

Kęstutis SKERYŠ. Praėjusią savaitę Vilniuje 2:1 įveikusi vietos „Žalgirio“ komanda „Sūduva“ pateko į Lietuvos futbolo federacijos taurės varžybų finalą. Jis vyks šeštadienį,

Futbolo taurė

spalio 24 d., 14.30 val. Panevėžyje. Čia „Sūduvos“ varžovė bus vietos „Panevėžio“ vienuolikė, kitame pusfinalyje 4:0 įveikusi Vilniaus „Riterius“.

Rungtynes tiesiogiai transliuos TV3.

Balsuosime tik savo rinkimų apygardoje

Vyriausioji rinkimų komisija primena, kad rinkėjų sąrašai sudaromi pagal rinkėjų deklaruotą gyvenamąją vietą. Todėl spalio 25 d., pagrindinę pakartotinių rinkimų dieną, rinkėjai gali balsuoti tik savo rinkimų apylinkėje arba bet kurioje savo apygardos rinkimų apylinkėje.

Kiekvienas Lietuvos Respublikos pilietis, kuris yra įrašytas į apygardos rinkėjų sąrašą, balsuoja pagal savo deklaruotą gyvenamąją vietą. Jeigu rinkėjas I turo metu buvo įrašytas į atitinkamos rinkimų apylinkės rinkėjų sąrašą, jis lieka tame sąrašo ir II ture jam jokių papildomų veiksmų atlikti nereikia.

Rinkėjai, kurie I Seimo rinkimų ture buvo įtraukti į kitos apygardos nei yra deklaruojamąją vietą rinkėjų sąrašus pagal Prašymą įrašyti į rinkėjų sąrašą (užpildę formą F5) lieka toje pačioje rinkimų apygardoje ir II rinkimų turo metu.



Latvijos sostinėje Rygoje pasaulio „Fit model“ čempionato sidabro medalį kategorijoje iki 163 cm pelnė Lietuvai atstovavusi „Taurus“ klubo sportininkė Kristina Mickienė. Anot jos trenerio Rinaldo Česnaitis, tai vienas didžiausių Kristinos pasiekimų.

„Fit model“ rungtis kultūrizmo ir fitneso varžybose yra viena naujausių, pabrėžianti moters sportiškumą, grakštumą bei grožį.

K. Mickienė ir R. Česnaitis
Klubo „Taurus“ nuotrauka

nyksta

SUVALKIEČIŲ

bruožas

Kitas „Miesto laikraščio“ numeris planuojamas lapkričio 12 d.



Antano JANUŠONIO piešinys

Vytautas ŽEMAITIS. Marijampolėje pradeda veikti antrasis dengtas futbolo maniežas. Jį Kauno gatvėje, buvusios statybos įmonės bazėje, įsirengė futbolo akademija „Marijampolė city“.

Kai kas maniežą jau dabar vadina sporto sale, saliuke, tačiau, kaip bevardintum, ant dirbtinės dangos vienu metu gali treniruotis dvi vaikų komandos, įrengtos atskiros zonos individualiems užsiėmimams.

Neranda kalbos

Dar nebaigtos visos buitinės patalpos, tačiau įgyvendintas svarbiausias uždavinys – akademija turi tinkamą bazę užsiėmimams šaltuoju metų laiku (daugiau 2 psl.).

Kai neleido pro duris

Sinagoga, pasirodo, bent 20 metų jaunesnė

Arūnas KAPSEVIČIUS, muziejininkas. Ant buvusios choralinės sinagogos pastato Pranciškos Butlerienės gatvėje (dabar Meilės Lukšienės švietimo centras) pritvirtinta atminimo lenta skelbia, kad sinagoga čia veikė nuo 1870 metų. Tačiau archyvuose dokumentuose randame, kad dar 1890 metais čia stovėjo marijampoliečio Zundelio Endelmano gyvenamasis namas. Suvalkų gubernijos valdybos byloje „Apie Marijampolės gyventoją Zundelio Endelmano nekilnojamo

turto Nr. 169 auką vietos žydų bendruomenei“ pavyko aptikti visą choralinės sinagogos statybos priešistorę. Z. Endelmanas, atvykęs pas Marijampolės notarą 1888 metų gruodžio 17 dieną, liudininkų akivaizdoje pareiškė, kad 1880 metais šį sklypą, esantį Policijos gatvėje, už penkiasdešimt rublių nupirko iš Leizerio Mailacho ir Moišės Paradistalio. Dabar, būdamas sveikos nuovokos, jį dovanoja Marijampolės žydų bendruomenei su sklype stovinčiu mediniu vienaaukščiu namu, turinčiu palėpę. Namą pastatytas ant mūrinių pamatų ir dengtas gontomis. Namas ir kieme esančios malkinės būklė įvertinta, kaip gera. Dovanavimo akte turtas aprašytas labai smulkiai, namo palėpėje įrengti trys kambariai, o viduje pastatyta olandiška krosnis.

Plačiau apie tai 7 psl.

O kodėl negražinus miestui? didvyrio gatvės?

Plačiau apie tai 7 psl.

Agnė ČIŽINAUSKAITĖ. „Nenooooorim“, - choru vaikų darželyje šaukia trimečiai, kai reikia valgyti košę. Bet išmintingi tėvai ir auklėtojai žino: košė sveika. Kada nors tai supras ir šiandieniniai pypliukai.

Ši asociacija kilo perskaičius tekstą, kuriame savivaldybės tarybos valdančiosios daugumos lyderiai aiškina partiečiams, už ką verta balsuoti antrajame Seimo rinkimų ture. Kadangi, anot jų, du Seimo nariai jau išrinkti pagal sąrašą: „todėl nesinori, kad Marijampolėje turėtume du 2 papildomus NE MŪSŲ partijos Seimo narius ir stiprintume savivaldybėje veikiančią opoziciją“.

Citata rodo akivaizdžiai nykstantį suvalkietišką bruožą turėti daugiau už tą patį pinigą (šiuo atveju – 4 Seimo nariai miestui ir kraštui).

Valdantieji nesinori, kad dėl dviejų KITOS PARTIJOS narių, kurie gali būti išrinkti į Seimą, stiprėtų opozicija, politinėje „sriuboje“ būtų druskos ir koks lauro lapas, pataisantys skonį. Kitaip tariant, siekis išlikti valdžioje toks didelis, kad galima užsimerkti prieš savivaldybės interesus ir istorinį šansą – turėti net keturis Seimo narius, kurie nertųsi iš kailio, darbais įrodinėdami, kuris geriausias!

1920-aisiais išleista V. Lenino knyga „Vaikiška „kairumo“ liga komunizme“. Jos neskaiciau, bet iš pavadinimo sprendžiu, kad, ko gero, dėl vaikiško „kairumo“ Rusijos neištiko planuotas komunizmas. Ir po 100 metų manys sukirba suvalkietiškas: ne jau vaistus nuo vaikiškos kairumo ligos reikės pirkti marijampoliečių sąskaita?

Kviečia patirti Šaltojo karo istorijos alsavimą

Gintarė STAKĖNAITĖ. Pilki daugiabučių kvartalai, industriniai rajonai ir nebenaudojamos karinės bazės nuobodžios atrodyti gali tik iš pirmo žvilgsnio, tačiau už storų betoninių sienų glūdi labiausiai jaudinančios XX a. antros pusės istorijos. Nacionalinė turizmo skatinimo agentūra „Keliauk Lietuvoje“ siūlo patirti Šaltojo karo istorijos alsavimą.

Atomine slėptuvė

Gelžbetoninėje slėptuvėje po žeme – tik su prožektoriumi ir audiogidu. Neseniai turistams atvertame buvusios įmonės „Lietuvos automatika“ bunkeryje Vilniaus Naujamiesčio rajone siūlomos ne tik ekskursijos su gidu, bet ir privatus apsilankymas. Nuo išorinio pasaulio izoliuotoje slėptuvėje galima apžiūrėti oro filtravimo aparatą, išlikusias maisto gamybos, medicinos priemones ir net čia kadaise suneštas knygas. Šaltą virpulį sukelia demonstruojama dujokaukė kūdikui. Bunkerio savininkai kviečia čia rengti fotosesijas, kino seansus, mokymus.

Tel. +370 627 00 919, www.gatvesgyvos.lt

Plačiau apie tai 5 psl.

Antanas Martusevičius, UAB „Augti“. Šiomet Lietuva viena paskutiniųjų prisijungė prie didžiosios dalies Europos Sąjungos šalių, kuriose gyventojai turi pasirinkti nepriklausomą elektros energijos tiekėją. Penki tiekėjai jau stojo į nuožmią kovą dėl mūsų šalies vartotojų – gyventojai pasirašyti elektros tiekimo sutartis viliojami nuolaidomis, lengvatomis ir netgi dovanomis.

Tačiau pasirinkimo procesas nėra toks paprastas, koks gali pasirodyti iš pirmo žvilgsnio. Šiomis dienomis startavęs interneto portalas www.manotiekejas.lt šiuo metu yra vienintelė platforma, kurioje Lietuvos vartotojai gali matyti visų elektros energijos tiekėjų pasiūlymus vienoje vietoje, palyginti juos, išsirinkti sau tinkamiausią planą ir čia pat sudaryti sutartį su pasirinktu tiekėju.

Čia galima palyginti siūlymus

„Sūduvos parama“ – išskirtinai lietuviška kredito įstaiga

Juozas KULAKAUSKAS. „Mūsų įmonei sumanius įsigyti greiderį ir buldozerį keliams tvarkyti, dalį lėšų skyrė Europos Sąjunga, nes parengėme tinkamą projektą. Tačiau reikėjo pridėti savų pinigų – 200 tūkstančių eurų, – pasakoja Kazlų Rūdoje veikiančios UAB „Belodenta“ savininkė Aušra Belopetravičienė. – Tiek lėšų neturėjome, todėl viename didžiųjų bankų paprašėme paskolos. Vietoje jos išgirdome, kad mūsų įmonei nusipirkti greiderį taip pat „paprasčiau“ kaip nuskristi į mėnulį. Mat buvome neseniai pradėję dirbti ir įmonės balansas bankui nekėlė pasitikėjimo. Tada kreipėmės į Marijampolės kredito uniją „Sūduvos parama“, kurios darbuotojai mus suprato ir suteikė paskolą. Techniką įsigijome, ji jau uždirbo tiek, kad sugebėjome gražinti kreditą.“

Tai tik viena iš daugelio sėkmės istorijų, kurias galėtumėte pasakoti „Sūduvos paramos“ klientai (jais gali būti unijos nariai), spalio 15-ąją kartu su daugiau kaip 190 milijonų pasaulio gyventojų – unijų darbuotojų ir narių – minėję Tarptautinę kredito unijų dieną.

„Tai diena, kai kredito kooperatyvai ir jų nariai dalijasi patirtimi, pasiekimais, prisimena kredito unijų judėjimo istoriją, nelengvą, tačiau ryžtingą darbą jas steigiant bei puoselėjant“, – pastebi „Sūduvos paramos“ admi-

nistracijos vadovė ir valdybos pirmininkė Reda Damanskienė.

Pirmieji kredito kooperatyvai Lietuvoje veikė jau 1871 m. Kredito unijas nepriklausomoje Lietuvoje 1993 m. ėmėsi atkurti užsieniečiai. „Sūduvos parama“ pradėjo veikti 1996 metais ir buvo antra mūsų šalyje bei pirma, kurios steigimą inicijavo Kanados „Desjardins“ kredito unijų judėjimas.

„Sūduvos parama“ teikia visas svarbiausias paslaugas – nuo atsiskaitomosios sąskaitos ir elektroninės bankininkystės iki bekontaktiųjų debetinių ir kreditinių mokėjimo kortelių, kredituoja privačius asmenis, aktyviai finansuoja verslo projektus, naujas įmones, ūkininkus ir bendroves bei priima lėšas taupyti.

Paklausta, kuo jos vadovaujama unija patraukia klientus, kai mieste apstu bankų filialų, R. Damanskienė tarp svarbiausių priežasčių nurodo aktyvų bendravimą su interesantais. „Dideliems bankams dažniausiai nerūpi maži projektai, tuo tarpu mūsų vadybininkai gilinasi į kiekvieno kliento situaciją, domisi jų pajamomis, pinigų šaltiniais, galimybėmis gražinti kreditus, ieško kompromisų“, – kalba administracijos vadovė.

Ji atkreipia dėmesį, kad unijos pajininku, o reiškia ir vienu iš „Sūduvos paramos“ dalininkų tampama įsigijus 30 eurų pajų ir sumokėjus

vienkartinį 10 eurų nario mokestį. Teikiamų paskolų dydis neribojamas. Kredito klientai ima pirkti žemę, žemės ūkiu bei kitokią techniką, populiarios vartojamosios paskolos – jos, beje, pigesnės už daugelio bankų ir greičiau suteikiamos, nes „Sūduvos paramoje“, skirtingai nei bankuose, nereikia iš anksto registruotis.

Kredito unija taip pat netaiko vadinamojo sąskaitos aptarnavimo mokesčio, nemokamai priima ir grynina pinigus, todėl šią įstaigą renkasi vis daugiau Marijampolės miesto gyventojų.

„Sūduvos parama“ yra tarp 45 šalies kredito kooperatyvų, kuriuos vienija Lietuvos centrinė kredito unija. Ji kiekvienais metais, Tarptautinės kredito unijų dienos išvakarėse, įvertina grupės narių pasiekimus ir veiklą. Šiais metais „Sūduvos parama“ aukščiausią apdovanojimą pelnė už efektyvią veiklą.

„Taip įvertintos kolektyvo pastangos laikytis Lietuvos banko patvirtintų Atsakingojo skolinimo nuostatų. Paprasčiau kalbant, mūsų klientai neveluoja gražinti paskolų.

Tu pasiekėme sąžiningai dirbdami, pavyzdžiui, nuodugniai aiškindamiesi, ar potencialūs kredito gavėjai generuoja tiek pajamų, kad laiku gražintų paskolą“, – nedaugžodžiauja unijos valdybos pirmininkė Reda Damanskienė.



R. Damanskienė: „Siekiamo įsigilinti į kiekvieno kliento situaciją“

Už aukštą įvertinimą ji dėkoja ne tik šauniai dirbančiam kolektyvui, bet ir kredito unijos nariams. „Tik jų pasitikėjimo ir bendradarbiavimo dėka unija dirba savo krašto žmonių labui jau beveik 25 metus. Tarptautinės kredito unijų dienos proga unijos bendruomenei linki-

me sveikatos, sėkmės, finansinio stabilumo, na, o kitiems, ne nariams – drąsos įgyvendinant savo svajones bei siūlome apsvaistyti galimybę pasinaudoti mūsų, išskirtinai lietuviškos, kredito įstaigos paslaugomis“ – kalba „Sūduvos paramos“ vadovė.

Kai neleido pro duris, pastatė savo namą

Atkelta iš 1 p.

Būtent to siekta nerandant bendros kalbos su viešąja įstaiga (VŠĮ) „Marijampolės futbolo klubas“ (didžiausi dalininkai – savivaldybė ir UAB „Sumeda“). Ji valdo sporto kompleksą, kuriam priklauso ir išskirtinio dydžio dengtas futbolo maniežas. Kaip jau rašė „Miesto laikraštis“, ši VŠĮ sutinka nuomoti maniežą privačiai futbolo akademijai tik nuo 20.30 val. – kai jauniausi „Marijampolė city“ auklėtiniai jau ruošiasi miegui, ir komercinėmis kainomis.

Nepalyginamai geresnėmis sąlygomis į maniežą įleidžiami VŠĮ „Marijampolės futbolo klubas“ ugdytiniai. Šią įstaigą valdo savivaldybė ir futbolo klubas „Sūduva“. Jo prezidentas Vidmantas Murauskas yra ir UAB „Sumeda“ savininkas.

Švaru, gražu. Ar tikrai?

Praėjusių metų pabaigoje dienraščiui „Lietuvos rytas“ V. Murauskas sakė: „Ž. Buzas (vienas „Marijampolė city“ akcininkų – aut. pastaba) tikina, kad akademijoje pas jį treniruojasi daugiau kaip pusantro šimto vaikų. Tai aš ir džiaugiuosi už juos, juk konkurencija yra labai gerai – tik su sąlyga, kad ji švari ir graži.“

Bet koks gali būti švarumas ir gražumas, kai vienai VŠĮ (Futbolo centrui), savivaldybė per metus skiria apie 260 tūkstančių eurų, o kitai (VŠĮ „Suvalkijos jaunimo futbolo klubo akademija“, kuri valdo „Marijampolė city“) – visą nulį, nes ši esanti privataus kapitalo?

„... viešojo įstaiga „Futbolo centras“ įsteigta rugsėjo mėnesį (2019 m. – aut. pastaba), ilgokai siūbavomės, ir Savivaldybė skyrė lėšas. Ten dirba treneriai, lėšų vaikų futbolo mokyklai skiriame 60 tūkst. eurų...“, – „Lietuvos rytui“ aiškino V. Murauskas.

Akademija tik popieriuje

Ilgokai siūbavosi, reiškia kol Lietuvos futbolo federacija neišskėlė sąlygos, kad kiekvienam klubui, norinčiam gauti A lygos licenciją, privaloma akademija. Tada savivaldybės biudžetinė įstaiga „Marijampolės futbolo centras“ tapo viešąja įstaiga, kurią iš esmės tebeišlaiko savivaldybė, o tvarkosi ten V. Murauskas. Kaip – tik jo reikalas, nes savivaldybės požiūriu į sportą atspindi faktas, kad švietimo, kultūros ir sporto skyriaus darbuotojų sąrašas yra vienas specialistas, atsakingas

už sportą, o jo etatas iki šiol laisvas.

Beje, „Sūduvos“ klubas turi ir savo akademiją, kurios oficialus pavadinimas „Marijampolės futbolo klubo „Sūduva“ filialas „FK Sūduvos akademija“. Bet ji tik įregistruota – neturi nė vieno apdrausto darbuotojo, nevykdo veiklos. Ja užsiima Futbolo centras, nors klubo interneto svetainėje yra nuoroda „akademija“. Kodėl tokios manipuliacijos?

Dėl pinigų. Jei funkcionuotų, „FK Sūduvos akademija“ lėšų iš savivaldybės gautų kaip privataus kapitalo įstaiga, nes „Sūduvos“ futbolo klubas yra privatus. Tada savivaldybė turėtų remti ir „Marijampolė city“.

Pamiršo paminėti partiją ☺

V. Murauskas konkurencijos nenori, kad ir ką kalbėtų apie jos švarumą ir gražumą. Argi gražu, pavyzdžiui, vilioti „Marijampolė city“ akademijos išugdytus trenerius mokant jiems didesnę atlyginimą, nes tai daryti leidžia pinigai, kuriuos Futbolo centrui skiria savivaldybė? Skiria, matyt, dėl to, kad Marijampolė valdančių socialdemokratų galvos „suaugusios“ su futbolo ir krepšinio klubų savininkais. Todėl permai ge-

riausiu Lietuvos sporto vadybininku išrinktas V. Murauskas, kalbėdamas su „Lietuvos rytu“, neslėpė: „Už šiuos įvertinimus reikia pirmiausia dėkoti Marijampolės savivaldybei, kuri labai prisideda prie visus įmanomus titulus Lietuvoje šiemet iškovojusios „Sūduvos“ sėkmės.“

O „Marijampolė city“ dalininkai už savo pinigų įrengė futbolo maniežą. Švaresnės ir gražesnės konkurencijos pavyzdį vargu ar rasi.

Išprotėjusios mintys

Apie savąjį konkurencijos įsivaizdavimą V. Murauskas respublikiniam dienraščiui kalbėjo iš karto po šių eilučių autoriaus interviu su „Marijampolė city“ ir Marijampolės apskrities futbolo federacijos prezidentu Žydrūnu Buzu. Jo išsakytas mintis apie nelygiavertę akademijų konkurenciją „Sūduvos“ klubo prezidentas komentavo taip: „Šaršalas dėl tų parašytų minčių? Šaršalas buvo tuomet, kai prieš dvidešimt metų tas pats žurnalistas (V. Žemaitis – aut. pastaba), kuris ir dabar rašė tą straipsniuką, garsiai kvatavo iš išprotėjusių V. Murausko minčių, kad Marijampolėje stovės privačiomis lėšomis statytas stadionas. O dabar tai tik šypseną sukelia.“

Jie brandino idėją

Tas pats žurnalistas, skaitydamas šiuos V. Murausko žodžius, ima telefono ragelį ir surenka numerį žmogaus, su kuriuo nuolat bendravo nušviesdamas, kaip Marijampolėje įgyvendinamas sporto turizmo infrastruktūros projektas. Mat stadionas iškilo toli gražu ne privačiomis lėšomis.

Daugiausia jų įgyvendinti projektą skyrė Europos Sąjunga, lygiomis dalimis prisidėjo savivaldybė ir privatus kapitalas.

Pašnekovas prisimena, kad futbolo komplekso idėją subrandino tuometinio Marijampolės futbolo klubo valdyba, kurioje be V. Murausko buvo Algimantas Breikštas, Rimas Kostiuškevičius, Gintaras Vilutis, Edmundas Blechertas, Arūnas Reinikis ir kiti.

Palapsniui Marijampolės futbolo pasiekimai vis dažniau imti tapatinėti su V. Murausku, kaip minėta, jis buvo pripažintas geriausiu šalies sporto vadybininku.

Šiemet, „Sūduvai“ atvykus žaisti į Suomiją, jos žiniasklaida stebėjosi, kad šalies čempionų klube nėra nė vieno Lietuvos rinktinės nario. Negi suomiams įdomu, kiek Marijampolės komandoje marijampoliečių. Jų, beje, tarp pagrindinių „Sūduvos“ žaidėjų mažiau, nei mūsų mieste futbolo akademijų.

Savivaldybės biudžete trūksta 1,2 mln eurų

Evaldas ULEVIČIUS, Kauno Prekybos pramonės ir amatų rūmų Marijampolės filialo direktorius. Lietuvos statistikos departamentas skelbia, kad per pirmąjį šių metų pusmetį į Marijampolės savivaldybės biudžetą sumokėta ir įskaityta 14 milijonų 499 tūkstančių eurų mokesčių, tai 1,8 procento (258 tūkst. eurų) daugiau nei 2019 metų tuo pačiu laikotarpiu. Nors pokytis teigiamas, tačiau pajamos augo tik iš gyventojų pajamų mokesčio – surinkta 2,1 proc. (266 tūkst. eurų) daugiau. Kitų mokesčių surinkimo dinamika neigiama: paveldimo turto mokesčio surinkta 31,8 proc. (7 tūkst. eurų) mažiau, nekilnojamojo turto mokesčio

- 4,3 proc. (56 tūkst. eurų) mažiau, mokesčio už aplinkos teršimą - 13 proc. (14 tūkst. eurų) mažiau, rinkliavų mokesčių - 48,3 proc. (87 tūkst. eurų) mažiau.

Vertinant sumokėtų ir į savivaldybės biudžetą įskaitytų mokesčių dydį matyti, kad bendras lėšų surinkimas į Marijampolės savivaldybės biudžetą atsilieka nuo plano 4,6 proc. (735 tūkst. eurų). Mažiau nei planuota surenkama gyventojų pajamų mokesčio (5,5 proc.), žemės mokesčio (43,2 proc.), rinkliavų (9,4 proc.).

Daugiau nei planuota surenkama paveldimo turto mokesčio (25 proc.), nekilnojamojo turto mokesčio (26,1 proc.),

mokesčio už aplinkos teršimą (37 proc.).

Analizuojant visus Marijampolės savivaldybės Finansų ministerijai teikiamus duomenis matyti, kad 2020 metų I pusmečio pajamų planas vykdomas 95,9 proc., t. y. gauta 1 milijonu 200 tūstančių eurų mažiau negu planuota.

Pajamų plano vykdymas pagal atitinkamus straipsnius atrodo taip: mokesčiai – 95,9 proc., dotacijos – 93,4 proc., kitos pajamos – 103,8 proc., materialiojo ir nematerialiojo turto realizavimo pajamos – 60,3 proc., finansinio turto sumažėjimo pajamos (finansinio turto pardavimo pajamos/grižusios finansinės investicijos) – 62,1 proc.

Finansų ministerija skelbia, kad išankstiniais 2020 metų sausio – rugsėjo mėnesių duomenimis, valstybės biudžetas ir savivaldybių biudžetai pajamų gavo 3,8 proc. (302,4 mln. eurų) mažiau nei 2019 metų tuo pačiu laikotarpiu. Planuotos bendros minėtų biudžetų 2020 metų pirmų devynių mėnesių pajamos – 8 603,5 mln. eurų, faktinės – 7 671,8 mln. eurų, t. y. gauta 10,8 proc. (931,7 mln. eurų) mažiau nei planuota. Pajamų į valstybės biudžetą gauta 6 228,4 mln. eurų. Tai yra 4,4 proc. (286 mln. eurų) mažiau nei praėjusių metų tą patį laikotarpį ir 12,5 proc. (887,7 mln. eurų) mažiau nei planuota.



Brangūs Marijampolės žmonės,

nuoširdžiai Jums dėkoju už balsavimą renkant Seimą spalio 11-ąją ir kviečiu dalyvauti antrajame rinkimų ture spalio 25 dieną! Jis ne mažiau svarbus už pirmąjį. Tadien man dar kartą reikės Jūsų palaikymo. Šį kartą net dar didesnio, nes rinkėjų aktyvumas šiame etape yra pats svarbiausias pagalbininkas mūsų pergalei.

Jeigu, įvertinę mano darbus, nuspręsite, kad esu jums reikalingas ir tinkamas atstovauti Seime dar ketverius metus, išpareigosiu sąžiningai ir negailėdamas jėgų teikti Jums pagalbą savo biure.

Jūsų Seimo narys Dainius Gaižauskas

Sauliaus Skvernelio ir Ramūno Karbauskio laiškas rinkėjams

Mieli marijampoliečiai,

dėkojame Jums už dalyvavimą Seimo rinkimuose spalio 11-ąją ir kviečiame palaikyti Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjungos kandidatą **Dainių Gaižauską** antrajame rinkimų ture spalio 25 dieną!

Svarbus kiekvieno Jūsų balsas. Kiekvienas iš Jūsų nuspręs, kas bus Lietuvos prioritetas ateinančius ketverius metus.

Po pirmojo rinkimų turo ministerijas jau pradėjo dalintis konservatoriai ir „naujieji laimėtojai“, itin savotišką „laisvės“ supratimą demonstruojanti partija. Mūsų programos ir požiūris į valstybės vaidmenį, rūpinantis žmonių gerove skiriasi kardinaliai – negalime sutikti, kad rūpestį socialinės atskirties mažinimu užgožtų „rūpestis“ narkotikų įteisėjimu ar mokyklų uždarymu. Narkotikų legalizavimas nėra ir niekada nebus mums priimtinas. Tuo labiau, tai mums niekada nebus pirmu 100 dienų darbo Seime prioritetas. Tai nėra linksmas ir nekaltas svaiginimosi būdas, tai – suluošinti gyvenimai, sveikata, palikti tėvai, pamesti vaikai...

Nors Gabrielius Landsbergis ir Ingrida Šimonytė kol kas labai santūriai ir tyliai matuojasi Seimo Pirmininko ir Premjerės kėdes, jų aplinkos žmonės – ne tokie santūriūs. Gabrielius Landsbergio svainis jau pasidžiaugė planuojamais darbais Seime: „Pagaliau galime tikėtis vienybės santuokų įteisinimo, pasipriešinimo išmokoms ir pašalpoms, lengvesnės imigracijos!“

Mes rūpinomės ir ateityje ypatingą prioritetą skirsime vaikų švietimo kokybei, tinkamam išsilavinimui, sveikam ir nemokamam maitinimui. Mes darome ir darysime viską, kad vaikai mūsų šalyje būtų saugūs ir sveiki, o jų mokyklos – netoli namų, kuriuose jie gyvena.

Rūpestis senjorais atskleidžia požiūrį į valstybę. Ketverius metus nuosekliai rūpinomės Lietuvos žmonių gerove, didiname senjorų pajamas. Tokias priemones kaip 13-oji pensija ar kitokio pobūdžio vienkartinės išmokos mūsų senjorams matome kaip papildomą pagalbą, kuri yra teisinga, būtina ir kuri bus įgyvendinta. Nepaisant visų oponentų pašaipų, supran-

me, kad mūsų tėvams ir seneliams to reikia. Didžiuojamės, kad senjorams nuo 75 metų kompensuojami vaistai šiandien yra nemokami, per kitą Seimo kadenciją sieksime, kad jie būtų nemokami ir 65-erių metų žmonėms.

Džiaugiamės, kad įvedėme ir padidinome vaiko pinigų. Tikimės, kad net ir radikalūs oponentai neišdrįs jų atšaukti – nors ką gali žinoti. Nėtrūko ir kitų sprendimų, kurių tikslas – šeimos puoselėjimas. Tikime, jog būtent šeima buvo ir yra visų mūsų pagrindas, padėjęs išlaikyti lietuvių ir neleideš tautai išnykti.

Savo kasdieniais darbais įrodėme, kad žmogus ir jo gerovė mums yra prioritetas. Mes dėjome visas pastangas, kad suvaldytume koronaviruso plitimą Lietuvoje. Pirmąją bangą mes kartu su Jumis įveikėme labai sėkmingai.

Mūsų politinių oponentų teiginys, esą valstybė yra praskolinta – melas! Labai kviečiame palyginti mūsų ir I. Šimonytės pasiskolintų lėšų palūkanas.

Nei daug, nei mažai: šiandien skolinamės net 17 kartų pigiau! Šian-

dien valstybė skolinasi praktiškai už nulines palūkanas.

Lietuva bene vienintelė Europoje šiuos metus pabaigs su ekonomikos augimu ir net 8 proc. pandemijos laikotarpiu išaugusiu darbo užmokesčiu. Po pirmosios bangos reikėjo įlieti į ekonomiką lėšų – tą ir padarėme. Dėkojame visiems Lietuvos žmonėms ir atsakingo verslo atstovams, kad kartu pasiekėme, jog mūsų ekonomika šiandien būtų viena stabiliausių Europoje!

Pavyko pasiekti, kad pandemijos metu nepasikartotų 2009 m. ekonominės krizės laikotarpiu konservatorių padaryti buhalteriniai sprendimai, kai buvo paaukoti žmonių interesai negailestingai nurėžiant jų darbo užmokesčių ir pensijas. Atsidūrus tokioje krizėje, galima eiti dviem keliais – viską „užveržti“ ir taupyti arba įlieti lėšų ir „užkurti“ ekonomiką iš naujo. Mes – už antrąjį variantą. Už darbo vietas visoje Lietuvoje. Už ekonominį ir socialinį saugumą. Už valstybę, kuri savo žmonėms ištiesia pagalbos ranką.

Skirtingai nuo oponentų, mes girdime visas puses. Girdime ir

Interviu prieš antrąjį turą

- Gerbiamas Dainiau, kaip vertinate pirmojo turo rezultatus?

- Situacija nestebina. Nors konservatoriai dabar pirmauja, tačiau, lyginant su 2016-ųjų metų Seimo rinkimais, jie Marijampolės apygardoje surinko šimtu balsų mažiau, nors teigia, kad yra atvirkesniai. Įvyko taip, kad konservatorius, kaip įprasta, palaikė visi jų rinkėjai, o kairiųjų politinių jėgų balsai išsidalino smulkesnėms partijoms.

- Konservatoriai akcentuoja, kad D. Gaižauskas jau pateko į Seimą pagal partijos sąrašą, todėl kviečia balsuoti už Andrių Vyšniauską, kad parlamentu būtų du Marijampolės atstovai.

- Tai dar vienas rinkėjų klaidinimas, nes Marijampolės savivaldybė turi jau tris atstovus Seime. Į jį pagal LVŽS sąrašą taip pat išrinktas Kęstutis Mažeika bei Darbo partijos rinkimų sąraše buvusi savivaldybės tarybos narė Vaida Giraitytė. Manau, konservatoriai sąmoningai rinkėjus klaidina, nes ši jų taktika dažnai pasiteisina.

- Todėl raginate ateiti balsuoti antrame rinkimų ture?

- Taip. Nes šį kartą kovosime dėl to, kas atstovaus Marijampolės miesto žmonėms. Todėl kviečiu balsuoti už mane. Nes, jeigu būtų išrinktas A. Vyšniauskas, Marijampolėje neliktų mano biuro, į kurį per Seimo kadenciją kreipėsi daugiau kaip pustrėčio tūkstančio marijampoliečių bei gyventojų iš kitų vietovių. Mat apygarda atitektų konservatoriui. Jūsų padedamas tikiuosi, kad biuras išliks ir vėl galėsime tęsti pradėtus darbus. Noriu pabrėžti, kad konservatoriai rinkimų dar nelaimėjo, jie turi tik 24 vietas iš 141. Tik po antrojo turo bus aišku, kas valdys Lietuvą. Ar reikės jau veržtis diržus, ar atsitiesę po 2008-2012 m. konservatorių valstybės nuvaldymo ir toliau galėsime gyventi geriau.

Ateikite visi balsuoti, nes konservatorių rinkėjas lyja ar sninga, jie eina balsuoti. Ateikime ir mes! Visi ateikime ir pasikvieskime draugus, gimines, kaimynus!!! Viskas mūsų rankose!

gerbiame kiekvieno žmogaus apsisprendimą, tačiau nepalaikome agresyviai brukamo gyvenimo būdo, „vienintelės teisingos“ krypties, mąstymo, požiūrio.

Todėl kviečiame balsą atiduoti Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjungos kandidatui **Dainiui Gaižauskui**. Paraginkite tai padaryti savo draugus ir kaimynus! Jei Jūsų apygardoje antrajame ture nėra LVŽS atstovo, vis tiek ateikite balsuoti. Palaikykite LSDP, Darbo partijos atstovus bei nepartinius kandidatus. Rinkitės atsakingą Lietuvą.

Primename, kad seniau įprastas rinkėjo pažymėjimas dabar nebesiunčiamas, o Jūsų balsai – ypatingai reikalingi Lietuvai, nes yra politinių jėgų, kurių interesas ir kelias į pergalę – mažesnis rinkėjų aktyvumas. Neleiskite, kad kiti nuspręstų už Jus!

Atvykite spalio 25 d. balsuoti, turėdami asmens tapatybę patvirtinantį dokumentą, rašymo priemonę ir apsauginę kaukę. Nereikia baimintis: užtikriname, kad imtasi visų reikiamų apsaugos priemonių ir balsavimas yra visiškai saugus, tad ateikite. Ir būkite sveiki!

Politinė reklama. Bus apmokėta iš LVŽS rinkiminės sąskaitos. Užs. Nr. 039

Registru centras „skalpuoja“ notarų klientus

Aleksandras MATONIS, Lietuvos notarų rūmai. Spalio 1-ąją įsigaliojus naujai valstybės įmonės Registru centro paslaugų kainodarai, mokesčiai už kai kurias dažnai atliekamas paslaugas kainuoja net iki keturių-penkių kartų brangiau nei iki šiol. Daugiau pajamų atnešantiems vartotojams, tokiems kaip notarų klientai, Registru centras selektyviai taiko keleriopai didesnius tarifus.

„Registru centro skelbiamos žinios, kad naujieji įkainiai atpigės, neatitinka tikrovės. Dalis paslaugų už duomenis ir registraciją ne pinga, o keleriopai brangsta. Tai pajus visi notarų klientai, bet ypač tvarkantys paveldėjimo reikalus ir nekilnojamojo turto perleidžiantys asmenys“, - sako Lietuvos notarų rūmų prezidentas Marius Stračkaitis.

Išstatymai įpareigoja notarą prieš kiekvieną sandorį ir jo metu tikrinti duomenis apie klientus ir turta net keliolikoje valstybinių registru ir informacinių sistemų, kurias valdo Registru centras.

Notarai iš klientų surenka ir perduoda Registru centrui mokesčius

už duomenų patikrą ir objektų registravimą. Notarų surenkamas atlyginimas Registru centro naudai už atliekamas užklausas ir objektų registravimą sudaro didžiąją dalį Registru centro pajamų, gaunamų už mokamas paslaugas.

„Registru centras skelbia, kad jų sistemų kitoms elektroninėms sistemoms „xml“ formatu perduodami duomenys pinga iki, pavyzdžiui, 15 ar 25 centų. Tai teisybė. Visiems likusiems vartotojams duomenys teikiami „pdf“ formatu, ir už juos kaina skaičiuojama jau ne centais, o eurai. Kokie bebūtų deklaruojami Registru centro tikslai, jie slepia melagystę ir pasipinigavimą iš piliečių, kuriems atliekami notariniai veiksmai. Mažų mažiausiai keista, kad tokią kainų politiką gyventojams taiko valstybės įmonė“, - sakė M. Stračkaitis.

Anot jo, Registru centro paslaugų pabrangimą pajus visus notarinius veiksmus atliekantys klientai, ir ypač paveldėjimo bylose.

„Pavyzdžiui, vieno rajono notaras po asmens mirties rugsėjo 30-ąją išdavė įpėdiniui paveldėjimo teisės liudi-

jimą kaime esančiam turtui, kurio vertė 12 tūkstančių eurų. Notaro atlyginimas buvo 17 eurų. Registru centro paslaugos - duomenų patikslinimas (7,24 Eur), juridinių faktų registravimas (8,70 Eur) ir nuosavybės teisės registravimas (86,25 Eur) – pagal senuosius įkainius kainavo 102 eurus.

Tačiau pagal nauuosius įkainius spalio 1 d. klientui būtų tekę mokėti jau 497 eurus, nes duomenų patikslinimas ir naujai atsiradęs kiekvieno daikto vertės paskaičiavimas kainuotų 59,88 Eur, juridinių faktų registravimas - 24,57 Eur, nuosavybės teisės registravimas ir Nekilnojamojo turto registro duomenų pakeitimas - 412,27 Eur. Tai beveik penkeriopas pabrangimas už labai dažnus ir socialiai jautrius veiksmus“, - sakė M. Stračkaitis.

O štai paprasčiausias nekilnojamojo turto perleidimo sandoriui, kuriuo fiziniai asmenys perleidžia vieną turto objektą, vien būtinas duomenų viešuose registruose patikrinimas pabrango vidutiniškai 2 kartus ir kainuoja apie 20 eurų.

Pageidauja 700–800 eurų pensijos

Saulius ABRAŠKEVIČIUS, „Swedbank“ Lietuvoje atstovas spaudai. Šalies gyventojų norus ir poreikius tenkinanti senatvės pensija šiandien turėtų siekti 700–800 eurų, rodo „Swedbank“ užsakymu atliktos gyventojų apklausos duomenys. Tokį lūkestį dėl orios pensijos sumos nurodo kone kas ketvirtas šalies gyventojas (23 proc.). Visgi toks pensijos dydis yra apie 2 kartus didesnis už vidutinę šiuo metu šalyje mokamą senatvės pensiją.

„Šalies gyventojų lūkesčiai dėl orios pensijos išlieka pakankamai aukšti – tik 7 proc. apklaustų šalies gyventojų savo poreikius galėtų patenkinti gaudami šiandienos vidutinę senatvės pensiją, kuri šiuo metu sudaro apie 400 eurų“, - komentuoja „Swedbank investicijų valdymo“ direktorius Tadas Gudaitis.

Remiantis apklausos duomenimis, daugiau kaip 60 proc. šalies gyventojų norėtų gauti tarp 500 ir 800 eurų svyruojančią pensiją. 19 proc. nurodo, jog juos tenkinančios pensijos dydis turėtų būti rėžyje tarp 800 ir 1000 eurų. Didesnės nei 1000 eurų pensijos sumos tikėtusi 1 iš 10 šalies gyventojų.

Pasak T. Gudaičio, mažesnes pajamas gaunantys žmonės dažniau yra linkę nurodyti didesnę pensijos sumą nei jų dabartinės pajamos, o vidutinių ir aukštesnių pajamų gavėjai tikisi, kad būsimo pensijos dydis turėtų atitikti jų esamas pajamas.

„Daugeliu atvejų realybė yra kitokia ir, sulaukus pensinio amžiaus, valstybės mokama senatvės pensija sudaro apie 40–45 proc. iki tol buvusių pajamų, o demografinės prognozės rodo, kad ateityje šis santykius dar labiau sumažės. Kad būtų galima išlaikyti panašius gyvenimo standartus išėjus į pensiją, reikėtų užsitikrinti apie 70 proc. iki pensijos buvusių pajamų lygį“, - sako „Swedbank investicijų valdymo“ direktorius.

Išmoksta ir valdyti skaitmenines technologijas, ir atpažinti sukčių pinkles

Prieš dešimtmetį didelė dalis vyresnio amžiaus žmonių į socialinius tinklus žvelgė tarsi į vaikų žaidimus. 74 metų kaunietis Vytautas anksčiau irgi buvo skeptiškas: „Maniau, kad socialiniai tinklai yra mados reikalas, kuris greitai baigsis. Bet dabar pats jau porą metų naudojuosi „Facebook“, kur bendrauju su savo vaikais ir anūkais, matau, ką veikia mano draugai ir pažįstami. Neseniai ir pats įkėliau nuotraukų, kuriose – mano rasti 66 baravykai“, – teigia vyras.

Nesvetimas Vytautui ir „Instagram“ socialinis tinklas, tiesa, per jį į virtualią erdvę pašnekovas kelia mažai turinio – dažniau mėgsta žiūrėti kitų nuotykius, istorijas ir patirtis. „Svarbiausia viską daryti protingai, neužsižiasti. Prieš atsidadydamas visada žinau, ko ieškau, ką noriu rasti“, – sako kaunietis, jau spėjęs sudalyvauti iniciatyvos „Prisijungusi Lietuva“ skaitmeninio raštingumo mokymuose, kurie nuo birželio 1 dienos vyksta šalies bibliotekose.

Naudinga pasimokyti

Į mokymus Vytautas nuėjo norėdamas nuo geriau perprasti šiuolaikines technologijas ir žinoti, kaip apsaugoti nuo internete tykančių grėsmių – įvairių sukčių ir kitų kibernetinių nusikaltėlių.

Dabar įsijungęs kompiuterį arba

telefonu imdamas naršyti internete vyras jaučiasi kur kas tvirčiau.

Skaitmeninio raštingumo mokymus bibliotekose organizuojančios asociacijos „Langas į ateitį“ informavimo ekspertė Birutė Stanevičienė pastebi, kad renginiai susilaukė nemažai dėmesio ir palankių vietos bendruomenių vertinimų.

B. Stanevičienė nurodo, kad projektu siekiama su informacinėmis technologijomis supažindinti vyresnio amžiaus žmones ir lavinti jų skaitmeninį raštingumą. Tikslas – ambicingas, nes, kaip rodo šiemet paskelbtas Europos Komisijos skaitmeninės ekonomikos ir visuomenės indeksas, Lietuvoje gyvena apie pusę milijono asmenų, kurių skaitmeniniai įgūdžiai yra nepakankami arba jie išvis nesinaudoja internetu.

Padedama paslaugūs savanoriai

Gyventojams tobulėti ir pažinti technologijas padeda per 1200 e.skautų – paslaugių pagalbininkų, kurie kantriai aiškina, rodo, atsako į klausimus. Savanoriai yra iniciatyvos „Prisijungusi Lietuva“ varomoji jėga.

Vienas iš tokių e.skautų yra Vismantas Daujotas. Vaikinas sako, kad dažniausiai tenka atsakinėti į

mokymų dalyvių klausimus apie socialinius tinklus ir internetinę bankininkystę. „Žmonės tiesiog nori pamatyti, pavyzdžiui, „Instagram“ nuotraukas arba internetu apmokėti sąskaitą“, – pasakoja V. Daujotas.

Pašnekovas visada nurodo, kaip norimus veiksmus internete atlikti saugiai, į ką atkreipti dėmesį, kad vartotojai nepakliūtų į sukčių spąstus ar į dezinformacijos, melagingų naujienų pinkles.

E.skautas mano, kad skaitmeninėje erdvėje mažiau patyrę vartotojai gali tapti kibernetinių nusikaltėlių taikiniu. Be to, labai dažnai į tokius vartotojus nukreipiamas ir melagingos, klaidinančios informacijos srautas.

Atkreipia dėmesį į svarbias detales

Savanoris akcentuoja, kad labai svarbu žinoti, ar ta svetainė, kurioje naršome, yra patikima. „Tai galime patikrinti pažiūrėję, ar svetainė turi užrakto simbolį viršuje. Apsaugotoje svetainėje duomenys, kuriuos pateikiame, yra saugomi, o tai reiškia, kad išlaužėliai negalės pavogti mūsų asmeninės informacijos“, – atkreipia dėmesį V. Daujotas.

Pasak jo, socialiniuose tinkluose nereikėtų skelbti savo asmeninio gyvenimo detalių, informacijos,



Kampaniją organizuoja



pavyzdžiui, namų adreso, telefono numerio.

Dar e.skautas įspėja, kad atsidarinę norodas būtina žiūrėti, kur jos nukreipia – ar vartotojas staiga neatsidurs apgavikų sukurtoje svetainėje, kuri tiesiog nuskaito asmeninę informaciją, pavyzdžiui, banko duomenis, ir ją pasisavina.

„Tarkime, jei kažkas „Facebook“ parašys žinutę, kad jūs laimėjote išmanųjį telefoną, jūs iš karto galite spręsti, kad tai yra apgaulė, todėl, kad niekas šiaip sau to nerašys jums asmeniškai. Tokie dalykai skelbiami oficialiose patvirtintose ir saugiose svetainėse. Tad apgaulę galima išmokti atpažinti“, – pasakoja „Prisijungusios Lietuvos“ savanoris.

Dalindamasis patarimais, kaip saugiai naršyti internete, V. Daujotas atkreipia dėmesį, jog patekus internetiniams sukčiams į rankas, reiktų nedelsiant kreiptis į e-policiją.

„Virtualioje erdvėje galioja tokie patys principai kaip ir kitur. Jeigu įtariate, kad susidūrėte su nusikaltėliais, kreipkitės į policiją telefonu 112 arba internetu www.epolicija.lt. Būtent e-policija tiria ir elektroninėje erdvėje vykdomus nusikaltimus. Per mokymus parodome, kaip užpildyti pareiškimo formą ir t. t. Manome, kad į kibernetines grėsmes būtina nedelsiant reaguoti, kad apsaugotume ne tik save, bet ir kitus žmones“, – tvirtina pašnekovas.

Lietuvių meilė – dvidešimtmetį perkopęs „Passat“

Lietuvoje registruotų lengvųjų automobilių parkas jau daugelį metų išlieka vienu iš seniausių Europos Sąjungoje. Jei ES vidutinis lengvųjų automobilių amžius yra šiek tiek daugiau nei 10 metų, mūsų šalies keliuose dominuoja 4 metais senesnės transporto priemonės. Be to, kaip rodo šiemet įsigytų civilinės atsakomybės draudimo polisų duomenys, didelė dalis lietuvių nebijo sėsti ir į automobilius, kurių amžius viršija 20 metų.

„Edrauda.lt“ statistika liudija, jog, nepaisant nuosekliai didėjančio naujesnių transporto priemonių skaičiaus, populiariausias automobilis Lietuvos keliuose vis dar išlieka 23 metų amžiaus „VW Passat“. Būtent šio modelio vairuotojai tiek pernai, tiek šiemet iš skirtingų draudimo bendrovių įsigijo daugiausiai privalomojo civilinės atsakomybės draudimo polisų. Į populiariausiųjų dešimtuką taip pat patenka 22 bei 24 metų amžiaus „VW Passat“ modeliai bei 21, 22 bei 23 metų amžiaus „VW Golf“ automobiliai. O pats „jauniausias“ modelis dažniausiai draudžiamų automobilių dešimtuose – 15 metų senumo „Audi A6“.

„Vidutinis draudžiamų automobilio amžius mūsų sistemoje pernai buvo 14,9 metų, o šiemet – 13,9 metų. Tai nemažas amžiaus vidurkis, juolab turint omenyje, kad mūsų sistema aktyviau naudojami jaunesnė, modernioms technologijoms imli visuomenės dalis“, – teigia „Edrauda“ vadovė Rima Kazlauskaitė. – Palyginimui: šių metų rugsėjo

mėnesį privalomuoju civilinės atsakomybės polisu buvo apdrausti 109 vienetai 23 metų amžiaus „VW Passat“ automobilių. Tai yra apie dešimt kartų daugiau nei per tą patį laikotarpį apdrausta naujesnių – 10 metų amžiaus – „VW Passat“ modelių.“

Pašnekovės teigimu, internetinėje sistemoje vairuotojai, palyginę kainas, gali įsigyti beveik bet kurios šalyje veikiančios draudimo bendrovės polisą, todėl bendra draudžiamų transporto priemonių statistika nėra labai nutolusi nuo bendro keliuose eksploatuojamų automobilių parko paveiklo šalyje.

Civilinės atsakomybės polisų statistika atskleidžia dar vieną tendenciją – nuosekliai didėjantį internetu besidraudžiančių vairuotojų amžiaus vidurkį. Ši tendencija kartais siejama su besikeičiančiais šalies demografiniais rodikliais, sensiančia visuomene bei atsainesniu jaunosios kartos požiūriu į nuosavo automobilio įsigijimą.

Tačiau, pasak R. Kazlauskaitės, santykinai didėjantis vyresnių vairuotojų aktyvumas visų pirma parodo kintančius šių žmonių draudimosi įpročius: „Pernai vyriausias žmogus, apsidraudęs internetu mūsų sistemoje, buvo 68 metų amžiaus, šiemet – 86 metų. Tai reiškia, kad amžius nėra kliūtis įsigyti automobilio polisą internetu. Svarbiausia, kad transporto priemonė būtų techniškai tvarkinga, o vairuotojo sveikatos būklė leistų užtikrinti saugumą kelyje.“

Inga PACHE. Daugiau kaip pusė apklaustų Lietuvos namų ūkių pajuto finansines pavasarinio karantino pasekmes: 29 proc. jų sumažėjo pajamos, o 6 proc. tvirtina praradę nuolatinį pajamų šaltinį. Dar trečdalis apklaustų namų ūkių tvirtina, kad per pastarąjį pusmetį išleido dalį turėtų santaupų ar net visas. Taip pat reikšmingai, lyginant su ankstesniais metais, sumažėjo namų ūkių dalis (–12 proc.), kuriems pavyksta sutaupyti. Šias tendencijas atskleidė liepos–rugsėjo mėn. Lietuvos banko užsakymu atlikta namų ūkių apklausa.

„Apklausoje rezultatai patvirtina, kad dėl pandemijos gyventojų finansai nukentėjo labai netolygiai: maždaug pusė teigė pajutę karantino padarinius, be to, kur kas dažniau juos įvardijo jaunesnio amžiaus ir didmiesčių namų ūkiai. Matomas išaugęs neapibrėžtumas dėl ateities perspektyvų bei mažesnis noras išlaikyti, o tai leidžia manyti, kad artimiausiu metu namų ūkiai atsargiau valdys savo asmeninius finansus – atidžiau stebės pajamų pokyčius ir atsargiau planuos išlaidas“, – sako Viktorija Grybauskaitė, Lietuvos banko skyriaus vyresnioji ekonomistė.

Didžioji dalis apklausoje dalyvavusių namų ūkių (70 %) savo finansinę padėtį vertina vidutiniškai arba gerai. Palyginti su ankstesniais metais, taip teigiančiųjų dalis sumažėjo 7 proc.

Dauguma respondentų per artimiausius 12 mėn. tikisi, kad pajamos ir išlaidos nepakis. Namų ūkiams didžiausią susirūpinimą kelia galimas pajamų sumažėjimas, tačiau sumažėjo nerimaujančių dėl darbo praradimo (taip teigė atitinkamai 16 ir 13 % apklaustųjų).

Beveik aštuoni iš dešimties respondentų teigia planuojantys pajamas ir išlaidas, trys ketvirtadaliai siekia sutaupyti, tačiau, lyginant su pernai

metais, gerokai sumažėjo sutaupančių namų ūkių dalis. Nors, palyginti su 2019 m., pajamos ir išlaidos planuojančių bei siekiančių sutaupyti namų ūkių tendencijos reikšmingai nekito, tačiau sutaupančiųjų namų ūkių dalis sumažėjo 12 proc. ir sudarė 57 proc.

Dažniausiai per mėnesį sutaupoma suma buvo 31–150 Eur, taip teigė beveik 43 proc. respondentų, kuriems per pastaruosius 6 mėn. pavyko sutaupyti (t. y. 5 proc. daugiau nei prieš metus). Po 3 proc. sumažėjo dalis nurodžiusių, kad per mėnesį sutaupo iki 30 Eur (16 %) ir nuo 301 iki 600 Eur (11 %), o dalis teigiančiųjų, kad pavyksta sutaupyti daugiau kaip 600 Eur, išaugo 2 proc. (iki 9 %).

Šiek tiek daugiau kaip pusė apklaustų namų ūkių nurodė, kad turimos santaupos per pastaruosius 6 mėn. nepasikeitė, tačiau trečdaliui jos sumažėjo arba teko išleisti viską. Svarbiausios taupymo priežastys tebebuvo netikėtos išlaidos ateityje (54 %), galimas finansinės būklės pablogėjimas (46 %) ir ilgalaikiai taupymo tikslai, t. y. brangių pirkinių įsigijimas, išlaidos vaikų mokslui, santaupos senatvei ir pan. (43 %).

Beveik pusė namų ūkių (47 %) pageidautų gauti daugiau kaip 1 200 Eur pajamų (į rankas), kad bent dalį lėšų pavyktų atsidėti taupymui. O ketvirtadalis respondentų nurodė 801–1 200 Eur, kaip mažiausias reikiamas pajamas, kad būtų patenkinti gyvenimo sąlygomis Lietuvoje ir pavyktų sutaupyti. Atsižvelgiant į namų ūkių turimas pajamas, vidutiniškai daugiau kaip pusė apklaustųjų pageidautų uždirbti daugiau, nei šiuo metu gauna, o įvertinus atsakymų pasiskirstymą – dažniausiai pageidaujama suma yra 400 Eur didesnė nei gaunamos pajamos.

Karantinas didino nerimą dėl ateities

Ingrida Šimonytė: kitais metais pensijos augs sparčiau nei darbo užmokestis, o vienišiemis senjorams įteisinsime pensijos priedą

- Pirmame Seimo rinkimų ture Tėvynės Sąjunga pasirodė neblogai, tačiau, kaip jūs sakėte, tai yra tik pirmasis kėlinys. Antrasis turas spalio 25 d. Jo metu spresis labai daug, o taip pat ir tai, kas formuos naują Vyriausybę. Naujoji Vyriausybė savo darbą pradės nuo 2021 metų valstybės biudžeto. Tikriausiai jau galvojote apie jo kontūrus. Nuo ko pradėsite ir kokie bus svarbiausi biudžeto prioritetai?

- Pradėsime nuo to, kas yra: dabartinė Vyriausybė parengė pirminį projektą, kurį dar teks detaliai išnagrinėti. Sprendimai, kurie jau įtvirtinti anksčiau priimtuose įstatymuose: dėl pensijų indeksavimo, vaiko pinigų didėjimo be jokios abejonės turės būti vykdomi. Tie sprendimai, kurie priklauso nuo ekonomikos raidos – minimalios mėnesio algos didinimas ar bazinio dydžio dirbantiems valstybės tarnyboje didinimas taipogi bus perkelti į biudžeto asignavimus.

Mokesčių pakeitimų neplanuojame, nes jiems šiuo metu nei vieta, nei laikas – reikia rimtų ir pamatuotų diskusijų.

Daugiau klausimų kyla dėl Vyriausybės patvirtinto vadinamojo DNR plano, nes būtina užtikrinti, kad investicijos būtų realios ir kurtų ilgalaikę naudą ekonomikai, infrastruktūrą ir kokybiškas viešąsias paslaugas. Negalime praleisti progos ir didelį planuojamą kitų metų deficitą paversti vien tik didesne skola – svarbu, kad būtų kuriama tai, kas ateityje generuos tvarias žmonių, o per tai – ir biudžetų pajamas.

- Ko jūsų biudžete gali tikėtis šalies senjorai?

- Didesnių pensijų, nes kitais metais pensijų indeksavimo augimo tempas bus spartesnis už vidutinio darbo užmokesčio augimo tempą. 2016 m. dar anos kadencijos Seimo įstatyme įtvirtinta indeksavimo formulė lemia, kad pensijų augimo tempas priklauso nuo darbo užmo-

kesčio fondo dinamikos, o ne politikų malonės. Nors darbo užmokesčio augimo tempas kiek sulėtės, sukauptas „Sodros“ rezervas leis mokėti indeksuotas pensijas kaip numatyta.

Senjorai taipogi gali tikėtis, kad bus rimtai svarstoma, nuo kada ir kaip galime įteisinti vienišų senjorų pensijos priedą – tai, ką buvo pažadėjusi ir neįgyvendino dabartinė valdžia. Vienišų pensininkų didesnis už vidutinį skurdas yra didelė problema, kurią būtina spręsti kuo greičiau.

- Jūsų konkurentai neretai skleidžia gandus, kad gali būti mažinami vaiko pinigai ir kitos išmokos. Kokia situacija yra iš tikrųjų?

- Tai ne šiaip gandai, o tiesiog melagystė. Įstatymais patvirtinti išpareigojimai bus vykdomi, kaip nustatyta. Nuolatiniai valdančiųjų bandymai palyginti esamą situaciją su 2008-2009 metais, kuomet Lietuva neturėjo euro ir siekdama išlaikyti stabilų litą turėjo mažinti išlaidas ir didinti



mokesčius, yra tiesiog manipuliacija. Būdamą eurozonos nare Lietuva turi nepalyginamai daugiau lankstumo vykdyti savo biudžetą net tada, kai jo pajamos sumenksta ženkliai dėl nenumatytų aplinkybių.

TS-LKD palaikė Vyriausybę pande-

mijos pradžioje, kai Vyriausybė siekė didesnio skolinimosi limito tam, kad palaikytų ekonomiką nuosmukio metu. Bėda tokia, kad lėšos naudotos neskaidriai ir neatsiskaitant Seime. Galbūt neskaidrus pačių valdančiųjų elgesys verčia bandyti netinkamu elgesiu kaltinti kitus.

Politinė reklama. Bus apmokėta iš A.Vyšniausko rinkimų kampanijos sąskaitos. Užsakymo Nr. 040

A. Vyšniauskas: galime sutarti, nes mus vienija meilė Lietuvai ir Marijampolei



Jūsų balsas už mane - tai balsas už pozityvą, įsiklausymą į skirtingas nuomones, nepriklausomai nuo politinių pažiūrų, bei atsakingą darbą siekiant augančios Marijampolės ir stiprios Lietuvos.

Mieli marijampoliečiai,

Pirmiausia norėčiau padėkoti Jums už išreikštą pasitikėjimą pirmajame rinkimų ture. Jūsų balsai jau lėmė permainas Seime, o balsavimas antrajame Seimo rinkimų ture gali jas įtvirtinti.

Kalbėdami apie pokyčius mūsų šalyje ir mylimame mieste mes turime rasti atsakymą, o kas tuos pokyčius gali įgyvendinti geriausiai. Netikiu supermenais ir tuo, kad vienas žmogus gali nuversi kalnus. Pokyčiai ateina tada, kai juos įgyvendina plati komanda. Komanda, kurioje vyks-

ta laisvų, sąžiningų ir vienas kitą gerbiančių žmonių diskusija, o ne vyrauja vieno asmens diktatas. Esu tokios komandos dalis ir kviečiu šią komandą plėsti įvairiais balsais, idėjomis ir nuomonėmis. Vietos užteks visiems.

Kas geriausia Marijampolei? Mano nuomone - tai platus įvairių politinių jėgų sutarimas dėl svarbiausių darbų. Kairiųjų ir dešiniųjų, konservatorių ir socialdemokratų, liberalų, darbiečių, tautininkų, žaliųjų ir netgi valstiečių.

Kodėl? Todėl, kad nėra kito kelio. Mūsų šalis yra paskendus Seimo rietenose, reformos stringa, pandemija siaučia, o vyrai ir moterys, kurie turėtų šiandien tas problemas spręsti, labiau rūpinasi savo reikalais, nei visų šalies gyventojų gerove. Reikalingas susitelkimas tų, kurie turi patirtį, tradiciją ir jaučia atsakomybę už savo šalį, jos ateitį. Visų tų, kurie jau prisidėjo prie Lietuvos statybos darbų ir kurie nori ne ją išmontuoti, o nuosekliai kurti toliau.

Kas vienija Marijampolės kairiuosius ir dešiniuosius? Tikiu ir palaikau plačios santarvės koalicijos idėją, kuri sako, kad stabilumą ir gerovę valstybei atnešti gali tik aiški, atsakingų ir dėl konkrečių darbų sutariančių tradicinių jėgų - konservatorių, liberalų ir socialdemokratų - koalicija. Atrodytų iš pažiūros keista, kaip gali sutarti kairieji ir dešinieji! Bet juk gali. Mus pirmiausiai vienija ta pati meilė savo šaliai ir savo kraštui.

Ši Seimo kadencija įrodė, kad kairieji ir dešinieji gali sutarti dėl esminių reformų sveikatos apsaugoje,

ekonomikos perspektyvoje, regionų politikoje, aplinkosaugoje. Marijampolėje galime sutarti dėl to, kad reikia pokyčių ligoninėje ir kaip tų pokyčių pasiekti. Galime sutarti, kaip jau ne kartą darėme, kad mūsų miesto ekonomikos variklis - pramonė - turi stiprėti, sudarant sąlygas jai plėstis, tvarkant infrastruktūrą, pritraukiant lėšų iš ES fondų ir centrinės valdžios. Galime sutarti, kaip tvarkyti ir pertvarkyti mūsų švietimo sistemą ar sustiprinti aplinkosaugos standartus. Precedentų tam jau yra.

Be abejo, liks dalykų, kur nuomonės skirs. Tačiau to nereikia bijoti. Sutarimas nesutarti, aiškus ir argumentuotas pasakymas, kad turime kitą nuomonę, yra lygiai toks pats reikalingas dalykas demokratiškai. Svarbiausia visada sakyti tiesą: drąsiai, garbingai ir atvirai. Tą dariau dirbdamas savivaldybės taryboje. Tą darysiu ir toliau.

Sutarimą matau kaip svarbų įvykį siekiant mūsų krašto žmonių gerovės. Tačiau lygiai taip pat suprantu, kad pirmiausia sutarimas turi įvykti ne tarp politikų. Kol karštos partijų

vadų galvos ten Vilniuje aiškinasi, kas geresnis, signalą turi duoti ir sutarti miesto bendruomenė, žmonės, rinkėjai. Kaimynas su kaimynu. Kolegė su kolege. Bičiulis su bičiuliu. Draugė su drauge. Visi kartu ir dėl bendrų tikslų, nes kartu esame stipresni. Nes kitaip karštos galvos nesupras.

Kviečiu susitelkti tuos, kuriems rūpi Lietuvos ir Marijampolės ateitis. Norinčius valstybės, kurioje kiekvienas jaustųsi reikalingas, girdimas ir išklašytas. Svajojančius apie Marijampolę, kurioje būtų patogiu gyventi, gera dirbti ir kurti šeimas.

Jūsų balsas už mane - tai balsas už pozityvą, įsiklausymą į skirtingas nuomones, nepriklausomai nuo politinių pažiūrų, bei atsakingą darbą siekiant augančios Marijampolės ir stiprios Lietuvos.

Pasitikėkite manimi spalio 25 d. antrajame Seimo rinkimų ture Marijampolės vienmandatėje apygardoje, turėkite tvirtą Marijampolės atstovą Seime ir stiprią Ingridos Šimonytės Vyriausybę. Tam prašau Jūsų balso.

Andrius Vyšniauskas

Politinė reklama. Bus apmokėta iš A.Vyšniausko rinkimų kampanijos sąskaitos. Užsakymo Nr. 041

Kviečia patirti Šaltojo karo istorijos alsavimą

Atkelta iš 1 p.

Raketų bazė

Žvilgsnis į 30 m gylio kovinės raketos šachtą ir „branduolinio mygtuko“ spustelėjimas imituojuo sprogimą – visa tai Plokščių miške, slaptame Sovietų Sąjungos balistinių raketų požeminiame paleidimo komplekse, kuriame šiuo metu įrengta Šaltojo karo ekspozicija.

1962 m. užbaigtos požeminės termobranduolinių raketų paleidimo aikštelės statybos darbai truko vos 2 metus, o požemines šachtas kas-tuvais kasė 10 tūkst. kareivių. Šaltojo karo metais čia buvo nuleistos keturios R-12 termobranduolinės raketos, amerikiečių dar vadintos SS-4. Iki 1978 m. veikusioje slaptose karinėje bazėje raketos kartu su šalia esančiomis antžeminėmis pa-

leidimo aikštelėmis, sudarė bendrą sovietinės branduolinės ginkluotės grupuotę Lietuvoje, kuri, kaip teigia istorikai, galėjo sunaikinti visą Europą.

Šaltojo karo ekspozicija (Šilinės g. 4, Plokščių k., Plungės r.), tel. +37067786574,

el. paštas ilona.urnikiene@zemaitijosnp.lt

Raketų bazė II

Dar 1958-1988 m. ši teritorija vidury miškų netoli Ukmergės miesto buvo aptverta 2 m aukščio spygliuota tvora, apjuosta minų lauku ir stebima iš oro dieną naktį. Būtent čia buvo įsikūrusi Kopūstėlių raketų bazė Nr.32158 su galingiausiomis to meto sovietų armijos raketomis. Jos galėjo pasiekti taikinį, esantį už

3 000 kilometrų. Dabar apžvalginų ekskursijų su kariniu automobiliu metu galima pamatyti miško tebeslepjamus Šaltojo karo relikvus – angarus, raketų paleidimo aikšteles, bunkerius, kareivines...

Kopūstėlių k., Pabaisko sen., Ukmergės r. sav., tel+370 673 01815

Šnipų muziejus

Slapto įsilaužimo ir slaptų kratų įranga, KGB telefonai ir telefonų klausymosi bei pokalbių kodavimo įranga, nešiojamos slapto radijo ryšio priemonės, radijo siųstuvai ir imtuvai, ryšio blokatoriai, nuotolinio pasiklausymo įranga, pasiklausymo „blakės“, naktinio matymo įranga, slapti diktofonai ir užmaskuotos video kameros...

Unikali visos įmantriausios įrangos, naudotos NKVD, KGB ir milicijos spec. tarnybų, kolekcija, iki šiol matyta tik filmuose apie Džeimsą Bondą, yra atvira visiems atominio bunkerio Kaune lankytojams.

Raudondvario pl. 164 A (kieme), Kaunas, tel.: 8 618 15919, el. paštas info@atominisbunkeris.lt

Pogrindžio spaustuvė

Per 10 metų – beveik 140 tūkst. patriotinių ir religinių leidinių. Tiek atspausdinta pogrindžio spaustuvėje „ab“ 1980–1990 m. Tai vienintelė tokio tipo slėptuvė Lietuvoje, kurios per visą gyvavimo laikotarpį neaptiko sovietų saugumas. Ir ne nuostabu – spaudos mašina dirbo požemyje, po šiltnamiu! Spaustuvė „ab“ yra įtraukta į tarptautinį istoriškai vertingų Šaltojo karo įrengi-

nių ir vietovių sąrašą. Spaustuvėje įkurtas Kauno Vytauto Didžiojo karo muziejaus padalinys.

Spaustuvės g. 2, Salių k., Domeikavos sen. (Kauno priemiestis.) tel. +370 37 553 249, +370 601 86521.

Teminės ekskursijos

Ryšinių batalionas su galimybe pasirinkti kulkų ir gilzių, branduolinių raketų paleidimo bazę ir apleistą karinį miestelį, požeminis branduolinių galvučių surinkimo cehas... Keliauti po šiuos ypatingai slaptus karinius sovietinius objektus ir patirti istoriją ne per muziejaus stiklą siūlo „Praeities žvalgas“. Beje, visą dieną trunkančios ekskursijos metu dalyviai gauna ir karinį maisto davinį.

www.praeitieszvalgas.lt

Daugiau Šaltojo karo turizmo objektų rasite oficialioje Lietuvos turizmo svetainėje www.lithuania.travel

„O visa tai – dėl jūsų, kad malonė apimtų daugelį...“



Rimantas NORVILA, Vilkiškio vyskupas. Artėja Visų šventųjų diena, Vėlinės. Lietuvoje tai ypatingas laikas. Šiuo metu atitrūkstame nuo kasdienos darbų, nesibaigiančių reikalų. Dauguma mūsų krašto žmonių drauge su šeima, kitais giminėmis aplanko artimųjų kapus. Juos lankydami, apsidairę aplinkui paste-

bime, jog jau Vėlinių išvakarėse dauguma kapų nepamiršti, aptvarkyti, ant jų uždegtos žvakutės. Kapinėse tvyro savita ramybės, geranoriškumo atmosfera. Žvakių liepsnelės prasklaido niūrią rudens prieblandą, daug kur šalia palaidojimo vietų pastebime susibūrusius artimuosius. Toks vaizdas nekasdieninis, tai galime patirti tik kartą metuose, būtent šiuo rudens laiku.

Visų šventųjų, Vėlinių dienomis lankydami artimųjų kapus, gyvai prisimename prieš kelis ar daugiau metų su mumis dar gyvenusius žmones. Dažniausiai juos prisimenant mūsų atmintyje iškyla kažkas gero, mielo. Tokių išgyvenimų lydimi sutvarkome jų kapus, papuošiame juos rudens žiedais, uždegame žvakutę.

Kai jau kapai, jų aplinka būna sutvarkyta, papuošta, dažniausiai suprantama, jog dar kažko trūksta, kad tas mirusiųjų prisiminimas būtų prasmingas, galėtume sakyti baigtas. Tada paprastai visi susirinkusieji nutyla vienai kitai minutėlei ar pabūdami tyloje, ar įsijungdami į bendrą maldą. Ir, ko gero, tai būna pats reikšmingiausias momentas per visas šias dienas, paliečiantis mūsų sielos gelmę. Tada labiausiai patiriame ramybę ir sunkiai nusakomą vidinį tikrumą, jog mūsų artimieji nėra išėję į nebūtį, kad jie kažkur, kad jie yra.

Daug žmonių šiomis dienomis apsilanko ir bažnyčiose, meldžiasi už savo mirusius artimuosius. Toks jų prisiminimas nėra nei slegiantis, nei sukliantis nerimą, ypač kai jį sušildome ramia, nuoširdžia malda, stiprinamės Dievo malonės paguoda. Toji Dievo malonė, malda, dvasinis ryšys su mirusiais, kurį Bažnyčia vadina šventųjų bendravimu, mums suteikia viltį ir vidinę patirtį, kad nors daugelio artimų žmonių žemiškasis gyvenimas pasibaigė, jie neišnyko nebūtyje, bet yra, gyvena kažkur kitur, kitokioje tikrovėje. O mus pačius tokia patirtis padrašina, kad su kūno mirtimi viskas nesibaigia, kad žemiškam gyvenimui užgesus mūsų laukia kita būtis, tiesa, pilnai nepažįstama, bet viltingai trokštama.

Kviečiu visus, lankysiančius artimųjų palaidojimo vietas, susitelksiančius tylai ar bendrai maldai, viltingai prisiminti ir tai, ką mums skelbia, kur link mūsų mintis tokiomis progomis kreipia Šventasis Raštas. Jame randame daug nuorodų apie prisikėlimo viltį. Šventojo Rašto tekstai kviečia ne galvoti apie išnykimo tamsą, bet byloja apie amžinojo gyvenimo šviesą. Jie nekalba apie galutinę mirtį, bet skelbia amžinąjį gyvenimą. Štai apaštalas Paulius antrajame laiške Korintiečiams rašo: „...mes tikime ir todėl kalbame, kad tasai, kuris prikėlė Viešpatį Jėzų, taip pat ir mus prikels

su Jėzumi ir pastatys kartu su jumis. „O visa tai – dėl jūsų, kad malonė apimtų daugelį...“ (2 Kor 4,13-15).

Atkreipkime dėmesį, apaštalas pabrėžia – „...visa tai dėl Jūsų...“. Prisikėlimo viltis, o kažkada ir būsianti tikrovė – tai Dievo dovana visiems geros valios žmonėms, pakrikštytiems ir gyvenantiems vienybėje su Viešpačiu. Į tai įsiklausant Visų šventųjų iškilmės ir Vėlinių aštuondienio sąsaja mūsų protuose, sielose te aiškiau sušvinta amžinojo gyvenimo viltimi ir jo perspektyva.

Tad ir šiais metais metais lapkričio pradžią, nežiūrint mus ištinkančių pandemijos iššūkių, tebus mums visiems brandus, viltingas laikas, skatinantis stabtelėti ties itin svarbiais mūsų būties klausimais. Ne tik kapų lankymas, malda už mirusiuosius, bet ir vidinės ramybės lydimi pamąstymai apie laikiną ir amžinąjį gyvenimą, paženklinanti tikėjimu ir viltimi, tebus mus labiausiai praturtinantys šiuo metu. Taip pat šį laiką išgyvendami drauge su mumis artimiausiais žmonėmis, siekime geriau suprasti, kad išganymas, amžinasis gyvenimas priklauso ne tik keliems išrinktiesiems, kuriuos laikome šventaisiais, bet ir visiems tikintiems Kristumi ir gyvenantiems tokiu tikėjimu.

Atgyja Palangos kurhauzas

Po rekonstrukcijos atidarytas Palangos kurhauzas. Prieš kelerius metus atkurta jo mūrinė dalis, dabar prie pabaigos artėja medinės dalies restauracijos darbai. Projektą įgyvendina Kultūros infrastruktūros centras, prie jo inicijavimo prisidėjo ir Kultūros paveldo departamentas.

Kurhauzas buvo pirmasis kurortinės paskirties pastatas Palangoje. 1877 metais jį pastatė grafas Juozapas Tiškevičius. Iš pradžių čia įsikūrė tik restoranas, vėliau pastatą praplėtus, vietos jame atsirado ir pirmajam kurorto viešbučiui.

Kurhauzas buvo populiarus poilsiautojų susibūrimo vieta, nes čia veikė ir skaitlykla, biliardo, kitų žaidimų salės, vykdavo šokiai, buvo rengiami spektakliai, koncertai. Taip kurhauzas tapo besikuriančio kurorto širdimi.

XX a. pirmoje pusėje pastatas buvo

rekonstruotas. 2002 metais per kilusį gaisrą visiškai sudegė kurhauzo medinė dalis, mūrinės dalies stogas ir mediniai perdenginiai. Matant degėsius, atrodė, kad kurhauzo istorija baigėsi visiems laikams.

Visa laimė, taip nenukito. 2013 metais restauruota ir pritaikyta naudoti mūrinė kurhauzo dalis. Po penkmečio imtasi medinės dalies.

2019 metų rugsėjį prasidėjo ir kapitalinio remonto darbai. Pirmame medinės kurhauzo dalies aukšte įrengta teatrui pritaikyta amfiteatrinė salė ir kita, skirta renginiams – čia atkurtas grafų Tiškevičių laikmečio interjeras, bei pagalbines patalpas, atlikęjų persirengimo kambariai. Antrame medinės pastato dalies aukšte įrengtos dvi salės, jas numatyta skirti Palangos kultūros ir jaunimo centro meno kolektyvų repeticijoms.

Ar įmanoma rasti gyvenimo prasmę?

Rūta JURKŠAITĖ, Vilkiškio vyskupijos Jaunimo centras. „Per pasaulį keliauja žmogus.“ – rašė Bernardas Brazdžionis. Kas jį skatina keliauti? Kur jis keliauja? Koks šios kelionės tikslas? Šie ir daug kitų klausimų kyla, kai pagalvojame apie keliones. Dažnai keliaujame kaip turistai, trokštantys patirti nuotykių, išbandyti savo jėgas ar tiesiog pailsėti saulėtame paplūdimyje, susipažinti su nematytomis kultūromis ar vietos meniniu palikimu. Kiekvienam žengiančiam iš namų komforto zonos – sava priešas ir motyvacija, tačiau bendra yra bent trumpas atsitraukimas nuo kasdienės veiklos ir rūpesčių.

Šalia didelės turistinių kelionių pasiūlos egzistuoja ir piligriminės kelionės. Jų dalyviams bažnyčia ne tik kultūros objektas, paveikslas – ne vien religinio meno kūrinys, piligriminis žygis – ne tik nuotykių, o atlaidai – ne dar vienas renginys. Piligrimystė – tai laikas pažvelgti iš šalies į savo gyvenimą, santykį su kitu bei Dievu, ieškoti atsakymų į klausimus, kuriuos kelia šiandienos jaunimas.

Lietuvoje didžiųjų atlaidų metu vyskupijos dažnai organizuoja piligriminių pėsčiųjų žygius. Štai ir Marijampolėje, liepos mėnesį švenčiant palaimintojo Jurgio Matulaičio atlaidus, piligrimai kviečia-

mi aplankyti palaimintojo tėviškę Lūginėje, o į Vilkiškio vyskupijos diecezinę Kryžių šventovę (Lazdijų r.) Sekminių išvakarėse jaunimas kasmet keliauja pėsčiomis. Per Vilkiškio vyskupijos teritoriją nusidriekę net trys tarptautinio lygmens Šv. Jokūbo keliai. Vienas jų eina per Marijampolę. Šiais keliais organizuojamos piligrimystės pėsčiomis ar dviračiais, pavieniui ar didesnėmis grupelėmis.

Vilkiškio vyskupijos Jaunimo centras (įsikūręs Marijampolėje) organizuoja ir piligrimines keliones į tolimesnius kraštus. Viena populiariausių vietų, į kurias vyksta jaunimas – Taizė kaimelis Prancūzijoje. Čia iš viso pasaulio kiekvieną savaitę susirenka keli tūkstančiai jaunuolių: katalikų, ortodoksų ir protestantų, tikinčių ir ieškančių santykio su Dievu. Jie dalyvauja įvairiuose užsiėmimuose, turi galimybę savanoriauti ir išbandyti savo jėgas įvairiose srityse – nuo indų plovėjo iki pardavėjo, nuo tvarkos palaikytojo iki jaunimo grupelės vadovo, nuo palapinių statymo iki dalyvavimo meno idėjų dirbtuvėse. Taip pat vyksta diskusijos, filmų peržiūros, skaitomi pranešimai aktualiomis temomis. Drauge ir linksminamasi.

Jaunuoliai, kartą išvykę į Taizė ir patyrę betarpišką bendrystę su

bendraamžiais, dažnai nori ten grįžti. Todėl organizuojami žiemos Europos jaunimo Taizė susitikimai – kiekvienais metais kitoje šalyje. Taip apsilankoma įvairiose valstybėse, susipažįstama su vietos žmonių tradicijomis. Pavyzdžiui, 2020-uosius metus sutikome Vroclave (Lenkija), o ateinančius metus turėjome sutikti Turine (Italija), tačiau dėl visiems gerai žinomų priežasčių šis susitikimas atšauktas. Turime vilties, kad 2022 metus vėl galėsime sutikti gausiame jaunuolių būryje kartu su Taizė broliais.

Dar vienas svarbus renginys, į kurį kviečia pats popiežius – Pasaulio jaunimo dienos, vykstančios kas kelis metus vis kitame kontinente. Artimiausios, 2023-iaisiais metais, vyks Lisabonoje (Portugalija). Šiuo atveju kelionė – dar ilgesnė, nes pirmą savaitę jaunuoliai praleidžia gyvendami priimančios šalies šeimose, o antrą – pagrindiniame mieste, kur vyksta speciali programa, skirta jaunimui. Tais metais, kai išvykti į kitą šalį neleidžia finansinės galimybės, Pasaulio jaunimo dienų renginius minime Lietuvoje. Pavyzdžiui, 2019 metais Panamoje vykusias dienas minėjome Marijampolėje kartu su 250 jaunų žmonių.

Piligrimystės vyksta ir į kitus Europos miestus, viso pasaulio žemynus. Šventąją Žemę, Šventiausios Mergelės Marijos apsiėmimą, žymių šventovių ir šventųjų amžino poilsio vietas. Piligrimystėje praleistas laikas yra nekasdieniškas, jis pašventinamas nešama intencija ir malda. Piligrimystėje kelionėse kartu su grupe keliauja kunigas ar vienuolė, visada turintys laiko išklausti, teikiantys dvasinį palydėjimą. Išsilaisvinimas iš kasdienės buities ir vaidmenų suvaržymo bei galimybė į gyvenimą pažvelgti naujai, rasti atsakymus ir rūpimus klausimus – tai ugdo asmenybę, leidžia atskleisti talentus, atrasti jėgų įgyvendinti svajones, o svarbiausia – priartinti prie esminio laimės šaltinio – Dievo.



Pakeliui į Taizė kaimelį Vilkiškio vyskupijos jaunimas iš įvairių parapijų linksminasi Vokietijoje

Lilijonas KLIMAITĖS nuotrauka

Pagerbtas Vilniaus Gaonas

Lietuvos bankas į apyvartą išleido 10 eurų kolecinę sidabro monetą, skirtą Vilniaus Gaono (Elijo ben Saliomono Zalmano) 300-osioms gimimo metinėms. 2020-iejį Lietuvoje paskelbti Vilniaus Gaono ir Lietuvos žydų istorijos metais.

„Išleisdami Vilniaus Gaono 300-osioms gimimo metinėms skirtą kolecinę sidabro monetą, išreiškiame pagarbą šiai vienai iškiliausių asmenybių Lietuvos ir pasaulio žydų istorijoje, kartu įvertindami ir žydiškosios kultūros indėlį, ir palikimą mūsų šaliai. Vilniaus Gaono autoriteto ir šlovės dėka Vilniaus vardas tapo gerai žinomas visame

pasaulyje“, – sako Lietuvos banko valdybos pirmininkas Vitas Vasiliauskas.

Reikšmingiausią XVIII a. Elijo ben Saliomono Zalmano kūrybinio palikimo dalį sudaro Toros, Talmudo ir Midrašo bei mistinių Kabalos tekstų komentarai. Tačiau Vilniaus Gaonas parašė nemažai vertingų tekstų ir geometrijos, astronomijos, medicinos, gamtos mokslų temomis.

Nors rabinas Elijas buvo labai kuklus žmogus, tarp Lietuvos žydų jis buvo ypač populiarus. Beveik kiekvienos Lietuvos žydų šeimos namuose kabėjo Vilniaus Gaono portretas.

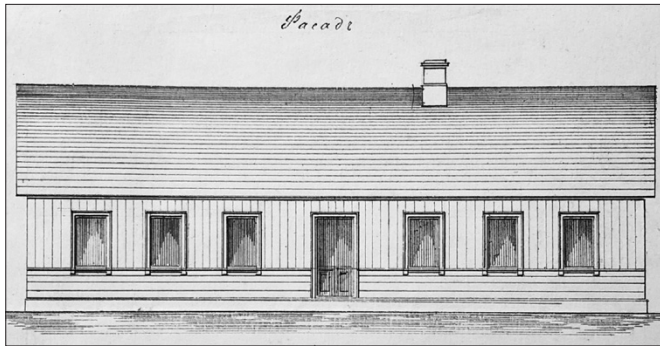
Sporto arenose

Smiltynėje Lietuvos rudens atvirojo kroso čempionais tarp jaunimo tapo Deimantė Bendaravičiūtė (5,5 km distancija) ir Airidas Bendaravičius (11 km). Antrąją vietą tarp berniukų (gimusių 2007-2010 m.) užėmė Nojus Minevičius, trečiąją – Airidas Simanavičius (1,8 km).

Panevėžyje Lietuvos jaunių ir jaunimo sunkiosios atletikos čempionato nugalėtojas atitinkamose amžiaus grupėse tapo Domantas Dakūnas ir Žilvinas Žilinskas (jis ir absoliutus varžybų čempionas), antras buvo Airidas Kmieliauskas.

Ankščiauose Lietuvos graikų-romėnų imtynių jaunučių (penkiolikmečių) čempionu tapo Emilis Neverauskas, Armandas Mežorinas užėmė antrą vietą, Ignas Pečkys – trečią.

Sinagoga, pasirodo, bent 20 metų jaunesnė



Šio namo vietoje iškilo sinagoga

Eskizas iš archyvinų dokumentų

Atkelta iš 1 p.

Kiemą skiria medinė tvora, nes papildomą sklypo dalį jis įsigijo 1881 metais iš Rošos Marks. Dabartinė dovanojamo turto vertė 1 560 rublių.

Dovanodamas namą su sklypu Z. Endelmanas pareiškė, kad jo ateityje neremontuos ir už jį nemokės mokesčių, o gyvenamasis namas turi būti pritaikytas maldos namams, palėpėje viename kambaryje turi apsigyventi maldos namų sargas, o kituose dviejuose turi būti įrengta nakvynės vieta vargšams žydams. Dovanojimo sutartį patvirtino Marijampolės notaras Ignacijus Osipovičius Gedminas ir žydų bendruomenės atstovai Pinkus Braunšteinas bei Girša Bandalinas.

Po metų čia jau veikė maldos namai (škala). Maldos namų paskirtis ta pati kaip sinagogų, tačiau pagrindinis skirtumas yra religinis rangas. Sinagogos lankomos iškilmingomis progomis, per šventes, o maldos namuose šventasis raštas (Tora) skaitomas kasdien. Beje, byloje esančiame 1890 metų policijos raporte užfiksuota, kad be valdžios leidimo maldos namų palėpėje jau nakvoja vargšai žydai.

Kitoje Suvalkų gubernijos valdybos 1890 metų byloje „Dėl naujų žydų maldos namų pastatymo, vietoje senųjų Marijampolėje Kauno gatvėje“ yra dokumentas, kuriame išvardijami visi mieste esantys maldos namai. Čia reikia paaiškinti, kad Kauno gatvėje stovėjo Didžioji sinagoga ir mūrinis Betmidrašo (Toros studijų) namas, kuris buvo apverktinos būklės, todėl bendruomenė prašė leidimo jį

nugriauti ir pastatyti naują. Leidimui gauti turėjo būti išlaikyti atstumai iki kitų tikėjimų maldos namų.

Dokumente rašoma, kad Marijampolės mieste yra mūrinė sinagoga (Kauno gatvėje – aut. pastaba) ir mediniai maldos namai Policijos gatvėje, katalikų bažnyčia nuo Senosios turgaus aikštės (J. Basanavičiaus aikštė – aut. pastaba) nutolusi 250 sieksnių, Liuteronų bažnyčia už 113 sieksnių, o aikštėje numatyta pastatyti pravoslavų cerkvė. Visgi Betmidrašo statyba buvo leista.

1894 metais Marijampolėje kilo didelis gaisras, kurio metu labiausiai nukentėjo miesto centrinė dalis ir Policijos gatvė, sudegė beveik visi mediniai pastatai. Po gaisro teko atstatyti miestą ir 1899 m. miesto inžinierius architektas Valerijus Rybarskis paruošė choralinės sinagogos projektą, kuris, tikėtina, per metus ar du buvo įgyvendintas. Choralinės sinagogos Lietuvoje atsirado po XIX amžiaus judaizmo reformos, kai leista maldą palydėti vyrų chorui.

1941 metais, nelikus marijampolietiškių žydų bendruomenės, sinagogą norėta atiduoti „Sodžiaus“ muziejui, tačiau tai nebuvo padaryta. Tais pačiais metais choralinėje sinagogoje „įkurdinti“ iš Suvalkų krašto prievarta iškeldinti lietuviai. Sovietmečiu pastate buvo daržovių parduotuvė ir Paruošų kontora. 1985 metais, rekonstravus pastatą, čia įsikūrė Inžinierių namai bei techninė biblioteka. Tai išgelbėjo pastatą nuo tolimesnio nykimo.

A. Gustaitis ir pasaulio atmintis

Vytautas ŽEMAITIS. Rugpjūčio pabaigoje „Miesto laikraštyje“ spausdintą nuotrauką iš generolo Antano Gustaičio gimtinės Obelinės kaime palydėjome prierašu apie neįskaitomą įrašą Lietuvai nusipelnusio aviatoriaus atminimo akmenyje.

Spalio 16-ąją dieną suėjo 80 metų, kai A. Gustaitį sovietai sušaudė Maskvoje. Ta proga Lietuvos aviacijos muziejuje Kaune pristatyti naujai restauruoti žvalgybinio lėktuvo ANBO-IV benzino sistemos brėžiniai. Lietuvos karo aviacijos viršininko, brigados generolo Antano Gustaičio sukonstruoto šio ANBO brėžiniai yra unikalūs, įtraukti į UNESCO programos „Pasaulio atmintis“ Lietuvos nacionalinį registrą.

O Obelinės kaime, vadinamųjų kolektyvinių sodų teritorijoje, restauruotas užrašas ant paminklinio akmens...

A. Gustaitis apdovanotas: II rūšies Vyties kryžiaus 3 laipsnio ordinu; Vytauto Didžiojo 3 laipsnio ir 4 laipsnio ordinais; DLK Gedimino 3 laipsnio ordinu; Lietuvos nepriklausomybės medaliu; „Plieno sparnų“ garbės ženklui; Šaulių žvaigždės ordinu; Skautų „Svastikos“ ordinu;

Čekoslovakijos Baltojo liūto 4 laipsnio ordinu su kardais; Karo lakūno piloto garbės ženklui; Estijos Karo lakūno garbės ženklui; Italijos Karūnos 3 laipsnio ir 4 laipsnio ordinais; Latvijos Trijų žvaigždžių 2 laipsnio ordinu; Latvijos išsivadavimo karo 10-mečio medaliu; Prancūzijos Garbės legiono 4 laipsnio ordinu; Švedijos Vazos 3 laipsnio ordinu ir kitais pasižymėjimo ženklais.

O kodėl negražinus miestui didvyrio gatvės?

Rimvydas URBONAVIČIUS, istorikas. Spalio 21 dieną sukako šimtas metų, kai marijampolietis Andrius Chmieliauskas, vykdydamas Lietuvos žvalgybos karininko pareigas, patekęs į lenkų nelaisvę, žuvo netoli Širvintų miestelio esančiame Juodelių kaime. Apie tai rašiau „Miesto laikraštyje“ praeitų metų birželio 7 d. numeryje.

Trumpai priminsiu jo biografiją: gimė Jungtinėse Amerikos valstijose 1895 m., baigė Vilkaviškio gimnaziją, dirbo mokytoju, nuo 1919 m. balandžio mėnesio dirbo Krašto apsaugos ministerijos Žvalgybos skyriuje, žuvo 1920 m. spalio 21 d. netoli Širvintų kovoje su lenkų kariuomene. Jo vardu Marijampolėje buvo pavadinta gatvė (1929 m.-1949 m.).

Apie Andrių Chmieliauską dabar žinome daugiau, tačiau gal ne tiek, kiek norėtumėm. Jo palaidojimo vieta nežinoma. Su bendražygiais, besidominčiais mūsų miesto ir krašto istorija, lankėmės Nepriklausomybės kovose žuvusių karių kapinėse Širvintose ir Giedraičiuose, taip pat ieškojome įrašo apie didvyrio žūtį bažnyčių dokumentuose.

Deja, karas yra karas ir dažnai sunku atsekti, kur palaidoti žuvę kariai. Matyt, ir identifikuoti žuvusius fronte buvo sudėtinga, todėl minėtose kapinėse antkapiai pastatyti nežinomiems kareiviams.

Jubiliejinės datos, metinės skatina mus sužinoti daugiau apie vieną ar kitą istorijos faktą, asmenį, bet nebūtina rištis prie apvalių datų. Manau, ir apie A. Chmieliauską, jo aplinką sužinosime daugiau. Jau dabar, nagrinėdami marijampolietišio tarnybos aplinką, domėdamiesi kolegomis, bendražygiais randame pavardes žmonių, kurie daug nuveikė Lietuvos labui. Tarp jų Mikalojus Lipčius - tuo metu Žvalgybos skyriaus viršininkas (tragiško likimo kariškis, valstybės veikėjas), Petras Biržys (dar žinomas kaip Pupų Dėdė ir Akiras Biržys, karininkas, savanoris, literatas, dainininkas ir pan.) - 1920 m. gegužė-birželį Žvalgybos skyriaus Kontržvalgų dalies viršininkas ar Matas Šalčius (žinomas keliautojas, žurnalistas, rašytojas) - Žvalgybos

skyriaus Propagandos dalies (spaudos biuro) vedėjas ir t. t.

Kol kas turime liudijimus apie šimto metų senumo įvykius, susijusius su A. Chmieliausko likimu: pavyzdžiui, žvalgybos skyriaus karininko ypatingiems reikalams leitenanto Antano Vosylius pranešimas apie padėtį lietuvių-lenkų fronte, I žvalgų punkto veikimo sąlygas ir jo viršininko Andriaus Chmieliausko žūties aplinkybes. „Apie 22 val. 21. X. š.m. sulig žvalgų pranešimo lenkų Juodeliuose nėra, jie paėmė I-os Divizijos štabą skubiai grįžo atgal. Man užėjus į butą valdininko Chmieliausko (ten gyveno viršininkas radio stoties ir gydytojas Krasauskas) radau Chmieliausko rankinį čemodaną su punkto dokumentais ir blankais, tenai buvo ir nekuriuos popieros I-os divizijos. Visą pristačiau Žvalgybos Skyriaus Raštinės Vedėjui. Užklausus vietos gyventojų kas atsitiko su štabu ir karininkais atsakė, kad lenkai pasielgė labai žiauriai, sumušė, juokavo iš karininkų, o valdininkui Chmieliausku nuavė batus ir išvarė basą.“

Išliko ir tuomečių priešų - lenkų karininkų atsiminimų apie tos dienos reidą į Juodelius, kur buvo dislokuotas lietuvių I divizijos štabas, ir Kielius, kur buvo lietuvių artilerijos diviziono štabas. Abi būstines lenkai užklupo netikėtai ir paėmė į nelaisvę divizijos vadą Stasį Nastopką, daug karininkų ir kareivių. Didele dalimi tai pavyko dėl sulenkėjusių vietos gyventojų išdavystės.

Reidus į lietuvių kariuomenės užnugarį įvykdė lenkų 13-ojo Vilniaus Ulonų pulko eskadronai - du iš jų, vadovaujami rotmistrų Jozefo Fiedorovičiaus ir Stanislovo Brochov-



A. Chmieliauskas

skio, įsiveržė į Juodelius, o vienas eskadronas, vadovaujamas Vitoldo Jakovičiaus, į Kielių kaimą (čia lenkai į nelaisvę paėmė lietuvių majorą ir keliolika karių).

Įdomiausi mums yra rotmistro St. Brochovskio atsiminimai, parašyti tuojau po mūšio ir jau kitais, 1921 metais, publikuoti Vilniuje. Jis rašo, kad pirmieji į Juodelių kaimą įsiveržė poručiko Vitoldo Stankevičiaus vadovaujami kariai, kai daugelis lietuvių sukinėjosi prie virtuvės. Nuaidėjo pirmieji šūviai ir prasidėjo chaotiškas susišaudymas. Lietuviai, netikėtai užpulti, atkakliai gynėsi. St. Brochovskis aiškina, kad „tik bravūriška ataka ir užpultųjų išgąščiu galima paaiškinti tai, kad įprastai taikliai šaudantys lietuviai, nežiūrint nedidelio atstumo, nenuvertė nuo arklio nei vieno mūsų narsuolio.“

Ieškokime ir tikėkimės daugiau sužinoti apie Andrių Chmieliauską, jo tėvus, sesę, brolių. O gal atsiras ir jo giminaičių, kurie atskleis mums nežinomų dalykų.



Atminimo akmuo A. Gustaičio gimtinėje rugpjūčio mėnesį ir spalį

Fitoterapija, arba gydymas augalais

Virgilijus SKIRKEVIČIUS, žolininkas-vaistinininkas. Modernios medicinos tėvu laikomas Hipokratas yra sakęs, kad pirmiausia turėtų būti gydoma žodžiu, tada augalu ir tik tuomet peiliu. Peilis mūsų laikais atitiktų ne tik chirurginius įrankius, bet ir įvairius cheminius preparatus, nuo kurių dažniausiai ir prasideda šiandienis bet kurių ligų gydymas. Tačiau vis dažniau gydant įvairius negalavimus prisimenami ir augalai. Jų gydomąjį poveikį organizmui tyrinėja atskira medicinos sritis – fitoterapija.

Natūrali apsauga

Jos šalininkai neretai klaidingai siejami su siekiu visiškai atsisakyti įprastų gydymo būdų juos pakeičiant žolelių ekstraktais, mišiniais ar arbatomis. Tačiau šiuolaikinės medicinos pasiekimais fitoterapijos atstovai neabejoja, o į žmonių gydymą žiūri iš holistinės perspektyvos.

Holistinė medicina – tai kompleksinio gydymo koncepcija, pagal kurią serga ne pavieniai organai, o visas organizmas. Liga yra individuali ir kiekvieno žmogaus organizme vystosi skirtingai. Būtent todėl reikalingas atskiram individui pritaikytas gydymas.

Be abejo, cheminiai preparatai šiandien gali efektyviai gydyti daugelį ligų. Visgi reikia suprasti, kad kuo greičiau vaistas numalšina skausmą, uždegimus ar infekcijas, tuo didesnę šalutinį poveikį jis gali turėti ir pakenkti sveikoms organizmo dalims. Pavyzdžiui, ne paslaptis, kad stiprūs vaistai gali labai apkrauti kepenis ar pakenkti kitiems organams. Užtenka pasižiūrėti į bet kurio šiuolaikinio vaisto vartojimo instrukcijoje išvardytus galimus šalutinius poveikius. Būtent

čia išryškėja augalų nauda – jie gali tapti natūralia apsauga, padedančia kompensuoti neigiamą cheminių vaistų poveikį.

Nevartoti bet ko

Vartojant augalinius preparatus ar žoleles taip pat reikia būti atsargiems, nes, vartojant netinkamai, galima sau ir pakenkti.

Be abejo, jei geriate tik ramunėlių ar čiobrelėlių arbatą, turbūt nėra dėl ko nerimauti. Tačiau, jei siekiate sau padėti stipresnį poveikį turinčiomis vaistažolėmis, reikėtų būti atsargiems. Matyt, nedaugelis ryžtųsi vartoti įvairius įprastus cheminius vaistus, jei jų sudėtyje esančių veikliųjų medžiagų kiekis būtų pamatuotas iš akies, o sudėtis būtų improvizuota. Taigi, vartojami augaliniai preparatai taip pat turėtų būti patikrinti ir paruošti pagal labai tikslias receptūras. Būtent tai ir yra fitoterapijos sritis

Vaistas, kai tinkamai paruoštas

Pavyzdžiui, Lietuvoje auganti ugniažolė turi daug alkaloidų ir glikoproteinų – šios medžiagos labai svarbios su onkologinėmis ligomis kovojantiems ligoniams. Alkaloidai neveikia sveikų organizmo ląstelių, tik piktybines – ypač adenokarcinomas, sarkomas, melanomas. Glikoproteinai taip pat veikia tik pakitusį audinį ir jo ląsteles.

Tačiau naudos galima gauti tik tuomet, jei ugniažolių preparatai tinkamai paruošti. Kitu atveju organizmą galima ir apnuodyti. Internetu dalijamasi įvairiais ugniažolių arbatų ar užpilų receptais, tačiau nežinant tiksliai ugniažolių dozių, ruošiant arbatas ar raugus patiems, galima apnuodyti kepenis.

Ugniažolių, kaip ir daugelio kitų augalų, preparatai veiksmingi ir saugesni yra tik tuomet, kai naudojami kartu su kitomis vaistažolėmis, kai žinomos tikslios jų proporcijos ir dozės.

Todėl reikėtų vartoti tik patikrintus, saugius ir Lietuvoje registruotus žolinius preparatus, už kuriuos atsako jų gamintojai. Svarbu, kad gydytojai padėtų pacientams atskirti, kas jiems gali būti naudinga, o kas – ne.

Didelis potencialas

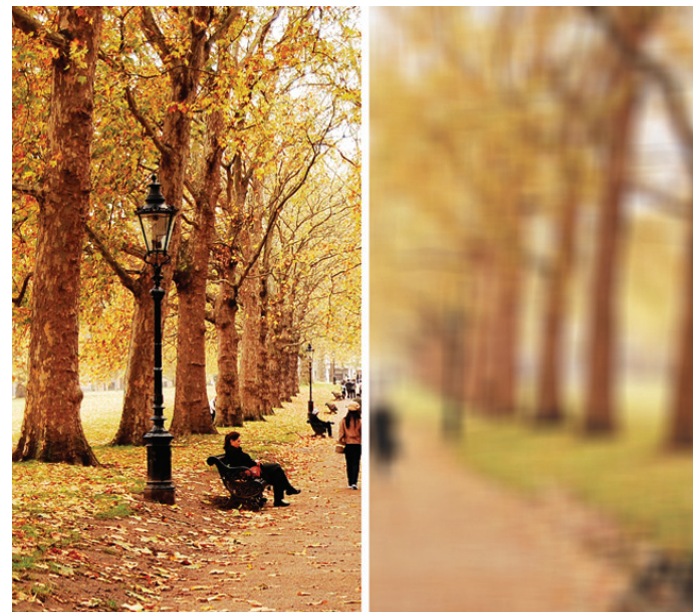
Nors fitoterapija yra atskiras mokslas, deja, medikų bendruomenėje dar neretas požiūris, atmetantis betkokį pagalbinį gydymą.

Galbūt taip yra todėl, kad šio mokslo nemoko universitetuose, o fitoterapeuto specialybė tik pastaruoju metu atsiranda kai kurių universitetų studijų programose. Dėl to ligoniai alternatyvų ieško patys ir jų randa, tačiau nebūtinai tinkamų, o neretai patenka ir į šarlatanų rankas.

Visos medicinos šakos dėl žmonių sveikatos turėtų veikti išvien, o pagrindinis fitoterapijos tikslas – padėti gydyti organizmą, sumažinti neigiamą šalutinį kitų vaistų poveikį, pagerinti žmogaus savijautą po sekinančio gydymo, stiprinti imunitetą ir atskiras organizmo funkcijas.

Visai atmetant gydymą augaliniais preparatais netenkama per tūkstantmečius patvirtinto medicinos potencialo. Visgi labai svarbu dėl konkrečių fitoterapijos priemonių tartis su profesionaliais šios srities atstovais ir vartoti tik vaistinėse išsigytus dozuotus augalinius preparatus, kurių sudėtis ir poveikis organizmui yra tiksliai žinomi.

Katarakta – akių liga, progresuojanti iki aklumo



Sergant katarakta vaizdai tampa neryškūs, matomi tarsi pro rūką ar nešvarius akinius

Katarakta gali užklupti bet kurį iš mūsų, tačiau dažniausiai ši liga išsivysto vyresnio amžiaus žmonėms dėl senatvinių akies lęšiuko pokyčių. Kokie kataraktos simptomai, kada reikėtų kreiptis į gydytoją, kokie kataraktos gydymo metodai?

Katarakta – akių liga, išsivystanti dėl lęšiuko skaidrumo sumažėjimo, drumsčių formavimosi. Tai viena iš ypač sparčiai plintančių akių ligų, kuri dažniausiai užklumpa vyresnio amžiaus žmones.

Kataraktos simptomai

Katarakta pirminėse stadijose pasireiškia susilpnėjusiu regėjimu. Žmogus mato neryškiai – tarsi pro nešvarų stiklą, vaizdai atrodo susilieję, drumzlini, išsikraipo spalvos, dingsta kontrastinis matymas.

Kad ir kokius akinius užsidėtų – matymas nepagerėja. Kartais daiktai dvigubina ar būna matomi gelsvame fone. Ligai progresuojant rūkas akyse didėja, darosi sunku skaityti, vairuoti automobilį, atsiranda trukdžiai norint užsiimti įprasta veikla. Lęšiuko drumstims pradėjus trukdyti pilnaverčiam gyvenimui, darbinei veiklai – reikėtų nedelsti ir kreiptis į specialistą.

Gydymo metodai: trumpa ir saugi operacija

Vienintelis kataraktos gydymo būdas – operacija: sudrumstėjusį lęšiuką pakeičiant dirbtiniu. Vaistų kataraktai gydyti nėra. Naudojant šiuolaikišką mikrochirurginę įrangą – fakoemulsifikatorių – akyje pro 2–3 mm dydžio pjūvį išsiurbiamas sudrumstėjęs lęšiukas ir vietoj jo implantuojamas dirbtinis.

Daugeliu atvejų kataraktos operacijos atliekamos taikant vietinį nuskausminimą, netaikant bendrosios anestezijos. Todėl operacijos metu žmogus išlieka sąmoningas, tačiau visiškai nejaučia skausmo. Kataraktos operacija yra neskausminga procedūra, dažniausiai trunka apie 30 minučių, po operacijos nereikalingas stacionarus gydymas, pacientai gali vykti namo.

Svarbu nedelsti

Pastebėjus pirmuosius ligos požymius reikėtų ilgai nedelsti ir pasikonsultuoti su gydytoju. Dažnai žmonės, sužinoję apie ligą, mano, kad operaciją galima atidėti vėlesniam laikui, tačiau tai yra klaidingas mąstymas. Kataraktos operacija ir gydymas yra daug sėkmingesnis ligos pradinėje stadijoje, kol nėra labai ryškių pakitimų. Per ilgai laukiant liga progresuoja ir išsivysto vadina moji perbrendusi katarakta, kuri gali nulemti antrinės glaukomos ar akies skausmų pasireišimą. Tokiais atvejais kataraktos operacija būna techniškai sudėtinga, padidėja pooperacinių komplikacijų rizika, regėjimas atsistato per ilgesnį laikotarpį. Jeigu dėl antrinės glaukomos žūsta nervas – regėjimo susigrąžinti nebeįmanoma.

Operuoja gydytojai profesionalai

„Akių chirurgijos centre“ operacijas atlieka savo srities profesionalai – gyd. Saulius Ačas ir gyd. Algirdas Šidlauskas. Tai aukščiausios kvalifikacijos specialistai, kurie nuolat gilina savo žinias, stažuojasi užsienyje. Šie gydytojai atliko ne vieną ypač sudėtingą akių operaciją, kas leido įgyti neįkainojamos patirties. Gydytojai pelnė pacientų pasitikėjimą – jų ypatingas dėmesys kiekvienam žmogui, noras kuo greičiau ir efektyviau padėti sergančiajam, neliko nepastebėtas. Jei katarakta vargina jus ar jūsų artimuosius, nedelskite – patikėkite savo regos problemas šios srities specialistams.

Visus, kuriems gydytojai diagnozavo kataraktą ir reikia atlikti operaciją, kviečiame į „Akių chirurgijos centrą“, esantį Savanorių pr. 66, Kaune. Šiuolaikinė mikrochirurginė įrangą, kokybiškos priemonės, profesionali patyrusių specialistų komanda padės pasiekti puikių rezultatų.

Registruokitės telefonu (8 37) 750 805. www.akiuchirurgija.lt



Sėkmingai įgyvendinamas projektas „Naujos kartos interneto prieigos infrastruktūros plėtra“

Įgyvendinant projektą „Naujos kartos interneto prieigos infrastruktūros plėtra“ Marijampolės apskrityje prie šviesolaidinio tinklo prijungta 20 esamų ryšio objektų paklojus daugiau kaip 35 kilometrų šviesolaidinių linijų. Linijų tiesimo darbai vykdė Marijampolės, Vilkaviškio, Šakių, Kalvarijos ir Kazlų Rūdos rajonuose. Gauti du statybą leidžiantys dokumentai ryšių bokštų statybai Marijampolės ir Kazlų Rūdos rajonuose. Siekiant užtikrinti teikiamų didmeninių ryšių paslaugų kokybę, Marijampolės, Vilkaviškio ir Kazlų Rūdos savivaldybėse įdiegti elektros generatoriai.

Bendras projektu nutiestų šviesolaidinių linijų, prijungusių 220 ryšio objektų, ilgis visoje Lietuvoje siekia daugiau nei 667 kilometrus. Šviesolaidinių linijų klojimo, ryšio bokštų projektavimo ir įrengimo, elektros generatorių diegimo ir kiti projektu numatyti darbai vykdomi visoje Lietuvoje. Sukurtu tinklu ryšių paslaugų teikėjai galės teikti kokybiškas ir sparčias interneto, televizijos bei kitas paslaugas galutiniams vartotojams.

Plečiant naujos kartos interneto prieigos infrastruktūrą planuojama pastatyti ryšių bokštus, prie esamos ir planuojamos įrengti naujos kartos prieigos šviesolaidinės infrastruktūros planuojama prijungti esamus infrastruktūros objektus, kurių planuojama bendra aprėptis – apie 254 000 namų ūkių teritorijų. Sukurtas tinklas praplės viešosios įstaigos „Plačiajuostis internetas“ valdomą šviesolaidinį tinklą bei užtikrins galimybes operatoriams teikti sparčias naujos kartos interneto prieigos paslaugas galutiniams vartotojams. Projekto įgyvendinimo terminas 2021 m. spalio, tačiau, atsižvelgiant į susiklosčiusią situaciją ir darbų apimtį, planuojama šį terminą pratęsti iki 2022 m. gruodžio mėn.



Planuojama, kad projektas turės teigiamą poveikį verslo inovatyvumui, konkurencingumui, darbo jėgos paklausai, namų ūkių pajamoms, socialiniam mobilumui ir įtraukčiai, švietimui.

Projektas įgyvendinamas pagal Lietuvos Respublikos susisiekimo ministerijos 2014–2020 m. Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programos 2 prioriteto „Informacinės visuomenės skatinimas“ įgyvendinimo priemonę Nr. 02.1.1-CPVA-V-521 „Naujos kartos prieigos plėtra“. Projektas dalinai finansuojamas iš Europos regioninės plėtros fondo (ERPF). Projektą įgyvendina viešoji įstaiga „Plačiajuostis internetas“.



Sportas

Marijampolėje Lietuvos jaunučių (gimusių 2006–2007 m.) didžiųjų miestų **bokso čempionais** tapo Saimonas Eidukevičius, Vakarlis Miliauskas, Ernestas Montvila, Marija Stankevičiūtė, Milana Vosyliūtė, Kajus Kiškis, Marijus Pečkys, Edgaras Pašily, Kajus Klenskaskas.

Antri buvo Laurynas Brižinskas, Airidas Malinauskas, Nojus Michejevas, tretis - Tautvydas Mykolaitis, Gerardas Juraitis, Rytis Lazdauskas.

Trys didžiausios grėsmės namams: kaip nuo jų apsaugoti?

Nors namuose jaučiamės saugiai, nė vieni namai nėra visiškai apsaugoti nuo nelaimių ir gamtos stichijų. Draudimo bendrovės ERGO Lietuvoje duomenimis, daugiausiai nuostolių namuose šalies gyventojai patiria dėl užliejimo vandeniu, gaisrų ir gamtos jėgų – nuo metų pradžios jie siekė daugiau kaip 3 mln. eurų. Laimei, dalis nukentėjusiųjų savo turtą draudžia ir jų patirtos žalos būna atlyginamos, tačiau maždaug trys ketvirtadaliai butų savininkų ir apie pusė individualių namų šeimininkų Lietuvoje savo turto saugumu dar nėra pasirūpinę. Jiems ERGO turi specialų pasiūlymą.

Šią vasarą ypač daug nuostolių pridarė audros

„Dažnas apie namams ir jame esančiam turtui kylančias grėsmes nesusimąsto tol, kol pats su jomis nesuduria. Tačiau nelaimė gali užklupti labai netikėtai ir pridaryti itin didelių nuostolių. To pavyzdys – šiemet birželį praūžusios audros, kurių metu nukentėjo neįprastai daug gyventojų. Stiprus vėjas ant namų vertė medžius, plėšė stogus, apgadino kitas konstrukcijas, lietaus vanduo liejo patalpas, o kruša daužė namų langus, niokojė šiltnamius ir pavėsines“, – sako ERGO Privačių klientų draudimo skyriaus vadovė Aušra Jusė.

Visgi pastebima, kad dar dažniau audra gyventojus palieka ne su apgadintu stogu ar išdaužtais langais, bet su sugadintais elektros prietaisais. Esant prastoms oro sąlygoms, namuose kyla elektros įtampos svyravimai, kurių pasekmės – kelis tūkstančius eurų siekiantys nuostoliai. Gyventojai draudimo bendrovei praneša, kad namuose dingus elektrai, sugenda tuo metu naudoti elektros prietaisai. Šiemet gautas ne vienas pranešimas apie nepataisomai sugedusį išmanųjį televizorių, sugedusias elektrines virykles, šaldytuvus. Vienam gyventojui po naktį kilusios audros nebeveikė nė vienas virtuvėje esantis elektros prietaisas, kitam dėl įtampos svyravimų trūko šildymo katilas ir sprogo vamzdžiai.

Anot A. Jusės, pagal namams ir jų turtui padaromų nuostolių dydį gamtos stichijas lenkia tik ugnies ir užliejimo vandeniu padarytos žalos.

„Ugnis per praėjusius ir šiuos metus gyventojams atnešė daugiau kaip 1 mln. eurų nuostolių. Gaisro sukeltos žalos, lyginant su kitomis

rizikomis, paprastai būna didžiausios – ugnis neretai pasiglemžia visą žmonių turtą. Dažniausiai gaisrai namuose kyla dėl netvarkingos elektros instaliacijos arba neatsargaus elektros prietaisų naudojimo, o prasidėjus šildymo sezonui – ir dėl netvarkingų kaminų nuosavuose namuose“ – sako A. Jusė.

Trūkę vamzdžiai – ne juokas

Visgi dažniausiai nuostolių gyventojai patiria dėl iš pažiūros visai ne tokios ir grėsmingos nelaimės – prakiurusio ar trūkusio vamzdžio, skalbimo mašinos žarnelės ar kitų santechninių gedimų. Dėl namų užliejimo vandeniu per praėjusius ir šiuos metus ERGO klientai patyrė beveik 1,3 mln. eurų nuostolių.

„Namuose ar kaimynų bute trūkęs vamzdis gali užlieti ir apgadinti sienas, grindis, lubas, būsto apdailą, baldus ir buitinę techniką. Tokių nuostolių nebūtinai pavyksta išvengti net ir tinkamai prižiūrint savo namų santechninę sistemą. Nelaimė visuomet gali įvykti pas aukščiausiu gyvenančius kaimynus. Be abejo, gyventojai turėtų būti budrūs, pasikeisti senus surūdijusius vamzdžius, neignoruoti net ir, atrodytų, nestipriai iš prakiurusio vamzdžio ar žarnelės tekančio vandens. Norint nepriklausyti vien nuo likimo, svarbu savo turtą ir apdrausti“, – sako A. Jusė.

Vandens žalos ne tik itin dažnos, bet ir sudėtingos – jų sukeliama nuostoliai neretai siekia ir keliasdešimt tūkstančių eurų. ERGO šiemet fikso vandentiekio avariją, kai trūkus vamzdžiui buvo ne tik sulietos gyvenamosios patalpos, bet ir įgriuvo grindys, o bendri kliento patirti nuostoliai siekė 30 tūkst. eurų. Kitas dažnas atvejis – kaimynų užliejimas, kurio metu nu-



kenčia ne tik aukštu žemiau esantis būtas, bet ir visi likę kaimynai iki pat pirmojo aukšto.

Draudžiant namus – dovanų papildomas draudimas

Norint apdrausti savo namus, šiuo metu tai padaryti galima dar palankesnėmis sąlygomis, nes visiems savo būsta nuo spalio 15 d. iki 2021 metų vasario 1 d. draudžiantiems gyventojams ERGO turi specialų pasiūlymą. Šiuo laikotarpiu sudarant metines namų turto draudimo sutartis, suteikiamos dvigubai didesnės draudimo sumos su įtampų svyravimais, vidiniais gedimais ir dviračių vagystėmis susijusioms rizikoms. Nuostoliai dėl įtampų svyravimo (pavyzdžiui, dėl žaibo iškvos sugedus elektros prietaisams) nuo šiol apdraudžiami 12 tūkst. eurų suma, nuostoliai dėl namuose esančių prietaisų ir įrangos gedimo – 20 tūkst. eurų, o nuostoliai, susiję su dviračio, vaikiško ar neįgaliojo vežimėlio vagyste ar apgadinimu už namų ribų – 6 tūkst. eurų.

Be to, namų turto draudimo sutartis sudarantiems gyventojams ERGO dovanoja vieną iš keturių papildomų rizikų draudimų. Kiekvienas besidraudžiantis gali pasirinkti jam aktualiausią dovaną. Pirmoji iš jų – pagalba namuose draudimas 550 eurų sumai. Ši paslauga leidžia gauti skubią pagalbą namuose įvykus nelaimėi, pavyzdžiui, trūkus vamzdžiui, per audrą išdužus

langams ar kitais panašiais atvejais, kai būtina skubiai pašalinti nelaimės padarinius ir užtikrinti namų saugumą. Antroji dovana, kurią gali rinktis gyventojai – galimybę papildomai apdrausti savo naminius gyvūnus nuo atsirenkimo į transporto priemonę visoje Lietuvoje bei namų teritorijoje užklupusių gamtos jėgų, ugnies ar vagystės iš patalpų.

Draudžiantys turtą taip pat gali rinktis studento daiktų draudimą 1,5 tūkst. eurų suma. Šis draudimas aktualus turintiems studijuojančių šeimos narių, kurie studijų metu gyvena ne namuose, o nuomojamame bute ar mokymosi įstaigos bendrabutyje. Ketvirtoji dovana – šeimos kapavietės draudimas 2 tūkst. eurų suma. Šis draudimas leidžia apdrausti paminklus, antkapius ir tvoreles šeimos narių kapavietėse nuo gamtos jėgų, ugnies ar pašalinių asmenų tyčinės veiklos.

Norite apsaugoti savo namus šiomis sąlygomis ir gauti dovanų? Kviečiame darbo metu pasitarti telefonu su ERGO padalinio Marijampolės mieste atstovu/-e tel. 8 343 33164. Mūsų adresas Kudirkos g. 24, Marijampolė.

ERGO

Gyvūnų prieglaudoms paremti „Iki“ skiria daugiau kaip 30 tūkst. eurų

Rugsėji paaikėjus sąlygoms, kuriomis nelegaliose veisyklose laikomi gyvūnai, didžiausias krūvis teko jų gerove besirūpinančioms organizacijoms. Suprasdamas tiek joms, tiek kitoms prieglaudoms ir asociacijoms kylančius iššūkius bei tenkančią našta, prekybos tinklas „Iki“ visoms paraiškas atsiuntusioms organizacijoms suteikia finansinę paramą. Iš viso gyvūnus globojančioms organizacijoms „Iki“ išdalins daugiau kaip 30 tūkst. eurų.

Vaida Budrienė, „Iki“ komunikacijos vadovė, sako, kad skirdamas paramą prekybos tinklas nori nors šiek tiek palengvinti gyvūnus globojančių organizacijų darbą ir pagelbėti kiek įmanoma daugiau beglobių gyvūnėlių.

„Nors šiuo metu daugiausia dėmesio gauna tos prieglaudos ar asociacijos, kurios priėmė iš nelegalių veisyklų išgelbėtus gyvūnėlius, puikiai suprantame, kad visoms prieglaudoms tenka didžiulis krūvis išstisus metus. Jos turi pasirūpinti beglobių maistu, patalpų išlaikymu, veterinarinių paslaugų apmokėjimu ir padengti kitas išlaidas. Tad skirdami paramą norime prisidėti prie gyvūnėlių gerbūvio“, – sako ji.

Kaip anksčiau pranešė prekybos tinklas, gyvūnų prieglaudoms žadama skirti 5 proc. nuo rugsėjo mėnesio gyvūnų prekių pardavimų. „Iki“ pakvietė organizacijas atsiųsti paraiškas, kuriose jos pasidalintų, kokiems poreikiams būtų panaudota gauta parama.

Į kvietimą atsiliėpė ir paraiškas atsiuntė 37 organizacijos iš įvairių Lietuvos miestų ir regionų. Finansinė parama bus suteikta visoms organizacijoms, užpildytą paraišką atsiuntusioms iki rugsėjo 30 d.

Paramai skirtą sumą prekybos tinklui „Iki“ padėjo surinkti ir tiekėjai – „Kika“, „Nestlé Purina“ ir „Mars“.

Dėmesys – iš visoje šalyje veikiančių organizacijų

V. Budrienės teigimu, paskelbta iniciatyva sulaukė didelio susidomėjimo tiek iš dideliuose Lietuvos miestuose veikiančių organizacijų, tiek tų, kurios veiklą vykdo mažesniuose miestuose ir miesteliuose.

„Skaitydami gautas paraiškas buvome sužavėti, kad tokiuose miesteliuose, kaip, pavyzdžiui, Šilutė, Kazlų Rūda, Visaginas ar Plungė, veikiančios prieglaudos rūpinasi daugybe gyvūnėlių, tarp jų – ne vien šunimis ar katėmis, bet ir paukščiais, triušiais. Tai rodo, kad jų veikla grindžiama principu – padėti kiekvienam gyvūnui, kuriam reikia pagalbos ir žmogaus šilumos“, – teigia „Iki“ komunikacijos vadovė.

Anot V. Budrienės, paraiškas atsiuntusių organizacijų įvairovė – didžiulė: iniciatyva sulaukė susidomėjimo tiek iš 20 metų veiklą vykdančių prieglaudų, tiek įsikūrusių pastaraisiais metais. Globojamų gyvūnų skaičiai taip pat varijuoja nuo kelių dešimčių iki kelių šimtų. Beje, sulaukta paraiškų ir iš arklų gerove besirūpinančios Žirgų globos asociacijos.

„Nepaisant veiklos metų ar globotinių skaičiaus, svarbiausia buvo pamatyti nuoširdų rūpestį gyvūnais. Skaitydami paraiškas suprato, kad šioms organizacijoms gyvūnėliai yra kaip šeimos nariai – jiems sekantis yra



„Iki“ paramą gavo ir dvi Marijampolės apskrityje veiklą vykdančios organizacijos

Nuotrauka iš unsplash.com

džiaugiamasi, o skaudant – liūdimu kartu. Toks ryšys negali palikti abejingų“, – teigia ji.

Trūksta lėšų maistui, veterinarinėms paslaugoms

Maistas gyvūnėliams, veterinarinių išlaidų padengimas, sterilizacijos, turimų patalpų renovacija ir nuomos apmokėjimas – dažniausiai šiuos tikslus, kam reikalinga finansinė parama, nurodė organizacijos.

„Nepaisant atskirų žmonių paramos daiktais ar maistu, gyvūnų globos organizacijos vis dar susiduria su maisto trūkumu. Žinoma,

augantis jo poreikis yra natūralus – dėl nuolat gelbėjamų ir į šias vietas atvežamų gyvūnėlių globotinių skaičius nuolat tik auga. Jiems dažnai prireikia ir veterinarinių klinikų paslaugų. Galiausiai, patalpos, kuriose įsikūrusios prieglaudos, taip pat yra pakankamai nedidelės, o daugėjant priklaustųjų skaičiui norisi jas pritaikyti taip, kad visi globotiniai gyventų patogiai“, – teigia V. Budrienė.

„Iki“ komunikacijos vadovė išreiškia viltį, kad suteikiama parama svariai prisidės prie šių tikslų įgyvendinimo ir palengvins gyvūnų organizacijoms tenkančią našta.

„Tele2“ naujienos: puikūs pasiūlymai televizoriams, internetui ir naujiems telefonams

Ilgėjantys vakarai ir vėstantis oras pramogas ir poilsį perkelia į namus. Pasielkę tinkamus išmaniuosius įrenginius ir sprendimus ne tik pajvairinsite šias veiklas, bet ir sutaupysite. „Tele2“ pasirūpino naujais pasiūlymais, kuriais jau dabar galite pasinaudoti operatoriaus salonuose ir internetinėje parduotuvėje www.tele2.lt.

„Mūsų klientai vertina patogumą ir kokybę. Siekiame tai užtikrinti pristatydami naujus įrenginius, vertingus interneto planus, patrauklias įsigijimo sąlygas ir kainas“, – sakė Petras Masiulis, „Tele2“ generalinis direktorius.

Televizoriai vos nuo 1,99 Eur/mėn.

Tiems, kas dairosi naujo televizoriaus namams – geros naujienos. Šiuo metu televizorius galima įsigyti vos nuo 1,99 Eur/mėn.

Pasiūlymas galioja įsigyjant neribotą „Tele2 Laisvo interneto“ planą

kartu su vienu iš trijų televizijos „Go3“ paketų: „TV“, „TV + Filmai“ arba „TV + Filmai + Sportas“ ir pasirašant 24 mėn. paslaugų teikimo sutartį. Bendra interneto ir televizijos paketo kaina prasideda vos nuo 21,64 Eur/mėn., o pradinė įmoka – tik 1 Eur. Modemo kaina į pasiūlymą neįskaičiuota ir prasideda nuo 2,5 Eur/mėn. Taip pat taikoma 50 proc. nuolaida TV priedeliui.

Pasinaudojus šiuo pasiūlymu, televizorius „Xiaomi Mi Led TV 4A 32EU“, užsakant jį su 24 mėn. interneto planu ir pasirašant 36 mėn. įrangos pirkimo sutartį, kainuos tik 1,99 Eur/mėn. Šis televizoriaus modelis pasižymi ypatingai ryškiu, HD raiškos, 32 colių įstrižainės ekranu, kokybiška garso sistema, intuityviu valdymo pulteliu ir 8 GB vidine atmintimi turiniui saugoti.

„Tele2 Laisvas internetas“ – įjungiate ir naudojate

Prisijungti prie interneto dar nie-

kada nebuvo taip paprasta. Su „Tele2 Laisvu internetu“ tereikia įjungti interneto modema į elektros lizdą ir galite naudotis internetu iškart – be jokių laidų.

Dabar plačiausiai Lietuvą padengusio „Tele2 Laisvo interneto“ planai – vos nuo 6,90 Eur/mėn. Taip pat šiuo metu taikomas specialus pasiūlymas – įsigijus bet kurį „Tele2 Laisvo interneto planą“, pirmą mėnesį duomenys bus neriboti.

Su 12, 18 arba 24 mėn. sutartimi, planas „50 GB“ kainuos vos 6,90 Eur/mėn., planas „100 GB“ – 8,90 Eur/mėn., planas „200 GB“ – 15,90 Eur/mėn., o planas „Neriboti GB“ – 17,90 Eur/mėn.

Dar geresnės kainos taikomos „Tele2“ klientams, turintiems bent vieną pokalbių planą „Tele2“ tinkle. Kuo daugiau numerių turite – tuo daugiau sutaupote.

Turintys vieną pokalbių planą „Laisvą internetą“ gali įsigyti nuo 5,99 Eur/mėn. Turintiems du pokalbių planus – kaina prasidės nuo 4,99



Eur/mėn. O turint tris ar daugiau numerių „Tele2“ tinkle, interneto planą galėsite įsigyti vos nuo 3,99 Eur/mėn.

„Fonos O3“ – vienas pigiausių telefonų Lietuvoje

Naujasis „Fonos O3“ telefonas – puikus pasirinkimas visiems, ieškantiems kokybiško telefono už prienamą kainą – vos 159 Eur. Greitas ir ekonomiškas telefono modelis pasižymi didžiule, net 4000 mAh talpos baterija, trimis kameromis ir 5,7 colių įstrižainės HD+ raiškos LCD ekranu.

Telefone integruotas keturių branduolių „Mediatek“ procesorius, o sklandų įrenginio veikimą užtikrina 3G RAM atmintis. Šis išmanusis taip pat palaiko dvi SIM korteles, turi klasikinę, 3,5 mm ausinių jungtį ir palaiko papildomą atminties kortelę iki 256 GB. Be to, telefone jau įdiegta

lietuvių kalba ir populiariausios programėlės, todėl telefonas bus iškart paruoštas naudoti.

Šiuo metu „Fonos O3“ telefonui su 32 GB atmintimi taikomas itin patrauklus pasiūlymas: sumokėjus 48 Eur pradinę įmoką ir pasirašius 24 mėn. sutartį su pasirinktu vienu iš šiuo metu mobiliojo operatoriaus tinklalapyje www.tele2.lt pateikiamu planu, mėnesinis įrangos mokestis siekia vos 4,62 Eur/mėn. Kaina be sutarties ir mokant visą sumą iškart – 159 Eur.

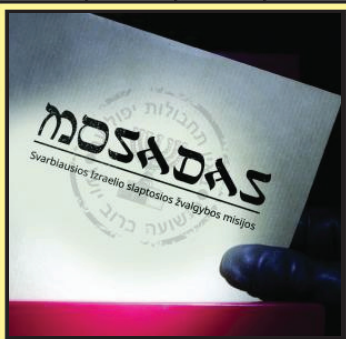
Daugiau informacijos apie pasiūlymus ir akcijas sužinosite www.tele2.lt, „Tele2“ salonuose arba paskambinę telefonu 117.

Įrenginiams papildomai taikomas vienkartinis laikmenos mokestis. Pasiūlymų laikas ir įrenginių skaičius ribotas.

Kryžiažodis

Sudarė Danutė Šulcaitė

Dž. Pučinio opera „... Baterfal“	Vabalas, javų kenkėjas	Nepadori, nedorovinga	Aktorius ... Nollė	Kitas, ne šitas	Jeigu galvoje ... visas pasaulis atrodo juodas	Nyks, menkės, skurs	Tekėjimas aplinkul, cirkuliacija	Ešerinių šelmis žuvis, kitaip sterkas
6							4	
Jūrų ūdra								1
Su priešaga sudarytas žodis, turintis mąžybiningą reikšmę				7	Šiaurės jūrų pakrančių paukštis		Lietuvos laisvės lyga	Vaistinis augalas nariuotais stiebais
Aptemusios sąmonės būseną		3			Plis, sklėsis ore, erdvėje	San Marino kodas		
„Juodoji mirtis“	Skandinavijos oro linijos			Kuri viskuo domisi, nori daug žinoti	Gaiviųjų gėrimų gamintoja			8
Geriau prastas lopas, nei daili iš juoko (smarkiai juoksis)		Žmonių elgesio normos	Parašiau laišką ... draugui				
Keli kartu		2	Izraelio miestas – ... Avivas					
Nenuolatinių, neamžinių			Šokoladukas „Kit ...“					
Pakistano sostinė								



1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---

Kryžiažodžio (Nr. 29) atsakymas: **PRASTOVA**
 Vertikaliai: *Nida. Drįs. Aure. Adelė. Boksas. Raus. Aklatikė. Amen. Knis. Tamsis. Teko. Tvaikas. EST. Tečer. Ten. Laisvamanė.*
 Horizontaliai: *Tamada. Čiabata. Duok. Karklas. Esami. Atestatas. Sin. Bra. Ančia. Įdrėskti. Sea. Nekerta. Lupikas. En. Krės. Sostinė.*

Knygą „Pianistas“ laimėjo DALIA LINIOVIENĖ.
 Prizą atsiimti redakcijoje, Kauno g. 15 (II a., 6 kab.), prieš tai susitarus tel. 8-605 99998



Jūs laukiami Marijampolės kultūros centre

Remigijaus Pačėsos fotografijų paroda, skirta autoriaus 65-mečiui paminėti. Marijampolės kultūros centre I aukšte. Paroda veiks iki spalio 31 d.
 Vytauto Kauno tapybos darbų paroda. M.B. Stankūnienės menų galerijoje. Veiks iki lapkričio 10 d.
 Mokinių grafikos ir piešinių paroda-konkursas R. Krasninkevičiaus premijai laimėti, II aukšte. Paroda veiks iki lapkričio 11 d.

Spalio 22 d. 19 val. Folkloro vakaras „Šermukšnis - paguodos medis“. Dalyvauja: MKC apeiginio dainavimo grupė „Dijūta“, vaikų ir jaunimo folkloro ansamblis „Žolynukai“, Birštono kultūros centro folkloro ansamblis „Raskila“. Dailės galerijoje.
 Spalio 24 d. 18 val. VI Tarptautinis medinių pučiamųjų instrumentų festivalis „Medynės“. Atlikėjai: Kęstutis Vaiginis ir styginių kvartetas Mettis.

Kryžiažodžio atsakymus SIŪSKITE trumposiomis SMS žinutėmis **1679**
 SMS žinutėje rašykite: **RK1, palikti tarpą, įrašyti atsakymą ir vardą, pavardę.** SMS kaina **0,57 €**
 Atsakymus siųskite iki spalio 28 d. 12 val. Laimėtojas bus paskelbtas kitame laikraščio numeryje. Kilus neaiškumams skambinti 8-606 11813

ŠILTNAMIAI POLIKARBONATINIAI

ŽEMIAUSIOMIS KAINOMIS

DIDELIS PASIRINKIMAS

3x4 (12 m²) – 236 Eur
3x6 (18 m²) – 339 Eur
3x8 (24 m²) – 439 Eur

Tel. 8 657 99478

GREITAS pristatymas visoje Lietuvoje



PARDUODA

Parduodamas 69 kv. m 3 kamb. butas naujos statybos name Druskininkuose, Liškiavos g. Butas su grindiniu šildymu, labai mažos šildymo išlaidos. Yra privati parkavimo vieta. Tel. 8-638 85452.

Parduodu naujus klausos aparatus (pakraunami) – 50 eur ir žvejybos tinklą – 40 eur. Tel. 8- 678 66028.

Namų valdos sklypą 16 a, Marijampolės sen., Pietarių k., Beržų g. II-oji 53. Tel. 8-633 87669.

PASLAUGOS

SIENŲ ŠILTINIMAS

į oro tarpus

Tel. 8 696 42 020

PERKA

Brangiausiai Lietuvoje miškus (brandžius, jaunus, malkinius, iškirstus), žemes, sodybas. Tel. 8-676 41155.

Brangiai perku sendaikčius, ragus, medalius, pinigų, fotoaparatus, stalo įrankius, statulėles, laikrodžius, karo atributiką, nuotraukas ir kt. Tel. 8-671 04381.

Perku namą mieste arba sodybą vaizdingoje vietoje. Žinantys siūlykite, atsilyginsiu. Tel. 8-684 44444.



Reikalingi automobilvežių
vairuotojai dirbti maršrutais
Lietuva - ES valstybės - Lietuva.
Komandiruotės trukmė
pagal vairuotojo pageidavimą.
Pageidautina panašaus
darbo patirtis.

Kreiptis tel. 8-686-66907
El.p. info@kradis.eu

UAB „Kradis“,
Giedrių g. 145, Bučiūnų km.,
Vilkaviškio raj. LT-70192

Superkame visų markių automobilius. Gali būti nevažiuojantys. Atsiskaitome iš karto. Tel. 8-675 80030.

DĖMESIO

Informuojame žemės sklypo (proj. Nr. 602a) esančio Marijampolės m., A. Baltūso g. 11, savininką, ir žemės sklypo (kadastr. Nr. 1801/0020:105) esančio Marijampolės m. A. J. Greimo g. 10, savininkės A. A. J. paveldetojus kad UAB „MetrumLt“ matininkė Inga Sarpalienė, (kvalifikacijos pažymėjimo Nr. 2M-M-652) 2020-11-03 d. 09:00 val. vykdys žemės sklypo (kadastr. Nr. 1801/0020:119) esančio Marijampolės m., A. J. Greimo g. 12, ribų ženklinimo darbus. Prireikus išsamesnės informacijos, prašome kreiptis į UAB „Metrum Lt“ matininkę Inga Sarpalienę adresu Vytauto g. 34A, Marijampolė, el. paštu inga@metrumlt.eu arba telefonu 8-657-75706.

SIŪLO DARBĄ

Reikalinga šeima be žalingų įpročių prižiūrėti sodybą Molėtų r. Tel. 8-656 49075.

Transporto įmonei reikalingas autodetalių tiekimo vadybininkas. Tel. 8-659 77393.



JUODELIAI

Medienos perdirbimo įmonė UAB „Juodeliai“

darbui Marijampolėje naujai atidaromame gamybiniame padalinyje, renka komandą ir kviečia prisijungti:

Įvairių specialybių/ pareigybių darbuotojus/-as

Garantuojame laiku mokamą ir nuo rezultatų priklausantį darbo užmokestį!

Skambink ir gauk pasiūlymą
tel.: 8-686-34981, 8-698-41844.

Darbas baldų gamybos OPERATORIAMS

Kazlų Rūdoje

Nemokamas transportas į/iš Marijampolės, Vilkaviškio. Savaitgaliai laisvi! Atlyginimas 560-700 Eur į rankas. Susisiekiate tel. 8 667 42239.

Kauno klinikų kraujagyslių chirurgas

Antanas JAKUTIS

lapkričio 4 d.

Gyd. Purtojų klinikoje,
Kauno g. 76,

KONSULTUOS IR ECHOSKOPIUOS
pacientus, sergančius
kraujagyslių (kojų, rankų, pilvo)
ligomis. Tel. 8-672 44488.

LAZERINĖS DERMATOLOGIJOS KABINETAS

- Gydomos odos, plaukų, nagų, lytiniu keliu plintančios ligos, išsiplėtusios kraujagyslės, veido raudonis, šalinamos karpas.
 - Raukšlių, randų gydymas, užpildų leidimas.
 - Apgamų ir kt. odos darinių apžiūra, šalinimas.
 - Kitos lazerinės procedūros.
- Alytus, Vilties g. 32.**
tel. 315 72480, 8- 685 32787.
Priimami vaikai ir suaugusieji.

KVIDARA

siūlo darbą:

STATINIO STATYBOS VADOVUI

Darbo aprašymas: statybos darbų organizavimas ir vykdymas.
Reikalavimai: aukštesnysis arba aukštasis statybinis išsilavinimas, statybos proceso ir technologijų išmanymas, darbo kompiuteriu įgūdžiai.

Įmonė siūlo: profesinio tobulėjimo ir karjeros galimybes, įmonės automobilį.

CV siųsti el. paštu: personalas@vidara.lt



UAB „Marijampolės švara“ siūlo darbą:
MIESTO TERITORIJŲ VALYTOJUI (-AI)

Darbo pobūdis: šaligatvių, automobilių aikštelių, laiptų valymas.
Reikalavimai: malonus bendravimas, savarankiškas darbas objektuose.
Atlyginimas nuo 447 €/mėn. atskaičius mokesčius.
Dėl darbo kreiptis: tel. 8-655 63292.

Jubiliejinė akcija!

25 METUS
LYDERIS LIETUVOJE

NUOLAI DOS
plieniniams stogams
iki **25%!**

VIDARA
STOGAI IR FASADAI

Sasnavos g. 76 B
Marijampolė, tel. 8-699-46959

Švęskime kartu!

SR
STATYBOS RITMAS

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

KASAME KŪDRAS
ILGASTRĖLIU EKSĖAVATORIUMI

Transporto ir statybinių mechanizmų nuoma:
Tel.: 8 699 49060, (8-343) 70482 **www.sr.lt**

Čempionų klubas „Taurus“

Treniruotės su treniruokliais:

- * jaunimui;
- * vyresnio amžiaus žmonėms;
- * vaikams;
- * aerobines treniruotes moterims;
- * esant įvairiems sveikatos sutrikimams;
- * įvairių sporto šakų sportininkams;
- * svorio metimo programos;
- * konsultacijos mitybos klausimais.

Laukiame Jūsų:

■ Lietuvninkų g. 18. Informacija tel.:
Rinaldas - 8-698 70364, Greta - 8-651 54773,
Andrius - 8-676 19286, bendras - 8-659 67793.



ANDRIUS MAMONTOVAS

Marijampolės kultūros centras

Spalio 23 d. 18:00 val.



BILIAI
bilietai

NEMOKAMA „Miesto laikraštis“ (ISSN 1822-5667) leidžia UAB „Regionas“ (įmonės kodas 122210251, 92 proc. akcijų priklauso UAB koncernui „Alga“). Redakcijos adresas Kauno g. 15 (6 kab., II a.), LT-68307 Marijampolė, tel. 8-605 99998, el.p. miesto@miesto.lt. Vyriausiasis redaktorius Vytautas Žemaitis, el.p. zemaitis@miesto.lt, reklamos vadovė Inesa Kazlauskienė, tel. 8-605 99998, el.p. reklama@miesto.lt, vyriausioji dizainerė Kristina Budrienė. Šio numerio tiražas 7 400 egz. Spausdina spaustuve Ignatose (Balstogė, Lenkija). Užsakomųjų straipsnių pavadinimai – pasvirusiu šriftu. Už reklamos ir užsakomųjų straipsnių turinį atsako užsakovas.

EKO 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

Pagiriamasis žodis kiaušiniui

Mindaugas SNICORIUS. Jei prieš keletą metų vienas Lietuvos gyventojas kasmet vidutiniškai suvalgydavo 258 kiaušinius, tai prieš metus šis skaičius jau siekė 318 vienetų.

Nenuginčijama kiaušinių naudą patvirtina medikai bei mokslinės studijos. Pasak jų, kiaušiniai yra lytinės paukščių ląstelės, todėl jie itin atsparūs neigiamam aplinkos poveikiui ir puikiai išlaiko naudingąsias savybes. Juose daug B grupės vitaminų, antioksidantų cinko ir seleno, taip pat liuteino ir zeaksantino, kurie padeda palaikyti gerą regėjimą, apsaugo nuo uždegimų ir aterosklerozės. Vitamino D kiaušiniuose – dešimtis kartų daugiau nei piene. O juk mums, šiauriečiams, nuo pat rudens ima trūkti saulės – pagrindinio vitamino D šaltinio.

„Kiaušiniai yra lengvas, skrandžio neapsunkinantis ir puikiai pasisavinamas maistas. Mūsų organizmas pasisavina iki 98 % kiaušinyje esančių baltymų! Iš kiaušinio jis gauna būtent tas aminorūgštis, kurių negali pasigaminti pats. Jos gerina smegenų veiklą ir skatina ląstelių atsinaujinimą, taip pat stiprina atmintį bei gebėjimą sutelkti dėmesį. Kiaušinis, kaip baltymų šaltinis, ypač vertingas sportuojantiems žmonėms“, – sako šeimos gydytojas Julius Dabkus. Tiesa, siekiant gauti maksimalią naudą sveikatai, būtina rinktis kokybiškus, gerai prižiūrimus paukščių kiaušinius.

„Kad vištos dėtų kokybiškus kiaušinius, būtų laimingos ir sveikos be antibiotikų, būtinos išskirtinės laikymo sąlygos. Savo paukščiams užtikriname 10 valandų miego ciklą, kokybiškus iš mūsų pačių užaugintų kultūrų gaminamus pašarus, kruopščiai valome ir dezinfekuojame paukštides, apšvietimą parenkame pagal natūralų paros ritmą. Visa tai lemia sveiką paukščių gyvenimo ritmą, aukštą higienos ir žemą streso lygį, todėl jie rečiau serga ir antibiotikai tampa tiesiog nereikalingi“, – sako „Groward Group“ kiaušinių verslo atstovas Vytis Bradauskas.

Tokios paukštynuose užtikrinamos sąlygos bendrovei leido pirmajai šalyje kiaušinius pradėti žymėti ženklu „Užauginta be antibiotikų“.

Per metus 26% išaugęs šių kiaušinių populiarumas byloja, jog paklausa egzistuoja ir lietuviams vis daugiau dėmesio skiria ne tik maisto skoniu, bet ir jo įtakai sveikatai.

* Lietuvoje kiaušiniai nuo seno naudojami gaminant maistą. Tai nebrangus, daugeliui prieinamas produktas, kuris turi daugybę gamtinimo, valgymo ir derinimo su kitais produktais būdų.

* Viena priežastis, kodėl pusryčiams ar greitam užkandžiui dažnai renkama kiaušiniene ar virtą kiaušinį, yra itin trumpas šių patiekalų gamtinimo laikas. Gardų ir sveiką kiaušinį paruošite vos per kelias minutes.

* JAV ir Australijos mokslininkai patvirtino, kad kiaušinių cholesterolis padeda mažinti „blogo“ cholesterolio kiekį ir padeda mesti svorį.

* Vištų kiaušiniuose yra karotinoidų, kurie yra efektyvūs antioksidantai. Nustatyta, kad jie apsaugo nuo onkologinių susirgimų, gerina imunitetą.

* Bendrame Oksfordo ir Kinijos mokslininkų tyrime nustatyta, kad kiaušiniai 26% mažina insulto riziką.

* Kone idealiai įsisavinamas kiaušinio baltymas – puiki „statybinė“ medžiaga sportuojantiems ir raumenyną lavinantiems žmonėms. Kiaušiniuose gausus vitaminas D taip pat apsaugo nuo raumenų nykimo.

* Iš kiaušinių galime gaminti itin platų spektrą patiekalų – nuo įprasto virto kiaušinio ir daugybės salotų iki Benedikto su išmoningai priderintais priedais, avokado skrebučio bei įvairiausių kiaušinienės. Dėl universalumo, unikalių skonio savybių bei naudos sveikatai kiaušinis jau daugelį amžių populiarumo nepraranda nei kasdienėje, nei aukštojoje virtuvėje.

Skani košė pusryčiams

Vilma JUODKAZIENĖ, prekybos tinklo „Iki“ maisto ekspertė. Grūdus esame įpratę naudoti tiek pusryčiams, tiek pietums ar vakarienei. Juos galime pritaikyti saldiems ir sūriems patiekalams – priklausomai nuo tos dienos poreikių ir turimų papildomų ingredientų.

Košė toli gražu nėra nuobodus patiekalas pusryčiams, priešingai – mažai yra tokių patiekalų, kurių skonį, pridėjus ar pakeitęs vieną ingredientą, galėtum taip kardinaliai pakeisti. Pavyzdžiui, avižinę košę gaminkite su keptomis daržovėmis ar be lukšto virtu kiaušiniu, o gal pageidaujate saldžių pusryčių? Išbandykite ją su kokosų pienu, muskato prieskoniu ir džiovintais vaisiais.

Remiantis sveiko maisto piramide, grūdai turėtų sudaryti didžiausią kasdienės mitybos dalį.

Patarčiau ilgai nedelsti – išbandę siūlomus receptus nustebsite, jog košė gali būti ne prievolė, o malonumas iš paties ryto. Pagrindinis patarimas – nebijokite eksperimentuoti ir grūdus derinti su įvairiausiais produktais. Juo pasinaudoję, nuo pat ryto būsite sotūs ir energingi.

Avižinė košė su...

Reikės:

- stiklinės avižų;
- 0,5 stiklinės vandens;
- stiklinės migdolų pieno;
- banano;
- 6 vnt. džiovintų abrikosų;
- 2 v. š. kokosų drožlių;
- medaus (pagal poreikį);
- agavų ar klevų sirupo (pagal poreikį).

Paruošimas

Puode įkaitinkite vandenį. Gabaliukais supjaustykite džiovintus abrikosus, kartu su kokoso drožlėmis sumeskite į vandenį. Vandeniui užvirus sudėkite avižas ir įpilkite migdolų pieną. Tuo metu lėkštutėje šakute sutrinkite bananą ir, košei baigiant virti, sudėkite į verdantį puodą. Išmaišykite ir minutę pašildykite. Trūkstant saldumo, galite pagardinti medumi, agavų ar klevų sirupu.

Ryžių košė su...

Reikės:

- 200 ml avižų pieno;
- 100 ml vandens;
- 50 g ryžių;
- 1–1,5 saujos džiovintų vaisių;
- 0,5 v. š. medaus;
- 0,5 a. š. cinamono;
- 0,5 a. š. muskato.



Paruošimas

Nuplautus ryžius sudėkite į verdantį vandenį. Ryžiams sugėrus didžiąją dalį skysčio supilkite pieną. Įberkite cinamoną, muskatą, džiovintus vaisius ir išmaišykite. Pusiau pridengtame puode kaitinkite tol, kol ryžiai suminkštės, vis pamaišykite. Ryžiams suminkštėjus pasaldinkite košę medumi. Uždengę dangčiu palaikykite 5 min.

Grikių košė su...



Reikės:

- 150 g grikių;
- 2 kiaušinių;
- morkos;
- 0,5 svogūno;
- saujelės petražolių;
- sojos padažo;
- kokosų sviesto.

Paruošimas

Išvirus grikius nupilkite vandens perteklių. Į įkaitintą keptuvę įdėkite supjaustytus svogūną ir morką. Ant kokosų sviesto kepinkite daržoves, kol jos suminkštės. Sumaišykite su grikiais ir smulkintomis petražolėmis. Pagardinkite sojos padažu. Kitame puode įkaitinkite vandenį, tuo metu į atskirą dubenėlį nepažeisdami trynio įmuškite kiaušinį. Vandeniui užvirus, įleiskite kiaušinį ir virkite kelias minutes. Išėmus uždėkite jį ant grikių su daržovėmis.

Rauginti kopūstai namie

Vilma JUODKAZIENĖ, prekybos tinklo „Iki“ maisto ekspertė. Pasaulio sveikatos organizacija rekomenduoja vaisių ir daržovių vartoti ne mažiau kaip 5 kartus per dieną, o vienam asmeniui jų suvalgyti reikėtų bent 400 g. Daržovių rekomenduojama suvalgyti daugiau nei vaisių, tačiau tiek suaugusieji, tiek vaikai jų suvartoja mažiau nei turėtų.

Viena iš gudrybių, kuri gali padėti suvalgyti daugiau daržovių, yra ruošti jas skirtingais būdais. Pavyzdžiui, vasarą daugelis mūsų įpratome valgyti šviežias sezonines daržoves, tuo tarpu rudenį į savo kasdienę mitybą galite įtraukti raugintas ar marinuotas daržoves. Taip sugriausite monotoniją ir savo racioną praturtinsite daržovėmis. Rauginti kopūstus dabar yra labai palankus metas, nes jų paprasta rasti parduotuvėje.

Tačiau dalis mūsų raugintų kopūstų privengia dėl paprastos priežasties – juos pasigaminti, regis, reikia išugdytų įgūdžių virtuvėje. Visgi raugintiems kopūstams paruošti nereikia daug laiko, o mėgautis, valgant vienus ar kartu su kitais patiekalais, galime tiek rudenį, tiek žiemą.

Tradicinis raugintų kopūstų receptas

Reikės:

- 5 kilogramų kopūstų;
- 500 g morkų;
- 100 g druskos.

Paruošimas

Nuėmus gūžių viršutinius lapus išpjaukite kopūstus kotus. Kopūstus plonai supjaustykite, o morkas sutarkuokite tarka. Sumaišykite kopūstus, morkas ir druską. Į indą dėkite 15-20 cm storio sluoksnį paruoštų kopūstų. Gerai suspauskite, šiek tiek patraiškykite, kad rūgstant lengviau atsirastų sultys. Vėl dėkite sluoksnį kopūstų, paspauskite ir taip darykite tol, kol sudėsite viską. Indo neužpildykite iki viršaus, nes rūgdami kopūstai kiek pakyla. Leiskite pastovėti, kad atsirastų sulčių. Uždėkite ant indo viršaus medinę lentelę ir paslėkite sunkesniu daiktu. Visi kopūstai turėtų būti apsemti sultimis. Indo uždenkite dangčiu. Rekomenduojama pirmąsias dienas kopūstus laikyti šiltesnėje patalpoje. Paviršiuje pasirodžius putoms,

kopūstus galite nešti į vietą. Rauginkite kopūstus, kol rūgštumas atitiks Jūsų skonį. Sudėję į stiklainius laikykite vėsioje patalpoje.

Rauginti kopūstai su spanguolėmis

Reikės:

- mažo kopūsto;
- 4 vnt. morkų;
- v. š. druskos;
- gazuoto vandens pagal poreikį;
- šiek tiek kmynų ir šiek tiek spanguolių

Paruošimas

Supjaustykite kopūstus, morkas sutarkuokite tarka. Sumaišykite ir sluoksniuokite stiklainyje, vis pagrūdami šaukštu. Įberkite druską ir užpilkite gazuotu vandeniu. Stiklainį įdėkite į gilesnį indą, nes rūgstant skystis veršis lauk. Po 3 parų kopūstai bus tinkami valgyti, todėl juos perpilkite į puodą ir įmaišykite kmynų bei spanguolių. Gautą masę sudėkite į stiklainius, uždenkite dangteliais ir laikykite vėsioje patalpoje.