

# Kad negauta lėšų statyti daugiafunkcę areną, kaltas Seimo narys D. Gaižauskas

Tokia išvada peršama svetainėje [www.marijampole.lt](http://www.marijampole.lt) pavišintame Marijampolės savivaldybės 2021-2023 metų strateginio veiklos plano projekte

- „Daugiafunkcė sporto arena taip pat tamsaus kaip koncertų, spektaklių, miesto švenčių, mugių, parodų, konferencijų vieta.“

Iš Marijampolės savivaldybės 2021-2023 metų strateginiame veiklos plano projekte.

- „Maniežas taip pat puiki vieta masiniams kultūriniais renginiams organizuoti, parodoms bei mugėms...“

Futbolo klubas „Sūduva“ kviečia naudotis nuo 2008 m. veikiančiu dengtu maniežu.

Daugiau 5 psl.



Kompiuterinė vizualizacija iš interneto



Krištinosi BUDRIENĖS nuotrauka

## Siužetas su keliomis plytomis gatvėje



Kadras iš Marijampolės TV reportažo

Vytautas ŽEMAITIS. Marijampolės TV žinios penktadienį (sausio 8 d.) rodė reportažą iš Gedimino gatvės, už keliolikos metrų nuo televizijos redakcijos. Siužeto ašis - kelios grindinio plytos, kurios išvirto ant gatvės ir trukdė važiuoti automobiliams. Rodyta, kaip jie laviruoja tarp trijų plytų.

Šis vaizdas iliustravo situaciją, kurią TV korespondentei komentavo į vietą iškvieštas savivaldybės administracijos Aplinkotvarkos ir infrastruktūros skyriaus vedėjas Jonas Kurtinaitis. Jis aiškino, kodėl plytos atsiranda ant grindinio. Pamaštyta ir apie vandalus, kurie miesto centre, stebint kelioms vaizdo kameroms, galėjo niokoti grindinį. Reportaže paminėta, kad bus peržiūrėti vaizdo įrašai. Bet su „covidinėmis“ kaukėmis mes visi vienodi...

Kelių minučių siužete dar pasidžiaugta (ir parodyta), kaip skubiai atvykę remontininkai taiso grindinį. Matyt, reportažui prasidėjus, skyriaus vedėjas spėjo paskambinti į gatvių remonto įmonę. Operatyvumas vertas įrašo Gineso rekordų knygoje.

Gerų žodžių už miestui labai reikšmingo įvykio nušvietimą nusipelno žurnalistė su operatoriumi. Jie (visų pirma, žinoma, JIS) galėjo paimiti nuo grindinio plytas (anot reportažo, trinkeles) ir nunešti ant šaligatvio, tačiau atsispyrė tokiai šventvagiškai pagundai. Juk tada televizijos žiūrovai nebūtų pamatę tarp plytų nesėkmingai laviruojančio automobilio, „užkabinusio“ ir dalį šaligatvio, spalvingomis uniformomis apsirengusių remontininkų, girdėję pasakojimo apie oro permainų įtaką grindinio kokybei.

Gerai situaciją suvokė ir tuo metu Gedimino gatve važiuavę vairuotojai - nė vienas jų, įvertinęs momento svarbą, nesustojo trukdyti filmavimo procesui, kad nuneštų į šalį eismui trukdžiusias plytas.



## Mažėjantis Marijampolės savivaldybės biudžetas

Lietuvos statistikos departamento duomenimis, per tris 2019 metų ketvirčius į Marijampolės savivaldybės biudžetą buvo sumokėta ir įskaityta 21 milijonas 676 tūkstančiai eurų mokesčių, tai 0,91 procento arba 199 tūkst. eurų mažiau nei 2019 metais tuo pačiu laikotarpiu.

Neigiamas pokytis stebimas visose mokesčių grupėse: gyventojų pajamų mokesčio surinkta 154 tūkst. eurų (0,77 procento) mažiau, paveldimo turto mokesčio surinkta 20 tūkst. eurų (43,48 procento) mažiau, nekilnojamojo turto mokesčio surinkta 93 tūkst. eurų (5,48 procento) mažiau, mokesčio už aplinkos teršimą surinkta 14 tūkst. eurų (12,96 procento) mažiau, rinkliavų mokesčių surinkta 76 tūkst. eurų (34,08 procento) mažiau.

Analizuojant visus Marijampolės savivaldybės Finansų ministerijai teikiamus duomenis matyti, kad per 2020 metų 3 ketvirčius pajamų plano vykdymas sudaro 98,7 procento, t. y. gauta 550 tūstančių eurų mažiau negu planuota. Pajamų plano vykdymas pagal atitinkamus straipsnius atrodo taip: mokesčiai – 92,3 procento, dotacijos – 112,5 procento, kitos pajamos – 69,1 procento, materialiojo ir nematerialiojo turto realizavimo pajamos – 50,9 procento.

Finansų ministerija skelbia, kad, išankstiniais 2020 metų sausio – lapkričio mėnesių duomenimis, valstybės biudžetas ir savivaldybių biudžetai pajamų gavo 2,1 proc. (203,7 mln. eurų) mažiau, nei 2019 metų tuo pačiu laikotarpiu.

## Nebelieka dantų protezavimo eilių

Valstybinės ligonių kasos informacija. Visi, kurie turi teisę dantis protezuoti Privalomojo sveikatos draudimo fondo (PSDF) lėšomis, nuo šiol paslaugą gali gauti praktiškai iš karto. Be to, pacientui nereikės vargti pildant įvairius dokumentus bei gaišti laukiant ligonių kasų laišku.

„Šiemet iš PSDF biudžeto dantų protezavimo išlaidoms kompensuoti buvo skirta net 6 mln. eurų daugiau nei pernai. Gerokai padidintas finansavimas sudarė galimybę sutrumpinti dantų protezavimo laukimo eilę, o galiausiai ir ją panaikinti“, – sako VLK direktoriaus pavaduotoja Tatjana Golubajeva.

Asmeniui, turinčiam teisę gauti kompensuojamas dantų protezavimo paslaugas ir kuriam buvo nustatytas dantų protezavimo pagrįstumas, nebereikės rašyti prašymo jį įtraukti į laukiančiųjų sąrašą, sulaukti teritorinių ligonių kasų (TLK) patvirtinimo apie įtraukimą ir kt. Nustačius minėtą teisę ir pagrįstumą, gydymo įstaiga, į kurią kreipėsi asmuo, turės tik suvesti duomenis į atitinkamą informacinę sistemą ir ten už-

registruoti pacientą. „Asmuo iš karto bus informuotas apie teisę gauti kompensuojamas dantų protezavimo paslaugas įgijimą – įstaiga privalės išduoti tai patvirtinančią informacinę pranešimą. Žmogus galės kreiptis į pasirinktą gydymo įstaigą, turinčią sutartį su TLK. Asmeniui nebereikia pildyti jokių prašymų TLK, visi duomenys tvarkomi elektroniniu būdu“, – sako T. Golubajeva.

Nebelikus eilių, prasmės neteko ir anksčiau buvusi galimybė dantis protezuoti savo lėšomis, vėliau už tai gaunant iš ligonių kasų kompensaciją, kadangi dabar asmuo teisę įgyja iš karto.

Specialistai atkreipia dėmesį, kad kompensuojamos iš PSDF dantų protezavimo paslaugos teikiamos tik tose gydymo įstaigose, kurios dėl šių paslaugų yra sudariusios sutartį su viena iš TLK. Tuo pasidomėti reikėtų dar prieš renkantis protezavimo kliniką.

Kaip ir anksčiau, dantų protezavimo paslaugos turės būti suteiktos per 3 metus nuo šios teisės įgijimo – asmens užre-

# „Iki“ patarimai, kaip apsipirkti saugiai ir sutaupyti

**Prasidėjus naujiems metams daliname pažadus valgyti sveikiau ir sutaupyti daugiau, tačiau tai, deja, ne visada pavyksta. Kalbant apie taupymą – stebuklingos formulės nėra. Pasak prekybos tinklo „Iki“ komunikacijos vadovės Vaidos Budrienės, pirmiausia reikėtų pakeisti apsipirkimo įpročius – geriausio rezultato galime pasiekti tik atidžiai planuodami savo išlaidas ir kasdienį pirkinį krepšelį.**

### „Iki“ padeda taupyti

„Prekybos tinklas „Iki“ ne tik skatina pirkti apgalvotai – ir patys norime padėti savo pirkėjams sutaupyti. O tai įgyvendinti šiuo metu padeda „Iki“ parduotuvėse taikoma nuolaida visam pirkinį krepšeliui. Pasinaudoję ja, gausite 10 proc. nuolaidos kvitą kitam apsipirkimui. Jo metu šį kvitą galėsite panaudoti pirkdami už 10 Eur ar daugiau. O už įsigytus pirkinius vėl gausite nuolaidą kitam pirkinį krepšeliui, ir taip kas kartą iki pat vasario 14 d. – tereikia išsisaugoti savo pirkimo čekį“, – sako prekybos tinklo komunikacijos vadovė.

Pasak V. Budrienės, stebėti prekybos tinkle galiojančias akcijas – ne vienintelis būdas sutaupyti. Greta to labai svarbus yra išankstinis maisto raciono planavimas ir konstruktyvus pirkinį sąrašo sudarymas. Tokiu būdu tiksliai žinosite, kiek ir kokių produktų jums prireiks vienam ar kitam patiekalui pasigaminti. Be to, tai dar ir būdas mažiau kartų užsukti į parduotuvę savaitės dienomis.

Žinoma, tam tikrų šviežių produktų veikiausiai vis tiek prireiks. Tad planuojant verta sąrašą suskirstyti dalimis pagal tai, kiek kurie produktai galioja. Jeigu vieną kartą apsipirksite daugiau, tuomet pakaks keletą kartų per savaitę užsukti į parduotuvę šviežio maisto. Toks būdas padės sutaupyti ne tik pinigų, bet ir laiko.



### Į planavimą įtraukite visą šeimą

Turbūt kiekvienas mėgstame užkandžiauoti, todėl neturėtumėte pamiršti į pirkinį krepšelį įtraukti ir užkandžių, o tam puikiai tiks vaisiai, daržovės. Tiesa, norėdami sutaupyti daržoves ir vaisius rinkitės pagal sezoniškumą. Mėgstamus vaisius galite pagardinti riešutų sviestu, šviežias daržoves valgyti

su humusu ar kitu lengvu padažu. Lengviems užkandžiams taip pat puikiai tiks ir riešutai.

Jeigu turite vaikų, įtraukite ir juos į savaitės valgiaraščio planavimą. Taip paskatinsite vaikus domėtis maisto kultūra. Be to, tai vienas iš būdų formuoti subalansuotos mitybos įpročius – kartu galėsite aptarti, kuriuos produktus verta rinktis, kurie desertai ir užkandžiai yra ne tik skanūs, bet ir palankesni sveikatai.

- Atvykdami į parduotuvę dėvėkite visiškai nosį ir burną dengiančią apsauginę veido kaukę.
- Parduotuvėje lankytis su iš anksto namuose paruoštu pirkinį sąrašą.
- Prieš įžengdami į prekybos salę visuomet dezinfekuokite rankas. Tam šalia kiekvieno parduotuvės įėjimo įrengime bekontaktis dozatorius su dezinfekcijos skysčiu.
- Į parduotuves šeimos nariams rekomenduojama atvykti po vieną.
- Laikytis saugaus 2 m atstumo nuo kitų pirkėjų ir parduotuvės darbuotojų.
- Parduotuvėse yra ribojami pirkėjų srautai – apsipirkti galima tik su prekinio krepšeliu ar vežimėliu.
- Rekomenduojame lankytis parduotuvėse ne piko metu – ryte 8–10 val. ir nuo 20 val. iki parduotuvės uždarymo. Sekmadieniais parduotuvėse taip pat galima apsipirkti sutinkant mažiau kitų pirkėjų.
- Jausdami peršalimo ar koronaviruso infekcijai būdingus simptomus, į parduotuvę nevykite.

gistravimo. Pakartotinai kompensuojamas dantų protezavimo paslaugas žmogus galės gauti ne anksčiau kaip po 3 metų nuo dantų protezavimo paslaugų

kompensavimo dienos.

Teisę į dantų protezavimo paslaugas, teikiamas PSDF lėšomis, turi: žmonės, sulaukę senatvės pensijos amžiaus, asmenys,

pripažinti nedarbingais arba iš dalies darbingais, vaikai iki 18 metų bei tie, kuriems buvo taikytas gydymas dėl burnos, veido ir žandikaulių onkologinės ligos.



# A. Vyšniauskas: „Marijampolei nacionaliniame biudžete numatėme daugiau lėšų nei planavo buvusi valdžia“

Apie darbus, pandemiją, šių metų lūkesčius ir viltis kalbamės su Seimo nariu Andriumi VYŠNIAUSKU.

**- Kaip pasikeitė Jūsų gyvenimas tapus Seimo nariu? Ar su Jūsų pareigomis jau susigyveno šeima ir artimieji?**

- Galiu drąsiai teigti, kad po įtempto rinkimų sezono atėjo ne ką mažiau įtemptas Seimo darbo sezonas. Į darbą ateinu aštuntą, išeinu aštuntą. Begalės posėdžių, pasitarimų, derinimų, bet kadangi ir iki tol darbo krūviu nesiskundžiau, tai ir šeima su tuo yra susitaikiusi. Tad pasikeitė nedaug. Gal tik tiek, kad dirbant pandemijos sąlygomis tenka daug sėdėti prie kompiuterio visokiuose nuotoliniuose pasitarimuose, tad žmona prisakė daugiau vaikščioti. O geriausia vaikščioti šiokiame tokiam būryje, tai nusprendėme įsigyti šunį. Kol kas dar neturime, bet svarstome labai rimtai. Tai štai tokie tie pasikeitimai.

**- Neseniai, praėjusių metų pabaigoje, Seimas patvirtino šių metų valstybės biudžetą. Koks jis Marijampolei?**

- Prieš rinkimus konkurentai baugino marijampoliečius, kad jeigu laimės konservatoriai - viską mažinsime, veršime diržus. Tai buvo netiesa, todėl taip neįvyko.

Radome nepavydėtina pandemijos situaciją ir biudžetą, kuris buvo suplanuotas atmetinai. Nuėjusi „valstiečių“ valdžia nebuvo suplanavusi pinigų vakcinos pirkimui, karantino pasekmių švelninimui, darbo vietų išsaugojimui. Planavo mažinti savivaldybių, tarp jų ir Marijampolės, biudžetus. Atvirai sakau - jie planavo Lietuvą 2021 metais palikti pliką nuogą ir neparuoštą antrai pandemijos bangai.

Ingridos Šimonytės Vyriausybė bei naujoji Seimo dauguma peržiūrėjo biudžetą ir suplanavo daugiau nei milijardą eurų vakcinai įsigyti, darbo vietoms išsaugoti, išmokoms tėvams, kurie neturi galimybės dirbti, nes reikia padėti vaikams dalyvaujant nuotolinio mokymo priemonėse, užtikrinti ir kitoms būtinoms reikmėms.

Radome pinigų spartesniam pensijų kėlimui. Valstiečiai buvo numatę pensijas kelti mini-

maliai, vos 27-28 eurų ir tai būtų buvęs vienas mažesnių pensijų pakėlimų per pastarąjį dešimtmetį. Mes radome galimybes pensijas didinti sparčiau. Jos augs vidutiniškai 38-40 eurų; vidutinė senatvės pensija, turint reikiamą stažą, pasieks 440 eurų (iki šiol buvo 400 eurų), o neturint stažo - 415 eurų (iki šiol buvo 377 eurai). Taip pat didėja vaiko pinigai, kitos socialinės paramos priemonės.

Apie Marijampolės biudžetą. Nežinau kodėl ir kokios nemeilės vedina buvusi valdžia buvo suplanavusi, kad 2021 m. Marijampolės biudžetas bus netgi mažesnis nei 2020 m. Suprantame, kad negalima savivaldos palikti be reikiamų pinigų, todėl nacionaliniame biudžete Marijampolės savivaldybei numatyta eilutė yra 1 462 000 eurais didesnė nei planavo buvusi valdžia. Mūsų savivaldybės biudžetas augs ir tai yra gera žinia. Už šiuos pinigus bus galima sutvarkyti nemažai infrastruktūros, garantuoti, kad visos paslaugos būtų teikiamos net ir kriziniu metu.

**- Gerai žinote savivaldybės problemas ir žmonių lūkesčius. Ko tikėtis iš būsimos 2021 metų Marijampolės savivaldybės biudžeto?**

- Tikiuosi atsakingo ir į žmones orientuoto požiūrio, socialinio balanso. Reikia sprendimų, kurie telktų, vienytų ir padėtų mūsų gyventojams, o ne juos piktintų bei skaldytų. Todėl 2021 metų vis dar pandeminiis Marijampolės biudžetas turi būti socialiai orientuotas. Jame reikia mažiau fantazuoti apie didžiulius priešrinkiminiuosius statybos projektus, bet susitelkti į darbo vietų išlaikymą, socialinių ir sveikatos paslaugų kokybiškesnį teikimą. Štai viena priemonė, kuri į šį biudžetą labai tiktų ir kurią, tikiu, siūlys opozicija - Tėvynės sąjungos-Lietuvos krikščionių demokratų frakcija - tai kūdikio kraitelis. Ši priemonė padeda šeimoms pirmaisiais mėnesiais po vaikelio gimimo sumažinti finansinę spaudimą ir užtikrina, kad šeima galės nusipirkti arba gaus kokybiškų priemonių

vaiko priežiūrai. Tai gera idėja, kuria dega tarybos narys Jonas Bieliauskas. Tikiuosi, kad bus rastas sutarimas ir ši idėja nebus valdančiųjų atmesta vien dėl partinės konkurencijos. Tokių ir panašių socialiai orientuotų priemonių reikia daugiau.

**- Šalyje tebesitęsia karantinas, todėl daugelis dalykų vyksta kitaip, negu esame įpratę, kad vyktų įprastomis sąlygomis. Ar jaučiate ryšį su rinkėjais? Kaip ir kokių būdu su jais bendraujate, sprendžiate jų problemas?**

- Ryšį tikrai jaučiu. Pirmiausia jo neprarasti padeda gera komanda: biuro vadovė Vaida Pituškienė, visuomeninių konsultantų grupės vadovas Tomas Leseta, patarėjai Vytenis Skroblas ir Algirdas Kazlauskas, padėjėjai, teisininkai Paulius Labanauskas ir Paulius Liškauskas.

Per porą mėnesių sulaukėme nemažai įvairių kreipimųsi ir dirbame ieškodami problemų sprendimų: nuo turkaus prekeivių iki individualių skundų, nuo švietimo bėdų iki teritorijų planavimo. Visiems randame laiko ir priimame kiekvieną, kuriam reikia pagalbos. Mūsų biuras nebus užsislendęs už storų savivaldybės pastato sienų, o dirba ir dirbs tiesiogiai su gyventojais.

**- Metai dar tik išibėgė, o situacija dėl pandemijos ne tik Lietuvoje, bet ir visame pasaulyje yra gana sudėtinga. Ką manote apie COVID-19 vakciną? Ar skiepsitės?**

- Tikrai skiepsiuosi, kai tik tam bus galimybė. Pasitikiu mokslu bei institucijomis, kurios akredituoja vakcinas.

Atėję dirbti radome situaciją, kai vakcinoms nebuvo numatytos lėšos, nesuplanuotas vakcinacijos mechanizmas. Visa tai buvo operatyviai išspręsta, o dabar ieškome būdų, kaip didinti vakcinacijos tempus. Pirmiausia yra skiepijamas medicinos personalas, tada rizikos grupėse esantys asmenys, o netrukus skiepai jau bus prieinami visiems gyventojams.



Tačiau matome ir nerimą keliančių signalų, kad nesąžiningi gydymo įstaigų vadovai sugalvoja vakcina aprūpinti draugus ar giminaičius. Tokie atvejai nebus toleruojami, kiekviena istorija bus tirama labai atsakingai, o visas šis sovietinio mentaliteto palikimas, kai per pažįstamą siekiama gauti blatą skiepi, bus raunamas su šaknimis. Turime suprasti, kad žaidžiame su žmonių gyvybėmis. Jeigu kažkas tuo netiki ir vis vien nori gauti skiepą be eilės, kviečiu bent dieną pasavanoriauti ligoninėje. Tikrai pamatysite, kam ir kodėl skiepi reikia žymiai labiau. Pats savanoriauju Marijampolės ligoninėje, todėl tikrai matau šią ligą iš arti.

**- Kokias viltis dedate į šiuos metus?**

- Viliuosi, kad įveikę visus iššūkius, turėsime naujo pakilimo metus. Pandemija baigsis, ekonomika atsistatys ir galėsime pagaliau pailsėti, o darbuose susitelkti ne tik į pandemijos problemų sprendimus. Norėčiau, kad visi kuo greičiau sugrįžtų į normalų gyvenimo ritmą. Būkime sveiki!

## Strateginis planas pro nuvažiavusio traukinio langą

Arūnas KAPSEVIČIUS. Marijampolės savivaldybės administracijos internetinėje svetainėje paskelbta, kad parengtas „Marijampolės savivaldybės 2021 - 2023 metų strateginio veiklos plano“ projektas ir visi norintys prisidėti prie jo gerinimo ar kritikavimo gali teikti pasiūlymus ar pastabas.

Manęs du kartus prašyti nereikia. Pradėkime nuo to, kad siūlyti buvo galima tik nuo sausio 5 dienos iki sausio 8 dienos. Nepasisekė! Kol susipažinau su projektu, kol viską apmaščiau, žiū, traukinys jau nuvažiavo. Susipainiojau visai: savivaldybės pranešime rašoma, kad tai projektas, o dokumente, kad tai jau galiojantis planas, patvirtintas savivaldybės tarybos. Kaip bebūtų, pasidalinsiu išvalgomis, nes strategija - tai ateities planavimas, o nuo šio plano

priklausys mūsų visų gyvenimas artimiausioje ateityje.

Plane surašyti einamieji remonto darbai: tvarkysime gatves ir šaligatvius, remontuosime ikimokyklinio ugdymo įstaigas, įrengsime šviesoforą, remsime smulkųjų ir vidutinį verslą ir t. t. Ambicijomis kvepia tik du projektai: Laisvosios ekonominės zonos infrastruktūros įrengimas likusioje neužimtoje teritorijoje ir pastatyti daugiafunkcė sporto arena.

Dėl pirmojo viskas gerai - naujos galimybės verslui, naujos darbo vietos marijampoliečiams, o štai kas rašoma apie daugiafunkcė sporto arena: „Marijampolės visuomenės sveikatos centro vykdoma švietėjiška veikla, nukreipta padidinti motyvą fiziniam aktyvumui, teigiamus rezultatus gali pasiekti ribotą laiką. Vienas iš efektyviausių būdų

didinti gyventojų fizinį aktyvumą yra ...“ nauja graži krepšinio arena. Rodiklis, kad projektas pavyks, yra 300 vaikų ir jaunuolių, besitreneruojančių krepšinį, ir „sofos“ sportininkams (sirgaliams) numatomos papildomos 2 300 vietų (dabar ŽSM salėje yra 700 - A.K. pastaba).

Žadama mokykloms padėti įdiegti nuotolinį mokymą. Drįstu pasakyti, kad jau metai ši mokymo anomalija veikia, o rezultatai paaiškės po dešimtmečio. Planuojama užtikrinti ikimokyklinį ugdymą visiems savivaldybės 2-5 metų vaikams, tačiau po trejų metų visgi dešimt jų liks už durų. Taip parašyta plane. Gal vertėtų šiek tiek pasistengti ir ateities nelaimėlius kažkaip sutalpinti, kad būtų visas 100 procentų.

Grįžkime prie verslo reikalų. 2020 metais paramą gavo 69 fiziniai ir juridiniai

asmenys, tam skirta „milžiniška“ 60 000 eurų suma. Siekiamybė plane - kasmet viršyti praėjusių metų rezultatą vienu paremtu fiziniu ar juridiniu asmeniu...

Plane galima būtų pririnkti ir daugiau „perliukų“, bet gal užteks. Neduoda ramybės kitas klausimas: vasario pabaigoje bus baigtas dar vienas planas - savivaldybės plėtros iki 2030 metų, įdomu ar į jį bus integruotas 2021-2023 metų ūkinių darbų grafikas? O gal buvo galima palaukti mėnesį, kad neprarastume trijų metų?

Siūlymas veiklos planui: nebūtina var-dinti visus savivaldybės administracijos skyrių numatytus darbus, plano kokybę priklauso ne nuo žodžių kiekio, o tikslų, kuriuos įgyvendinus Marijampolė galėtų konkuruoti su kitais miestais dėl užsienio ir vidaus investicijų.



# Pokyčiai dirbantiesiems – didės kai kurios „Sodros“ išmokos

## Motinstės, tėvystės ir vaiko priežiūros išmokų dydžiai 2021 m. I ketvirtį

SoDra	Minimali išmoka, Eur		Maksimali išmoka, Eur	
	Mėnesio	Dienos	Mėnesio	Dienos
Motinstės išmoka 77,58 proc.	234	11,14	-	-
Tėvystės išmoka 77,58 proc.	234	11,14	2240,00	106,68
Vaiko priežiūros išmoka iki 1 metų 77,58 proc.	234	-	2240,00	-
Vaiko priežiūros išmoka pirmais metais 54,31 proc.	234	-	1568,26	-
Vaiko priežiūros išmoka antrais metais 31,03 proc.	234	-	896,02	-

Malgožata KOZIČ, „Sodros“ Komunikacijos skyrius. Dėl minimalios mėnesinės algos (MMA) augimo šiemet augs nedarbo išmokos. Nedarbo išmoką sudaro dvi dalys – kintama ir pastovioji, kurios dydis priklauso nuo MMA. Pastovi nedarbo išmokos dalis lygi 23,27 proc. mėnesį, už kurią mokama išmoka, galiojančios MMA. 2021 metais MMA sieks 642 eurus, taigi pastovi nedarbo išmokos dalis bus 149,39 eurų (2020 metais – 141,25 eurų).

Apskaičiuojant kintamą nedarbo išmokos dalį įvertinamos gavėjo draudžiamosios pajamos, turėtos per 30 mėnesių, praėjusių iki užpraesto kalendorinio mėnesio pabaigos nuo bedarbio įsiregistravimo Užimtumo tarnyboje dienos.

Pavyzdžiui, jei žmogus užsi-

registruos Užimtumo tarnyboje 2021 metų sausį, pastovi jo nedarbo išmokos dalis sieks 149,39 eurų, o kintama dalis bus apskaičiuota pagal vidutines draudžiamąsias pajamas turėtas nuo 2018 metų birželio pradžios iki 2020 metų lapkričio pabaigos.

Maksimali nedarbo išmoka negali būti didesnė kaip 58,18 proc. VDU, galiojusio užpraeitą kalendorinį ketvirtį nuo įsiregistravimo Užimtumo tarnyboje dienos. 2021 m. pirmąjį ketvirtį Užimtumo tarnyboje užsiregistravusiems asmenims maksimali nedarbo išmoka sieks 840 eurų.

Nuo sausio 1 d. keičiasi maksimalių ligos, tėvystės, vaiko priežiūros išmokų dydžiai bei minimalus ligos išmokų dydis. Išmokos, kaip ir anksčiau, priklausys nuo gyventojų draudžiamųjų pajamų, tačiau keičiasi kai kurių išmokų „grindys“ ir „lubos“.

Maksimalus socialinio draudimo išmokų dydis bei minimalus dydis ligos išmokų atveju keičiasi dėl to, kad jis priklauso nuo šalies vidutinio mėnesinio darbo užmokesčio (VDU), įtraukiant ir individualių įmonių darbo užmokesčio duomenis, o šis yra perskaičiuojamas kiekvieną ketvirtį. Pavyzdžiui, ligos išmoka per mėnesį negali būti mažesnė negu 11,64 procento šalies VDU, galiojusio užpraeitą ketvirtį iki laikinojo nedarbingumo nustatymo dienos. Todėl apskaičiuojant išmokų dydžius pirmąjį 2021 metų ketvirtį, bus naudojamas VDU, galiojęs besibaigiančių metų trečią ketvirtį – 1443,80 eurų.

Nuo sausio minimali mėnesio ligos išmoka sieks 168,06 eurų, dienos – 8 eurus. Minimalias išmokas gauna gyventojai, jeigu pagal jų draudžiamąsias pajamas apskaičiuotas išmokos dydis yra mažesnis, nei minimali riba.

Maksimalus kompensuojamasis uždarbis ligos išmokoms apskaičiuoti negali viršyti 2 VDU, galiojusio užpraeitą ketvirtį iki nedarbingumo atsiradimo dienos, dydžio. Ateinančius tris mėnesius maksimali mėnesio ligos išmoka žmogui susirgus sieks 1792,04 eurus (dienos – 85,34 eurų), o sergančiojo slaugos atveju – 1904,08 eurus (dienos – 90,67 eurų). Tokios maksimalios išmokos tikėtis gali gyventojai, kurių vidutinis darbo užmokeskis buvo didesnis nei 2 VDU.

Gruodį gyventojai, auginantys vaikus iki dviejų metų, gavo dvi vaiko priežiūros išmokas – už lapkritį ir gruodį. Dėl to vaiko priežiūros išmokos bus mokamos ne sausį, o vasarį. Vėlesni mokėjimai vyks įprasta tvarka.

Padidėjus MMA, keisis „Sodros“ įmokų grindys, kai žmogus uždirba mažesnę nei minimalią algą, bet jam užtikrinamos minimalių atlyginimą gaunančio asmens socialinės garantijos. Tokiu atveju darbdavys valstybinio socialinio draudimo įmokas už darbuotojus apskaičiuoja nuo mokamo darbo užmokesčio ir papildomai iš savo lėšų sumoka skirtumą iki minimalių socialinių garantijų.

Nuo darbdavių mokamų socialinio draudimo įmokų priklauso, kokią pensiją ir socialinio draudimo išmokas gaus žmogus. Pritaikius „Sodros“ įmokų grindis visus metus dirbęs žmogus ir sukaupt pilnus metus stažą.

## Langų specialistai pataria: langų priežiūra ir jų remontas

Norint saugoti šilumą namuose bei užtikrinti gerą ventiliaciją patalpose, būtina atkreipti dėmesį į esamas gumines tarpines.



**Kodėl reikia keisti tarpines?** Guminių tarpinių eksploatacijos laikas 5-7 metai. Jeigu per šį laikotarpį neatliksite jokios priežiūros guminei tarpinei (nevalėte ir netepėte silikonu), guminės tarpinės tampa neefektyvios ir praleidžia šaltį, triukšmą, pradeda kauptis drėgmė patalpose. Netinkamai eksploatuojama guminė tarpinė praranda elastingumą, sukietėja, yra lengvai paveikiama temperatūrų kaitos: dėl karščio prisilydo prie langų profilio, tampa kaip kramtoma guma, dėl šalčio suskilinėja ir sukietėja, todėl lango izoliacinės medžiagos sandarumas sumažėja, padidėja triukšmas, sklindantis iš lauko, į patalpas lengvai patenka drėgmė ir šaltis. Jei per uždarytą langą veržiasi drėgmė ir šaltis, vienas iš požymių, kad nusidėvėjusios tarpinės nebeatlieka savo funkcijos. O per nesandarius langus prarandama šiluma.

**Rekomenduojame gumines tarpines pasikeisti į vokiškas Q- LON poliuretano tarpines.**

Vokiškai „Schlegel“ firmos tarpinei suteikiama 5 metų garantija. Tarpinė nepraranda savo izoliacinių savybių daugiau nei 21 metus. Šiai tarpinei nereikia papildomos priežiūros visu eksploatacijos laikotarpiu. Žemas šilumos laidumo koeficientas (K) – 0.033w/mk. Netraukia ir nepraleidžia drėgmės į patalpas. Susitvarkę langus ir pasikeitę langų tarpines pakelsite temperatūrą kambaryje ir išvengsite pelėsio bei drėgmės pertekliaus.

Tarpinė atspari ultravioletiniams saulės spinduliams, šalčiui, karščiui, cheminiams valikliams. Nereikalinga papildoma priežiūra. Nors jūsų langams bus 10 metų ir daugiau, jie jums vėl tarnaus kaip nauji.

**Kam reikalingos orlaidės arba ventiliaciniai vožtuvai plastikiniuose languose?**

Norint išvengti langų rasojimo, pelėsio, reikalinga natūrali ventiliacija. Pasikeitus mediniams langams į plastikinius ne vienas susidūrėme su pelėsio atsiradimu ir langų rasojimo problema. Mediniai langai kvėpuoja, o plastikiniai NE!

Vėdinant patalpas atidarius langus netenkama visų sandarių langų savybių, pažeidžiamas normalus oro mikroklimatas, ženkliai sumažėja šilumos panaudojimo efektyvumas, padidėja triukšmo lygis.

„Air-Box“ vožtuvai padės jums išvengti langų rasojimo ir pelėsio. Visada bus grynas oras be triukšmo, dulkių ir skersvėjų. Jie puikiai atstoja orlaides.

Sureguliuavę drėgmės lygį patalpose, sustiprinsite savo imuninę sistemą ir taip išvengsite virusinių bei kitų ligų: astmos, sauso kosulio, nemigos, alergijų, kvėpavimo takų infekcijų bei pagerinsite miego kokybę. Nuolat vėdinamos patalpos jums padės apsisaugoti ir išvengti virusų ir kitų infekcijų plitimo.

**Naujametinė akcija:** karantino metu iki sausio 31 d. užsisakiusiems 3 ir daugiau langų remontą taikysime net iki 25 % nuolaidą.

Tel. 8 604 24 268, 8 606 93229 [www.remvalus.com](http://www.remvalus.com)



Langų remonto komanda

## Ligos išmokų dydžiai 2021 m. I ketvirtį

SoDra	Minimali išmoka, Eur		Maksimali išmoka, Eur	
	Mėnesio	Dienos	Mėnesio	Dienos
Ligos išmoka 62,06 proc.	168,06	8	1792,04	85,34
Ligos išmoka slaugant 65,94 proc.	168,06	8	1904,08	90,67
Ligos išmoka donorams 77,58 proc.	168,06	8	2240,20	106,68
Profesinės reabilitacijos išmoka 65,94 proc.	361,90	17,23	1904,08	90,67



# Kad negauta lėšų statyti daugiafunkcę areną, kaltas Seimo narys D. Gaižauskas

Tokia išvada peršama svetainėje [www.marijampole.lt](http://www.marijampole.lt) paviešintame Marijampolės savivaldybės 2021-2023 metų strateginio veiklos plano projekte

Vytautas ŽEMAITIS. Projektą rengusi savivaldybės administracija nepagailėjo viso skirsnio išvardyti argumentus, pagrindžiančius 3 000 žiūrovų vietų daugiafunkcės sporto arenos poreikį. Anot dokumento, dabar svarbiausi darbai yra užsitikrinti finansavimą, pastatyti areną 2023 metais.

Ir greta paaiškinimas: „Dėl arenos statybos finansavimo buvo kreiptasi į Lietuvos Respublikos Seimo narį Dainių Gaižauską. Finansavimas negautas“. Tai, beje, vienintelė pavardė (neįskaitant dokumento rengėjų), paminėta 26 puslapių plano projekte.

## Komanda ir biuras

Arenai reikia ne mažiau kaip 14 milijonų eurų, Seimo nario turtas, viešai prieinamais Vyriausios rinkimų komisijos duomenimis, yra apie 60 000 eurų. Tai mažiau nei 0,5 % procento reikalingos sumos.

Kodėl savivaldybė (meras, administracijos direktorius) neprašė pinigų, pavyzdžiui, UAB „Mantinga“ savininko Klemenco Agento, kurio turtą žurnalas „TOP“ įvertino 78 milijonais eurų? Be to, šis verslininkas gerokai labiau nei D. Gaižauskas suinteresuotas arena, nes turi krepšinio komandą „Sūduva-Mantinga“. Ji jau kelis kartus iškovojo teisę žaisti Lietuvos krepšinio lygoje, tačiau ja nepasinaudojo, nes miestas neturi tarptautinių reikalavimų atitinkančios arenos.

Tuo tarpu Seimo narys iki šiol teturėjo biurą. Tiesa, „žaidėjų“ skaičiumi jis beveik prilygo krepšinio komandai. Bet dabar D. Gaižauskas į parlamentą išrinktas ne Marijampolėje, o pagal Valstiečių ir žaliųjų sąjungos sąrašą, tad biuras jei ne bankrutuos, tai bus kuklesnis, reiškia ir išsiteks mažesnėse patalpose, nei numatytos arenai.

## Įtaka yra svarbiau

Tūkstantmečių patirtis rodo, kad turtas toli gražu ne visada yra garantija, kad savininkas (-ai) duos lėšų. Svarbiau už pinigus yra įtaka. Ypač kai gali ja pasinaudoti institucijose, skirstančiose valdiškus finansus. Seimo narys D. Gaižauskas praėjusios kadencijos Seime buvo įtakingas žmogus.

Anot jo darbų ataskaitos už 2016-2020 metus, „suradus tinkamus argumentus pavyko pasiekti, kad XVII-oji Vyriausybė Marijampolės savivaldybei skirtų išskirtinai didelį finansavimą...“ Pinigine išraiška tai yra daugiau kaip 70 milijonų eurų.

Kam ir kiek atseikėta konkrečiai, išdėstyta ataskaitoje.

Tokiais paramos pinigais vargu ar disponuoja mūsų miesto įmonės. Tuo, matyt, galima būtų paaiškinti, kodėl dėl arenos statybos finansavimo savivaldybė kreipėsi ne į jas, o į D. Gaižauską. Teisybės dėlei reikia paminėti, kad Marijampolei skirtų lėšų dalį sudaro ir „Mantingos“ bei kitų mūsų miesto įmonių pinigai, į valstybės biudžetą sunešami mokesčių pavidalu. Bet tai, žinoma, smulkmena. Svarbiausia buvo pasirūpinti, kad Vyriausybė lėšas nukreiptų ten, kur siekė Seimo narys.

## Patys muša, patys rėkia

D. Gaižauskas stengėsi ir dėl daugiafunkcės arenos, jo ataskaitoje, į marijampoliečių pašto dėžutes išplatintoje praėjusių metų rugsėjį, paryškintu šriftu parašyta: „Planuojama, kad šį rudenį bus gautos lėšos Marijampolės daugiafunkcės arenos statybai.“

„Finansavimas negautas“, - tarsi pirštu į Seimo narį bedė savivaldybės administracija. Nors dėl to kalti patys Marijampolės vadovai. Nes nežinojo, į ką kreiptis dėl arenos. Arba žinojo, bet nedrįso.

Antai Kaune išrinkta net dešimt Seimo narių, tačiau Laikinosios sostinės meras neprašė jų tarpininkavimo skirti lėšų ledo arenos statybai. Visvaldas Matijošaitis kreipėsi tiesiai į Premjeru tuomet buvusį eksmarijampolietį Saulių Skvernelį. Ir gavo 8 milijonus eurų iš 14 reikalingų. Šiomis dienomis numatomas oficialus Kauno ledo arenos atidarymas.

Mūsų savivaldybės administracija dėl lėšų daugiafunkcinei sporto arenai kreipėsi ir į Švietimo, mokslo ir sporto ministeriją, kuri Marijampolės valdžią pasiuntė... Ne ten, kur galvojate, o teikti atitinkamą projektą 2023-2025 metų Valstybės investicijų programai.

Valdantiejiems tai per vėlu, nes jie planuoja, kad arena 2023-aisiais jau bus pastatyta. Pageidautina iki tų metų pavasarį vyksiančių savivaldos rinkimų. Tai būtų karūna ant visko, ką savivaldybės taryboje daugumą turintys socialdemokratai sugebės nuveikti šią kadenciją.

## Per didelis apetitas

Dabar svarbiausias uždavinys - užsitikrinti finansavimą. Abejotina, kad užsimaukšlinti karūną valdantiejiems padės Seimo nariu neseniai tapęs jų

nuolatinis kritikas savivaldybės taryboje Andrius Vyšniauskas. Mat S. Skvernelio vadovaujama Vyriausybė, baigdamą kadenciją, sustabdė valstybės investicijas į naujus objektus. Ne kitaip, matyt, elgsis ir dabartinė šalies vykdomoji valdžia, kurios vienas pagrindinių rūpesčių yra didžiulės skolos. Jų mažinti tikrai nepadės nepamatuotos Marijampolės valdančiųjų ambicijos turėti 3 000 vietų sporto areną. Miestui visiškai pakaktų tokias pat funkcijas atlikti galinčios dvigubai mažesnės. Jai įrengti, rekonstruoti buvusį „Sūduvos“ sporto centrą, reikėtų 6-7 milijonais eurų mažiau. Apie galimybes gauti valstybės finansavimą tokiam objektui „Miesto laikraštyje“ rašyta ne kartą.

Aišku, savivaldybė gali imtis išmėginto metodo - pakviesti aukoti lėšų arenai, kaip kad dabar kviečia verslą ir gyventojus drauge atremti koronaviruso grėsmę Marijampolės ligoninėje, prašydama aukoti lėšų įrangai arba jos nupirkti. Bet „covidas“ ir arena yra nepalyginami dalykai. Be to, ligoninės poreikis - apie trečdalis milijono eurų - yra beveik 45 kartus mažesnis nei pastatyti areną. Tikėtis tokių gražos nežadančių investicijų gali nebent neišmanantys, kaip versle uždirbami pinigai.

## Ne tarp kitko

- „Sporto bazė po uždaru stogu ištisus metus leis organizuoti sveikos gyvensenos renginius marijampoliečiams, prisidės prie gyventojų fizinio aktyvumo, sveikos gyvensenos propagavimo“.

- „Daugiafunkcė sporto arena taip pat tarnaus kaip koncertų, spektaklių, miesto švenčių, mugių, parodų, konferencijų vieta.“

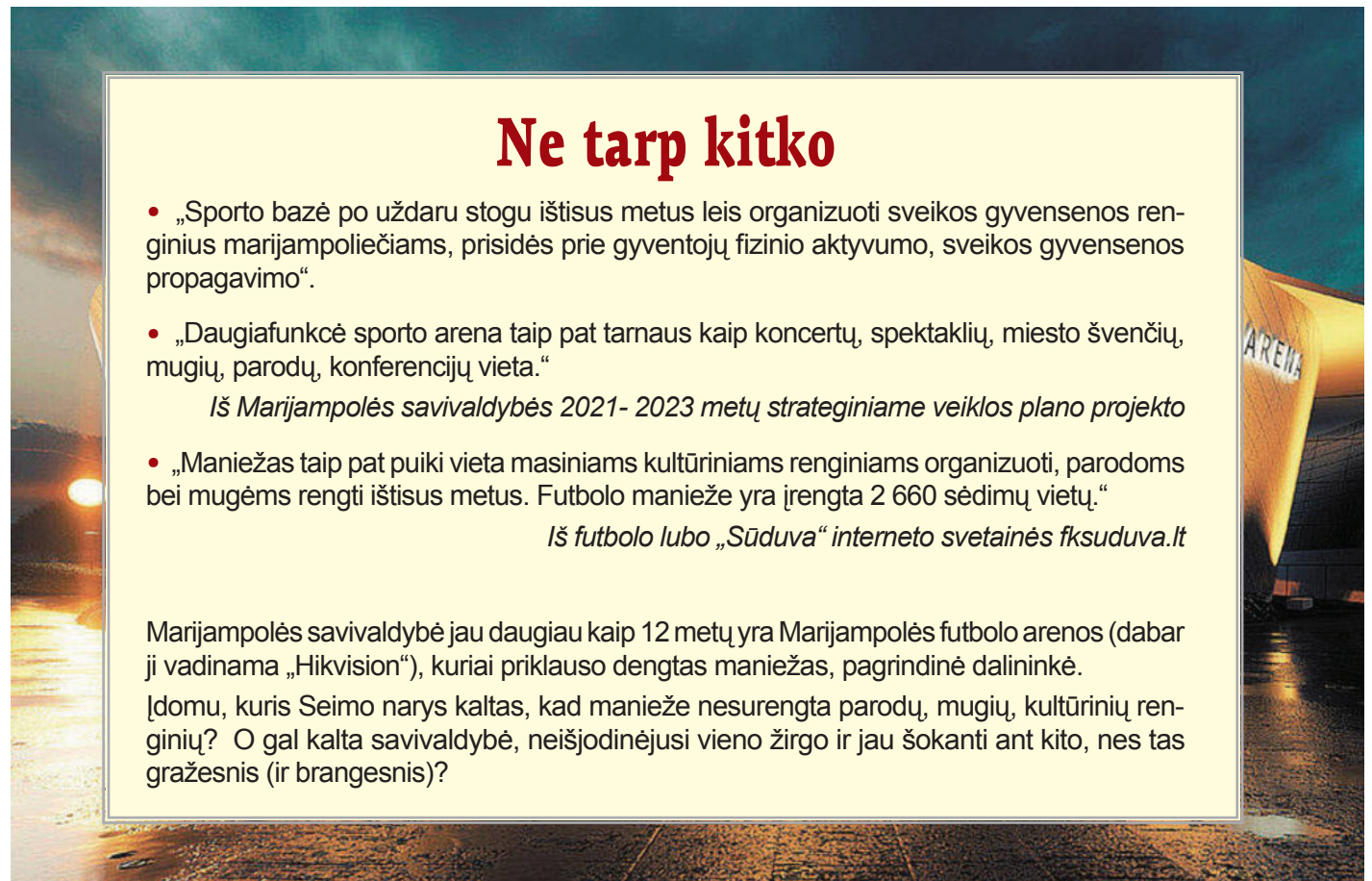
*Iš Marijampolės savivaldybės 2021-2023 metų strateginiame veiklos plano projekte*

- „Maniežas taip pat puiki vieta masiniams kultūriniais renginiams organizuoti, parodomis bei mugėms rengti ištisus metus. Futbolo manieže yra įrengta 2 660 sėdimų vietų.“

*Iš futbolo lubo „Sūduva“ interneto svetainės [fksuduva.lt](http://fksuduva.lt)*

Marijampolės savivaldybė jau daugiau kaip 12 metų yra Marijampolės futbolo arenos (dabar ji vadinama „Hikvision“), kuriai priklauso dengtas maniežas, pagrindinė dalininkė.

Įdomu, kuris Seimo narys kaltas, kad manieže nesurengta parodų, mugių, kultūrinių renginių? O gal kalta savivaldybė, neišjodinėjusi vieno žirgo ir jau šokanti ant kito, nes tas gražesnis (ir brangesnis)?





## PIJUS URBONAS 1933 – 2021



Marijampolės bendruomenė neteko ilgamečio Sporto mokyklos direktoriaus, trenerio, šokių entuziasto Pijaus Urbono.

Jis gimė kaime netoli Gudelių (Marijampolės sav.), šiame mieste baigė progimnazijos septynias klases, o vidurinę – Simne. Studijuodamas Kauno Kūno kultūros institute daugiausiai dėmesio skyrė lengvajai atletikai, gimnastikai, krepšiniui ir plaukimui.

Baigęs mokslus jaunas specialistas dirbo kūno kultūros mokytoju Kaune, Simne, kol, mamos paragintas, grįžo į gimtąsias vietas – tapo Gudelių vidurinės mokyklos kūno kultūros mokytoju. Vėliau vadovavo Skardupių, Mockavos aštuonmetėms mokykloms, o 1974 m. tapo Marijampolės sporto mokyklos direktoriumi. Šias pareigas P. Urbonas užėmė 40 metų.

Nuo jaunystės aktyviai sportavęs, daugiausiai pasiekė kaip plaukimo treneris ir sporto organizatorius. Jam vadovaujant nemažai Sporto mokyklos auklėtinių tapo įvairaus amžiaus grupių respublikinių varžybų nugalėtojais ir prizininkais.

Nuo 2000-ųjų metų P. Urbonas buvo Marijampolės kultūros centro pagyvenusių žmonių šokių kolektyvo „Sidabra“ narys. Polinkį šokiui, muzikai jis jautė nuo mažumės. Šoko mokydamasis mokykloje, vėliau – institute. Dirbdamas Gudeliuose organizavo kultūros renginius, vadovavo dramos būreliui.

Marijampolės sporto centras

## Laisvės gynėjų dienos – dvi parodos

Tauro apygardos partizanų ir tremties muziejus Sausio 13-osios proga Jono Basanavičiaus aikštėje parengė parodą „Į LAISVĘ“ (vienas jos stendų – nuotraukoje). Ekspozicija veiks iki kovo.

Taip pat galima susipažinti su virtualia paroda „Kas kitas, jei ne aš?“, kurioje pasakojama apie

Rimantą Juknevičių (1966–1991) – Laisvės ir Nepriklausomybės gynėją, marijampolietį, žuvusį prie Televizijos bokšto. Parodą galite išvysti muziejaus interneto svetainėje [www.marijampolesmuziejus.lt](http://www.marijampolesmuziejus.lt) bei muziejaus puslapyje socialiniame tinkle „Facebook“.



## Istorija: ligoninė ne tik gydė, bet

Rimantas URBONAVIČIUS, istorikas. Pasibaigus Pirmajam pasauliniam karui, Marijampolės ir apylinkių gyventojams, be kitų klausimų, labai svarbūs buvo ir sveikatos apsaugos reikalai. Ligoninė veikė Ligoninės ir Petro Armino gatvių sankirtoje, bet karas atnešė ne tik sužeidimų, užkrečiamųjų ligų, bet ir daugybę problemų: stokota vaistų, tvarsliavos, maisto, kuro ir kitų elementarių dalykų, patalpų prašėsi remonto. Jas mėginta spręsti, tačiau trūko lėšų.

Situaciją gelbėjo aukštuosius medicinos mokslus baigę ir patirties turintys daktarai: Kazys Grinius – Marijampolės miesto tarybos pirmininkas, apskrities tarybos narys, Petras Bliūdžius – Marijampolės apskrities ligoninės vedėjas nuo 1919 m. gegužės 1 d., Vladas Bagdonas – Marijampolės apskrities gydytojas, Kazimieras Pautienius, Vincas Slavėnas – Marijampolės apskrities ligoninės chirurginio skyriaus vedėjas, vėliau prisijungęs Dovydas Rozenfeldas ir kt. Negalima pamiršti ir ilgamečių medicinos seselių Magdalenos Dorinaitės, Olgos Ramanauskaitės, slaugytojų, tarnaičių ir kitų kasdienio atsakingo darbo.

Ligoninės išlaikymas buvo pačių gyventojų ir pradedančių dirbti savivaldybių reikalas. Ministerijos bei departamentai darbus taip pat tik pradėjo. Antai 1919 metų pradžioje Marijampolės apskrities tarybos suvažiavimas nutaria, kad: „... ligonbutis turi būti užlaikomas nuo apmokėjimo pačių ligonių: turtingieji patys turi užsimokėti, o neturtingus iš valsčių – valsčiai, iš miestų – miestai (sumoka - aut. pastaba); daryti remontą ligoninės suvažiavimas prašo apsimti Centralinės valdžios...“ Tuo metu ligoninės finansinė padėtis buvo prasta. Per laikotarpį nuo 1918 m. gruodžio 17 d. iki 1919 m. birželio 1 d. tik ketvirtadalį pajamų sudarė ligonių įmokos, visas kitas būtinas lėšas suteikė apskrities valdyba ir Sveikatos departamentas.

Apskrities ligoninės vedėjas daktaras Petras Bliūdžius 1919 m. liepą savo ir kolegų darbą nupasakojo taip: dėmėtosios šiltinės, venerinių ir kitų užkrečiamųjų ligų epidemija nesiliauja ir toliau plinta; ligonių pervežimui reikalingas sanitarinis vežimas; būtina steigti chirurgijos skyrių ir ieškoti jam vedėjo, sudarytas kontraktas su inž. Hiršu „delei

įtaisymo pirties prie Apskrities Ligoninės“ ir pan.

Apskrities Taryboje 1920 m. vasario mėnesį priimta Kazio Griniaus pasiūlyta rezoliucija: „Apskrities Taryba pripažįsta būtinu reikalu atidaryti Marijampolėje ligoninę venerijos ligoms 25 lovoms, pirmoje eilėje moterims ir prašo valdžios asignuoti 76 506 auksinų. Klausimas atidengimo venerijos ligoninės pripažintas skubiu, nes begalo greit plečiasi venerijos ligos, savivaldybių lėšų šiam dalykui neužtenka“. Taryba taip pat pripažino, kad prie ligoninės turimų 55 lovų dar reikia gimdymo skyriaus.

Apskrities tarybos išdininkas J. Dailydė pranešė, kad daugiausiai išlaidų reikės ligoninei. Situaciją gerai apibūdino jo pateiktas pavyzdys: balandžio mėnesį iš 35 ligonių už gydymą sumokėjo tik 4 (tuo metu už dieną mokestis buvo 14 auksinų, ambulatorijoje – 6 auksinai), taigi nesumokėta 12 tūkstančių auksinų. Praeitų metų skola – per 59 tūkstančių auksinų, didžiausias skolininkas yra Marijampolės miestas – 22,5 tūkstančio auksinų.

Tačiau buvo ir teigiamų pokyčių – Sveikatos departamentas ėmėsi finansuoti kovą su epide-

mija ir į Marijampolę paskyrė du dezinfektorius, tiesa, vienas jų dėl nedidelio atlyginimo netrukus iš darbo išėjo.

Ieškota problemų sprendimo ir vietoje. 1920 m. gegužės 7 d. Apskrities gydytojas Vladas Bagdonas pasiūlė ligoninės reikmėms paimti buvusį kalėjimo namą (Nr. 9) Petro Kriaučiūno gatvėje (buvusi Malūno) įkurdinant ten naujus skyrius. Kreiptasi į Marijampolės miesto tarybą prašant perleisti šį pastatą apskrities ligoninei. 1921 m. gruodžio 13 d. buvo gautas valdžios įsakymas sekvestruoti namą ligoninės reikalams, bet galų gale 1922 m. balandžio 21 d. pranešta, kad pastatas nebus perduotas.

1920 metams sudarytoje ligoninės sąmatoje pajamų tikėtasi ir už operacijas: per metus 1 200 auksinų. Įdomu, kad tokią pat sumą tikėtasi gauti iš ligoninės daržo bei sodo. Negana to, planuota nupenėti ir parduoti dvi kiaules: viena duos mėsos 1 centnerį, antra 1,5 centnerio, taigi, tikimasi gauti 1 200 auksinų (kiaulės buvo auginamos dar ir po penkerių metų). Žinoma, iš Sveikatos departamento laukta žymiai daugiau – 24 tūkstančių auksinų. Išlaidų tuo tarpu numa-

tyta daug, mat pinigų reikėjo atlyginimams, remontuoti pastatą, pirkti chirurginių įrankių, vaistų, tvarsčių, baltinių, malkų krosnims, žibalo, šiaudai čiuziniams ir tvartams, šieno pagalvėms, valyti kaminui ir nešvarumams, laidoti mirusius, mokėti už elektą ir t. t.

Gydymo įstaigoje tuo metu dirbo 15 žmonių: ligoninės vedėjas, chirurginio skyriaus vedėjas, trys medicinos sesutės, sesutė – šeimininkė, sargas, penkios tarnaitės, sanitaras, akušerė, tarnaitė – nešiotė. Kitais metais dar randame jaunesniojo gydytojo, farmaceuto, skalbėjos ir kitas pareigybes.

Pirmą kartą apie naujos ligoninės statybas vedėjas Petras Bliūdžius prakalbo 1921 m. gruodžio 13 d. Pranešdamas apskrities Tarybai apie ligoninės veiklą jis pabrėžė, kad Marijampolės ligoninė yra viena iš pirmaujančių Lietuvoje – tai patvirtino Ministrų Pirmininkas d-r K. Grinius (nuo 1920-06-19 iki 1922-02-02 jis vadovavo Ministrų kabinetui), pastaruoju metu buvo atlikta nemažai sudėtingų operacijų, po kurių nebuvo mirties atvejų. Anot vedėjo, norint ligonius gydyti



# Mus ugdo ir artimo meilės liudijimas



Rimantas NORVILA,  
Vilkaviškio vyskupas

Prieš tris dešimtmečius Sausio 13-ji suvienijo visos Lietuvos žmones. Tai prisimindami, žavimės anų dienų solidarumu, žmonių pasiaukojimu ir ryžtu. Tada pakilome virš asmeninių interesų, vienijomės bendram tikslui.

Tą tikslą nusakantis žodis Lietuva visiems skambėjo ypatingai. Didelis žmonių susitelkimas ir geranoriškumas padėjo pasiekti labai daug - įveikti

nelaisvės pančius, atkurti savą valstybę.

Ir šiuo metu, ištikti pandemijos, panašiai matome daug geros valios, solidarumo. Sunkumai, iššūkiai, kad ir kaip jų nenorėtume, turi ir pozityvių aspektų. Jie priverčia susitelkti, bendram labai apjungti daugelio žmonių pastangas, paskatina būti geranoriškesniais vieni kitiems. Tad neseniai pasibaigę 2020-ieji metai atmintyje išliks ne tik kaip pandemijos metai, bet ir kaip laikas, per kurį matėme ir išgyvenome daug susitelkimo bendriems tikslams, žmogiško gerumo. Kriziniai metai taip pat buvo turtingi daugelio žmonių tamystės pagal savo pašaukimą, savanoriško pasišventimo padėti artimui, kuris kenčia, kuriam sunku, liudijimais. Tokiu būdu daugybė pasiaukojimo momentų susidėjo į autentiškos meilės artimui mozaiką.

Daugelis pasaulio televizijų parodė kovo 27-tąją Vatikane, kai tuščioje Šv. Petro aikštėje popiežius Pranciškus lėtai priėjo prie

altoriaus, įrengto ant Vatikano bazilikos laiptų, paėmė į rankas monstraciją su Švenčiausiuoju Sakramentu ir palaimino nelaukta nežinios ir netikrumo ištiktą žmoniją. „Tirštos sutemos dengia mūsų aikštes, gatves ir miestus“, – kalbėjo tą vakarą Pranciškus. „Jos užvaldė mūsų gyvenimus ir viską pripildė spengiančios tylos ir slegiančios tuštumos, kuri viską stingdo: jaučiame ją ore, matome žmonių gestuose ir žvilgsniuose. Esame išsigandę ir pasimete.“ Popiežius tada visgi kalbėjo ir apie viltį: „Kaip mokiniai Evangelijoje, ir mus staiga užklupo nelaukta šelstanti audra. Supratome, kad visi plaukiame viena valtimi, esame pažeidžiami ir pasimete, tačiau tuo pat metu – svarbūs ir reikalingi. Visi turime irkluoti kartu, vieni kitus guosti. Visi esame šioje valtyje. Kaip anie mokiniai, kurie išsigandę vienu balsu šaukė: „Žūvame“ (Mk 4, 38), taip ir mes supratome, kad negalime kiekvienas eiti kas sau, bet turime eiti visi kartu.“

Taip einant, išgyvenant daugiau

solidarumo, geranoriškumo, atsirado ir daug daugiau vilties, žinojimo, ką daryti, kaip gyventi. Nors per tą laiką, deja, kai kurie mūsų artimieji ar sunkiai sirgo, ar kai kurie ir paliko šį gyvenimą.

Pagalba siekiant pasveikti ir šiandien reikalauja daugelio žmonių, visų pirma medikų, bet ne tik jų, pasišventimo, geranoriškumo, kartais net neeilinių pastangų. Jiems nelieka laiko nuovargiui ar rūpintis sava sveikata. Dideli iššūkiai neaplenkė ir institucijų, kurios globoja senus žmones. Vienuose tokiuose globos namuose, jau praėjus didžiausiai krizei, paklausiau vienos iš savanorių, talkinusių sirgusiems dėl COVID-19 infekcijos seneliams, ar ji pati nesusirgo. Atsakė, jog net nežino, tik paminėjo, kad buvo kelios labai sunkios dienos, bet tuoj papildė, jog nebuvo kada ilsėtis ar rūpintis savimi. Po kurio laiko atliktas antigenų testas parodė, kad ir ši talkininkė persirgo COVID-19 infekcija.

Noriu pasidalinti ir kitu liudijimu. Alytuje yra Šv. Elzbietos

seserų vienuolių namai. Ten šiuo metu gyvena trys seserys. Visos trys užsikrėtė virusu. Vėlų sausio pradžios vakarą vienos iš jų būklė labai pablogėjo, buvo nugabenta į ligoninę. Per naktį jai buvo atlikta visa eilė reikalingų tyrimų, suteikta galima pagalba ir rytą ji, apdovanota viltimi išgyventi, jau galėjo sugrįžti į savo bendruomenės namus. Kai sužinojau, kiek su ja ir kitais panašiais ligoniais tą naktį buvo dirbama, supratau, kiek daug žmonių tą naktį sunkiai dirbo šioje ligoninėje. O tokių naktų juk buvo daug. Ir ligoninių Lietuvoje, kaip žinome, ne viena. Savas gyvenimas daugeliui medicinos sektoriuje dirbusių žmonių netrumpam laikui pasislinko toliau.

Kaip ir Sausio 13-ją bei po jos, dalinkimės tokiais liudijimais vieni kitus pastiprindami ir paskatindami būti solidaresniais su tais, kuriems sunku. Tegul daugelio pasiaukojimas, artimo meilės liudijimas ugdo mus visus, skatina būti solidaresniais ir geresniais.

## ir penėjo kiaules, augino daržoves



A. Lukošaičio projektuotas ir 1936 metais patvirtintas Marijampolės ligoninės projektas (pastato fasadas)

pagal aukščiausius medicinos reikalavimus, reikia statyti naują ligoninės pastatą. Senasis namas turi daug trūkumų, pavyzdžiui, dėl šaltų koridorių ir tualetų ligoniai vėl suserga.

P. Bliūdžius ne tik išreiškė pageidavimus dėl naujos ligoninės, bet ir pateikė būtinų konkrečių darbų planą: šiam reikalui aps-

krities valdyboje reikia sudaryti komisiją, pasikviesti inžinierių, sudaryti sutartis su statybos firmomis ir pradėti darbą. P. Bliūdžiaus supratimu, ligoninei privalus knygynas (biblioteka), kur bus kaupiama medicininė literatūra, o ir sveikstantys ligoniai galėtų skaityti čia sukauptas knygas.

Netrukus buvo sudaryta komisija, kuri 1922 metų pavasarį kreipėsi į Vokietijos kompanijas domėdamasi, kiek kainuotų pastatyti 150 vietų ligoninę. Jai dairytasi vietos Kvietiško dvaro žemėje ir prie Šešupės.

Tų pačių metų pabaigoje nuspręsta, kaip surinkti mokesčius: jei ligonis yra dirbantis, bet atsi-

sako mokėti, tuomet už jį sumoka darbdavys.

Kol bus pastatyta nauja ligoninė, dar nemažai laiko reikėjo gydyti pacientus, o vietos buvo mažai, todėl 1923 m. „...ligoninės praplėtimui ir tam tikslui iš buvusio namelio, pramatyto ligoninės pirčiai, padaryta atitinkami kambariai, kame randa-

si virtuvė, raštinė bei sandėliai ir gyvena ligoninės žemesnis personalas. Paliuosuotuose ligoninės kambariuose įtaisytos palatos.“

Pagal Adolfo Lukošaičio 1936 m. projektą, naujoji ligoninė po trijų metų pastatyta šalia senosios: sklype tarp Bažnyčios, P. Armino ir P. Kriaučiūno gatvių.



## UAB „Garfus“ (Senukai)

karantino metu  
dirbs tokiu grafiku:  
**I-V** 8:00-17:00 val.  
**VI** 9:00-15:00 val.  
**VII** 9:00-14:00 val.

### PARDUODA

UAB koncernas ALGA parduoda likusius nuo gamybos įvairius metalus dar tinkamus naudoti gamyboje. Daugiau informacijos [www.turtas.alga.lt](http://www.turtas.alga.lt) arba telefonu 8 (686) 08077.

UAB koncernas ALGA parduoda naudotas metalo apdirbimo įrengimus, stakles ir įrankius. Daugiau informacijos [www.turtas.alga.lt](http://www.turtas.alga.lt) arba telefonu 8 (686) 08077.

### PERKA

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

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

Perku mišką su žeme arba išsikirsti. Taip pat pavienius medžius išsikirstimui. Atsiskaitau iš karto. Tel. +370 675 24422.

### REIKALINGA

**Advokatų kontora  
Erikas Rugienius ir partneriai  
IEŠKO  
viešųjų pirkimų specialisto.**

**Reikalavimai** – aukštasis teisinis arba jam prilygintas išsilavinimas, būtina vienerių metų darbo patirtis viešųjų pirkimų organizavime ir vykdyme.

**CV siųsti** el. p. [e.rugienius@erip.lt](mailto:e.rugienius@erip.lt).

Teirautis galima telefonu  
+370 699 60002.

### NUOMA

Patalpų nuoma biurui, gamybai, sandėliavimui ar kitai veiklai Marijampolėje, Gamyklų g. Daugiau informacijos [www.turtas.alga.lt](http://www.turtas.alga.lt) arba telefonu 8 (686) 08077.



## Siūlome darbą: FASUOTOJAMS

- Darbas valgomųjų ledų gamybos ceche (temperatūra +20°C);
- Darbas slenkančiu grafiku po 11 darbo valandų (su naktinėmis);
- Produkcijos fasavimo – pakavimo darbai.

✓ **APMOKOME**

✓ **SUTEIKIAME draudimą nuo nelaimingų atsitikimų**

✓ **KOMPENSUOJAME kuro išlaidas važinėjantiems iš kito miesto/savivaldybės**

**UAB „ICECO ledai“  
Tel. 8 620 84 042  
El. p. [darbas@iceco.lt](mailto:darbas@iceco.lt)**

Išnuomojamos patalpos Marijampolės centre, senamiestyje komercinei ar kitai veiklai Gedimino 1, Marijampolė. Daugiau informacijos [www.turtas.alga.lt](http://www.turtas.alga.lt) arba telefonu 8 (686) 08077.



**STATYBOS RITMAS**  
Gamyklų g. 3, Marijampolė  
Tel. (8 343) 71450, [info@sr.lt](mailto:info@sr.lt)

## KASAME KŪDRAS ILGASTRĖLIU EKSKAVATORIUMI

Transporto ir statybinių mechanizmų nuoma:

**Tel.: 8 699 49060, (8-343) 70482 [www.sr.lt](http://www.sr.lt)**



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

UAB Ekobetonas

## GAMINA

BETONAS PRISTATOMAS BETONO SIURBLIAIS, BETONVEŽĖMIS IR SAVIVARČIAIS

## METALO GAMINIAI (ARMATŪRA)

**Tel. 8 655 04687**

### Skelbimai į laikraštį telefonu, trumposiomis SMS žinutėmis!

SMS žinutėje rašykite: MAML, palikti tarpą ir įrašyti savo skelbimą, toliau siųsti numeriu 1679. Žinutėje negali būti daugiau kaip 160 simbolių (skaičiuojami ir tarpeliai). Priešingu atveju, bus dvi žinutės ir kaina padvigubės. SMS kaina 4,34 €. Kilus neaiškumams skambinti 8-606 11813

## Ypatingi „Tele2“ pasiūlymai: nuolaidos išmaniesiems įrenginiams ir akcija rekomendavus draugą

**Nauji metai – nauji išskirtiniai „Tele2“ pasiūlymai. Jais jau dabar galite pasinaudoti internetinėje parduotuvėje [www.tele2.lt](http://www.tele2.lt).**

„Šiuo metu didžiausią dėmesį skirkite savo saugumui, o visas prekes užsisakykite neišėję iš namų. Saugiai ir patogiai apsipirkite „Tele2“ internetinėje parduotuvėje ir savitarnoje arba paskambinę telefonu 117“, – sakė Petras Masiulis, „Tele2“ generalinis direktorius Baltijos šalims.

### Apsipirkite saugiai ir greitai

Internetinėje parduotuvėje arba savitarnoje galima įsigyti operatoriaus siūlomas prekes bei paslaugas: telefonus, kompiuterius, išmaniuosius įrenginius, modemus arba pokalbių ir interneto pla-

nus. Užsakytos prekės bus pristatytos nemokamai. Užsakytas prekes atsiimti dar tą pačią dieną galėsite ir „Tele2“ salonuose, kurie šiuo metu tapę prekių atsiėmimo punktais. Jų sąrašą rasite [www.tele2.lt](http://www.tele2.lt).

„Tele2“ savitarnoje taip pat galite pratęsti sutartis, apmokėti sąskaitas, nustatyti kreditito limitą, užsisakyti daugiau duomenų, peržiūrėti mėnesio apžvalgą ir rasti kitą svarbią informaciją.

Privatiems „Tele2“ klientams informacija teikiama 07:00-23:00 val. Skambinti galima trumpuoju numeriu 117 (skambinant tik iš „Tele2“ tinklo, nemokamai) arba +370 684 00 117 (skambinant iš užsienio ar kito operatoriaus, kaina pagal mokėjimo plano tarifus).

### Išmanieji laikrodžiai su eSIM technologija

Palikite telefoną namuose – atsiliepkite laikrodžiui. Tai padaryti leis „Samsung“ išmanieji laikrodžiai su eSIM technologija. „Samsung Galaxy“ išmaniųjų laikrodžių su eSIM kaina prasideda vos nuo 8,81 Eur/mėn. (su 37 Eur pradine įmoka ir 24 mėn. sutartimi).

Kartu su išmaniuoju laikrodžiu galėsite užsisakyti planą „Neriboti GB laikrodžiui“. Plano su neribotais duomenimis, pokalbiais ir SMS kaina

– vos 4,90 Eur/mėn. Jis bus pridėtas prie jūsų jau turimo telefono abonemento.

Įsigiję šį planą, galėsite aktyvuoti „Vieno numerio paslaugą“ išmaniesiems įrenginiams. Ji susieja telefoną ir laikrodį – skambučius, telefone esančių programėlių pranešimus ir SMS gausite į abu įrenginius tuo pačiu metu. Paslauga galima naudotis net tada, kai telefonas yra toli, nes laikrodžiai palaiko eSIM technologiją.

### Išmaniųjų telefonų išpardavimas

Šiuo metu daugybę pamėgtų telefono modelių galite įsigyti su pradine įmoka nuo 1 Eur ir vos nuo 9,91 Eur/mėn. Telefonus galite įsigyti mokant visą sumą iš karto arba nurodytomis įmokomis su bet kuriuo [www.tele2.lt](http://www.tele2.lt) skelbiamu „Tele2“ planu ir 24 mėn. sutartimi.

Nuolaidos taikomos populiariems „Apple“, „Samsung“ ir „Xiaomi“ gamintojų telefonų modeliams. Nepraleiskite progos įsigyti savo svajonių išmanųjį pigiau.

### Planšetiniai ir nešiojami kompiuteriai su pradine įmoka nuo 1 Eur

Puikūs pasiūlymai laukia ir tų, kurie ieško naujos planšetės ar nešiojamo kompiuterio. Juos šiuo metu galite įsigyti su pradine įmoka vos nuo 1 Eur.

Rinkitės iš patikimų ir kokybiškų „Apple“, „Dell“, „Lenovo“, „Asus“ ar „MSI“ nešiojamų kompiuterių ir iš darbui, mokslams bei pramogoms tinkamų „Samsung“

ir „Lenovo“ planšečių.

Pavyzdžiui, vos su 1 Eur pradine įmoka ir 24 mėn. sutartimi dabar galite įsigyti ryškia ir sparčia planšetę „Lenovo Tab M10 4G (32 GB)“. Mėnesinis įrangos mokestis – vos 6,58 Eur/mėn.

### Televizoriai nuo 2,63 Eur/mėn.

Šiuo metu užsisakant televizorių su 24 mėn. neribotu „Laisvo interneto“ planu ir „Go3“ išmaniąja televizija, televizoriaus įsigijimo kaina yra nuo 2,63 Eur/mėn. Interneto ir televizijos paketo kaina prasideda vos nuo 21,64 Eur/mėn. Galite rinktis iš „Xiaomi“, „Samsung“, „Philips“ ir „LG“ televizorių modelių.

### Rekomenduok draugą – gauk 25 Eur nuolaidą paslaugų sąskaitai

Kiekvienam, pakvietusiam draugą naudotis „Tele2“ paslaugomis, operatorius siūlo 25 Eur nuolaidą paslaugų sąskaitai, o jo draugui dovanoja 100 GB duomenų metams. Akcijoje gali dalyvauti visi privatūs „Tele2“ klientai. Pasiūlymas galioja pakviestam draugui sudarius bent 12 mėn. terminuotą sutartį.

Daugiau informacijos apie pasiūlymus ir akcijas sužinosite [www.tele2.lt](http://www.tele2.lt) arba paskambinę telefonu 117. Įrenginiams papildomai taikomas vienkartinis laikmenos mokestis. Pasiūlymų laikas ir įrenginių skaičius ribotas.

### Visos paslaugos saugiausiu jums būdu – TELE2 savitarnoje





## Pensijos 2021 metais – kam, kiek ir kada

Malgožata KOZIČ, „Sodros“ Komunikacijos skyrius. Nuo sausio „Sodra“ pradeda mokėti vidutiniškai 38 eurai didesnes senatvės pensijas. Didesnių sumų sulauks ir netekto darbingumo, našlių ir našlaičių pensijų bei šalpos išmokų gavėjai.

Gyventojai, gaunantys išankstines senatvės pensijas ir šalpos išmokas, padidėjimą pajus nuo vasario, kadangi šios išmokos mokamos už praėjusį, o ne už einamąjį mėnesį.

### Augs kone dešimtadaliu

Pensijos didinamos kasmet – jos didėja vidutiniškai tiek, kiek auga ekonomika ir gyventojų darbo užmokesčio fondas. 2021 metais socialinio draudimo pensijos didės 9,58 proc.

Planuojama, kad vidutinė senatvės pensija su būtinuoju stažu šiemet pasieks 440 eurų (pernai 399 eurai), o vidutinė pensija – 415 eurus (pernai – 377 eurai). Kiekvieno gavėjo pensija ir jos augimas bus individualus, mat priklausys nuo asmens įgyto stažo ir pensijos apskaitos vienetų skaičiaus.

### Priklauso nuo stažo

Gaunantiems pačias mažiausias socialinio draudimo pensijas mokamos priemokos. Turinčiųjų būtinąjį stažą visų gaunamų pensijų suma negali būti mažesnė nei minimalių vartojimo poreikių dydis. Pernai jis siekė 257 eurus, o 2021 metais ūgtels iki 260 eurų.

Po pensijų indeksavimo kai kurie gyventojai gali gauti mažesnę priemoką. Pavyzdžiui, gyventojas, turinčio būtinąjį stažą, senatvės pensija pernai siekė 230 eurų ir buvo mažesnė nei 257 eurų, tad jis gaudavo ir 27 eurų priemoką mažų pensijų gavėjams.

Po indeksavimo jo pensija 2021 metų sausį pasieks 250 eurų. Tuomet sausį gyventojas

dar gaus 27 eurų priemoką už gruodį, o nuo vasario priemoka sieks 10 eurų, kad visa pensijų ir išmokų suma nebūtų mažesnė nei 260 eurų.

Priemokos sumažėjimą gali lemti ir kitos pensijų išmokos.

Pavyzdžiui, jeigu gyventojui paskiriama našlių pensija, priemoka sumažėja arba gali būti išvis nebemokama, jeigu žmogaus pajamos, gavus našlių pensiją, perkopia 260 eurų. Šiemet našlių pensijos bazinis dydis padidės iki 28,63 euro.

Be to, 1,2 proc. padidės valstybinės pensijos, o valstybinių pensijų bazė išaugs iki 58,70 eurų. Tai reiškia, kad didesnių išmokų sulauks nukentėjusieji asmenys, mokslininkai ir pirmojo bei antrojo laipsnių pareigūnai ir kariai.

### Didesnės šalpos pensijos

Šalpos pensijas gauna tie gyventojai, kurie nėra įgiję minimalaus stažo socialinio draudimo pensijai gauti. Šalpos pensijos bazė kitąmet didės nuo 140 iki 143 eurų.

Tiems šalpos pensijų gavėjams, kurie stažo neįgijo dėl to, kad ne mažiau kaip 15 metų slaugė namuose neįgaliuosius ar išaugino ne mažiau kaip penkis vaikus ir pateikia tai įrodančius dokumentus, mokama 1,5 šalpos pensijų bazės dydžio šalpos senatvės pensija. Ši suma šiemet sieks 214,5 euro.

Šalpos pensijos mokamos už praėjusį mėnesį, tad jų gavėjai sausio mėnesį sulauks tokio pat dydžio išmokų, kaip visus 2020-uosius, o jau nuo vasario pajus padidėjimą.

### Išankstinės pensijos

Išankstinių senatvės pensijų

## Ragina suklusti: emigrantų laukia piniginės išmokos

Per paskutinius penkerius (2015-2020) metus užsienyje dirbę Lietuvos piliečiai pretenduoja į įvairių tipų išmokas iš užsienio institucijų, informuoja kompanija „RT Tax“. Deja, dėl nežinojimo ar klaidinančių mitų, savo teisėmis pasinaudoja ne visi.

### Sumos – įvairios

„Nemažai svetur dirbusių žmonių nežino apie galimybę susigrąžinti teisėtai jiems priklausancias išmokas iš užsienio“, – pastebi įmonės „RT Tax“ vadovas Žydrūnas Janušauskas. Jo teigimu, kiekvienas legaliai užsienyje dirbantis lietuvis gali pretenduoti į įvairių tipų išmokas: už auginamus vaikus, neišmokėtus atostoginius pinigus, sveikatos draudimo ar permokėtus pajamų mokesčius.

Ž. Janušauskas dalinasi statistine informacija apie išmokų dydžius: „Vokietijoje dirbusiems bei dirbantiems Lietuvos piliečiams, auginantiems vaikus iki 18 metų amžiaus, skiriama išmoka siekia 204-235 eurų per mėnesį, priklausomai nuo vaikų skaičiaus. Nyderlanduose – 55-79 eurų, o Norvegijoje net iki 685 eurų per mėnesį, tačiau priklauso tik tiems, kurie augina vaikus iki 2 metų amžiaus“.

Mokesčių permokos gražinamos taikant 5 metų senaties terminą. Tai

reiškia, kad jei asmuo yra dirbęs Didžiojoje Britanijoje, Vokietijoje, Nyderlanduose, Norvegijoje, Danijoje, Airijoje ar Austrijoje per paskutinius 5 metus, gali pretenduoti ir atgauti šią išmoką.

„Mokesčių permokos išmoka yra vienkartinė. Jos dydis priklauso nuo daugelio faktorių“, – dėsto Ž. Janušauskas. Į užsienio institucijas dėl mokesčių susigrąžinimo galima kreiptis savarankiškai, tačiau tolimesniame procese neretai kyla problemų, dėl kurių permokos susigrąžinimas stringa arba apskritai neįvyksta. Todėl patariama tai daryti su specialistų pagalba.

### Padeda kiekvienam

Nesvarbu, į kokią sumą pretenduojate – „RT Tax“ komanda pasiruošusi padėti. „Yra tekę parengti dokumentus, kuriais pavyko atgauti vos kelis eurus, bet esame padėję susigrąžinti ir 11 tūkst. eurų. Vidutinė mokesčių permokos išmokos suma svyruoja priklausomai nuo šalies: Vokietijoje tai būtų 950 eurų. Austrijoje, Di-

džiojoje Britanijoje, Nyderlanduose panašiai: atitinkamai 804, 833 ir 816 eurų. Norvegijoje 535 eurų, Airijoje 753 eurų, o štai Danijoje vidutinė suma siekia net 1219 eurų“, – vardija pašnekovas.

Anot „RT Tax“ vadovo, visos šios išmokos – numatytos įstatymų, todėl jų pareikalavimas ir gavimas yra visiškai legalus procesas.

„Deja, praktika rodo, kad daugelis užsienyje dirbusių žmonių nėra informuoti apie jiems priklausancias išmokas. Dėl nesusigrąžintų pinigų tiek piliečiai, tiek Lietuva kasmet netenka didžiulių sumų. Mūsų skaičiavimais, vien per 2019 metus nebuvo atgauta išmokų už 3,2 mln. eurų. Labai svarbu apie tai kalbėti ir dalintis šia informacija su savo giminaičiais, kaimynais ir kitais artimais žmonėmis“, – akcentuoja Ž. Janušauskas.

**Ar Jūs bei Jūsų artimieji gali pretenduoti į išmoką, sužinosite paskambinę šiuo telefonu: +370 685 98634. „RT Tax“ pirminės konsultacijos teikia nemokamai!**

gavėjų pensijos didės ne tik dėl indeksavimo, bet ir įstatyme pasikeitus išankstinių pensijų mažinimo procentui.

Skaičiuojant išankstines pensijos dydį bus taikomas mažinimas po 0,32 procento už kiekvieną mėnesį, likusį iki senatvės pensijos amžiaus. Iki šiol buvo taikomas mažinimas po 0,4 procento už kiekvieną mėnesį, likusį iki senatvės pensijos amžiaus sukakties, o sukakus senatvės pensijos amžių – už kiekvieną išankstines pensijos gavimo mėnesį.

Perskaičiuotos, taikant 0,32 proc. mažinimą, išankstines senatvės pensijos bus pradėtos mokėti 2021 metų vasarį.

Senatvės pensijų gavėjų, gavusių išankstines pensijas, senatvės pensijos bus perskaičiuotos jų nemažinant dėl to, kad jie gavo išankstinę senatvės pensiją, jei išankstinę senatvės

pensiją šie žmonės gavo ne ilgiau kaip 3 metus ir jei jų stažas, skiriant išankstinę senatvės pensiją, buvo ne mažesnis kaip 40 metų.

Jokių prašymų teikti nereikia. Perskaičiuotos ir nebemažinamos pensijos bus pradėtos mokėti ne vėliau kaip iki 2021 m. kovo mėnesio pabaigos, kartu išmokant už sausio ir vasario mėnesius susidariusią pensijos nepriemoką. Apie šį perskaičiavimą gavėjai bus informuoti asmeniškai – per „Sodros“ paskyrą gyventojui arba paštu.

Jei senatvės pensijų gavėjai, anksčiau gavę išankstines pensijas, neatitinka aukščiau išvardintų sąlygų, jų senatvės pensijos bus perskaičiuotos taikant mažinimą po 0,32 proc. už mėnesį.

### Išankstinės pensijos II

Pavyzdžiui, asmens senatvės pensijos dydis yra 400 eurų per mėnesį. Dėl indeksavimo ji padidės iki 440 eurų. Jeigu asmuo apsisprendžia gauti išankstinę senatvės pensiją likus 5 metams iki senatvės pensijos amžiaus sukakties, pensija bus sumažinta 19,2 proc. (0,32 proc. mažinimas x 60 mėnesių likusių iki senatvės pensijos amžiaus). Taigi, tokio žmogaus išankstinės senatvės pensijos dydis sieks 355,20 eurų.

Išankstinė pensija gali būti

skirta žmogui, kuriam iki pensijos lieka ne daugiau kaip 5 metai, kuris yra sukaupęs būtinąjį stažą senatvės pensijai skirti, bei kuris neturi kitų pajamų, negauna kitų pensinio pobūdžio išmokų, taip pat nedarbo socialinio draudimo, dalinio darbo ar priešpensinės bedarbio išmokos.

### Dirbantys pensininkai

Kai kurių gyventojų pensijos ne tik bus indeksuotos nuo sausio, tačiau ir atnaujinamos. Šių pokyčių sulauks tie pensininkai ir neįgalieji, kurie 2020 metais dirbo ir mokėjo pensijų socialinio draudimo įmokas.

Daugumai tokių gavėjų pensijos didės dėl papildomai įgyto stažo ir apskaitos vienetų. Kiek padidės dirbusio pensininko ar neįgaliojo pensija, priklausys nuo darbo pajamų ir sumokėtų pensijų socialinio draudimo įmokų.

Naujo dydžio pensijos bus pradėtos mokėti ne vėliau kaip liepos mėnesį, o už mėnesius nuo sausio iki pensijos atnaujinimo mėnesio bus išmokėta nepriemoka. Nereikia teikti prašymo pensijai atnaujinti.

Sužinoti savo stažą, pensijos dydį, pateikti prašymą dėl pensijos skyrimo visi gyventojai gali prisijungę prie asmeninės paskyros [www.sodra.lt/gyventojui](http://www.sodra.lt/gyventojui).





# Subsidijos darbdaviams: kas gavo valstybės paramą?

Užimtumo tarnyba informuoja apibendrinusi duomenis, kurie atspindi išmokas 2020 metais nuo pandemijos nukentėjusioms įmonėms.

Iš viso pernai subsidijos darbo užmokesčiui buvo skirtos 25 119

darbdavių, kurie pranešė apie 231 719 darbuotojų, esančių prastovose. Nuo balandžio iki metų pabaigos išmokėta 183,02 mln. eurų. Vidutinė subsidija per mėnesį siekė 20,3 mln. eurų.

Didžiausios sumos išmokėtos

balandį, kai net 22 555 darbdaviai gavo valstybės paramos už 170 002 darbuotojus prastovose – išmokėta 61, 9 mln. eurų. Daugiausiai prašymų prastovų subsidijai gauti pateikė didmeninės ir mažmeninės prekybos ir

variklinių transporto priemonių ir motociklų remonto įmonės – 24,08 proc. visų gautų prašymų, apdirbamosios gamybos – 23,37 proc., apgyvendinimo ir maitinimo paslaugų teikimo – 17,26 proc.

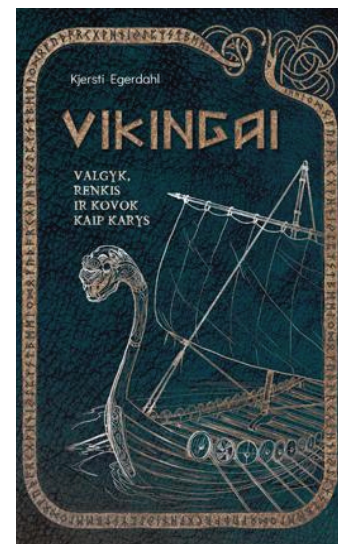
Tarp daugiausiai darbuotojų prastovose registravusių įmonių trečioje vietoje UAB „Mantinga“ – 940 darbuotojų, o tarp didžiausią valstybės finansinę paramą gavusių minima Marijampolės AB „Vernitas“.

## Kryžiažodis

Sudarė Danutė Šulcaitė

Prancūziškas raguolis	7							Sudilusio ... nevertas (visai prastas)
Miškų ir sodų paukštelis giesmininkas				Pušies ar eglės spyglys		F. „Viskas, ko ... per Kalėdas“ Nuošali		„Guliverio kelionių“ autorius
							4	
2				Europos valstybė Tarp. teniso federac.				5
	Teikti pagarbą, sveikinti; žemintis		Seniau – literatūros teorija	Varpos aksliniai, ūseliai	J. Rainio drama „Pūsk, ...“	... geležį, kol karšta		
				Piniginiai ištekliai, pinigai, kreditai	Filmas su S. Bulok „Dėl ... kal-tas Styvas“			6
	Komedija „... netau, ... negirdžiu“		A. Puijos filmas „... iš Gilijos“				Naujų agentūra ...TASS	Bangla-dešo sostinė
					Žydų šnekamoji kalba			Takeliu ...užla sraigė
	Gyvenimo malonumų išsivadėjusi moteris		3	Be reikalo ... pinigų (praleidžia)				1
					Gerai, imant skystimą liežuviu			Trinidado ir Tobago kodas
	Pamažu krito (apie plaukus)			Priebalsis, ištarimas su aspiracija				8

## Leidykla „Briedis“ pristato



gendinė asmenybė – Trečiojo reicho grosadmirolas, povandeninio, o paskui ir viso karinio jūrų laivyno vadas Karlas Dönitzas (1891–1980), kurį A. Hitleris savo priešmirtiniame testamente skyrė Vokietijos reichspräsidentu. Tačiau Dönitzo prezidentavimas karo suniokotoje, 1945 m. gegužės 8 d. besąlygiškai kapituliuojančioje šalyje tetruko 20 dienų. Niurnbergo tribunolo sprendimu grosadmirolas pripažintas kaltu dėl karo nusikaltimų ir nuteistas dešimčiai metų nelaisvės.

Šioje linksmoje ir įdomioje knygoje apie vikingus ir vikingų laikotarpį sužinosite, ką reiškia gyventi kaip senovės skandinavai.

Vikingai, tie senovės skandinavų jūrininkai, įkvėpė daugybę popkultūros fenomenų, tokių kaip „A&E“ serialas „Vikingai“, „Toras: Ragnarokas“ ir be perstojo augantis vikingų LARP pasaulis. Vikingai buvo sudėtinga ir užburianti bendruomenė. Čia buvo igudusių amatininkų, gabių pirklių, darbščių ūkininkų ir narsių jūreivių.

Legendinio vikingų palikimo įkvėpta knygos autorė Kjersti Egerdahl jums siūlo įdomų ir nuotaikingą pasakojimą, padėsiantį suprasti, kas buvo tie vikingai ir kaip jie gyveno: nuo senovės skandinavų kasdienybės iki kovų ir nuotykių paieškų. Sužinosite, kaip vikingai valgė, rengėsi, kovojo, kaip statė karo laivus, gamino ginklus, net kaip pynė barzdas į kasas. Knygoje rasite įvairių įdomių istorinių pasakojimų apie vikingų užkariavimus, garsius karius, mitologiją, pomirtinį pasaulį ir daugybę kitų dalykų.

Dar ir mūsų dienomis Dönitzas – gana kontroversiška asmenybė. Vieni jį smerkia kaip fanatišką nacį ir karo nusikaltėlį, kiti tvirtina, kad grosadmirolas buvo vienas gambiausių Vokietijos kariuomenės vadų, povandeninio karo genijus, menkai su totalitarinio režimo politika susijusi figūra.

Šioje knygoje Dönitzas pasakoja apie save, priimtus sprendimus, kai ėjo vadovaujamas pareigas, ir jų motyvus. Vokietijoje buvusio Trečiojo reicho grosadmirolas atsiminimai pirmą kartą pasirodė 1958 m., kai jis jau buvo atlikęs skirtą bausmę.



Šiuos atsiminimus parašė le-

1 2 3 4 5 6 7 8

Kryžiažodžio (Nr. 36) atsakymas: **KOLONIJA**

Vertikaliai: Valtyje. Kupini. SEB. Klostės. Triūs. NBA. Aga. Saikas. Meškas. Anankė. Itris. Nutas. Anam. Išplova. Sals. Dėtis. Horizontaliai: Pustas. Main. Pergamentas. Ibiai. Šarma. Kokni. Viksva. Aksis. Sesė. Leon. NPD. SB. Ulė. Yžta. Stot. Avi. Ekstrasensas.

Knyga „13 valandų“ laimėjo

KRISTINA KAVALIAUSKĖ.

Prizą atsiimti redakcijoje,

Kauno g. 15 (II a., 6 kab.), prieš

tai susitarus tel. 8-605 99998

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 sausio 25 d. 12 val. Laimėtojas bus paskelbtas kitame laikraščio numeryje

Kilus neišskumams skambinti 8-606 11813

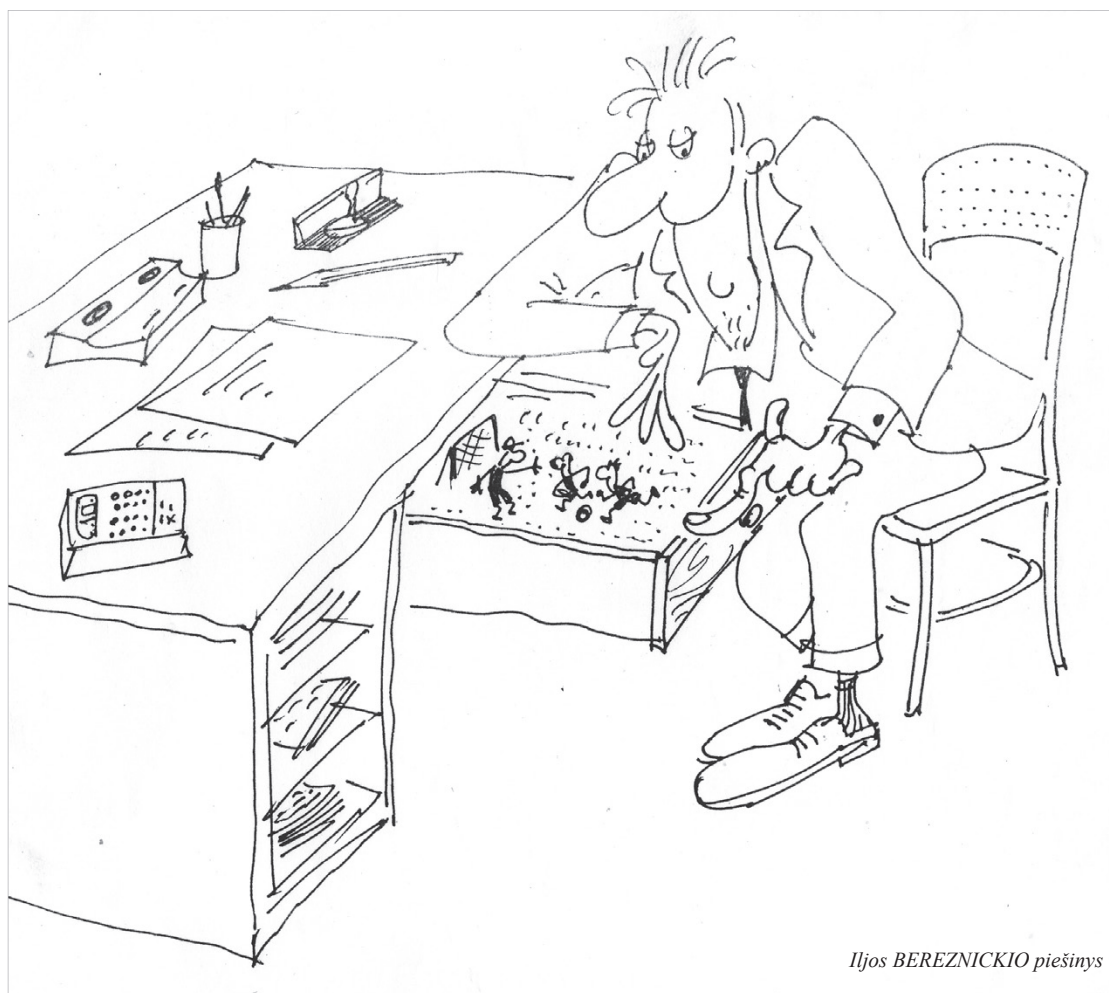


# Į naują kryžiaus žygį ves ir naujas apaštalas

Vytautas ŽEMAITIS. Mesijas prisikėlė! Bet ne per Velykas, o šių metų išvakarėse. Tai nedelsdama paskelbė respublikinė žiniasklaida savo sporto skiltyse. Mat prisikėlė ne visai tas, apie kurį pagalvojote, o Majemio (Marijampolės pavadinimas iš Kultūros sostinės laikų – red. pastaba) „Sūduvos“ futbolo klubo prezidentas. Ir ne iš numirusių, nors „kalusių“ jį prie kryžiaus dėl 2020 metais prarasto šalies čempionų titulo buvo užtektinai. Prezidentas nebuvo nukryžiuotas (toliau Nenukryžiuotasis), tik pasiskelbė nenorintis likti prezidentu, nes užsigeidė tapti paprastu (arba nelabai paprastu) futbolo žmogumi. Todėl po „sidabrinio“ sezono ėmėsi ieškoti, kas nupirktų jo komandą.

Ieškojimas truko šiek tiek ilgiau nei Kristaus mirtis po nukryžiavimo. Tačiau prisikėlimas buvo efektingas. Jei prisikėlusį Dievo sūnų pamatė vos vienas kitas žmogus, tai Nenukryžiuotojo sprendimą likti „Sūduvos“ savininku choru apdainavo žiniasklaidos priemonės tiek Vilniuje, tiek Kaune, tiek gimtajame Majemyje, kurį jis atvertė į futbolo tikėjimą. Atvertė, nes sutvėrė stebuklą – mieste tris metus iš eilės lijo aukso medaliai. Tai buvo Nenukryžiuotojo galios patvirtinimas bei nepažeidžiamas įrodymas, kad jis yra futbolo Mesijas (nepainioti su tuo, kuris žaidžia Ispanijos „Barselonos“ komandoje – red. pastaba).

Štai kaip savo prisikėlimą apibūdino pats Nenukryžiuotasis: „Per ilgą laiką Marijampolėje pavyko sukurti solidžią futbolo infrastruktūrą, „Sūduva“ turi stadioną, maniežą, treniruočių aikštyną, akademiją. Visa tai yra vertybės, kurios domina ne



Iljos BEREZNICKIO piešinys

vieną. Man norėtusi, kad futbolo lygis Marijampolėje kiltų, būtų stengiamasi sukurti kuo stipresnę „Sūduvą“, kad ji kovotų dėl aukščiausių vietų, bet per pokalbius su potencialiais klubo pirkėjais tokių siekių neišgirdau. Vieni labiau nori orientuotis į vaikų ugdymą, su kitais nepavyko derybės dėl pandemijos keliamų sunkumų. Trumpai sakant, nebuvau įtikintas, kad būtų siekiama „Sūduvą“ kelti aukščiau. Lieku atviras pasiūlymams, bet laikas pradėti dirbti 2021 metams.“

Vaikų futbolas nėra itin mėgiama Nenukryžiuotojo tema. Juos reikia ugdyti ilgai ir nuobodžiai

arba nenuobodžiai – priklauso nuo trenerių.

Kitas reikalas – parako uostę samdiniai. Suburti Majemyje jie net tris kartus iš eilės nukariavo Lietuvą ir buvo gerokai pasiūmėję Europoje. Vos vieno žingsnelio pritrūko iki Pažadėtosios žemės - Europos lygos pagrindinių varžybų, kuriose pilasi dangiškoji mana. Pagal Bibliją – tai stebuklingas maistas, kritęs iš dangaus po dykumą klajojusiems žydams. Futbolo kalba dangiškoji mana reiškia didelius pinigus. Jais galėjo nulyti majemiečiams, kuriais „Sūduvoje“ laikinai buvo žai-

dėjai iš Argentinos, Austrijos, Brazilijos, Kroatijos ir t. t. bei vienas kitas lietuvis.

Pernai Pažadėtoji žemė išvis liko toli, o vietiniame fronte prarasta čempionų karūna. Dėl to kalčiausia, žinoma, bjaurybė pandemija, bet prisidėjo ir nuolatinis varžovas Vilniaus „Žalgiris“. Jis, skirtingai nei „Sūduva“, per karantiną neišleido samdinių ilsėtis namuose, be to, vilniečiai, kuriais vadinti Ganos, Nyderlandų, Prancūzijos ir t. t. atstovai bei keli lietuviai, buvo labiau motyvuoti už auksu persisotinusius Majemio legionierius ir jų pagalbininkus. Juk

ne juokas – valstybės sostinės ekipa, ir trys metai be šalies čempionų medalių. Nepatogu, net, sakyčiau, gėda nusileisti komandai iš dvidešimt kartų mažesnio miesto. Ir pernai „vilniečiai“ nenusileido. Taip pat ketina elgtis šiemet.

Todėl „Žalgiris“ vėl telkia į kovos rikiuotę samdinių legioną. Tuo tarpu prisikėlęs Nenukryžiuotasis pirmiausia ėmėsi atsikratyti į Pažadėtąją žemę nenuvedusių legionierių. Neabejotina, 2021-ųjų kryžiaus žygiui į Europą pasitelks kitus, nes vaikų nepriaugino nei „Sūduvos“ akademija neseniai pervadintas Futbolo centras, nei ta, kurios savininkas „labiau nori orientuotis į vaikų ugdymą.“

Negalima teigti, kad Nenukryžiuotasis ignoruoja vietinius žaidėjus. Jokiu būdu ne! Pavyzdžiui, pernai pagrindinėje Majemio komandos sudėtyje žaidė net vienas. Kitų reikės palaukti. Gal kokius keturiasdešimt metų – kiek Mozė vedžiojo žydus po dykumą. Per tokį laiko šmotą turėjo pasikeisti kelios izraelitų kartos, kad žmonės atsikratytų vergovės palikimo ir taptų laisvi. Tik tokie galėjo įžengti į Pažadėtąją žemę.

Per keturiasdešimt metų išugdyti gerų savų žaidėjų užduotis sudėtinga, bet įvykdoma. O gal tiek laiko net nereikės. Gal į Majemį ateis naujas Mesijas, kuris, nepaisydamas vis spartėjančios globalizacijos, imsis kurti naują religiją – Marijampolės futbolo mokyklą.

Tuo tarpu 2021-iesiems pradėjęs dirbti Nenukryžiuotasis jau pasirinko naują „Sūduvos“ apaštalą. Juo tapo treneris iš Ispanijos.

## „Žalgirį“ treniruos „auksinės“ „Sūduvos“ strategas

www.fkzalgriris.lt informacija. Lietuvos čempionei Vilniaus „Žalgiris“ komandai šiemet vadovaus šalies futbolo mėgėjams puikiai pažįstamas specialistas Vladimiras Čeburinas. Su Lietuvoje dirbusiu treneriu iš Kazachstano sudarytas kontraktas 2021 metų sezonui su galimybe sutartį pratęsti.

55 metų V. Čeburinas į Lietuvą atvyko 2014 metais ir tapo vicečempionu su kuklia Pakruojos „Kruojos“ komanda. 2016 metais treneris persikėlė

į Marijampolės „Sūduvą“.

Su ja strategas 2017-2019 m. iškovojo tris A lygos čempionų titulus, laimėjo Lietuvos futbolo federacijos taure, dukart – Supertaurę, taip pat tris sezonus iš eilės pasiekė UEFA Europos lygos atrankos ketvirtąjį (paskutinį) etapą. Už šiuos pasiekimus V. Čeburinas triskart išrinktas geriausiu metų treneriu Lietuvoje.

„Šio trenerio rezultatai Lietuvoje kalba patys už save, ne tik A lygoje, bet ir UEFA turnyruose. Taip pat jo privalumas tas, kad jis

puikiai pažįsta ir „Žalgirį“, ir visą A lygos čempionatą, Lietuvos žaidėjus, todėl nuo pirmų dienų galėsime pradėti produktyvų darbą siekiant aukščiausių tikslų šiame sezone. Paskyrus naują trenerį artimiausiu metu galėsime suaktyvinti komandos komplektavimą, suderinti pasiūšimo sezonui planą“, – teigė „Žalgirio“ klubo vadovė Vilma Venslovaitienė.

Pats V. Čeburinas džiaugėsi galimybe po metų pertraukos sugrįžti į Lietuvą ir trenerio karjerą

tešti Lietuvos čempionų gretose.

„Pastaraisiais metais mano planus pakoregavo pandemija, bet tuo pačiu turėjau galimybę daugiau laiko praleisti su šeima, kas man labai svarbu, o neseniai gavau „Žalgirio“ pasiūlymą. Pakalbėjome su klubo vadovybe ir sutarėme padirbėti kartu. Labai džiaugiuosi, kad pavyko pasiekti susitarimą su „Žalgiriu“.

Tai klubas su giliomis tradicijomis ir aukštais tikslais, jame yra geras kolektyvas. Tikiuosi prie to pridėti kažką naujo ir išsau-

goti nugalėtojų dvasią“, – sakė treneris.

V. Čeburino pavardė daugeliui futbolo žiūrovų siejosi su specifinio stiliaus futbolu, tačiau treneris patikino, kad darbą „Žalgiryje“ pradės nuo naujo lapo. „Sutinku, kad tam tikras žaidimo stilius buvo „Kruojos“, tam tikras – „Sūduvos“ komandoje. Tačiau čia laukia nauja istorija. Bet ko kiu atveju, svarbiausia ne stilius, o tinkamai paruošti komandą ir su ja pasiekti rezultatą“, – pabrėžė strategas.





Agnė KALINKAITĖ, UAB „Headline agency“. Du trečdaliai lietuvių kepa namuose ir net penktadalis to ėmėsi dažniau per karantiną, rodo „Malsenos“ užsakymu atlikta visuomenės nuomonės apklausa. Naujas kepėjų būrys bei išaugusi miltų paklausa išaugina ir dilemas – kurie miltai kuriems kepiniams tinka geriausiai?

„Jeigu daug glitimo turinčius stiprius miltus naudosite puriems kepiniams, jie taps neįkandami ir sprangūs, o naudojant silpnus miltus kepti duonai, ji paprasčiausiai neiškils. Todėl esminis dalykas, į kurį reikėtų atkreipti dėmesį – miltų žymėjimas. Lietuvoje jie žymimi raidėmis, reiškiančiomis tvirtumą, glitimo kiekį, ir skaičiais, nuo kurių priklauso miltų baltumas“, – sako „Malsenos“ kokybės vadovė Aistė Kazakauskienė.

Skaičiai 405, 550, 812 reiškia

pelenų kiekį arba miltų spalvą. Kuo skaičius mažesnis, tuo miltai baltesni. Štai puriems biskvitams reikėtų ieškoti kuo baltesnių ir puresnių miltų, tačiau duonai pelenų ir juose esančių mineralinių medžiagų gali būti daugiau, nes tai maistas raugo bakterijoms. Dėl šios priežasties 405 tipas – populiariausias pasirinkimas puriems kepiniams, o 550 ar 812 – duonai.

Raidėmis (B, C, D, E) žymimas glitimo kiekis, lemiantis kepinio struktūrą. Plikytai, mielinei ar duonos tešlai glitimo kiekis turėtų būti didesnis, todėl reikėtų rinktis miltus su raide, esančia arčiau abėcėlės pradžios. Kepant trapios arba biskvitinės tešlos kepinus, tinka ir mažesnio glitimo miltai, pažymėti D ar E raidėmis.

**Populiariausi miltai žymimi 550D.** Juose kiek daugiau baltymų, todėl miltai itin universalūs: gali būti naudojami tiek

blynams, tiek duonai, tiek pyragams. „Svarbu atkreipti dėmesį į kepinų ruošimą – jeigu kepsite purius kepinus, šių miltų tešlos nepermaišykite, jeigu duoną – atvirkščiai, skirkite laiko minkymui, kad susiformuotų tvirti gliuteno ryšiai“, – sako „Malsenos“ specialistė.

**Kita populiari rūšis žymima 405D.** Baltesni ir puresni miltai tinka įvairiems konditeriniams kepiniams, sausainiams, trapiai tešlai.

„**Ekstra**“ kvietiniai miltai dėl specialios malimo technologijos pasižymi ypatinga kruopelių pavidalo struktūra, kurią galima matyti ir plika akimi. Jie taip pat žymimi 405D – yra itin balti, todėl puikiai tinkami biskvitams ir puriems kepiniams. Iš tokių miltų neiškepsime duonos ar mielinų gaminių.

**Aukščiausios rūšies kvietiniai miltai su tešlos kilidinimo medžiagomis „Self-raising“** vienoje pakuotėje, sumaišyti proporcijomis, tinkamiausiomis gaminti namuose. Iš jų geriausia gaminti keksiukus, pyragus, biskvitus, sausainius ar tiesiog purius pusryčių blynus.

**Viso grūdo kvietiniai miltai** gaminiui suteikia tankesnę struktūrą. Be to, kepiniai su šiais miltais bus „sunkesni“, smarkiai neiškils, todėl konditerijoje jie dažnai maišomi su įprastais kvietiniais miltais. Tokie miltai itin tinka kepti duoną.

## Avokadai – XXI amžiaus vaisius

Vilma JUODKAZIENĖ, prekybos tinklo „Iki“ maisto ekspertė. Viename avokade yra dvigubai daugiau kalio nei jų šaltiniu laikomame banane, taip pat jis praturtintas dvidešimt skirtingų vitaminų ir mineralų. Avokadai vertinami ir dėl juose esančių skaidulų bei sveikųjų riebalų.

Sveikuolišką mitybą be avokadų vargu ar galima įsivaizduoti. Juose esančios medžiagos organizmui suteikia energijos, jį jautina. Aš renkuosi tamsiai žalios spalvos avokadus su grublėta odele – jie patys maistingiausi. Taip pat svarbu atkreipti dėmesį, kad avokadai nepernoktų. Sunokusius rekomenduoju laikyti šaldytuve, o tuos, kuriems dar reikia šiek tiek subręsti – kambario temperatūroje, įvyniojus į popierių.

Rytą galima pradėti avokado skrebučiu. Avokadai tinka beveik visur – jais gardinamos salotos, gaminami padažai, užtepėlės. Kai kurie žmonės net sviestą

pakeičia avokadais, tad viskas priklauso nuo mūsų fantazijos.

### Keptos puselės

#### Reikia:

- \*2 avokadų;
- \*4 kiaušinių;
- \*poros griežinėlių šaltai rūkytos šoninės;
- \*druskos;
- \*svogūnų arba česnakų laiškų.

#### Gaminimas

Padalinkite avokadus į dvi dalis, išimkite kauliukus. Odos nulupti nereikia.

Į avokadų duobutes įmuškite po kiaušinį, naudokite kuo mažiau baltymo. Užberkite druskos ir pašaukite į 180 laipsnių orkaitę 20–25 minutėms. Stebėkite kiaušinio baltymą. Kai jis taps nepermatomas – avokadai paruošti. Keptuvėje paskrudinkite šoninę, iškepus – smulkiai supjaustykite.

Avokadus apiberkite šonine ir svogūnų ar česnakų laiškais.



## Kvepia ne agurkais, o stintomis!

Gabrielė VALAITYTĖ, UAB „Publicum“. Daugelio šalies miestų parduotuvėse jau pradėta prekiauti agurkais kvepiančiomis stintomis.

„Kad galėtume pasiūlyti šviežių stintų, vos prasidėjus sezonui, bendradarbiaujame su vietos žvejybos įmonėmis. Svarbiausia stintos savybė – šviežumas, todėl visi procesai sudėliojami taip, kad Lietuvos pajūryje sugautos stintos kuo greičiau pasiektų parduotuves“, – sako Vilma Juodkaziene, prekybos tinklo „Iki“ maisto ekspertė.

Rimvydas Kriščiūnas, žuvininkystės įmonės „Jūros vėjas“ vadovė sako, kad tik iš tinklų ištraukta žuvis tą patį vakarą vežama į prekybos vietas. „Jeigu norite ryškiau jausti stintoms būdingą agurkų kvapą ir ypatingą skonį, kuriuo pasižymi šios žuvis – geriausia jas būtų suvartoti per 2–3 dienas nuo išsigijimo datos. Jeigu stintas laikote ilgiau, iki 5 dienų, jos taip pat tinkamos valgyti, bet gali dingti specifinis kvapas“, – sako žuvininkystės įmonės atstovas.

Pasak V. Juodkaziene, stintos – sveikųjų baltymų šaltinis, apūpinantis organizmą aminorūgštimis. Kvapniosios žuvis taip pat turtingos mikroelementais: jose gausu geležies, kalio, kalcio, magnio, natrio, fosforo, chloro, fluoro ir molibdeno. Be to, stinta pasižymi vitaminų B ir D gausa. Šios žuvis lengvai virškinamos, todėl jų rekomenduojama valgyti vaikams ir vyresniems žmonėms. Siūlome kelis ekspertės siūlomus stintų paruošimo receptus.



### Marinuoti

**Reikia:** 1 kg stintų; 2 morkų; 2 svogūnų; miltų; druskos, pipirų, aliejaus kepti.

**Marinatui:** 1 l vandens; 2 v. š. cukraus; 1 v. š. druskos; 5 v. š. acto; lauro lapų, pipirų grūdėliais; gvazdikėlių.

**Paruošimas:** morkas nuskusite ir supjaustykite griežinėliais, o svogūnus – žiedeliais. Sudėkite juos į stiklainius. Tuomet išvalykite ir nuplaukite stintas. Jas pasūdykite ir parbarstykite pipirais. Įkaitinkite keptuvėje aliejų, stintas apvoliokite miltuose ir kepkite po 3–4 min. iš abiejų pusių. Iškeptas dėkite į stiklainius ant morkų ir svogūnų.

**Paruoškite marinatą:** užvirinkite vandenį su actu, cukrumi, druska, pipirų grūdėliais, lauro lapais ir gvazdikėliais. Pakaitinkite kelias minutes. Tuomet karštą marinatą supilkite į stiklainius su stintomis. Kai stiklainiai atvės, juos reikia palaikyti šaldytuve bent parą.

### Kepti

**Reikia:** stintų; miltų; druskos, pipirų; sviesto ir aliejaus.

**Paruošimas:** išvalykite ir nuplaukite stintas. Apibarstykite druska ir pipirais. Tuomet lengvai apvoliokite miltuose plonu sluoksniu. Keptuvėje ištirpinkite sviestą, galite įpilti šiek tiek aliejaus. Įkaitintoje keptuvėje kepkite žuvis po 3–4 minutes iš abiejų pusių.