

## Vasarojimas: kas kaime, o kas - stovyklose

Švietimo, mokslo ir sporto ministerija informuoja, kad mokinių tėvai, vaikai jau gali rinktis patinkančias vaikų vasaros stovyklas. Šiemet Švietimo mainų paramos fondo administruojamo TAPK2 projekto lėšomis organizuojama 18 stacionarių stovyklų Klaipėdos, Marijampolės, Panevėžio, Alytaus ir kitose apskrityse. Jos vyks keliomis pamainomis.

Tikimasi, kad 7-10 dienų trukmės edukacinėse programose šiemet dalyvaus apie 2,2 tūkst. vaikų. Europos socialinio fondo lėšomis apmokama 30 proc. stovyklos kainos. Socialiai remiamų šeimų vaikams dengiama 95 proc. stovyklos kainos. Neįgaliems, gausių šeimynų ir imigrantų vaikams (jie sudaro apie 5 proc. stovyklautojų) taip pat bus apmokama 95 proc. stovyklos kainos. Stovyklų aprašymai [www.tapk.lt](http://www.tapk.lt).

**Kitas „Miesto laikraščio“ numeris planuojamas birželio 18 d.**

**vieta,  
KUR  
GYVENA  
valdžia**

**Mokykla – daug daugiau  
negu pamokos ir žinios**

Plačiau apie tai 4 psl.

Arūnas KAPSEVIČIUS. Nors vyriausybės įvestą karantiną Marijampolėje sustiprino vietos valdžios draudimas organizuoti viešus renginius iki liepos 1-osios dienos, tačiau praėjusį savaitgalį mieste šurmuliavo „Cukrinis festivalis“. Tikėtina, kad viršūnėse, nepaisant pačių iniciuotų „negalima“, nuspręsta perspjauti Kauną, kuris garsiai atšventė gimtadienį. Juolab kad vietos „kultūrščikai“ nieko nekainuoja: liepsi - ant ausų atsistos.

Švęsti tai švęsti, tik vengiant žmonių būriavimosi, todėl tikslios renginių vietos bei laiko nuspręsta neskelbti. Karantinas. Ir pasileido marijampoliečiai po miestą bėgioti. Nueini į Kačių kiemelį, o ten tik vanduo čiurlena, bėgi į J. Basanavičiaus aikštę - irgi nieko, patrauki į Poelijos parką, čia muzikantai jau instrumentus renkasi, rankas dezinfekuoja.

Tai gal kas nors Miesto sode vyksta? Kas žino... Tokį kelią sukarsi ir visai gali būti, kad tik su Vytautu Didžiuoju pasisveikinsi. Tikiu, šioje loterijoje buvo ir laimingųjų, bet daugelis pabėgiojo ir nieko nekandė traukė namo.

Gal ir teisūs Marijampolės miesto vadovai, kurie seniai gyvena ir gyvenimą kuria „Facebook“. Vienas jų, pristatydamas šią „Nueik nežinia kur, pažiūrėk nežinia ką“ šventę taip ir patarė: jeigu nepavyks pamatyti gyvai, tai galėsime „pasaldintą“ variantą išvysti Marijampolės savivaldybės socialinio tinklo paskyroje „Facebook“.

Moralas - klausyk valdžios, sėdėk prie kompiuterio ir neteks kojų varginti.

## Seimui nerūpi, ko nori 70 000 piliečių

Gintaras SONGAILA. Birželio 2 d. buvę piliečių iniciatyvinės grupės „Talka už lietuvių valstybinę kalbą“ nariai kreipėsi į Seimą ragindami svarstyti bemaž 5 metus Seime dūlantį jų pateiktą įstatymo projektą dėl nelietuviškų asmenvardžių rašybos oficialiuose Lietuvos dokumentuose.

2015 m. pasinaudoję Konstitucijoje įtvirtinta piliečių įstatymo iniciatyvos teise ir surinkę bemaž 70 000 Lietuvos piliečių parašų, iniciatyvūs piliečiai Seimui pateikė privaloma tvarka svarstyti Asmens tapatybės kortelės ir paso įstatymo pakeitimo projektą. Juo siūloma paso papildomų įrašų puslapyje arba tapatybės kortelės antroje pusėje leisti įrašyti piliečio pageidavimu jo vardą ir pavardę ir „kita kalba lotyniško pagrindo rašmenimis arba perrašius juos lotyniško pagrindo rašmenimis pagal piliečio pasirinktą transliteravimo sistemą (jei piliečio pageidaujamoje kalboje naudojami ne lotyniško pagrindo rašmenys)“.

Nuo birželio 1-osios gyventojams vėl duris atvėrė ligonių kasų aptarnavimo skyriai. Paslaugos juose teikiamos tik su išankstine registracija, atvykus be jos, - gyventojai gali būti įleidžiami, jei tuo

## Tartis iš anksto

metu nebus kitų klientų.

Smulkesnė informacija apie gyventojų priėmimo atnaujinimą, registraciją pateikiama kiekvienos Teritorinės ligonių kasos interneto svetainėje.



Pašto gatvė gali tapti pirmąja kompleksiskai rekonstruota Marijampolėje

## Ką slėpė bakūžė?

Vytautas ŽEMAITIS. Didingai graži buvo Marijampolė tarpukariu ir anksčiau. Ne tik miesto centre stovėjo iškilūs mūrai, bet ir Šešupės pakrantėje, kur turistai iš kitų miestų, užsienio dar tik užklysta. O ir toli gražu ne visi marijampoliečiai žino apie čia slėpėjusius ir išmanių statybininkų dėka iš užmaršties prikeltus architektūros šedevrus. Pavyzdžiui, Pašto gatvėje (daugiau 3 psl.).

## Neprašo malonės, stato savo areną

Vytautas ŽEMAITIS. Mieste, kuriame gyvena apie 35 tūkstančius žmonių, per mažai vienos futbolo arenos, kurią sudaro stadionas, treniruočių aikštynas bei dirbtinės dangos aikštė (maniežas). Toks įspūdis susidaro, nes futbolo akademija „Marijampolė city“ ėmėsi įgyvendinti panašų projektą. Tiesa, jo apimtys nepalyginamai mažesnės nei už europinius pinigus prieš dešimtmetį statyto objekto, kurio lygiaverčiai dalininkai yra savivaldybė ir „Sūduvos“ futbolo klubas. Šis jau seniai šeiminin-

kauja arenoje, kuri tapo Marijampolės reprezentacinės komandos baze.

### Konkurentų nepageidauja

Čia išsitemkų ir „Marijampolė city“ auklėtiniai, tačiau, anot akademijos sporto direktoriaus Manto Babiansko, „Sūduvos“ klubas vaikus įsileidžia nuo pusės devynių vakaro, kai jiems jau laikas miegoti. Be to, už dengtos aikštės nuomą iš privačios įstaigos prašoma gerokai daugiau nei panašiose Vilniaus ar Kauno maniežuose. Matyt, „Hikvision“ arenos (buvusi „Arvi“) savininkai taip kovoja su konkurentė - „Marijampolė city“ akademija. Mat jos auklėtinių pasiekimai gerokai aukštesni nei tokia pat veikla užsiimančios viešosios įstaigos „Futbolo centras.“

Plačiau apie tai 2 psl.

## Kino ekranuose - olimpinių žaidynių herojai

Gedas SAROČKA, Lietuvos tautinis olimpinis komitetas. Garsius atletus dažnai galima išvysti ne tik gyvai stebint varžybas ar jų transliacijas, bet ir įvairiuose televizijos šou, reklamose, dokumentiniuose filmuose.

Daugybę sporto žvaigždžių, jų juodo darbo treniruotėse, pergalės džiaugsmo ir nesėkmės kartėlio akimirku, nesuvaldytų emocijų kasmet kino teatrų ekranuose pamato nuo 2015 m. Lietuvos tautinio olimpinio komiteto kartu su partneriais rengiamo „Sporto kino festivalio“ žiūrovai. Bet sporto žvaigždės žiba ne tik dokumentinio kino juostose.

Didžiulis būrys olimpiečių yra ragavę aktoriaus duonos ir vaidinę filmuose, kurie į kino teatrus ar prie televizorių ekranų sutraukė milijonus žiūrovų.

Kai kuriems olimpiečiams tenka tik epizodiniai šmėkštelėjimai filmuose. Pavyzdžiui, Jonui Valančiūnui Tado Vidmanto komedijoje „Gautas iškvietas“ teko įkūnyti vagišką. O kai kurie garsūs sportininkai kūrė ir daug svarbesnius vaidmenis.

Iš Lietuvoje gimusių olimpiečių bene daugiausia kino pasaulyje pasiekė Władysławas Komaras.

Plačiau apie tai 6 psl.

## Įgaliojimai - per kelias minutes

Teisingumo ministerijos informacija. Įgaliojimus, kuriuos neprivalu tvirtinti notariškai, galėsime sudaryti elektroniniu būdu ir įregistruoti viešame Įgaliojimų registre. Seimas ėmė svarstyti Civilinio kodekso pataisais, kurios praplečia IT priemonėmis sudaromų įgaliojimų sąrašą.

Dabar žmonės, siekdami ateityje išvengti įrodinėjimo ar kitokių problemų, neretai kreipiasi į notarą patvirtinti „popierinius“ įgaliojimus net kai to nereikia.

Asmuo, naudodamasis e. parašu, e. bankininkyste ar kitomis saugiomis asmens identifikavimo priemonėmis, galės pasirinkti vieną iš įgaliojimo ruošinių ir jame įrašyti reikalingus savo ir įgaliojimo asmens duomenis, įgaliojimo terminą ir turinį bei kitus įgaliojimų registro nuostatų nustatytus duomenis. Nedalyvaujant notarui, IT priemonėmis registre taip pat bus galima panaikinti suteiktą teisę atstovauti.



# Neprašo „Sūduvos“ malonės, stato savo futbolo areną

Atkelta iš 1 p.

Ją „Sūduvos“ klubas su savivaldybe įsteigė iš reikalo, nes neturėjo vaikų ugdymo struktūros, kuri privaloma A lygoje rungtyniaujančiam klubui.

Akademija savąją bazę kuria Kauno gatvėje, kur anksčiau veikė statybų bendrovė. Pirmiausiai, pertvarkius sandėliavimui naudotas patalpas, bus įrengtas dengtas maniežas. „Aikštė po stogu nebus pilnų matmenų, tačiau šaltuoju metų laiku čia vienu metu galės treniruotis dvi komandos. Arenoje rasis drabužinės, pagalbinės patalpos, pasikeis ir statinio išorė“, - sako M. Babianskas.

## Kilnojamoji aikštė

Greta maniežo statybininkai įrengs natūralios žolės aikštyną. Direktorius jį vadina kilnojama aikšte. Tokią jis nusiziūrėjo stažuodamas Anglijoje ir Švedijoje. „Tai yra didelė erdvė, neišbraižyta mūsuose įprastomis aikštinių linijomis. Vartai specialiais įrenginiais pervežami iš vienos vietos į kitą, todėl neištrypiama žolė. Taip bus ir mūsų akademijoje“, - aiškina vienas „Marijampolė city“ vadovų.

Kai aikštynė vyks įvairių amžiaus grupių vaikų šalies pirmenybių rungtynės, visos reikalingos linijos bus nubraižytos. Akademijos bazėje galės žaisti ir suaugusiųjų komandos, tačiau neoficialias rungtynes.

M. Babianskas pastebi, kad „Sūduvos“ sporto centro stadionas šiais metais negavo licencijos net organizuoti Lietuvos II lygos (trečios pagal pajėgumą – red. pastaba) čempionatą, nors prieš metus dar atitiko A lygos reikalavimus. LFF Licencijavimo komitetas nustatė, kad stadione reikia daug ką remontuoti. Dėl šios priežasties pernai II

lygos pirmenybėse debiutavusi akademijos komanda (ji namų rungtynes žaidė „Sūduvos“ stadione) 2020-ųjų pirmenybėse nedalyvavo. Sutaupytus apie 20 tūkstančių eurų - tiek pernai kainavo išlaikyti komandą - „Marijampolė city“ vadovai nusprendė skirti akademijos infrastruktūrai tobulinti.

## Remia kas kuo gali

Antai miesto centre (Kauno g. 2) įsikūrusioje akademijos būstinėje, kurioje treneriai su auklėtiniais peržiūri ir analizuoja rungtynes, sumontuota modernesnė vaizdo aparatūra. Nemažai atsieis pakloti pagrindą maniežo dirbtinei dangai, kiti būtini darbai.

„Kadangi išsilaikome privačiomis lėšomis, bet kokia pagalba labai vertinga“, - pabrėžia M. Babianskas.

Jis dėkingas Marijampolės UAB „Kelranga“, kurios darbuotojai suvolavo Rygiškių Jono gimnazijos stadiono aikštę - ji akademijai nuomojama mainais už priežiūrą. „Arvi“ tiekia trašų aikštynams apželdinti.

Lėšų jaunųjų futbolininkų ugdymo įstaigai išlaikyti skiria bendrovės „LG“ ir „Sharp“ bei akademijos dalininkai. Jų gretas neseniai papildė verslininkas Vidmantas Kučinskas. Kiti yra Žydrūnas Buzas, UAB „BCB group“ vadovas bei Tomas Glavinskas, bendrovės „Eurostandard Group“ direktorius.

## Padėjo ir kontroliavo

Po pertraukos, susijusios su karantinu, bendras treniruotes Rygiškių Jono bei „Sūduvos“ gimnazijų stadionuose akademijos auklėtiniai atnaujino birželio 1-ąją.

Iki tol kelis mėnesius vaikai sportavo pagal individualius planus, kurie buvo įteikti tėvams. Jie ir padėjo vaikams, ir kontroliavo, kaip

atžalos vykdė trenerių nurodymus.

M. Babianskas atskleidžia, kad treneriams mokama už konkrečias suteiktas paslaugas, skirtingai nei biudžetinėse įstaigose, kur atlyginimai yra fiksuoti. „Dėl suprantamų priežasčių paslaugų per karantiną suteikta mažiau, tačiau didelių finansinių nuostolių jaunųjų futbolininkų ugdymo patirtis, nes darbas akademijoje jiems yra papildoma veikla“, - sako sporto direktorius.

Kadangi vienas svarbiausių „Marijampolė city“ tikslų - ruošti aukšto meistriškumo futbolininkus, domiuosi, ar gali ši uždavinį tinkamai atlikti specialistai, dirbantys antraeilėse pareigose?

## Treniruotės kaip šventė

„Šioje srityje sėmėmės patirties Italijoje. Ten daugeliui trenerių ugdyti vaikus yra pomėgis, kuriam jie atsiduoda po darbų. Mūsų akademijoje, kaip ir kitose, kurių Lietuvoje beveik dvidešimt, jaunieji futbolininkai ugdomi pagal pasaulyje pripažintą Belgijos „Anderlechto“ akademijos programą. Joje išdėstyta vaikų rengimo metodika, o trenerių uždavinys - rūpintis, kad ji būtų tinkamai taikoma“, - aiškina M. Babianskas.

Jis džiaugiasi, kad „Marijampolė city“ akademijoje dirba dideli futbolu entuziastai, mylintys šią sporto šaką, puikiai bendraujantys su vaikais. „Iš savo patirties žinau: darbas yra tada, kai eini į darbą, o užsiėmimų su auklėtiniais lauki kaip šventės“, - atviruoja direktorius.

Pasak jo, vaikams iki 12 metų treniruotės yra laisvalaikio užsiėmimas, kurio metu įgyjami futbolo pagrindai. Vėliau, paaiškėjus, kurie



M. Babianskas sėmėsi patirties ne vienoje Vakarų Europos futbolo akademijoje, vadovavo pirmą kartą privačiai įstaigai Lietuvoje

V. Žemaičio nuotrauka

jaunuoliai galėtų siekti profesionalų karjeros, jų imasi specialistai, atitinkantys Europoje nustatytus kvalifikacijos reikalavimus, turintys tai patvirtinančias licencijas.

## Ruduo vietoje pavasario

Lietuvos futbolo federacija kiekvienai akademijai per mėnesį skiria beveik 800 eurų įgyvendinti „Anderlechto“ programai, o jos vadovai kasmet bent porą kartų tikrina, kaip treniruojami vaikai. Geriausių rezultatų per metus pasiekusios akademijos skatinamos papildomomis išmokomis.

M. Babianskas sako, kad praėjusių metų rezultatai dėl karantino pa-

aiškės birželį. „Turėtume būti apie vidurį, nes mūsų akademija funkcionuoja tik du metus, tad dar nespėjome suburti tiek įvairaus amžiaus vaikų grupių, kiek reikalaujama vertinimo sąlygose“, - sako „Marijampolė city“ sporto direktorius.

Anot jo, šiemet respublikinės vaikų varžybos pirmą kartą prasidės rudenį. Jis anksčiau įprastą pavasarį pakeitė ne dėl karantino. Tai senokai brandintas sprendimas lygiuoti futbolą gerokai pažengusias Europos valstybes. Ten varžybų laikotarpis sutampa su mokslo metais. Nuo šiol taip bus ir Lietuvos vaikų futbole. Tikėtina, kad netrukus toks reglamentas įsigalios ir suaugusiųjų pirmenybėse.

# Kumštynės ir pergalę lėmęs „senuko“ įvartis

Juozas RAŠKAUSKAS. Prieš dvidešimt metų „Marijampolės laikraštys“ („Miesto laikraščio“ pirmtakas) pasirodė straipsnis apie „Sūduvos“ futbolo komandos atgimimą. Dėl lėšų stokos ekipa buvo pasitraukusi iš Lietuvos I lygos čempionato, rungtyniavo II lygoje. Prie komandos vairo tada stojusio trenerio Algimanto Gabrio tikslas buvo vienas - aukščiausioji lyga.

Kelią į Lietuvos futbolo viršūnes pradėjo komanda, sukomplektuota iš žaidimų sporto mokyklos auklėtinų, žaidėjų amžiaus vidurkis tebuvo aštuoniolika metų. A. Gabrys prisimena: „Sutikau treniruoti komandą, bet pasakiau, kad dirbsiu tol, kol man

neireikės eiti per miestą ir prašinėti pinigų“. Marijampolės verslininkų įkurtos viešosios įstaigos „Sūduvos futbolo centras“ direktorius Antanas Vingilys tokį pažadą davė, o „Sūduva“ jau kitais metais pateko į I lygą bei žaidė Lietuvos futbolo federacijos taurės turnyro finale. Ten 1:3 nusileido „Kauno“ vienuolikei, tačiau pelnė kelialapį į UEFA taurės turnyrą (dabar Europos lyga).

Dar po metų marijampoliečiai tapo aukščiausios lygos čempionato dalyviais. Padidėjus lėšų poreikiui, dalis verslininkų pasitraukė iš komandos rėmėjų, tačiau atėjo UAB „Sumeda“ savininkas Vidmantas Murauskas.

Jo pasirinktas kelias, anot A. Ga-

brio, yra teisingas - Marijampolė turi vienintelį Lietuvoje šiuolaikinį stadioną, dengtą maniežą, o „Sūduvos“ komanda kryptingai žengia į priekį. Nebeliko „Kauno“, „Šiaulių“, Mažeikių „Romar“, Vilniaus „Vėtros“ ir daugelio kitų mažiau ar daugiau žinomų klubų, kurių savininkai norėjo čempionų titulo šiandien ir dabar. Tiesa, A. Gabrys norėtų mūsų komandą matyti labiau marijampolietiška, bet sutinka, kad, norint drebinti Europos komandų vartus, be užsieniečių neišsiversime. Futbolo pasaulis pasikeitė negrįžtamai.

Triskart Lietuvos čempionai šių metų pirmenybes pradėjo kukliai ir su nauju treneriu, bet KOVID-19

virusas, kurio „giminių ir artimųjų“ ant futbolo kamuolio tilptų keliasdešimt milijonų, sustabdė futbolo varžybas. Nebūtume suvalkiečiai, kad ir iš to neturėtume naudos: klubas atleido trenerį - užsienietį, pasamdė lietuvių Saulių Širmelį, o atnaujintas pirmenybes pirmadienį pradėjo dalyvaujant žiūrovams.

Birželio 1-ąją į stadioną stebėti „Sūduvos“ - „Kauno Žalgirio“ rungtynių rinkosi sirgaliai, kuriems nusišypsojo laimė loterijoje. Susitikimą „Sūduvos“ komandoje pradėjo keturi marijampoliečiai, iš kurių trys „senukai“: Vaidas Slavickas, Povilas Leimonas ir Algis Jankauskas, bei būrys legionierių, tik ką iškentusių karantiną.

Rungtynių būta nervingų, teisėjas parodė ne vieną geltoną kortelę. Antrajame kėlinyje sirgaliai išvydo labiau ledo rituliu būdingas kumštynės. Kovingumo komandoms netrūko, tačiau abi akivaizdžiai stokojo fizinio pasirengimo bei tarpusavio supratimo.

Sūduvos sostinės „senukai“ iššovė 68-ąją rungtynių minutę, kai Povilas Leimonas galva kamuolį nukreipė į Marijampolėje futbolininko karjerą pradėjusio Armanto Vitkausko saugomus kauniečių vartus. To pakako „Sūduvos“ pergalei.

Sirgaliai drausmingai laikėsi socialinio atstumo

J. Raškausko nuotrauka



„Prasideda vaikų vasaros atostogos, visi pasiilgę pramogų. Maudymasis yra labai mėgstamas vaikų ir suaugusiųjų užsiėmimas, puiki fizinio aktyvumo forma, tačiau kasmet nutinka ir skaudžių atvejų. Kiekvienam labai svarbu žinoti saugaus elgesio vandenyje taisykles ir jų laikytis.

Kartu su Lietuvos plaukimo federacija norime priminti, kad pramogauti vandenyje reikia saugiai, įvertinant savo galimybes, jokių būdu nepalikant vienų vaikų. Vanduo - ne vieta elgtis neatsakingai, saugokime save ir kitus“, - sako švietimo, mokslo ir sporto viceministrė Kornelija Tiesnesytė.

Kelios svarbiausios taisyklės būnant vandenyje ar prie vandens telkinių: nesimaudyti vieniems, nepalikti vaikų be priežiūros; maudytis tik tam skirtose vietose ir laikytis saugaus elgesio taisyklių, nuorodų maudymosi vietoje; vengti šuolių ant galvos; naudoti gelbėjimo liemenes; prie jūros atkreipti dėmesį į perspėjamuosius ženklus, vėliavas; nevartoti svaiginančių gėrimų ir kitų priemonių, žalojančių sveikatą; savo fizinius gebėjimus demonstruoti sporto varžybose, bet ne ežeruose, upėse ar jūroje; įvykus nelaimi kviešti pagalbą, skambinti tel.112, ir tik žinant gelbėjimo veiksmus suteikti pagalbą skęstančiajam.

Saugokimės vandenyje



## 2016–2020 metais Vyriausybė skyrė Marijampolės savivaldybei daugiau nei 65 mln. eurų

Po 2016 metų Seimo rinkimų, Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjungai (LVŽS) suformavus valdančiąją daugumą, buvo patvirtinta XVII Lietuvos Respublikos Vyriausybė. Šios Vyriausybės programoje įtvirtintos priemonės skirtos kovoti su skurdu ir mažinti gyventojų pajamų nelygybę, taip pat didinti įsitraukimą į darbo rinką ir stiprinti paramą šeimai. Tarp Vyriausybės prioritetų numatyta visų švietimo sistemų grandžių pertvarka, inovatyvios ekonomikos plėtra didinant verslo našumą ir kuriant į aukštą pridėtinę vertę orientuotas darbo vietas regionuose.

Anot Seimo nario Dainiaus Gaižausko, sudarant tinkamą argumentus pavyko pasiekti, kad XVII Vyriausybė skirtų Marijampolės savivaldybei išskirtinai didelį finansavimą, todėl miestas neatpažįstamai pasikeitė. Čia sukurta patogi ir šiuolaikiška viešoji infrastruktūra, poilsio erdvės. Daug dėmesio ir finansavimo sulaukė susisiekimo, sveikatos priežiūros, švietimo, žemės ūkio, verslo ir kiti sektoriai.

Pastaruoju metu opozicinių partijų atstovai viešoje erdvėje skleidžia tikrovės neatitinkančią informaciją, neva dabartinės daugumos Seimo suformuota Vyriausybė su čia rinktais Seimo nariais užmiršo mūsų kraštą. Paneigdamas melagingas naujienas Seimo nario Dainiaus Gaižausko biuras suskaičiavo, kad per pastaruosius beveik 4 metus iš įvairių Vyriausybės kuriamų programų ir finansavimo priemonių Marijampolės savivaldybei teko daugiau nei 65 mln. Eur.

Skaičiuojama, kad vien Marijampolės Laisvosios ekonominės zonos (LEZ) plėtrai paskirstyta apie 6 mln. Eur. Pagal gautą finansavimą toliau rikiuojasi Marijampolės ligoninė, kuriai iš viso skirta per 3 mln. Eur. Vyriausybės finansavimo taip pat sulaukė Marijampolės profesinio rengimo centras, bendradarbiystės centras „Spiečius“, P. Armino, Aušros ir Gedimino gatvių viadukai. Taip pat finansuoti įvairūs aplinkosauginiai projektai, socialinio būsto fondo plėtra ir kt.

### Marijampolės LEZ:

- Projektas „Investicijų pritraukimui svarbios inžinerinės infrastruktūros vystymas“ – 3,09 mln. Eur.
- Kelio Dambrauka – Nendriniskiai (privatizavimo kelias iki UAB „Juodeliai“ gamyklos) įrengimas – 570 tūkst. Eur.
- Lietaus nuotekų sistemos iki investuotojui suteikto sklypo įrengimas (I etapas) – 1,35 mln. Eur.

• Lietaus nuotekų sistemos iki investuotojui suteikto sklypo įrengimas (II etapas) – 1,19 mln. Eur.

### Marijampolės ligoninė:

- Kompiuteriniam tomografui įsigyti – 1,2 mln. Eur.
- Projektas „Sveiko senėjimo paslaugų kokybės gerinimas VšĮ Marijampolės ligoninėje“ – 1,2 mln. Eur.
- Projektas „Specializuotų paslaugų vaikams kokybės gerinimas VšĮ Marijampolės ligoninėje“ – 970 tūkst. Eur.
- Projektas „Tuberkuliozės diagnostikos kokybės gerinimas“ – 18 tūkst. Eur.
- Projektas „Atsinaujinančių energijos šaltinių (saulės elektrinės) diegimas VšĮ Marijampolės ligoninėje“ – 65 tūkst. Eur.

### Pašešupio parkas:

- Marijampolės Pašešupio parko kraštovaizdžio sutvarkymo projektas – 1,1 mln. Eur.

### Kaimiškosios vietovės:

- Viešosios infrastruktūros gerinimas Igliaukos gyvenvietėje – 437 tūkst. Eur.
- Puskelnių kaimo viešosios infrastruktūros sutvarkymo projektas – 245 tūkst. Eur.
- Igliaukos Anzelmo Matučio gimnazijos pastato modernizavimas – 200 tūkst. Eur.

### Aplinkosauga:

- Komunalinių atliekų tvarkymo infrastruktūros plėtra – 3,8 mln. Eur.
- Hidrologinio režimo atkūrimas Amalvos ir Kamanų pelkėse – 1,6 mln. Eur.
- Dotacija asbesto turinčių gaminių atliekų transportavimui ir šalinimui iš gyvenamųjų ir viešosios paskirties pastatų – 20 tūkst. Eur.
- Gaminių ar pakuotės atliekų tvarkymo programos lėšos (nupirka daugiau kaip 10 tūkst. konteinerių) – 123 tūkst. Eur.

### Žemės ūkis:

- Igliaukos ir Šventragio kadastro vietovių valstybei nuosavybės teise priklausančių melioracijos statinių rekonstravimas – 276 tūkst. Eur.
- Specialioji tikslinė dotacija melioracijai 2017 metais – 161 tūkst. Eur.
- Specialioji tikslinė dotacija melioracijai 2018 metais – 179 tūkst. Eur.
- Specialioji tikslinė dotacija melioracijai 2019 metais – 179 tūkst. Eur.
- Liūčių pažeistos melioracijos infrastruktūros atkūrimui – 267 tūkst. Eur.
- Papildoma dotacija melioracijai (2020 m.) – 193 tūkst. Eur.



Seimo narys Dainius Gaižauskas

### Susisiekimas:

- Finansavimas keliams tiesti, rekonstruoti ir prižiūrėti 2017 m. – 14,2 mln. Eur.
- Finansavimas keliams tiesti, rekonstruoti ir prižiūrėti 2018 m. – 3,7 mln. Eur.
- Finansavimas keliams tiesti, rekonstruoti ir prižiūrėti 2019 m. – 4,6 mln. Eur.

### Švietimas:

- Marijampolės profesinio rengimo centro plėtra ir mokymosi sąlygų gerinimas – 1,7 mln. Eur.
- Projektas „Atsinaujinančių energijos šaltinių (saulės elektrinės) diegimas Marijampolės profesinio rengimo centro pastatuose“ – 113 tūkst. Eur.
- Marijampolės vaikų lopšelio-darželio „Rasa“ modernizavimas – 361 tūkst. Eur.
- Ugdymo kokybės gerinimas Marijampolės Rygiškių Jono gimnazijoje – 516 tūkst. Eur.
- Marijampolės Petro Kriaučiūno viešosios bibliotekos modernizavimas ir paslaugų plėtra – 478 tūkst. Eur.
- Marijampolės profesinio rengimo centras. Profesinių įgūdžių tobulinimas – 169 tūkst. Eur.
- Marijampolės profesinio rengimo centras. Tarptautinės patirties skatinimas – 208 tūkst. Eur.

### Socialinės paslaugos:

- Socialinio būsto fondo plėtra – 1,5 mln. Eur.

### Lėšos, kurių Marijampolės savivaldybė nespėjo įsisavinti

Apmaudu, kad Marijampolės savivaldybė

pasinaudojo ne visomis Valstybės investicijų programos lėšomis, kurios šiais metais buvo siūlomos. Pateikiame projektų, kurie neatitiko keliamų reikalavimų, sąrašą: nebuvo paruošti visi reikiami dokumentai, neatlikti rangos darbų pirkimai ir kitos procedūros, todėl Marijampolės savivaldybė finansavimo negavo, nors buvo puiki proga užbaigti beveik visus planuotus projektus.

- Marijampolės „Šaltinio“ progimnazijos pastato rekonstravimas – 3,57 mln. Eur.
- Marijampolės kultūros centro paslaugų kokybės ir prieinamumo gerinimas, modernizuojant infrastruktūrą – 1,36 mln. Eur.
- VšĮ „Marijampolės ligoninė“ korpuso 13D4/b (Palangos g. 1) rekonstravimas – 3,066 mln. Eur.

Seimo narys Dainius Gaižauskas sako tikintis, kad tai dar ne visi projektai, kurie bus finansuoti šią kadenciją: „Planuojama, kad rudenį bus gautos lėšos Marijampolės daugiafunkcės arenos statybos pradžiai, Marijampolės dramos teatrui atnaujinti, Šešupei įžuvinti, keliams tvarkyti ir kitiems svarbiems projektams.“

Šią savaitę marijampoliečius pasiekė dar viena gera žinia – Vyriausybė mūsų miesto keliams ir gatvėms papildomai skyrė 1,23 mln. Eur.

Politinė reklama.  
Bus apmokėta iš LVŽS  
rinkiminės sąskaitos.  
Užs. Nr. 008

## Ką slėpė bakūžė?

Atkelta iš 1 p.

Dalis namų seniai apgyvendinti, kiti statomi arba baigiami įrengti. Vienas tokių, dar nepažymėtas antruoju numeriu, tiesiog apžavi – vos ne Valdovų rūmai Marijampolėje. Nors dažnas mena šiame

sklype prieš porą metų stovėjus varganą medinę bakūžę, užsilikusią nuo sovietmečio, kai kurie paprasti vietiniai miestelėnai pasakoja, kad ji buvo tik priedanga. Esą po „medinuku“ nuo statybų priežiūros, KGB ir kitų represinių tarnybų slėpti išpūdingų rūmų



Maždaug taip Pašto gatvė atrodė iki rekonstrukcijos

V. Žemaičio nuotraukos

griaučiai. Laukta meto juos atstatyti, atverti visuomenės žvilgsniams.

Ir štai, Marijampolei atgavus nepriklausomybę, prasidėjo kultūrinio-gyvenamojo paveldo puoselėtojų kova su biurokratais ir kitais negeriečiais dėl galimybės atskleisti po žeme slypėjusio statinio didybę. Pergalė pasiekta tik prieš porą metų – gautas statyba čia leidžiantis dokumentas. Jį išrašė Arvydo Bekerio – savivaldybės administracijos Architektūros ir teritorijų planavimo skyriaus vedėjo-vyriausiojo architekto įpareigotas darbuotojas. Išrašė po to, kai šedevro atnaujinimui pritarė: Nacionalinis visuomenės sveikatos centras, Neįgalųjų reikalų departamentas, AB „Energijos skirstymo operatorius“, UAB „Sūduvos vandenys“, Marijampolės savivaldybės administracija, o sutikimą davė Nacionalinės žemės tarnybos Marijampolės, Kazlų Rūdos ir Kalvarijos skyrius.

Kiti marijampoliečiai, taip pat paprasti vietiniai, tvirtina, kad po žeme nė velnio nebuvo (įdomu, o kur tada nelabasis išsikūręs?). Tiesiog kažkas įsigijo sklypą, nugriovė bakūžę ir ėmėsi statyti tokį namą, kokio nori.

„Norite pasakyti, kad čia ne rekonstruoti rūmai, o iškilo nauji?“

- klausiu gyventojų, kurio namas vis dar medinis ir dengtas šiferiu. Žmogus tik palinguoja galvą, esą, „kiek tau, kvailam korespondentui, galima kartoti, kad niekas nieko čia nerekonstravo“.

Su tuo galėtų sutikti skyriaus vedėjas-vyriausiojo architektas Arvydas Bekeris, bet negali. Nes, anot jo, savivaldybės administracija nesprendžia dėl namo statymo ar rekonstravimo. Tai apibrėžia Lietuvos Respublikos statybos įstatymas. Pagal jį, „naujo statinio statyba – statyba, kurios tikslas – statinių neužimtame žemės paviršiaus plote pastatyti statinį, atstatyti visiškai sugriuvusį, sunaikintą, nugriautą statinį“, o „statinio rekonstravimas – statyba, kurios tikslas – perstatyti statinį: pakeisti statinio laikančiąsias konstrukcijas, pakeičiant statinio išorės matmenis (ilgį, plotį, aukštį ir pan).“

Vieni biurokratai pašmaikštavo, kiti kartoja. Dažniausiai negalvodami.

Įdomu, gimstant kūdikiui atsiranda naujas žmogus ar vyksta reinkarnacija (filosofinė sąvoka, tikėjimas, kad žmogui mirus jis atgimsta iš naujo)? Kas kaip nori, taip galvoja. Nes biurokratai dar nesukūrė įstatymo, kaip šiuo atveju reikia galvoti.

## Regioninė plėtra

Saulė Eglė TREMBO. Seimas po svarstymo pritarė naujos redakcijos Regioninės plėtros įstatymo projektui ir lydimiesiems teisės aktų pakeitimams. Taip siekiama sukurti naują efektyvią regioninių savarankiškumą pagrįstą regioninę politiką, užtikrinti Lietuvos regionų konkurencingumą bei aukštą gyvenimo kokybę jose.

„Kiek buvo ministrų, nė vienam ne užteko politinės valios pateikti Seimui tokį įstatymo projektą, kuris sulauktų daugumos Seimo narių paramos ir suformuotų iš esmės kitą kokybinę regioninės plėtros strategiją mūsų valstybėje. Mane labai nudžiugino, kad buvo labai jautriai sureaguota į Europos Tarybos ekspertų nuomonę, kurie akcentavo skaidrumą ir atstovavimo principą“, – pritari projektui ragino Seimo narys Povilas Urbšys.

Numatomi šie nacionalinės regioninės politikos tikslai: 1) skatinti regionų prisitaikymą prie kintančių ekonominės ir socialinės aplinkos sąlygų, išnaudojant ir stiprinant kiekvieno regiono konkurencinį pranašumą ir kompetenciją; 2) didinti funkcinių zonų infrastruktūros ir (ar) paslaugų tinklo efektyvumą, užtikrinti, kad šia infrastruktūra ir paslaugomis galėtų naudotis visi gyventojai; 3) mažinti socialinius ir ekonominius skirtumus tarp regionų ir pačiuose regionuose.



# Mokykla – daug daugiau negu pamokos ir žinios



Jolanta URBANOVIČ,  
Švietimo, mokslo ir  
sporto viceministrė, profesorė.

Ko turi išmokyti mokykla ir ar tikrai moko to, ko reikia? Šis klausimas nuolat skamba viešojoje erdvėje, ypač įvykus ryškesniems pokyčiams visuomenėje. Priklausomai nuo situacijos, išryškina vienokių ar kitokių žinių ar gebėjimų svarbą. Nors ištis kiekviena mokykla padeda ugdyti visapusiškai asmenybei: atsakingai, pilietiškai, kūrybiškai, nestokojančiai socialinių kompetencijų.

Ne taip seniai – po ilgų, sunkių diskusijų – švietimo bendruomenėje sutarta dėl esminių principų, kokios turi būti mokymo programos nuo 2022 m. Kitaip tariant, nubrėžtos gairės, ko mokykla turėtų išmokyti XXI a. pilietį. Numatytos dvi esminės programų atnaujinimo kryptys: pirma, stiprinti asmens savybių ir vertybių ugdymą, atskleidžiant vaiko kūrybiškumą ir talentą, antra, sukurti sąlygas kiekvienam mokiniui pasiekti aukštesnių mokymosi rezultatų suteikiant tvirtus ir tvarius žinių pagrindus. Pagal šias gaires mokytojai praktikai ir mokslininkai jau rengia atskirų dalykų programas, iki metų pabaigos bus pateikti jų projektai.

Trumpai apžvelgsiu visą spektrą bazinių dalykų, ko vis tik mokykla moko – jau dabar.

**Vertybės ir socialinės emocijos, pažinimo, kūrybiškumo, pilietinės, kultūrinės, komunikavimo kompetencijos.** Pradedu nuo jų, nors tradiciškai mokykla vis dar laikoma žinių suteikimo vieta, nepaisant to, kad net mokantis užsienio kalbos pirmiausia išmokstama pasakyti savo vardą ir pasisveikinti. Tačiau per pamokas jau kurį laiką taikoma projektinė veikla – ne tik kad vaikai geriau išmokyti konkretaus dalyko, bet kad mokėtų bendradarbiauti, kartu spręsti problemas. Kai tėvai sako, kad vaikai per pamoką nieko nesimokė, tik žiūrėjo filmą, visada paklauskite: kokį, apie ką? Filmai – žinoma, kruopščiai psichologų atrinkti, – gali būti edukacinė priemonė empatijai, įsijautimui į kito (nuskriausto, kenčiančio) situaciją ugdyti. Tam pačiam tikslui tarnauja knygos, visuomeninė socialinė veikla, savanorystė, prevencinės programos, kurių mokyklos gali rinktis ir įgyvendinti ne vieną: turbūt tėvai yra pastebėję vaikų tvarkaraščiuose tokias pamokas, kaip „Antras žingsnis“, o patys buvo pakviesti į pasikaitas apie vaikų emocijas, patyčių prevenciją, vaikų ugdymą. Visos mokyklos privalo įgyvendinti bent vieną prevencinę programą, o visi mokytojai – tobulinti šios srities kompetencijas. Bet čia svarbus ne tik mokyklos, bet ir visų suaugusių žmonių palaikymas.

Minėtos kompetencijos ugdomos tiek per pamokas, tiek per kitas veiklas. Švietimo žmonės visada pabrėžia popamokines veiklas, arba neformalaus švietimo, svarbą. Būreliai, renginiai, edukacinės veiklos ir išvykos kartais nuvertinamos ir nurašomos tiesiog kaip pramoga, poilsis, nors ištis jie puikiai lavina vaiko pažinimą, smalsumą, kūrybiškumą, pilietiškumą. Tam skiriamos ir nemenkos valstybės bei savivaldybių lėšos: iš viso apie 100 mln. Eur kasmet.

Kartais tenka sulaukti klausimų, kodėl nėra vienokios ar kitokios

pamokos, pavyzdžiui, krašto gynybos, nors mokyklose, savivaldybėse veikia šaulių būreliai – beje, vieni populiariausių, kelios dešimtys mokyklų siūlo vyresnių klasių mokiniams pasirenkamą nacionalinio saugumo ir krašto gynybos modelį. Kariuomenės strateginės komunikacijos departamento ekspertai lankosi švietimo bendruomenėje ir skaito paskaitas nacionalinio saugumo, krašto gynybos, medijų raštingumo ir propagandos karų tema. Parengta ir įgyvendinama pedagogų kvalifikacijos tobulinimo programa „Nacionalinio saugumo ir pilietiškumo nuostatų stiprinimas ugdyme“. Mokytojams vyksta mokymai nacionalinio saugumo ir pilietiškumo nuostatų stiprinimo, medijų ir informacinio raštingumo, kritinio mąstymo ugdymo, informacinių karų temomis.

Nacionalinio saugumo, patriotizmo, pilietinio pasipriešinimo, pilietiško, medijų raštingumo ugdymas dar labiau bus aktualizuojamas atnaujintose pilietiško pagrindų, istorijos, lietuvių kalbos, geografijos ir kitų dalykų programose, kurias rengia patyrę šių sričių specialistai. Taigi vertybinis ir kompetencijų ugdymas aprėpia visą švietimo veiklą. Įvairūs įgūdžiai, vertybės ugdomos ne tik per pamokas ir ne tik mokykloje – svarbi visų švietimo įstaigų, taip pat ir neformalaus ugdymo, veikla ir jos kryptingumas. O ugdymo programos rengiamos patyrusių žmonių, visi esminiai sprendimai švietime priimami konsultuojantis su švietimo bendruomene ir visuomene. Visada kviečiame socialinius partnerius – visuomenines organizacijas, verslo įmones, kultūros įstaigas – būti aktyviais švietimo talkininkais.

Nuo šio rugsėjo mokykla dar labiau praplečia ribas: kiekvienas 9-12 klasės bendrojo ugdymo mokyklos mokinys galės mokytis ne tik savo mokykloje, bet ir profesinėje. Joje galės įgyti darbo rinkoje aktualių profesinių kompetencijų

ar išbandyti profesiją. Tvarkaraštis bus sudarytas taip, kad derėtų ir pamokos gimnazijoje ar pagrindinėje mokykloje, ir profesinio mokymo įstaigoje – kad laiko užtektų viskam. Bendrojo ugdymo mokykloje įgytas žinias ir įgūdžius jaunuoliai galės papildyti ir praktika: kai kam gal tai taps pirmu impulsu savo verslui ir būsimam profesiniam keliui.

**Akademinės žinios.** Susiklostė tradicija, kad viešojoje erdvėje mokyklos vertė matuojama labiau pagal akademinis rezultatus: kaip mokiniai išlaikė egzaminus, kaip pasirodė nacionaliniuose mokinių pasiekimų tyrimuose. Nors tai svarbu, bet negali būti vienintelis ir svarbiausias mokyklos veiklos kokybės vertinimo kriterijus. Viena vertus, švietimo sistemai neretai priekaištaujama, kad neugdome kūrybiški žmonės ir veikla orientuojama į žinių perdavimą bei egzaminų rezultatus, kita vertus, – kad akademiniai rezultatai nėra pakankami. Visi girdėję apie Tarptautinio penkiolikmečių pasiekimų tyrimo rezultatus: Lietuvos mokiniai jame atrodo vidutiniškai. O tyrimu labiausiai vertinama, kaip mokiniai moka spręsti problemas, įvertinti faktus ir duomenis, ir tai pritaikyti nepažįstamose situacijose mokykloje ir už jos ribų.

Tačiau mažiau džiaugiamasi, kad kitame svarbiame tarptautiniame matematikos ir gamtos mokslų tyrime, kuriame dalyvavo šalių ketvirtokai ir aštuntokai, Lietuvos vaikų matematikos ir gamtos mokslų rezultatai yra aukščiau tarptautinių skalių vidurkių. Šis tyrimas labiau akademinis ir orientuotas į matematiką ir gamtos mokslus. Taip pat ir tarptautiniame skaitymo gebėjimų tyrime mūsų ketvirtokų rezultatai ar tarptautiniame pilietinio ugdymo ir pilietiško tyrimo mūsų aštuntokų rezultatai yra aukštesni už tarptautinės skalės vidurkį. Žvelgiant į tyrimų rezultatus matyti, kad mūsų mokiniams užtenka žinių, tačiau pristinga gebėjimų praktiškai panaudoti tai, ko išmoka.

Reikia pripažinti, kad iki šiol trūko integralumo tarp skirtingų mokomųjų dalykų, kad, pavyzdžiui,

chemija menkai draugavo su fizika, o istorija su lietuvių literatūra, arba tai priklausė tik nuo mokytojų entuziazmo ir kūrybiškumo. Ugdymo turinys, kurtas prieš gerą dešimtmetį, žiūrint iš šių dienų perspektyvos – pernelyg akademinis, stokojantis aktualumo. Naujos programos turėtų sudaryti mokiniams daugiau galimybių tyrinėti, spręsti problemas, apmąstant jas iš skirtingų perspektyvų, ir praktiškai veikti, pritaikant skirtingų sričių žinias ir gebėjimus. Taip pat suteiktų daugiau laisvės mokytojams spręsti, kas jų mokiniams svarbu.

Neabejotinai naujasis ugdymo turinys bus pritaikytas skaitmeninio mokymo – kurio mokyklose daugės ir pasibaigus karantinui – iššūkiams. Jau dabar ruošiamės naujems mokslo metams, kurie bus kitokie – atvers daugiau galimybių skaitmeniniam, nuotoliniam mokymui.

Reikės įveikti ir dar vieną iššūkį. Patikėti, kad visa mokyklos veikla – ir pamokos, ir būreliai, ir laikas prevencinėms programoms, ir renginiai, ir išvykos, ir vaikų žaidimai su draugais per pertraukas – yra svarbi ir padedanti augti. Kad vaiko savijauta mokykloje neatsiejama nuo jo pasiekimų, kad švietimo pagalbos specialistas mokykloje toks pat būtinas, kaip bet kurio dalyko mokytojas, kad mokyklos pridėtinė vertė matuojama ne tik egzaminų rezultatais. Tai nereiškia, kad nebūtinos žinios, geri skaitymo gebėjimai ar matematiniai įgūdžiai – tačiau tai neturi būti vienintelis tikslas. Vertybės ir kompetencijos yra ugdymo ašis.

Kai bus parengti atnaujintų ugdymo programų projektai, kviesime juos svarstyti. Sutarus, naujas ugdymo turinys keliaus į mokyklas. Jis aprėps ne tik mokymo programas, bet ir jų įgyvendinimo būdus: metodus, vertinimo sistemą, orientuotą į individualią pažangą. Tikiuosi, tai sustiprins mokytojo laisvę ir kūrybiškumą ir padės siekti esminio švietimo tikslo: maksimaliai atskleisti kiekvieno vaiko galias ir gebėjimus, padėti augti visavertei asmenybei.

## Leidykla „Briedis“ pristato



priežasčių žuvusiųjų artimieji ištisus dešimtmečius liūdesį ir baimę kentė vienuoje. Apie sovietų partizanų nusikaltimus Suomijoje atvirai pradėta kalbėti tik XX a. dešimtajame dešimtmetyje.

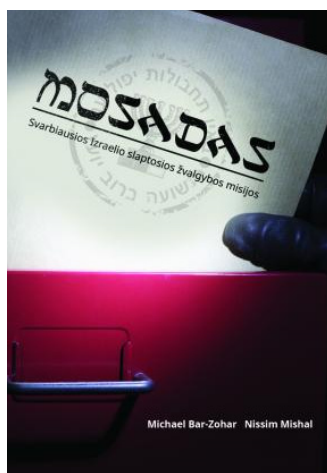
1998 m. knyga „Paskutinis rytas“ buvo įvertinta Valstybine premija, skiriama už informacijos sklaidą.

1999 m. Suomija pateikė Rusijos Kariuomenės Respublikos prokuratūrai sąrašą sovietų veteranų, kuriuos siekia nuteisti.

\*\*\*\*\*

Šios knygos autoriai M. Bar-Zoharas ir N. Mishalas pasakoja apie pačias svarbiausias Izraelio žvalgybos ir specialiųjų užduočių tarnybos Mosado operacijas.

1951 m. įkurto Mosado įėjus šaltinis – anoniminiai agentai: vyrai ir moterys, rizikuojantys gyvybe, gyvenantys atskirai nuo šeimų ir besidangstantys tariamomis tapatybėmis, vykdančios narsias operacijas priešiškoje valstybėje, kur menkiausia klaida gali lemti sulaikymą, kankinimus ar net mirtį. Šaltojo karo metu blogiausia, kas galėjo nutikti agentui, sugautam Vaka-



ruose ar komunistiniame bloke, – būti apkeistam į kitą agentą ant šalto ir ūkanoto tilto Berlyne. Rusas ar amerikietis, britas ar rytų vokiečių agentas visada žinojo, kad yra kas išgelbės jį iš sunkios padėties, tačiau vieniši Mosado kariai neturėjo mainų galimybių – už drąsą jie mokėjo gyvybę.

Šioje knygoje pasakojama apie svarbiausias Mosado misijas, tokias kaip nacių nusikaltėlio A. Eichmanno sulaikymas, ir drąsiausios herojus, atskleidžiamos klaidos ir nesėkmės, ne kartą metusios šešėlių šios tarnybos įvaizdžiui, sudrebinusios ją iš esmės.

**SR**  
STATYBOS RITMAS  
Gamyklų g. 3, Marijampolė  
Tel. (8 343) 71450, info@sr.lt

**STATYBOS DARBAI  
TRANSPORTO IR TECHNIKOS NUOMA**

Transporto ir statybinių mechanizmų nuoma:  
Tel.: 8 685 50036, (8-343) 70482 **www.sr.lt**

**EPO  
BETONAS**  
GAMYKLŲ G. 3, MARIJAMPOLĖ,  
TEL. (8 343) 70744, 8 699 12591

UAB Ekobetonas  
**GAMINA** ĮVARIŲ RŪŠIŲ BĖTONĄ IR BĖTONO MIŠINIUS  
BETONAS PRISTATOMAS BETONO SIURBLIAIS, BĖTONVEŽĖMIS IR SAVIVARČIAIS  
**METALO GAMINIAI (ARMATŪRA)**  
Tel. 8 655 04687



## Kelionės jau liepą

Rūta PAULIUKONYTĖ. Lietuvos kelionių organizatorius ir kelionių agentūras vienijanti Lietuvos turizmo asociacija reaguoja į keliautojų klausimus dėl prasidedančių vasaros atostogų užsienyje. Daugėjant karantino švelninimo priemonių ir Europos šalims pamažu atveriant sienas turistams, didieji kelionių organizatoriai „Novaturas“ ir „Tez Tour“ ramina planavusius atostogauti svetur dar liepą – atnaujinti poilsines keliones užsakomaisiais skrydžiais jie yra pasirengę nedelsdami, kai tik bus suteikti atsakingų institucijų leidimai.

Pagal Sveikatos apsaugos ministerijos paskelbtą sąrašą šalių, iš kurių grįžus nereikės laikytis privalomos 14-os dienų saviizoliacijos, pirmiausia organizuotos poilsinės kelionės užsakomaisiais skrydžiais galėtų būti atnaujintos į lietuvių jau pamėgtas ir puikiai pažįstamas Europos šalis – Graikiją, Bulgariją ir Kiprą, taip pat – pažintines keliones po Europos šalis.

„Kelionių organizatoriai nuolat bendrauja su partneriais užsienio šalyse ir mato, kaip intensyviai turistų priėmimui ruošiasi tiek Graikija, tiek Bulgarija, tiek Kipras. Keliautojų saugumas yra visų didžiausias prioritetas, todėl jau dabar planuojamos saugumo priemonės oro uostuose, perveži-

muose, viešbučiuose“, – pasakoja Lietuvos turizmo asociacijos vadovė Milda Plepytė-Rainienė.

Saugų keliavimą užtikrins didesnių nei įprasta atstumų laikymasis oro uostuose, kaukių dėvėjimas visos kelionės metu, papildomos dezinfekcinės priemonės lėktuvuose ir pervežimų metu, itin daug saugumo priemonių imasi ir viešbučiai. Konkrečią saugaus keliavimo informaciją kiekvienas turistas gaus iš savo kelionių organizatoriaus ar kelionių agento prieš planuojamą kelionę.

Dėl galimų kelionių atnaujinimo nuo liepos į kitas lietuvių pamėgtas šalis – Ispaniją, Turkiją, Egiptą, Tunisą – kol kas tebe laukiama atsakingų institucijų sprendimų. Planavusių keliauti į minėtas šalis jau liepą, prašoma palaukti – su turistais susisieks kelionių organizatoriai ar kelionių agentai, kai tik turės tikslios informacijos.

Tiek „Novaturas“, tiek „Tez Tour“ savo organizuojamas keliones dėl ribojimų yra laikinai sustabdę iki birželio mėnesio pabaigos. Keliautojams, kurių atostogos sujaukė pandemijos sukelti apribojimai, siūloma be jokių papildomų mokesčių nukelti savo planus vėlesniam laikui ar įsigyti kelionių kuponą ir atostogos planuoti vėliau.

# Iki kiek leisime valdžiai pildyti mūsų kantrybės taure



Gediminas AKELAITIS  
Krikščionių sąjungos Marijampolės regiono skyriaus pirmininkas

Žiniasklaidai paviešinus informaciją apie Marijampolės ligoninės Anestezilogijos ir intensyvios terapijos skyriaus 52 darbuotojų (beveik du trečdaliai skyriaus personalo) prašymą nušalinti nuo pareigų skyriaus vedėją Eligijų Jucių, ligoninės direktorės pareigas einanti pavaduotoja sudarė komisiją tirti galimai jo padarytą „darbo pareigų pažeidimą“. Aš buvau įtrauktas į šią komisiją.

Dalyvavau visuose posėdžiuose, susipažinau su įsakymais, darbuotojų paaiškinimais, kitais komisijai pateiktais dokumentais. Visi jie rodo, kad darbuotojų prašymas ligoninės administracijai yra objektyvus ir pagrįstas.

Priminsiu reikalo esmę. Viskas prasidėjo, kai balandžio pradžioje penkias dienas Anestezilogijos ir intensyvios terapijos skyriuje gydytai pacientei buvo nustatyta COVID-19 infekcija. Tada vedėjas pažeidė skyriaus vidaus tvarkos taisykles: nevykdė direktoriaus pavaduotojos medicininio įsakymo dėl darbo organizavimo ekstremalios situacijos metu, darsė informuoti personalą apie sergančią pacientę, bendravo su kitais pacientais, taip keldamas jiems pavojų, į infekcijos židinį išskvietė nesusiūsią gydytoją, o pats pasišalino.

Tokia situacija galutinai perpildė personalo kantrybės taure, nes skyriaus vedėjas ir anksčiau nesiskaitė su darbuotojais, juos įžeidinėjo, netinkamai skirstė krūvius, kitaip

rodė savo valdžią, taip dangstydamas prastus organizacinius gebėjimus.

Kai viename posėdžių komisijos pirmininkas pareiškė: „jeigu žūs generolas, mūsų nelaimėsime“, supratau, kad negaliu dalyvauti spektaklyje, kurio „aktorai“ visokiais būdais siekia išgelbėti kolegą nuo atsakomybės. Tai primena sovietinių karvedžių taktiką, kai jie dėl pergalės aukojo daugybę eilinių kareivių. Komisijos veiksmai rodo, kad nepasitikėjimą skyriaus vadovu pareiškę darbuotojai gali tapti „patranka mėsa“.

Dėl situacijos ligoninėje, kuri buvo tapusi vienu didžiausių Lietuvoje koronaviruso židinių, kreipiausi į Kauno apygardos prokuratūrą, perdaviau jai atitinkamus dokumentus, rodančius, kas atsakingas už netvarką. Pareigūnai mane informavo, kad atitinkamos institucijos atlieka tyrimą. Jos, matyt, taip pat laukia išvadų Anestezilogijos ir intensyvios terapijos skyriaus vedėjo veiklą tiriančios komisijos.

Manychiau, komisiją dėl koronaviruso suvaldymo, tiksliau nesuvaldymo Lietuvoje turėtų sudaryti Seimas. Jei ne šios kadencijos, kuris karantino metu visas galias perdavė Vyriausybei, tai kitos, kai parlamente, neabejoju, bus atstovaujama ir Krikščionių sąjunga.

Komisija turės ką veikti, nes COVID-19 infekcijai suvaldyti ir jos padariniams likviduoti buvo skirti didžiuliai pinigai. Tačiau juos naudojant padaryta daug klaidų, kai kurie valdžios sprendimai – nepateisinami. Iki šiol neiškiu, ką reiškė sveikatos apsaugos ministro pasakymas, kad reikia dėvėti apsaugines kaukes, bet nebūtina, galima prisidengti alkūne.... Kur Europos Sąjungos skirti milijardai eurų smulkiam ir vidutiniam verslui skatinti? Kalbėjau su direktoriumi 15 darbuotojų turinčios lėptjųvės, vadovais kai kurių per karantiną veiklą nutraukusių nedidelių įmonių – jos negavo jokių kompensacijų, nors valdžia skelbia atvirkščiai.

O štai sveikatos apsaugos ministras pasirūpino didžiuliais priedais savo ministerijos darbuotojams, esą jie nuošniai kovoja su pandemija. Su kuo dabar kovoti, kai visi žino, kaip elgtis? Tuo tarpu

gydymo įstaigose nei padidinti atlyginimai – taip, kaip žadėta, nei išmokėti priedai, nes biurokratams vis dar neaišku, kam ir už ką mokėti. Matyt, jiems atrodo, kad vieni medikai virusu užsikrėtė daugiau, kiti – mažiau. Tuo tarpu Premjeras ir sveikatos apsaugos ministras viešoje erdvėje nuolat transliuoja, kad visi, kam žadėta, visus pinigus gavo.

Artėjant rinkimams valdžia tokia propaganda siekia sumažinti psichologinę įtampą žmonių, kurie negauna vadinamųjų sveikatos paslaugų: gydymo, diagnostikos ir kitų. Norima visą kaltę dėl susidarančių didžiulių eilių, veiklos neatnaujančių gydymo įstaigų ir kitų problemų suversti medikams. Šie baiminasi rodyti pirštą į valdžią, kuri sukėlė chaosą, nes vis dar tikiš iš jos malonės – žadėtų priedų ir atlyginimų didinimo.

Valdžia neskuba skelbti karantino pabaigos ir palikti tik rekomendacijas, kur dėvėti apsaugines kaukes, atviroje erdvėje vykstančius renginius leidžia žiūrėti 300 žmonių, o 310 to daryti jau negali. Kodėl?

Toks pat klausimas kyla, kai viešojoje erdvėje girdime aukštų šalių pareigūnų kalbas apie Seimo rinkimų organizavimą spalio mėnesį. Jau dabar svarstoma, kad į balsavimo vietas rinkėjai turės ateiti su apsauginėmis kaukėmis ir pirštinių, kelių milijonų eurų reikės jomis aprūpinti rinkimų komisijas visoje Lietuvoje.

Prisimenant, kad, paskelbus karantiną, apsaugos priemonių trūko, o dabar jomis užverstos prekybos centrų lentynos, sandėliai, peršasi mintis, kad jas reikia realizuoti. Ir verslas tuo rūpinasi skatinamas politikus ištraukti „virusinių“ rinkimų kortą. Kas galėtų paneigti, kad, pavyzdžiui, stambieji prekeiviai nesitaria su Sveikatos apsaugos ministerija, kuri turi reikšmingų svertų pratęsti karantiną, jį atnaujinti. Sunku patikėti, jog valdžiai neužtenka proto palikti užtektinai apsaugos priemonių atsargai, jei, neduok Dieve, vėl kiltų ekstremali situacija.

Politinė reklama. Bus apmokėta iš Krikščionių sąjungos rinkimines sąskaitas.  
Užs. Nr. 009

## Telefonas vairuojant

Milda LOMSARGIENĖ. Mobilioju telefonu automobilyje naudojasi 65 procentai Lietuvos gyventojų. Beveik pusė – 43 proc. – jų išmanųjį telefoną pasitelkia navigacijai, įjungdami populiariausias kelionių programėles, 34 proc. – skambina ir kalbasi naudodamiesi laisvų rankų įranga, 12 proc. klausosi mėgstamos muzikos. Tačiau net dešimtadalis prisipažįsta vairuodami skambinantys telefonu be laisvųjų rankų įrangos, o dar 10 proc. jų naršo internete ir rašo tekstinius pranešimus.

Tokius rezultatus atskleidė draudimo bendrovės „If“ užsakymu atlikta reprezentatyvi Baltijos šalių gyventojų apklausa.

Jos metu taip pat paaiškėjo, kad lietuviai mobilioju telefonu automobilyje naudojami rečiau nei Baltijos šalių kaimynai: tai darantys atsakė 68 proc. estų ir 70 proc. latvių. Latvijos gyventojai atskleidė skambinantys be laisvųjų rankų įrangos dažniau nei lietuviai (12 proc.), dar

atsainiau į tai žvelgia estai (13 proc.).

Tiesa, abiejų Baltijos kaimynių vairuotojai mažiau naršo arba rašo telefonu vairuodami: Latvijoje tai darantys atskleidė 9 proc., Estijoje – 8 proc. respondentų.

„If“ transporto žalių grupės vadovės Guodos Jasaitės teigimu, nors Kelių eismo taisyklėse nurodoma, kad vairuojant negalima užsiimti jokia kita veikla, telefono naudojimas automobilyje tampa vis aktualesne šių laikų problema. Tyrimo rezultatai atskleidžia, kad visuomenė tam dar neskiria pakankamo dėmesio.

„Tobulėjančios technologijos lėmė, kad į išmaniuosius telefonus persikėlė tokia didelė mūsų gyvenimo dalis, jog nebegalime nuo jų atsitraukti net važiuodami automobiliu. Vairuojant net kelios sekundės į telefoną nukreipto dėmesio gali virsti keliomis

dešimtėmis nuvažiuotų metrų iš esmės nematant, kas vyksta aplink au-

tomobilį. Deja, bet kartais tos kelios akimirkos gali tapti skausmingais padariniais visam gyvenimui“, – teigia G. Jasaitė.

Anot jos, visose trijose šalyse apklausti vyrai teigė gerokai dažniau naudojantys telefonus automobilyje nei moterys. Lietuvoje telefoną vairuodami prisipažino naudojantys 73 proc. vyrų ir tik 57 proc. moterų, Latvijoje šis santykis yra 78 proc. ir 61 proc., o Estijoje – 73 proc. ir 63 proc.

„Moterys taip pat yra dukart pavyzdingesnės nagrinėjant pavojingų vairavimų įpročių statistiką: Lietuvoje tik 7 proc. jų skambina vairuodamos be laisvųjų rankų įrangos (13 proc. vyrų), Latvijoje ir Estijoje – atitinkamai 9 proc. (15 proc. vyrų) ir 8 proc. (17 proc. vyrų). Panaši statistika vyrų nenaudai ir žvelgiant į rašymo vairuo-

jant ar naršymo internete įpročius“, – sako ekspertė.

Visose šalyse dažniau telefoną automobilyje naudojantys pripažindavo aukštesnių pajamų ir jaunesnio arba vidutinio amžiaus respondentai. Lietuvoje aktyviausiai mobiliųjų teikiamomis galimybėmis vairuodami naudojosi 18-24 ir 35-44 metų amžiaus respondentai. „If“ atstovė pažymi, kad būtent amžiaus identifikavimas geriausiai atspindi skirtingų kartų įpročius.

„18-24 metų amžiaus grupei priklausantys Lietuvos vairuotojai dažniausiai prisipažino naršantys internete ir rašantys žinutes prie vairo – tai darantis teigė net kas ketvirtas (24 proc.) respondentas, kai šią nuodėmę pripažino vos 5 proc. 45-54 m. amžiaus apklausos dalyvių. Tačiau jauniausi vairuotojai rečiausiai skambina telefonu be laisvųjų rankų įrangos (7 proc.) – dažniausiai tai darantys atskleidė 35-44 m. amžiaus eismo dalyviai (15 proc.)“, – sako Guoda Jasaitė.

### LR Seimo narys Dainius Gaižauskas

Mob. 8-668-42174  
El. paštas: dainius.gaizauskas@lrs.lt  
Priėmimo laikas: pirmadienis  
10:00-12:00 / 13:00-15:00

### Dainiaus Gaižausko biuras

J. Basanavičiaus a. 1, Marijampolė  
Mob. 8-612-02802  
Darbo laikas:  
I-IV 8:00-17:00  
V 8:00-15:45  
(Pietų pertrauka 12:00-13:00)



## Dainiaus Gaižausko biuras atnaujina lankytojų priėmimą

Pandemijai slopstant, o karantinui švelnėjant, gyvenimas iš lėto grįžta į senas vėžes. Pirmadienį, po daugiau nei dviejų mėnesių pertraukos, ir įprastą darbo ritmą grįžo ir Seimo nario Dainiaus Gaižausko biuras Marijampolėje. Interesantai aptarnaujami ne tik nuotoliniu būdu, bet ir gyvai biure, laikantis visų saugumo reikalavimų.



# Kino ekranuose – olimpinių žaidynių herojai

Atkelta iš 1 p.

1940 m. lenkų dvarininkų šeimoje Kaune gimęs sportininkas 1972 m. pasiekė sportinės karjeros viršūnę, Miunchene tapęs rutulio stūmimo olimpinis čempionas.

Dar sportuodamas W. Komaras sukūrė porą vaidmenų kine, o pasitraukęs iš didžiojo sporto suvaidino daugiau nei 20-ye filmų. Sėkminga aktorius karjera nutrūko tragiškoje autoavarijoje 1998 m., kurioje žuvo ne tik jis, bet ir kita lenkų sporto superžvaigždė, 1976 m. Monrealio olimpinis čempionas ir 1980 m. Maskvos žaidynių vicečempionas šuolininkas su kartimi Tadeuszas Ślusarskis.

Olimpinėse žaidynėse jėgas yra bandžiusi Oskaro laimėtoja amerikietė Geena Davis. Holivude žvaigždė 2000 m. Sidnėjūje užėmė 24 vietą šaudymo iš lanko varžybose.

Net dvejose olimpinėse žaidynėse dalyvavo italų aktorius Budas Spenceris, kurio tikrasis vardas – Carlo Pedersoli. Jis 1952 m. Helsinkyje ir 1956 m. Melburne pasiekė olimpinių plaukimo varžybų 100 m rungties laisvuojų stiliumi pusfinalį.

Olimpinių žaidynių atidarymo iškilmėse kartu su kitais dalyviais yra žygiavęs ir Holivudo kovinių filmų legenda Dolphas Lundgrenas – 1996 m. Atlantoje jis buvo JAV šiuolaikinės penkiakovės komandos vadovas. Į šį postą švedų aktorius, kuris su amerikiečių penkiakovininkais treniravosi rengdamasis vaidinti filme „Penkiakovė“, pakvietė JAV olimpinis komitetas. Tiesa, pareigos buvo labiau simbolinės. Bet švedas nemažai prisidėjo prie kampanijos, padėjusios išlaikyti šiuolaikinę penkiakovę olimpinių žaidynių programoje.

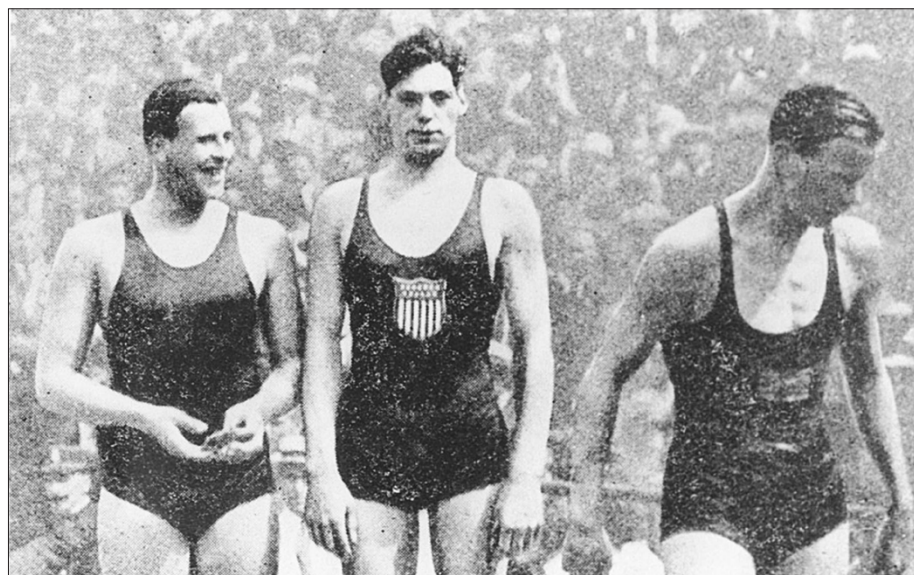
Įvairius vaidmenis filmuose yra atlikę olimpiniai čempionai ir prizinininkai tenisininkai amerikietė Serena Williams, indas Leanderis Paesas, JAV čiuožėja Tara Lipinski, krepšininkas amerikietis Shaquille'as O'Nealas, greitojo čiuožimo trumpuoju taku atstovas amerikietis Apolo Antonas Ohno, JAV imtynininkas Kurtas Angle'as, šuolininkas į vandenį kanadietis Alexandre'as Despatie ir kiti.

Supažindiname su penkiais spalvingiausiais olimpinių žaidynių medalininkais, sukūrusiais įsimintinus vaidmenis kine.

## Johnny Weissmulleris

JAV plaukimo legenda vadinamas geriausiu visų laikų Tarzano vaidmens atlikėju. 1904 m. dabartinės Rumunijos teritorijoje gimęs J. Weissmulleris ekranuose karaliavo nuo 1932 iki 1948 m., per tą laiką suvaidino 12-oje filmų apie džunglių karalių Tarzaną.

Dar ryškesnė žvaigždė amerikietis buvo sporto pasaulyje, ne vienerius metus neturėjęs lygių plaukimo takeliuose. Jis tapo pirmuoju atletu, 100 m distanciją laisvuojų stiliumi įveikęs greičiau nei per minutę. 52 kartus JAV čempionu tituluotas J. Weissmulleris daugiau nei 50 kartų gerino pasaulio rekordus.



Johnny Weissmulleris (centre)



M. Jordanas filme „Kosminis krepšinis“

Amerikietis net penkis kartus kopė ant olimpinės garbės pakylas aukščiausio laiptelio. 1924 m. Paryžiuje jis iškovojo olimpinį auksą 100 m ir 400 m laisvuojų stiliumi rungtyse ir estafetėje 4x200 m, o taip pat su JAV rinktine iškovojo bronzą vandensvydžio varžybose. Dar du olimpinio čempiono titulus – 100 m laisvuojų stiliumi ir šio stiliaus estafetėje 4x200 m – būsimasis Tarzanas laimėjo 1928 m. Amsterdame.

1929 m. J. Weissmulleris pasirašė sutartį su drabužių gamintojais ir keliavo po JAV kaip modelis, pasirodydamas plaukimo šou, dalino reklaminius bukletus, dalyvaudavo pokalbių laidose, paragavo ir aktorius duonos atlikęs Adonio vaidmenį filme, kuriame jo vienintelė apranga buvo figos lapas.

Tikrą aktorius karjerą plaukikas pradėjo 1932 m. pasirašęs septynerių metų sutartį su kino industrijos milžinu „Metro-Goldwyn-Mayer“. Tada ir prasidėjo J. Weissmullerio Tarzano era. Sportininko vaidyba žavėjosi ir knygų apie Tarzaną autorius Edgaras Rice'as Burroughsas.

Iš viso J. Weissmulleris vaidino 40-ye filmų. Olimpinis čempionas ir aktorius mirė 1984 m., būdamas 79-erių.

Tarzaną yra vaidinę dar du olimpinių žaidynių medalininkai. Tai Amsterdame žaidynių vicečempionas JAV rutulio stūmikas Hermanas Brixas, vėliau savo vardą pakeitęs į Bruce'o Bennetto ir tapęs garsiu aktoriumi. Taip pat – plaukikas Busteris Crabbe, Amsterdame iškovojęs bronzą (1 500 m laisvuojų stiliumi), o 1932 m. Los Andžele – auksą (400 m laisvuojų stiliumi).

## Michaelas Jordanas

Geriausiu visų laikų krepšininku vadinamas amerikietis olimpinis čempionu tapo du kartus. Pirmą – dar 1984 m. Los Andžele, kai JAV dar atstovavo studentai. O antrą sykį – 1992 m. Barselonoje su žvaigždžių perpildyta „Svajonių komanda“.

Kino ekranuose M. Jordanas sužibėjo nusifilmavęs juostoje „Kosminis krepšinis“ („Space Jam“).

Tiesa, aktoriumi krepšininką pavadinti gal kiek netikslu, nes jis fantastinėje komedijoje, kurioje daugumą vaidmenų atliko animaciniai personažai, vaidino save. Taip pat save šiame filme suvaidino dar trys olimpiniai čempionai: Patrickas Ewingas, Charlesas Barkley ir Larry Birdas. Bet M. Jordanas atliko pagrindinį vaidmenį. Šešis kartus „Chicago Bulls“ į NBA čempionų sostą atvedęs olimpinis čempionas pastaruoju metu vėl užkariauja ekranus – „Netflix“ platformoje žiūrimumo rekordus muša dokumentinis serialas apie „Bulls“ klubo 1997-1998 m. sezoną „Paskutinis šokis“ („The Last Dance“), skirtas paskutiniam M. Jordano sezonui Čikagoje.

Beje, 2021 m. kino teatrus turėtų pasiekti juosta „Kosminis krepšinis 2“ („Space Jam 2“), kuriame pagrindinis vaidmuo atiteko dabartiniam NBA karaliui LeBronui Jamesui.

## Haroldas Sakata

Iš Havajų kilęs Antrojo pasaulinio karo dalyvis Haroldas Sakata sportinės karjeros viršūnę pasiekė 1948 m. Londono olimpinėse žaidynėse, kai, būdamas 28-erių, iškovojo sidabrą sunkiosios atletikos svorio kategorijos iki 82,5 kg varžybose.

Bet labiausiai jis išgarsėjo ne kilnodamas svarmenis. 1949 m. tapęs profesionaliu imtynininku ir pasivadinęs Toshu Togo, olimpietis net iki 1975-ųjų kovojo ringe.

Išpūdingo stoto – 178 cm ūgio ir 129 kg svorio – atletas atkreipė filmų apie Džeimsą Bondą prodiuserių dėmesį, tuo metu ieškojusių aktorių trečiajai bondiados juostai „Auksapirštis“ („Goldfinger“), pasirodžiusiai 1964 m.

Geriausiu visų laikų bondiados filmu pripažintame „Auksapirštyje“ H. Sakata, neturėjęs jokios aktorius darbo patirties, sėkmingai suvaidino grėsmingąjį Oddjobą – pagrindinio Džeimso Bondo priešą Aurico Goldfingerio asmens sargybinių. Jo vizitinė kortelė – skrybėlė katiliukas plieninėmis aštriomis lyg skustuvas briaunomis.

Filmuojant Oddjobo mirties sceną H. Sakata smarkiai apdegė ranką, nes atitraukė ją nuo įkaitusio katiliuko tik režisieriui sušukus, kad scenos filmavimas baigtas.

Panašius vaidmenis olimpietis atliko dar keliuose filmuose. Vėliau, jo aktoriniams sugebėjimams augant, režisieriai H. Sakatą kvietė įkūnyti ir kitokio tipo herojus. Buvęs sunkiaatletis nusifilmavo ir daugybėje reklamų.

Olimpinis vicečempionas mirė nuo vėžio 1982 metais, sulaukęs 62-ųjų.

## Ronda Rousey

Ji puikiai žinoma ir olimpinio sporto, ir mišrių kovos menų, ir kino mėgėjams. Olimpiadoje R. Rousey debiutavo 2004 m. Atėnuose, būdama vos 17-os, tačiau ten pralaimėjo pirmąją kovą. Tais pačiais metais ji tapo pasaulio jaunimo čempione.

Ant olimpinių žaidynių garbės pakylas R. Rousey užkopė 2008 m. Pekine, kur tapo pirmąja amerikiete, iškovojusia olimpinį dziudo medalį – laimėjo bronzą svorio kategorijoje iki 70 kg.

Netrukus po Pekino žaidynių R. Rousey baigė karjerą ant dziudo tatamio, pasuko į mišrius kovos menus, per kelerius metus prasibrovė į elitą, o 2012 m. buvo paskelbta pirmąja UFC organizacijos lengvo svorio pasaulio čempione ir šešis kartus sėkmingai apgynė titulą. Iš viso per 14 kovų profesionalų ringe olimpinė medalininkė iškovojo 12 pergalių. 2018 m. amerikietė priimta į UFC Šlovės muziejų. Be to, ji yra buvusi amerikiečių imtynių pasaulio čempionė.

Didžiuosiuose ekranuose R. Rousey debiutavo 2014 m., sukūrusi Lunos vaidmenį filme „Nesunaikinami 3“ („The Expendables 3“), kuriame vaidino drauge su Holivudo superžvaigždėmis Sylvesteriu Stallone, Jasonu Stathamu, Antonio Banderasu, Jetu Li, Wesley Snipesu, Dolphu Lundgrenu, Melu Gibsonu, Harrisonu Fordu, Arnoldu Schwarzeneggeriu.

Olimpinių žaidynių medalininkę taip pat galima išvysti juostose „Greiti ir įsiute 7“ („Furious 7“), 22-oji mylia („Mile 22“).

## Bruce'as Jenneris

„Užjaučiamai mėgėjiška“. Tai „The New York Times“ įvertino olimpinio čempiono Bruce'o Jennerio debiutą kine, kai jis suvaidino advokatą Roną Vaitą 1980 m. filme „Muzikos nesustabdysi“ („Can't Stop the Music“).

Be to, drauge su garsia muzikos grupe „Village People“ vaidinęs B. Jenneris buvo nominuotas „Auksinės avietės“ rinkimuose blogiausio metų aktorius kategorijoje. Tiesa, premijos lengvaatletis negavo, tačiau „Muzikos nesustabdysi“ buvo paskelbtas blogiausiu metų filmu.

Tai įvyko praėjus vos ketveriems metams po amerikiečio triumfo 1976 m. Monrealio olimpinėse žaidynėse, kur B. Jenneris iškovojo auksą ir pasiekė pasaulio rekordą lengvosios atletikos dešimtkovės varžybose.

Pirmą kartą olimpinėse žaidynėse B. Jenneris dalyvavo 1972 m. Miunchene, kur liko dešimtas. Pakeliui antrųjų karjeros žaidynių link amerikietis 1975 m. tapo pasaulio rekordininku, o po metų dar pagerino šį pasiekimą. Olimpinėse žaidynėse jis itin kinamai pranoko visus konkurentus, dar sykį padaręs naują įrašą planetos rekordų lentelėje (8 618 taškų).

B. Jennerio pasiektas pasaulio rekordas gyvavo iki 1980 m., o JAV rekordas – net iki 1991-ųjų.

Po olimpinės pergalės B. Jenneris paėmė iš žiūrovo JAV vėliavą ir apsuko su ja ratą stadiono taku, taip pradėdamas dabar gyvojančią tradiciją apibėgti garbės ratą su savo šalies vėliava.

Nacionaliniu didvyriu tapęs daugiakovininkas 1976 m. buvo išrinktas geriausiu JAV mėgėju sportininku, o naujienu agentūra AP jį pripažino metų sportininku.

Nepaisydamas fiasko „Muzikos nesustabdysi“, B. Jenneris tęsė aktorius karjerą. Jis nusifilmavo keliuose televizijos filmuose ir serialuose, kuriuose jo vaidyba buvo įvertinta daug geriau, nei debiutiniame filme.

Bene labiausiai olimpinį čempioną išgarsino dalyvavimas 2007 m. startavusiame realybės šou „Kardashianų šeima“ („Keeping Up With the Kardashians“) kartu su savo trečiaja žmona, dviem judvieju atžalomis ir keturiais jos vaikais iš pirmosios santuokos.

Jau jaunystėje lytinės tapatybės sutrikimą jautęs B. Jenneris 2015 m. oficialiai išsiskyrė su žmona ir paskelbė apie savo naująjį „aš“ – jis pasivadino Caitlyn Jenner, o 2017 m. Caitlyn buvo atlikta ir lyties keitimo operacija.







# Gardūs ir sveiki desertai

Indrė BALTRUŠAITIENĖ, „Iki“ komunikacijos vadovė. Nesvarbu, koks metų ar paros laikas ir nuotaika – skanaus deserto norisi visada. Tačiau kasdien valgydami miltinius ir daug cukraus turinčius patiekalus galime prisiskauti įvairių negalavimų. Todėl gaminant desertus vertėtų atkreipti dėmesį į jų sudėtį. Prekybos tinklo „Iki“ maisto ekspertė Vilma Juodkaziė pataria, ką daryti, kad mėgstami desertai būtų sveikesni bei tokie pat gardūs.

## Šalavijas vietoje kiaušinio

Daugelis saldžių kepinių neįsivaizduojami be kiaušinių, kurie sujungia skirtingus produktus į vientisą masę. Tačiau kiaušinius galima pakeisti augaliniais produktais.

Ne vieną alternatyvą galima pasiskolinti iš veganų virtuvės.

Pasak V. Juodkaziė, jie vietoje kiaušinio desertuose dažniausiai naudoja ispaninio šalavijo, kitaip chia, arba linų sėklas. Jos ne tik atlieka jungiamąją funkciją, bet ir suteikia kepiniams švelnų riešutų skonį. Taip pat praturtina patiekalą skaidulomis, Omega-3 riebiosiomis rūgštimis ir kitomis naudingomis medžiagomis.

„Vieną kiaušinį pakeisite trimis valgomaisiais šaukštais ispaninio šalavijo arba linų sėklų. Tačiau prieš jas naudojant kepiniuose, leiskite išbrinkti maždaug 15 minučių trečdalyje stiklinės vandens, kol sėklų konsistencija su vandeniu primins baltymus. Tokia kiaušinio alternatyva labiausiai tinka kepant sausinius, blynus, keksiukus, vaflius ar duoną“, – sako V. Juodkaziė.

## Sviestą keiskite avokadu

Avokadas pažįstamas daugeliui sveikuolių – jis valgomas vienas, puikiai dera salotose, iš jo gaminami padažai ir gardinami sumuštiniai. Tačiau, pasak V. Juodkaziė, šis vaisius puikiai dera ir saldiuose kepiniuose.

„Avokadas konditerijoje laikomas sveikesne sviesto, pagaminto iš gyvūlinių riebalų, alternatyva, nes jame yra net 35 procentai augalinių riebalų, padedančių palaikyti gerą žarnyno mikroflorą. Taip pat jis praturtina desertus baltymais, angliavandeniais, vitaminais ir kitomis naudingomis medžiagomis, nepakeisdamas patiekalo skonio“, – pasakoja maisto ekspertė.

## Natūralus saldiklis – bananai

Turbūt nerastume geresnio natūralaus cukraus pakaitalo nei bananai. Jie ne tik pasaldina kepinius, bet ir suteikia jiems savito skonio bei aromato. Be to, bananai yra puikus skaidulų šaltinis, todėl sumažina pilvo pūtimą ir padeda kontroliuoti apetitą.

„Norint natūraliai pasaldinti desertus, rekomenduojau naudoti gerai prinokusius bananus, nes jie savyje turi sukaupe daugiausiai cukraus. Skaičiuojama, kad 100 gramų sunokusių bananų yra 13,5 gramų cukraus. Šių vaisių cukruose yra daug gliukozės, kuri yra lengviau pasisavinama ir greičiau suteikia energijos nei pridėtinis cukrus. Be to, natūrali gliukozė nesukelia nuovargio jausmo jai išsiskaidžius“, – sako maisto ekspertė.

## Pupelės „riša“ kaip miltai

Iš pirmo žvilgsnio nepakeičiamą produktą kepiniuose – miltus – galima pakeisti pupelėmis arba avinžirniais. Šių ankštinių daržovių masė padeda „surišti“ visus deserto ingredientus. Tokia miltų alternatyva yra turtinga skaidulomis ir baltymais, be to, neturi gliuteno, todėl tinka ir netoleruojantiems kvietinių produktų.

„Pupelės ir avinžirniai geriausiai tinka drėgnuose šokoladiniuose kepiniuose, pavyzdžiui, šokoladinyje, angliškai vadinamame „brownie“. Esu tikra, kad svečiai net neįtars, jog pyrage vietoje miltų naudojote pupeles arba avinžirnius, nes jie yra neutralaus skonio. Norint išgauti geriausią pupelių konsistenciją

reikėtų jas naudoti vos išvirtas. Sutrynus vėliau, jų masė nebebus tokia vientisa ir puri“, – pataria V. Juodkaziė.

## Jogurtas = grietinė

Nors graikiškas jogurtas turi mažiau riebalų nei grietinė, jų užtenka, kad pridėtų reikalingos tirštos konsistencijos kepiniams. Šis jogurtas gali būti naudojamas ne tik kaip grietinės, bet ir kitų riebalų – grietinės, aliejaus, sviesto alternatyva.

„Graikiško jogurto sudėtyje esančios gyvosios jogurto bakterijos gerina virškinimą, o dėl baltymų gausos jis neretai pavadinamas „supermaistu“. Šio jogurto galima drąsiai įmaišyti į visus tešlos gaminius, iš jo ruošiami net gaivieji gėrimai. Tai be galo universalus produktas, kuris nesugadins desertų skonio“, – sako V. Juodkaziė. Ji siūlo keletą sveikų desertų receptų.

## Avokadų ir kakavos sausainiai



### Reikės:

- 2 prinokusių avokadų
- 2 prinokusių bananų
- 4 kiaušiniai
- 25 ml kokosų aliejaus
- 250 g rudojo cukraus
- 250 g pilno grūdo kvietinių miltų
- 250 g kakavos miltelių
- Druskos

### Paruošimas:

Bananus ir avokadus nulupkite, išimkite avokadų kauliukus ir juos perpjaukite pusiau. Visus ingredientus sudėkite į elektrinį trintuvą ir sutrinkite iki vientisos masės.

Iš gautos tešlos suformuokite sausinius ir įdėkite į 180 laipsnių įkaitintą orkaitę.

Kepkite 35–40 minučių, kol sausainiai gražiai paruduos.

## Pupelių šokoladainis

### Reikės:

- 125 g avižinių dribsnių
- 400 g virtų arba konservuotų raudonųjų pupelių
- 4 v. š. medaus
- 50 ml kokosų aliejaus
- 1 a. š. kepimo miltelių
- 2 v. š. kakavos
- 1 a. š. cinamono

### Paruošimas:

Avižinius dribsnius sudėkite į elektrinį trintuvą ir susmulkinkite iki miltų tekstūros. Tuomet į trintuvą dėkite pupeles, kepimo miltelius, sirupą, kokosų aliejų, kakavą, cinamoną ir viską sutrinkite iki vientisos masės.

Smulkinkite tol, kol tešloje neliks pupelių gabalėlių.

Gautą masę sukrėskite į kepimo popieriumi išklotą indą ir kepkite 180 laipsnių įkaitintoje orkaitėje 25 minutes.

# Produktas, kuris padeda žarnynui ir lieknėti

Agnė Gedminaitė-Miškinienė, UAB „Žalioji dėžutė“. Gyventojų sveikatos statistinis tyrimas rodo, kad lietuviai per parą suvartoja vos 10–15 gramų skaidulų: įvairių grūdų sėlenų, linų sėmenų, chia sėklų ir kitų. Norint palaikyti gerą virškinimą, žarnyno sveikatą ir išvengti ligų, rekomenduojama suvartoti iki 45 gramų skaidulų per dieną, o vyresniems nei 50 metų – dar daugiau. Skaidulos, slinkdamos žarnynu, sugeria vandenį ir palengvina tuštinimąsi, be to, padeda reguliuoti cholesterolio ir cukraus kiekį kraujyje.

**Skaldytų žirnių** (virtų) puodelyje yra net 16,3 gramų skaidulų. Skaldyti žirniai tinka kaip pagrindinis patiekalas (troškinys ar sriuba su žirniais), tačiau juos galima naudoti ir kaip garnyrą prie pagrindinių patiekalų. Tik nepamirškite prieš ruošiant žirnius juos išmirkyti ir gerai išvirti.

**Raudonieji ir žalieji lęšiai** yra puikus maisto produktas, nereikalaujantis išankstinio mirkymo. Juos pagaminti nereikia daug laiko, o puodelyje lęšių yra net 15,6 gramų skaidulų.

Su lęšiais gali pagaminti sočių ir sveikų salotų, taip pat jais tinka gardinti sriubas ar troškinius.

**Juodosiose pupelėse** gausu mineralinių medžiagų gerai savijautai ir sveikatai: folio rūgšties, magnio, vitamino B. Jos puikiai dera kaip garnyras prie grilyje keptų patiekalų.

Siūlau pasigaminti traškiuosius **artišokus** su česnakais ir citrina arba artišokus su padažu

**Brokoliai** vadinami viena sveikiausių daržovių. Juose gausu ne tik skaidulų, bet ir vitamino A ir C. Brokolius galima valgyti kaip garnyrą su kitais patiekalais, gaminti įvairius apkepus, salotas, sriubas ar valgyti vienus su pasirinktu padažu.

**Briuselio kopūstai** – dar vienas puikus maistinių skaidulų šaltinis, kuriame taip pat yra mangano, kalio, cholino ir B vitamino. Briuselio kopūstai turi labai mažai kalorijų, todėl itin tinka norintiems numesti svorio. Juos geriausia valgyti kaip garnyrą tiesiog apvirus arba pasigaminti apkepą.

**Avietės** yra vienos vertingiausių uogų. Jose gausu natrio, kalcio, kalio, magnio, fosforo, geležies bei vitamino B1, B2, PP, C. Viename puodelyje yra 8 gramai skaidulų. Šios saldžios uogos padeda susidoroti su nervine įtampa. Avietės galima valgyti vienas, jomis gardinti košes, blynus, apkepus. Beje, šaldytos avietės kur kas naudingesnės nei džiovintos.

**Gervuogės** yra puikus antioksidantas, jos yra priemonė prieš žarnyno uždegimą, stabdo viduriavimą.

**Avokadas** garsėja kaip „super“ maistas, nes jame gausu vitamino: K, C, B5, B6, E.

100 gramų avokado yra 2 gramai baltymų, 15 gramų gerųjų riebalų, 9 gramai angliavande-

nių iš kurių 7 gramai skaidulų. Avokadai yra puiki alternatyva sviestui, taip pat dažnai naudojami užtepėlėms

**Kriaušės**, lyginant su kitais vaisiais, turi nedaug maistingųjų medžiagų, tačiau išsiskiria skaidulų kiekiu. Vienoje kriaušėje jų yra 4,6 g. Geriausia kriaušės valgyti neapdorotas, tuomet geriau pasisavinamos skaidulos.

**Sėlenos** turi magnio, fosforo, geležies, folio rūgšties ir vitamino B1, B2, B6. Gydytojai rekomenduoja sėlenas vartoti žmonėms, turintiems aukštą cholesterolį, sergantiems cukriniu diabetu, turintiems antsvorio. Dėl savo unikalių struktūros brūkdamas skrandyje sėlenos sukelia sotumo jausmą, tai ypač naudinga norintiems numesti svorio.

Sėlenas tereikia užpilti vandeniui, sultimis ar bet kokių kitu skysčiu ir pabrinkinti. Jas galima berti į košes, jogurtą, varškę. Tačiau su sėlenomis reikėtų elgtis atsargiai, vartoti saikingai, kad nekiltų virškinimo problemų.

**Pilno grūdo makaronai** turi seleno, vario, fosforo bei skaidulų. Gaminti juos reikia taip pat kaip ir rafinuotus.

**Avižos** yra itin naudingos dėl maistinės vertės bei svarbių žmogui mineralinių medžiagų ir vitamino. Jose gausu kalio, fosforo, magnio, cinko, chromo, geležies, fluoro, jodo, vitamino A, E, B1, B2, B6, P. Vienas pagrindinių patiekalų – košė. Geriausia rinktis neapdorotas, neskaldytas avižas arba pilno grūdo avižų dribsnius. Avižos puikiai tinka pakeisti miltus (tiesiog susmulkinus dribsnius iki miltų) kepti sausinius, blynus.

Dviejuose šaukštuose **smulkintų linų sėmenų** yra 3,8 gramai skaidulų. Berkite juos į košes, jogurtą, kokteilius, įvairius kepinius. Sėmenys suteiks papildomo sotumo patiekalams ir papildys juos aibe vitamino ir mineralų įskaitant Omega rūgštis.

**Ispaninio šalavijo** (Chia) sėklų viename šaukšte yra 5,5 gramai skaidulų. Paprasčiausias būdas vartoti – užpilti sėklas vandeniui, sultimis ar augaliniu pienu ir pabrinkinti, kol susidarys pudingas. Šių sėklų nereikėtų vartoti sausų, kad nesukeltų virškinimo problemų.

**Skaidulų mišiniai** gali būti alternatyva tiems, kurie su maistu suvartoja per mažai skaidulų. Natūralių produktų gamintoja UAB „Žalioji dėžutė“, bendradarbiaudama su mokslinių inovacijų institutu sukūrė skaidulų mišinį „Drakonas“. Pagrindinė šio mišinio sudedamoji dalis yra Gliukomananas – mokslininkų pripažįstama natūrali medžiaga, padedanti sveikai lieknėti. Mišinyje esančios pankolio sėklos lengvina virškinimą, mažina vidurių pūtimą, burokėlių milteliai gerina kepenų veiklą ir skatina jas apsvalyti nuo toksinų. Taip pat šis skaidulų mišinys papildytas vitaminais C ir D, kurie itin svarbūs mūsų imuninei sistemai.