis asmuo. Jis gali papasakoti apie pamirštus susitikimus, pasiklydimą, sunkumus tvarkant finansus ar atliekant įprastas užduotis, kurių pats žmogus gali nepastebėti arba neįvertinti“, – sako neurologė.

Ji pabrėžia, kad Alzheimerio liga ir demencija nėra normali senėjimo dalis. Amžius yra stipriausias žinomas rizikos veiksnys, todėl didžioji dalis Alzheimerio ligos atvejų nustatoma vyresniems nei 65 metų žmonėms, tačiau liga gali prasidėti ir anksčiau. Mažiau nei dešimtadalis Alzheimerio ligos atvejų prasideda iki 65 metų.

Audrius Zinevičius.

Atminties sutrikimus gali sukelti ir kitos būklės

Kreipiantis į gydytoją dėl atminties ar kitų pažintinių funkcijų pokyčių, Alzheimerio ligos diagnozė nenustatoma remiantis tik vienu simptomu ar vienu tyrimu. Pirmiausia vertinama, kada pokyčiai prasidėjo, kaip jie progresuoja ir ar jau veikia žmogaus kasdienį gyvenimą.

Atliekamas neurologinis ištyrimas, atminties, dėmesio, kalbos ir kitų pažintinių funkcijų testai, kraujo bei galvos smegenų vaizdiniai tyrimai, dažniausiai magnetinio rezonanso tomografija arba kompiuterinė tomografija.

„Svarbu atmesti ir kitas galimas, ypač koreguojamas, pažintinių funkcijų sutrikimo priežastis. Vertinama, ar simptomai nėra susiję su depresija, miego sutrikimais, vartojamais vaistais, kitomis ligomis, persirgtu insultu ar galvos smegenų trauma, regos ar klausos sutrikimais“, – vardija R. Burbaitė.

Kai diagnozė išlieka neaiški arba ją reikia patikslinti, gali būti atliekami ir biologinių žymenų tyrimai – vertinami amiloido ir tau baltymų pokyčiai smegenų skystyje, atliekamas PET ar tam tikri kraujo biomarkerių tyrimai. Pasak neurologės, Lietuvoje tokie tyrimai kol kas nėra rutininiai.

Anot „Lietuvos draudimo“ specializuotos rizikos draudimo eksperto **Audriaus Zinevičiaus**, būtent situacijos, kai pirminiam sveikatos būklės įvertinimui nepakanka vienos konsultacijos, parodo savalaikio sveikatos paslaugų prieinamumo svarbą.

„Pastebėjus nerimą keliančių sveikatos pokyčių, žmogui gali prireikti ne tik gydytojo specialisto konsultacijos, bet ir papildomų diagnostinių tyrimų. Tokiose situacijose svarbu neatidėlioti kreipimosi vien todėl, kad simptomai dar atrodo nežymūs. Papildomas sveikatos draudimas, priklausomai nuo pasirinktos apsaugos, gali padėti padengti specialistų konsultacijų, diagnostinių ir kitų sutartyje numatytų tyrimų išlaidas“, – sako A. Zinevičius.

Kodėl svarbi ankstyva diagnozė

Viena iš priežasčių, dėl kurių žmogus ar jo šeima gali atidėlioti kreipimąsi į gydytoją, yra klausimas, ką ankstyvas ligos nustatymas pakeis, jei Alzheimerio ligos kol kas negalima visiškai išgydyti. Tačiau, pasak R. Burbaitės, ankstyva diagnostika turi kur kas platesnę reikšmę.

Pirmiausia ji leidžia patikrinti, ar simptomų nesukelia kita, kartais gydoma arba koreguojama būklė. Nustačius Alzheimerio ligą galima anksčiau pradėti simptominį gydymą, spręsti saugumo klausimus, planuoti būsimą priežiūrą ir ieškoti būdų mažinti ligos keliamą naštą pacientui bei jo šeimai.

„Ankstyva diagnozė leidžia planuoti ir finansinius bei teisinius sprendimus. Tai ypač svarbu tol, kol žmogus dar gali pats aktyviai dalyvauti juos priimant. Nors šiuo metu visiškai išgydyti šios ligos negalime, atsirandant naujoms gydymo galimybėms ankstyva ir tiksli Alzheimerio ligos diagnozė tampa dar reikšmingesnė“, – pabrėžia neurologė.

A. Zinevičius atkreipia dėmesį, kad ilgalaikės ligos paliečia ne tik patį pacientą, bet ir jo šeimą, todėl sveikatos klausimų nereikėtų pradėti spręsti tik tuomet, kai žmogaus savarankiškumas jau yra reikšmingai sumažėjęs.

„Sveikatos pokyčius dažnai norisi stebėti ir tikėtis, kad jie praeis savaime, tačiau užsitęsus ar progresuojant simptomams svarbiausia yra išsiaiškinti jų priežastį. Kuo anksčiau žmogus kreipiasi į specialistus, tuo anksčiau galima suplanuoti tolesnius veiksmus ir reikalingą pagalbą. Finansinis pasirengimas bei galimybė laiku pasinaudoti reikalingomis sveikatos priežiūros paslaugomis yra viena iš priemonių, padedančių šeimai tokioje situacijoje turėti daugiau pasirinkimų“, – teigia „Lietuvos draudimo“ ekspertas.

Vien kryžiažodžių neužtenka

Visiškai apsisaugoti nuo Alzheimerio ligos neįmanoma. Dalis jos rizikos veiksnių, tarp jų vyresnis amžius ir genetinis polinkis, nėra koreguojami. Vis dėlto, pasak neurologės, dalį demencijos rizikos galima mažinti rūpinantis bendra fizine ir psichikos sveikata.

Svarbus reguliarus fizinis aktyvumas, nerūkymas, alkoholio vartojimo vengimas, subalansuota mityba, normalaus kūno svorio palaikymas, socialinis ir protinis aktyvumas. Reikšmės turi ir kraujospūdžio bei cholesterolio kontrolė, cukrinio diabeto gydymas, klausos ir regos sutrikimų koregavimas.

„Mokymasis, skaitymas, bendravimas ir kita pažintinė veikla yra naudingi, tačiau nėra pakankamai įrodymų, kad vien „smegenų treniravimo“ žaidimai, tokie kaip sudoku, kryžiažodžiai ar specialios programėlės, galėtų patikimai apsaugoti nuo Alzheimerio ligos. Nėra pakankamai įrodymų, kodėl sveikas žmogus profilaktiškai turėtų vartoti vitaminus ar maisto papildus vien siekiant išvengti Alzheimerio ligos, jei nėra nustatyto jų trūkumo“, – sako R. Burbaitė.

Parengta pagal AB „Lietuvos draudimas“ informaciją

PR Atvėsus orams podagra gali priminti apie save: gydytoja paaiškino, ką svarbu žinoti

(Atkelta iš 6 p.)

simptomų, o paryčiais pabusti dėl labai stipraus sąnario skausmo ir tinimo. Kartais skausmas toks intensyvus, kad jį gali sukelti net antklodės prisilietimas“, – pasakoja „Hilla“ gydytoja.

Dažniausiai pažeidžiamas kojos didžiojo piršto pamatinis sąnarys, tačiau podagra gali prasidėti ir čiurnoje, kelyje ar kituose pėdos sąnariuose. Pirmieji priepuoliai taip pat nebūtinai būna labai stiprūs – kartais jie trunka trumpai ir praeina savaime.

M. Montvydaitė atkreipia dėmesį ir į kitą stereotipą – podagra nėra vien vyresnių vyrų liga. Ja serga ir moterys, ypač po menopauzės, o esant genetiniam polinkiui ar tam tikriems metaboliniams sutrikimams ji gali pasireikšti ir jauname amžiuje.

Podagrą vis dar supa nemažai mitų

Vienas dažniausių mitų apie podagrą – įsitikinimas, kad ligą galima patvirtinti arba atmesti vien pagal šlapimo rūgšties koncentraciją kraujyje.

„Ūmaus podagros priepuolio metu šlapimo rūgšties koncentracija gali būti normali ar net sumažėjusi. Todėl vien normalus tyrimo rezultatas diagnozės neatmeta. Lygiai taip pat padidėjusi šlapimo rūgšties koncentracija dar nereiškia, kad žmogus būtinai serga podagra“, – pabrėžia M. Montvydaitė.

Padidėjusi šlapimo rūgšties koncentracija be podagrai būdingų simptomų vadinama besimptome hiperurikemija. Diagnozuojant vertinamas ne vien tyrimo rezultatas, bet ir priepuolio pobūdis, gretutinės ligos bei rizikos veiksniai. Prireikus atliekamas sąnarių ultragarsinis tyrimas, leidžiantis įvertinti tiek aktyvų uždegimą, tiek podagrai būdingų uratų kristalų sankaupų požymius.

Kitas gajus įsitikinimas – kad podagra pirmiausia yra netinkamos mitybos pasekmė.

„Gyvenimo būdas turi reikšmės, tačiau podagros nereikėtų vadinti vien netinkamos mitybos liga. Labai griežtos dietos dažniausiai nėra nei tikslingos, nei tvarios, o jei žmogui jau reikalingas šlapimo rūgštį mažinantis gydymas, vien mitybos pokyčiai jo paprastai nepakeis“, – sako gydytoja.

Anot jos, sergant podagra rekomenduojama riboti didelius raudonos mėsos ir ypač subproduktų kiekius, kai kurias žuvis, tarp jų – silkę, jūros gėrybes, fruktoze saldintus gėrimus bei alkoholį, ypač alų ir stipriuosius alkoholinius gėrimus. Svarbus ir pakankamas skysčių vartojimas, normalus kūno svoris bei reguliarus, individualiai toleruojamas fizinis aktyvumas. Tiesa, ūmaus priepuolio metu stipriai uždegto sąnario mankštinti nereikėtų – jam geriau suteikti ramybę.

Pradėjus gydymą priepuolių gali net padaugėti

Paradoksalu, tačiau gydymo pradžioje podagros priepuoliai kurį laiką gali padažnėti. Pasak gydytojos, tai nereiškia, kad vaistas netinka ar pablogino ligą.

„Mažėjant šlapimo rūgšties koncentracijai pradeda mobilizuotis audiniuose susikaupusios uratų sankaupos, todėl gydymo pradžioje priepuolių gali laikinai padaugėti. Dėl to gydymas pradedamas nuo mažos dozės ir ji didinama palaipsniui“, – aiškina M. Montvydaitė.

Klaidinga ir manyti, kad prasidėjus priepuoliui jau vartojamą šlapimo rūgštį mažinantį vaistą būtina nutraukti. Jei pacientas nuolat vartoja, pavyzdžiui, alopurinolį, jis paprastai tęsiamas, o pats ūmus uždegimas gydomas atskirai.

Ilgalaikio gydymo tikslas – pasiekti ir išlaikyti pakankamai mažą šlapimo rūgšties koncentraciją. Dažniausiai siekiama mažesnės nei 360 μmol/l koncentracijos, o sergant sunkesne podagra – mažesnės nei 300 μmol/l.

„Svarbiausia, kad pacientas daugelį metų neliktų gydomas tik nuo atskirų priepuolių. Ilgai išlaikant tikslinę šlapimo rūgšties koncentraciją, uratų kristalai gali palaipsniui ištirpti, o priepuoliai – visiškai išnykti“, – sako gydytoja reumatologė.

ĮVAIRŪS

PIGIAUSIOS PASKOLOS, REFINANSAVIMAS IR AUTOLIZINGAS. * Paskolos nuo 150 iki 35000 Eur, laikotarpiu nuo 2 iki 120 mėnesių. * Pirmą įmoką galima atidėti iki 3 mėn. * Mažos palūkanos. Pvz., pasiskolinkite 100 Eur ir per 3 mėn. grąžinkite iki 110 Eur. Teirautis tel. 8 601 50 935, Ričiardas. Ind. pažyma nr. 6121263.

PASLAUGOS

Pilnas pamatų įrengimas (nustumdymas, polių gręžimas, rostverkas, armatūros karkasai, apšiltinimas ir užpylimas). Tel. 0 620 85 350.

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

VISI SANTECHNIKOS DARBAI: šildymo, vandentiekio, kanalizacijos, dujinių, vanduo-oras, kieto kuro katilinių įrengimas. Komplektuojame kokybiškas 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. Tel. 0 653 93 193.

Kokybiškai remontuojame butus (glaistome, dažome), klojame laminatą. Atliekame kitus darbus. Tel. 0 606 46 488.

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

Reklama ▪ Reklama

PAŽINTYS

54 metų vyriškis, be žalingų įpročių, nori susipažinti su tvarkinga moterimi rimtiems santykiams – sukurti šeimą. Tel. 0 683 84 302.

IEŠKO DARBO

Vyriškis, turintis 50 proc. nedarbingumą, ieško sargo ar kito darbo. Tel. 0 672 04 086.

SIŪLO DARBĄ

UAB „GRASTA“

siūlo darbą Prienuose kieto kuro sandėlio vadovui.

Tel. +370 687 49 254.

PERKA

Nekilnojamasis turtas

Brangiausiai Lietuvoje perkame miškus (brandžius, jaunus, malkinius, iškirstus), žemes, sodybas. Tel. 0 651 39 039.

Perkame namą, butą, sklypą, sodybą ir patalpas. Patikimai ir greitai. Tel. 0 608 20 080.

Įvairios prekės

Įmonė brangiai perka galvijus. Tel. 0 612 34 482.

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

UM UTENOS MĖSA
SUPERKAME GALVIJUS
• Visoje Lietuvoje
• Mokame iš karto
• Susitariame greitai ir paprastai
+370 620 33544
DIDŽIAUSIA SKERDYKLA BALTIJOS ŠALYSE

UAB „Krekenavos agrofirma“
PERKA GALVIJUS
KARVES, TELYČIAS, BULIUS
PAGAL SKERDENAS ARBA GYVĄ SVORĮ. SVERIA, MOKA IŠ KARTO, PAIMA PATYS.
Tel.: +370 614 93124

ãgaras
PERKA
KARVES, BULIUS, TELYČIAS
0 698 14 698, 0 800 08 801
ATSISKAITOME IŠ KARTO!
Pagal skerdeną ir gyvą svorį. Brangiai mėsinius.

PARDUODA

Kietas kuras

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.

Gyvuliai. Gyvūnai

Parduoda Koli veislės 4 mėnesių šuniukus (Lesė). Tel. 0 653 93 193.

Įvairios prekės

Parduodame lietuvišką kiaulių skerdieną, svilintą. Kaina – nuo 3,55 Eur/kg. Puselės svoris 50–60 kg, atvežame nemokamai. Tel. 0 607 12 690.

VIŠTAITĖS. Prekiaujame M. Steponavičiaus ūkio (KAIŠIADORIŲ r., Žąsliai) jaunomis, vakcinuotomis 4–5,5 mėn. įvairių spalvų (rudomis, juodomis, raibomis, pilkomis, baltomis) DOMINANTE veislės ir baltomis Leghornų veislės dedeklėmis vištaitėmis. Pristatome. Jūsų vežėjas – RAIBIKIAI. Tel. užsakymams: 0 612 17 831, 0 611 51 770.

PASLAUGOS

Koklinių pečių remontas ir restauravimas. Tel. +370 677 92 397.

Žemės kasimo darbai mini ekskavatoriumi, savivarčio paslaugos. Tel. 0 686 87 161.

Remontuoja skalbykles, el. virykles, orkaites, indaploves, džiovykles, el.boilerius. Atvyksta į namus, suteikia garantiją. Tel. 0 647 55 929.

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

Alytaus Naujienos
Suvalkietis
Santaka

Pagerbti kultūros kūrėjai ir puoselėtojai

(Atkelta iš 1 p.)

kultūros ir laisvalaikio centro direktorei, renginių režisierei **Meidai Mikučionienei**, Prienų Justino Marcinkevičiaus viešosios bibliotekos Strielčių padalinio bibliotekininkei **Daivai Mockevičienei**, Veiverių kultūros ir laisvalaikio centro mėgėjų meno kolektyvo vadovei, renginių režisierei **Virginijai Samuolienei**, Jiezno KLC mėgėjų meno kolektyvų vadovei **Ingridai Valentienei**, Prienų ir Balbieriškio KLC folkloro ansamblių „Gija“ ir „Dūmė“ vadovei **Dalei Zagurskienei**.

LR Seimo pirmininko pavaduotoja, Seimo narė **Jūratė Zailskienė** už aktyvų dalyvavimą kultūrinėje veikloje padėkojo septynioms šeimoms, kurių nariai kartu dirba ir/ar aktyviai dalyvauja rajono kultūriniame ir meniniame gyvenime. Savo padėkas ir dovanas ji įteikė **Daivos** ir **Šarūno Alaveckų, Mingailės** ir **Juozo Sutkaičių, Jelenos, Vytauto** ir **Karolio** (sūnus) **Alenskų, Angelės** ir **Valentino Jaruševičių, Rasos, Dainiaus** ir **Dovydo (sūnus) Jurevičių, Ligitos, Renaldo ir Indrės** (dukra) **Gediminų, Editos** ir **Algio Marcinkevičių** šeimoms.

Kultūros dienos proga J.Zailskienė ilgamečiam Kultūros ir turizmo skyriaus vedėjui **Rimantui Šiugždiniui** perdavė LR Seimo Kultūros komiteto pirmininkės **Vaidos Aleknavičienės** padėką.

Kultūros lauko darbuotojus ir Geriausia kultūros darbuotoja išrinktą E. Simonavičienę pasveikino Savivaldybės tarybos Kultūros, švietimo, turizmo ir sporto komiteto narės **Rasa Juocevičienė** ir **Aušra Deltuvienė**.

Šypsenos, sveikinimai, apdovanojimai, jūra gėlių, kolegų apkabinimai, grupės „Green Bridge Band“ atliekama įvairių stilių muzika šventę padarė įsimintina, ir, kaip geba kultūra, nutiesė nematomas gijas tarp žmonių.

„Gyvenimo“ informacija

Kultūros ir turizmo skyriaus vedėjas R.Šiugždinis apdovanotas LR Seimo Kultūros komiteto pirmininkės V.Aleknavičienės padėka, ją įteikė LR Seimo pirmininko pavaduotoja J.Zailskienė. Dalės Lazauskienės nuotraukos

Suteikė galimybę prasmingai praleisti laiką

2026 m. rugpjūčio 25–28 d. Veiverių seniūnijoje vyko prevencinė programa „Trampolinas“. Programos veiklas organizavo su šeimomis dirbančios socialinės darbuotojos Agnė Petrauskė ir Rita Dūdėnienė. Iš viso programoje dalyvavo 15 vaikų.

Prevencinė programa „Trampolinas“ skirta vaikų socialinių ir emocinių įgūdžių stiprinimui, prasmingam ir aktyviam laisvalaikio praleidimui, tarpusavio bendravimo bei bendradarbiavimo skatinimui. Programos metu vaikai dalyvavo įvairiose edukacinėse, kūrybinėse, sportinėse ir pramoginėse veiklose. Jie mokėsi atpažinti ir išreikšti savo emocijas, išklausyti kitus, bendradarbiauti, spręsti įvairias situacijas, susijusias su patyčiomis ar priklausomybėmis, pasitikėti savimi bei stiprinti tarpusavio ryšius.

Bendros veiklos vaikams suteikė galimybę patirti daug teigiamų emocijų, išbandyti naujas veiklas, atskleisti savo gebėjimus, susirasti naujų draugų ir prasmingai praleisti vasaros atostogų laiką. Programoje daug dėmesio buvo skiriama tam, kad kiekvienas vaikas jaustųsi priimtas, išgirstas ir galėtų aktyviai įsitraukti į bendras veiklas.

Nuoširdžiai dėkojame visiems socialiniams partneriams, rėmėjams už bendradarbiavimą, kurie savo laiku, idėjomis, dovanomis ir geranoriškumu praskaidrino vaikų dienas ir reikšmingai papildė prevencinės programos „Trampolinas“ veiklas.

Ačiū sakome Lietuvos Respublikos Seimo Pirmininko pavaduotojai Jūratei Zailskienei, Prienų rajono savivaldybės tarybos narei, LR Seimo pirmininko pavaduotojos patarėjai Daivai Macijauskienei – už dėmesį vaikams, šiltus linkėjimus ir saldžias dovanėles, kurios priminė, kad vaikai yra svarbi mūsų krašto dalis.

Taip pat dėkojame: Prienų rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biurui, Prienų rajono policijos komisariato bendruomenės pareigūnėms, Sporto ir sveikatingumo klubui „Veiva“ (už suteiktą sporto inventorių, žaidimus, aktyvias veiklas), Jadvygai Beikauskienei – už nuotaikingus šokius, judesį ir gerą energiją, Veiverių bibliotekininkei Oksanai Venckūnienei (už kūrybiškas veiklas ir šiltą priėmimą muziejuje), Veiverių seniūnijai, Veiverių seniūnijos ūkininkui Arvydui Gustaičiui (už smagią ir nepamirštamą pramogą vaikams – putų šou, kuris

tapo viena linksmiausių programos akimirkų).

Kiekvienas Jūsų indėlis – nesvarbu, ar tai buvo skirta dovana, suteiktas inventorius, pravesta veikla, skirtas laikas ar tiesiog geras žodis – prisidėjo prie to, kad vaikų vasaros dienos būtų spalvingesnės, prasmingesnės ir kupinos gražių prisiminimų.

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.eu, www.facebook.com/laikrastisgyvenimas*

Redakcija: **Redaktorė Ramutė Šimukauskaitė** (0 319 60523, *ramute@gyvenimas.info*); **redaktorės pavaduotoja Dalė Lazauskienė** (0 605 19 327, *dale@gyvenimas.info*); BUHALTERIJA: **Ona Lodienė** (*lodieneona1@gmail.com*); REKLAMA, SKELBIMAI: **vadybininkė Zina Lankevičienė** (tel./faksas 0 319 60012, 0 605 19 327, *zina@gyvenimas.info*); **dizaineris-maketuotojas Kęstutis Bakas** (*maketas@gyvenimas.info*). KONTAKTAI: 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“.

MRF MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

Laikraščio veiklą ir projektą „Gyvenimo medis augina naujas šakas“ iš dalies remia VšĮ „Medijų rėmimo fondas“ (2026 m. bendrai skirta suma – 38132 Eur).

Spaudė UAB „Alytaus spaustuvė“, Seirijų g. 17, tel. (0 315) 73 786.

ALYTAUS SPAUSTUVĖ