

„Sodros“ pasitikėjimo telefonas

Kolega, kuriam išduotas elektroninis nedarbingumo pažymėjimas, lankosi pramoginiuose renginiuose? Įtariate „Sodros“ darbuotojo nesąžiningą elgesį? Apie tokius ir panašius atvejus galite anonimiškai pranešti „Sodrai“

Tai padaryti galima keliais būdais: 1. Paskambinę trumpuoju telefono numeriu 1883 arba (+370) 5 250 0883: -spauskite „1“ („Sodros“ paslaugos); -spauskite „7“ (pasitikėjimo telefonas) ► „2“ (anoniminis pranešimas apie galimus „Sodros“ darbuotojų korupcinius veiksmus ir kitą nesąžiningą veiklą); -po signalo palikite balso pranešimą. 2. Prašykite „Sodrai“ el. paštu antikorpucija@sodra.lt. 3. Praneškite apie korupciją Specialiųjų tyrimų tarnybai. 4. Praneškite apie nelegalų darbą Valstybinei darbo inspekcijai.

Kęstutis Tumelis prieš savivaldybės administraciją

Vos kovą išrinktos savivaldybės tarybos narys Kęstutis Tumelis (Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjunga) apskundė Regionų apygardos administracinio teismo Kauno rūmams Marijampolės savivaldybės administraciją. Tai bene pirmas toks atvejis nuo 2000–ųjų metų, kai po teritorinės administracinės reformos buvo įkurta Marijampolės savivaldybė.

- Kas paskatino imtis tokios drastiškos priemonės?

- Prieš mėnesį pirmajame tarybos posėdyje prisiekiau teisingai ir sąžiningai atstovauti Marijampolės gyventojams. O tai daryti trukdo savivaldybės administracija, neteikdama man pagal įstatymą priklausančios informacijos.

Ketverius metus trunkanti kadencija nėra didelis laiko tarpas įgyvendinti mane delegavusios Lietuvos valstiečių ir žaliųjų partijos programą, todėl iš karto ėmiausi veiklos. Savivaldybės administracijoje pasidomėjau, kur galėčiau susipažinti su gegužės 29 dieną numatyto savivaldybės tarybos posėdžio sprendimų projektais, pradėtais rengti dar kovo pradžioje. Tarp jų ypač miesto bendruomenei aktualūs vaikų darželių jungimo – dėl šios pertvarkos ketinama atleisti beveik 50 darbuotojų - ir miesto

seniūnijų sujungimo į vieną klausimai. Apie tai sužinojau ne iš tarybos posėdžio darbotvarkės, kurią gavau pavėluotai ir be lydinčių dokumentų, o iš mieste sklindančių kalbų. Vieno iš vaikų darželių ūkvedys gegužės pradžioje atėjo ir klausia: „Kas manęs laukia po sujungimo?“

Nedelsdamas skambinu į savivaldybės administracijos Švietimo, kultūros ir sporto skyrių. Ten nuo 9 iki 15 valandos niekas nekelia ragelio, nors telefono mygtukus maigau kas 15 minučių. Kadangi J. Basanavičiaus aikštė netoli, žingsniuoju į administraciją. Skyriaus vedėjas Nerijus Mašalaitis atostogauja, todėl jį pavaduojančiai specialistei sakau, kad noriu susipažinti su tarybos sprendimo projektu dėl vaikų darželių jungimo. Specialistė teigia negalinti dabar padėti ir pažada, kad per dvi dienas šiuos dokumentus gausiu.

Po tokio patikinimo pasitariau su man atstovaujančiais teisininkais, kurie patarė pageidavimą dėl dokumentų išdėstyti raštu. Išdėstau prašymą bei elektroniniu paštu išsiunčiu Švietimo, kultūros ir sporto skyriui, jo vedėjui, Bendrųjų reikalų skyriui, tarybos sekretorei.

Daugiau 3 psl.



Gegužės 25 d. (ketvirtadienis)

Vytauto parke

15.00 val. Teatralizuotų garsinių pasakų skaitymų sezono atidarymo šventė.

Marijampolės krašto ir Prezidento Kazio Griniaus muziejaus rūsiuje

16.00 val. Paroda Miestas dailininkų akimis.

J. Basanavičiaus aikštėje

17.00 val. Fotografijų parodos „Jaunimas. Tada ir dabar“ atidarymas.

Marijampolės kultūros centre

17.30 val. Meno mokyklos miuziklas.

Gegužės 26 d. (penktadienis)

6.00 val. ir 20.00 val. Tarptautinės karšto oro balionų varžybos.

J. Basanavičiaus aikštėje

Nuo 12.00 val. Cukrinis turgelis.

18.30 val. Marijampoliečių eitynės miesto gatvėmis.

19.00 val. „Cukrinio festivalio“ atidarymas.

19.20 val. Koncertuoja: Rūta Ščiogolevaitė, Vaida Genytė, Aistė Pilvelytė, Linas Adomaitis ir kiti. Fejerverkai.

23.30–00.30 val. DJ Jovani.

Gegužės 27 d. (šeštadienis)

Tarptautinės karšto oro balionų varžybos.

J. Basanavičiaus aikštėje

Nuo 10.00 val. Cukrinis turgelis.

Nuo 10.00 val. Nacionalinio kraujo centro akcija „padovanok kraujo“.

11.00–12.00 val. Su baikerių klubu „Siena“

12.00 val. Linijiniai šokiai.

13.00 val. Sūduvos medžioklės ragų muzikos festivalis.

15.00–16.00 val. Mažųjų muzikiniai sveikinimai miestui.

Vilkaviškio gatvėje

Nuo 11.00 val. Karinės įrangos, senų automobilių paroda.

Poezijos parke

Nuo 11.00 val. Kultūros įstaigų, nevyriausybinų organizacijų kiemeliai ir edukacijos, žurnalistų komandos „Media4Change“ pokalbių erdvė.

12.00 val. Edukacijos, kūrybiniai užsiėmimai, magijos pamokėlės, piešimas ant

veidukų, mažųjų marijampoliečių sveikinimai Marijampolei.

14.00 val. Spektaklis vaikams „Kaip atsiranda drugeliai“.

16.00–17.00 val. Jaunimo performansai

Evangelikų liuteronų bažnyčioje

17.00 val. Bergiš Gladbacho (Vokietija) miesto simfoninio orkestro solistų koncertas.

J. Basanavičiaus aikštėje

19.00 val. Koncertuoja Monika Linkytė, Leon Somov, Kąštytis Kerbedis, Vidas Ba-reikis.

Gegužės 28 d. (sekmadienis)

Tarptautinės karšto oro balionų varžybos.

12.00 val. Šv. Mišios už miestelėnus Šv. Arkangelo Mykolo bazilikoje.

„Via Baltica“ miesto problemų nespręs

Jurgis MAČYS. Netrukus ir pačioje Marijampolės pašonėje prasidės magistralės „Via Baltica“ rekonstrukcija. Spaudos pranešime informuojama, kad kompanija „HISK“ baigė projektuoti šio kelio 56,83–72,50 km atkarpą. Dalį jos sudaro miesto aplinkkelis tarp įvažiavimų į Marijampolę nuo Kauno ir Kybartų pusių.

Ši naujiena priminė kelias mūsų miesto transporto infrastruktūros problemas, kurių sprendimą savivaldybės vadovai siejo su „Via Baltica“ rekonstrukcija. Visų pirma, turiu omenyje bene pavojingiausią Gėlyno-Kauno gatvių sankryžą (prie prekybos centro „Mokiveži“). Čia maždaug prieš dešimt metų buvo įrengta laikinoji žiedinė sankryža, tačiau po kurio laiko ji dėl nežinomų priežasčių panaikinta, nors transporto srautas nuolat auga. Savivaldybės vadovai tada aiškino, kad

įrengti šioje vietoje stacionarią sankryžą tikimasi prisiderinus prie „Via Baltica“ rekonstrukcijos.

Pastarąsias kelias kadencijas savivaldybės administracijos direktoriaus pavaduotoju buvęs Arvydas Bajoras „Miesto laikraščiui“ sakė kažką girdėjęs apie sankryžos projektavimą, tačiau projekto nematęs.

Tuo pačiu planuota gražinti į buvusią vėžę Kauno gatvę šalia dabartinės „Circle K“ (buvusi „Statoil“) degalinės, kurios patogumui dar prieš kelis dešimtmečius suprojektuota labai pavojinga Kauno-Stoties-Gamyklų – Statybininkų gatvių sankryža. Anot A. Bajoro, čia būtina vadinamoji „turbo“ žiedinė sankryža – tokia, kokios veikia šalia geležinkelio prie autobusų stoties ir cukraus fabriko.

Nežinia, kokių būdu savivaldybė ketino savo reikmėms panaudoti „Via Baltica“

rekonstrukciją, tačiau „HISK“ projektavimo centro vadovas Martynas Jokubauskis „Miesto laikraščiui“ sakė, kad projektavimo užduotyje, kurią pateikė Kelių direkcija, nebuvo nurodyta jokių miesto objektų. Anot specialisto, tokie darbai atliekami iš kitų lėšų. Pagal atitinkamas programas jos skiriamos savivaldybėms, kurios ir sprendžia, kam skirti pinigai.

Kalbėdamas apie Marijampolės aplinkelį M. Jokubauskis minėjo, kad šalia kelio Marijampolė-Kybartai ir „Via Baltica“ susikirtimo numatyta net 11 ha ploto ilgalaikio ir trumpalaikio automobilių stovėjimo aikštelė. Joje tilps beveik pustrėčio šimto sunkvežimių ir daugiau kaip 100 lengvųjų mašinų. Be to, šioje atkarpoje planuojamas pirmasis Lietuvoje migracijos koridorius gyvūnams virš automagistralės, kuriuo jie galės saugiai patekti iš vienos kelio pusės į kitą.

NEMOKAMAS
KLAUSOS APARATŲ PARINKIMAS
(suaugusiems nuo 18 metų)

- Didžiausias regos ir klausos centrų tinklas Lietuvoje
- Kvalifikuoti ir ilgametę patirtį turintys klausos specialistai
- 5 metų garantija klausos aparatams

Registracija vizitui:
8 666 00636

J. Basanavičiaus a. 5, Marijampolė

OPTIKOS
MATAU. GIROŽIU. GYVENU!

Profesorius paneigė visuomenėje įsišaknijusius mitus apie 5G ryšį ir įvardijo jo privalumus

Apie naujos kartos ryšį 5G sklendo pačių įvairiausių mitų. Tačiau VILNIUS TECH profesorius ir Inovatyvios medicinos centro vyriausiasis mokslo darbuotojas Vitalij Novickij tvirtina, kad šis ryšys yra ne tik saugus, bet ir turi daugybę privalumų. Jis pasižymi kur kas spartesniu interneto veikimu daug didesniai vartotojų ratui.

Kur kas daugiau pranašumų

Pasak V. Novickij, naujos kartos 5G ryšys turi itin daug pranašumų.

„Lyginant su kitomis technologijomis, 5G pasižymi geresniu internetiniu ryšiu, be to, naudojantis 5G technologija vienu metu galima prijungti daugiau įrenginių. Tai reiškia, kad vienu metu šia technologija naudotis gali kur kas daugiau vartotojų“, – pabrėžia mokslininkas.

Su 5G žadamas ir daiktų interneto proveržis. 5G bus pritaikomas sveikatos, transporto, energetikos, aplinkosaugos, prekybos, robotikos, industrijos 4.0 ir autonominių automobilių infrastruktūroje.

Veikti gali tik visas normas atitinkantys 5G bokštai

5G, kaip ir ankstesnės kartos ryšiai 2G, 3G ar 4G, reikalauja mobiliojo ryšio bokštų antenų. Antena paverčia radijo bangas elektros srove arba atvirkščiai ir jos dėka elektromagnetinis laukas, kuriame yra užkoduota reikiama informacija, kryptingai siunčiamas į erdvę ir gali nukeliauti didelius atstumus.

Pagrindinis skirtumas tarp 5G ir ankstesnių kartų ryšių technologijų yra tai, kad jam yra naudojamos aukštesnio dažnio (GHz) juostos. Tokio dažnio signalai lengvai slopsta erdvėje ir sunkiai įveikia ilgus atstumus, lyginant su 2G tinklo technologija, kuri veikia net miške. Būtent dėl šios priežasties, pasak V. Novickij, norint, kad 5G veiktų sklandžiai ir maksimaliu greičiu – reikalingas didesnis naujos kartos bokštelių skaičius.

„Galimai ateityje kiekvienas aukštesnis pastatas ir kiekviena gyvenvietė turės 5G bokštų – kuomet daugiau bokštelių turėsime, tuo stabilesnis ir geresnis bus 5G ryšys. Ir nors 5G bokštelių netolimoje ateityje turėtume išvysti daug – nerimauti nereikia. Jie statomi pagal visame pasaulyje mokslininkų ir specialistų patvirtintas higienos ir spinduliuotės normas bei standartus“, – tvirtina profesorius.

Nacionalinio visuomenės sveikatos centro



(NVSC) pateikta informacija nurodo, kad elektromagnetinio lygio priežiūra Lietuvoje yra reglamentuojama Lietuvos Respublikos visuomenės sveikatos priežiūros įstatyme. Kiekvienas naujai pastatytas ryšio, tarp jų ir 5G, bokštelis turi atitikti elektromagnetinės spinduliuotės stebėsenos matavimus, o NVSC, savo ruožtu, kiekvienais metais iki gegužės 1 d. viešai paskelbia apibendrintą informaciją apie gautus matavimų rezultatus.

Pataria tikėti ekspertais – ne socialiniais tinklais

Kaip teigia mokslininkas, nors šis ryšys Lietuvoje diegiamas užtikrinant visus pasaulinio saugumo standartus – apie jį sklendo pačių įvairiausių mitų. Vienas plačiausiai nuskambėjusių – 5G kenkia žmonių sveikatai.

„Aukšto dažnio, t.y. 5G bangai daryti įtaką sveikatai – neįmanoma. Vienintelis žinomas ir patvirtintas galimas poveikis yra šilimas, todėl antenų galia yra ribojama ir

griežtai reglamentuojama. Visų kartų ryšio technologijų bangos ir jų biologiniai poveikiai mokslininkų tiriama dešimtmečiais, lenkiant net technologijos realų įdiegimą“, – sako Inovatyvios medicinos centro vyriausiasis mokslų darbuotojas ir VILNIUS TECH profesorius.

Jis taip pat priduria, kad iki šiol vyksta nepriklausomos, tęstinės ir retrospektyvinės studijos, tačiau jokio neigiamo poveikio žmonių sveikatai šios technologijos nedaroma, nes spinduliuotės galia yra ribojama. Standartai ir higienos normos formuojamos daugybės šalių ir tūkstančių nepriklausomų mokslinių tyrimų pagrindu.

Šis ir panašūs mitai, pasak jo, galėjo atsirasti neteisingai interpretuojant mokslinę literatūrą arba dėl per menko domėjimosi.

„Mitų apie 5G ryšį esu girdėjęs ir daugiau. Viešojoje erdvėje sklendo klaidingos kalbos apie žmonių programavimą, organizmo mutacijas – fantazijos žmonėms netrūksta. Visgi, siūlau pasitikėti profesionalais, kurie

dirba šioje srityje ir gali pateikti ekspertinę nuomonę. Jeigu kyla kažkokių abejonių – siūlau kreiptis į tos srities atstovus, o ne skaityti ir tikėti socialiniuose tinkluose sklindančia informacija“, – teigia V. Novickij.

Tai, kad 5G ryšys – saugus sveikatai patvirtina ir NVSC pateikta informacija. Šiuo metu Lietuvoje gyvenamojoje aplinkoje elektromagnetinio lauko energijos srauto tankis radijo dažnių intervale nuo 2 gigahercų (GHz) iki 300 GHz negali viršyti 10 vatų kvadratiniam metre (W/m²).

Mokslo bendruomenė tiria visus galimus elektromagnetinio lauko poveikius žmogaus organizmui: onkologinių ligų atsiradimą, neigiamą poveikį miegui, vaisingumui, genotoksiškumui ir kt.

Visgi, Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) teigimu, iki šiol nėra nustatyta, kad leidžiamų verčių neviršijantis elektromagnetinis laukas galėtų turėti ilgalaikį poveikį ir galėtų sukelti minėtus sveikatos sutrikimus.



Gegužės 26–28 d. nuo 12 val. Amatininkų dirbinių ir kulinarijos mugė (prie bažnyčios, Taikos ir V. Kudirkos g.).

Gegužės 26 d., penktadienis
Vilniaus alėja

13–15 val. Virtualios bibliotekos ELVIS iniciatyvos „Sunku skaityti? Pagarsink knygą“ pristatymas.

Amatų centras „Menų kalvė“ (M. K. Čiurlionio g. 27)

14 val. Tradicinių amatininkų V. Jasinevičienės (Rokiškis), V. Sebestinienės (Alytus), V. Striuogaičio (Marijampolė) darbų parodos uždarymas ir amatų demonstravimas.

Čiurlionio g., Šv. Jokūbo g. iki Laisvės a.

17.30 val. Teatralizuotos eitynės. Eisenos tema – DISCO, o šūkis – Įkvėpk Druskininkus!

Druskonio amfiteatras

18.45 val. Iškilmingas šventės atidarymas.

23 val. Mantas Jankavičius.

00.15 val. Lazerių ir fejerverkų šou „Saulė pateka naktį“.

00.30 val. DJ.

Pramogų aikštės scena (Vilniaus al. 24)

19.30 val. Linos Rastokaitės ir Jokūbo Bareikio programa.

21 val. The Roop.

22.15 val. Jessica Shy.

Gegužės 27 d., šeštadienis

Prie Vijūnėlės tvenkinio

11 val. Paplūdimio tinklinis. 2 grupės:

1. Vyrų. 2. Mišri. Amžius neribojamas.

Krepšinis 3x3. 2 amžiaus grupės: 1. 2004 m. ir jaunesni. 2. Suaugusiųjų.

Registracija renginio dieną nuo **10.30–11 val.**

Orientaciniai pasivaikščiavimai

11 val. Deguonies kokteilis.

16 val. Senieji Druskininkai.

Nemuno pakrantė

11 val. Yin joga su gyva muzika.

12 val. Mimų teatras.

15 val. Muzikos grupės „Knygų vaikai“ programa su rašytojais Tomu Dirgėla ir Justinu Žilinsku.

17 val. Žalia vaikų kūdra.

K. Dineikos sveikatingumo parkas

14 val. Grieš kapelos „Griežikai“ (Vilnius), „Sadūnai“ (Zarasai).

Druskonio amfiteatras

15 | 17 | 19 val. Šiuolaikinio cirko trupės „Taigi Cirkas“ programa.

Vilniaus alėja

15–21 val. Gatvės muzika ir performansai.

Pramogų aikštės scena (Vilniaus al. 24)

17 val. Il Senso.

18 val. Andriaus Kaniavos teatralizuotas koncertas.

20 val. Sisters on Wire.

21.15 val. Monique.

22.30 val. Solo ansamblis.

23.30 val. Gruodis.

Restoranas-muzikinis klubas

„Druskininkų kolonada“

21 val. Eglė Petrošiūtė ft. Kiko Freitas – BIRD'S NOTES albumo pristatymas.

Gegužės 28 d., sekmadienis

K. Dineikos sveikatingumo parkas

10 val. Joga.

12 val. Gongų terapija su R. Bincausku.

14 val. AcroYoga.

Jogos ir judesio mokytoja Julita Baravykienė.

Orientaciniai pasivaikščiavimai

11 val. Senieji Druskininkai.

12 val. Deguonies kokteilis.

Nuo Švč. Mergelės Marijos Škaplierinės bažnyčios (prie įėjimo)

15 val. Druskininkai dovanoja nemokamą sekmadienio ekskursiją ir kviečia pažinti kurortą ir jo istoriją. Trukmė apie 1.30 val.

Kaina – gera nuotaika ir šypsena.

15 val. Pažintinė ekskursija „Pirmyn į praeitį“ kalvystės studijoje „Malūno kalvė“.

Kaina 5 Eur /asm.,

registracija mob. 8 616 36915.

Kęstutis Tumelis prieš savivaldybės administraciją

Atkelta iš 1 p.

Atsakyme į vieną laišką rašoma, kad tokių dokumentų nėra, kitame – jie rengiami ir bus paviešinti suderinus, trečiame aiškina, kad dokumentai paruošti, tereikia mero pavaduotojos parašo. Vienas teisininkų, perskaitęs atsakymus, pasakė, kad tai parodija ir teisme prieš savivaldybės administraciją pažadėjo mane atstovauti. Tuo tarpu dokumentų, kuriuos man po dviejų dienų žadėjo Švietimo, kultūros ir sporto skyriaus vedėja pavaduojanti specialistė, iki šiol neturiu.

Gavau tik viešai prieinamą informaciją, kurioje nurodoma, kiek pareigybių bus panaikinta.

- O ko jums daugiau reikia?

- Noriu žinoti, kuo remiantis jungiami vaikų darželiai, seniūnijos, ar buvo atlikta išsami analizė dėl pertvarkos efektyvumo, kokios priemonės numatytos integruoti į darbo rinką darbuotojams, o gal jie bus palikti likimo valiai. Kadangi ši informacija nuo visuomenės slepiama, kas galėtų paneigti, kad, pavyzdžiui, vaikų darželių direktoriai, žinantys situaciją, neaptarė, kaip atleisti pavaduotojus, kad po pertvarkos galėtų užimti jų vietas.

Negaudamas pagal įstatymą priklausančios informacijos nusprendžiau, kad bent dalis jos gali būti atskleista vaikų darželių vadovų pasitarime, kurį organizavo minėtas N. Mašalaitis. Jį gerokai iš anksto informavau, kad posėdyje dalyvaus mano padėjėja. Skyriaus vedėjo atsakymas, kad posėdyje pašaliniai asmenys nepageidaujami, mane pribloškė. Nuvykau pas notarą, kuris patvirtino įgaliojimą mano padėjėjai, kad ji mane atstovaus posėdyje. Tačiau N. Mašalaitis vis vien pavadino ją pašaliniu asmeniu ir, grasindamas policija, pareikalavo išeiti iš posėdžio salės kartu su Seimo nario Dainiaus Gaižausko padėjėja. Viešai pažeminta moteris, 16 metų dirbanti švietimo sistemoje, skambino man ir ašarodama pasakojo apie tai, kas atsitiko.

Mečiau visus darbus ir nuskubėjau į pasitarimą. N. Mašalaitis „leido“ man dalyvauti,

o aš išsiaiškinau, kad nėra net susirinkimo darbotvarkės, jau nekalbant apie visišką Švietimo, kultūros ir sporto skyriaus vedėjo nekompetenciją, Konstitucijos ir kitų įstatymų, kurių jis privalo laikytis savo darbe, neišmanymą. Beje, posėdyje apie vaikų darželių jungimą vengta kalbėti. Matyt, dėl to, kad, man išvykus, salėje liko kolegė tarybos narė Erika Naikelienė.

- Žodžiu, informacijos, dokumentų, kurie priklauso jums gauti, iki šiol neturite?

- Šiuo metu, kai kalbame (gegužės 22 d. - red. pastaba), reikalingos informacijos nesu gavęs. Ir gegužės 29 dieną vyksiančiame savivaldybės tarybos posėdyje negaliu balsuoti, nes nežinau situacijos. Aš noriu sąžiningai atlikti darbą, kurį man, kaip tarybos nariui, patikėjo marijampoliečiai. Tarybos posėdžio darbotvarkėje iš viso 51 klausimas, o savivaldybės administracija su jais susijusių dokumentų nepateikė arba pateikė per vėlai – pažeisdama tarybos patvirtintą darbo reglamentą. Man nepriimtina kilnoti ranką vien dėl to, kad pasiimčiau kanceliarines išmokas. Mano nuomone, 29 dienos posėdis turėtų būti atšauktas, nes reikalingos informacijos negavo ir kai kurie kiti tarybos nariai.

- Kodėl klostosi tokia situacija?

- Po laimėtų rinkimų socialdemokratai taryboje pasijuto esą aukščiau įstatymų, visi kiti jiems yra niekas. Mieste sklando gandai, kad po pertvarkos visų sujungtų vaikų darželių direktorius bus kažkoks tikybos mokytojas, o maistą naujam dariniui ties su savivaldybės vadovais susijusi įmonė. Socialdemokratai to nekommentuoja, nors opozicija piktinasi, kad sprendimų dar nėra, o valdantieji jau skirsto pareigas, kurioms užimti būtina skelbti konkursą. Apie nesiškaitymą su žmonėmis liudija ir seniūnijų jungimas. Taip, lėšų gal ir bus sutalpuota, tačiau ar pagalvota apie pagyvenusius žmones, neįgaliuosius, kuriems dėl pažymos ar kito dokumento teks kulniuoti į kitą miesto galą ar centrą vietoje įprastų kelių šimtų metrų, kodėl nevykdyta gyventojų apklausa



K. Tumelis (kairėje), Seimo narys, Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjungos Marijampolės skyriaus pirmininkas D. Gaižauskas ir tarybos narė E. Naikelienė marijampoliečiams atstovauja vieninga komanda

Nuotraukos iš redakcijos archyvo

sprendžiant tokį marijampoliečiams svarbų klausimą?

Savivaldybės administracijos darbuotojai yra aiškiai instruktuoti, kad visokiais būdais blokuotų informacijos teikimą opozicijai ir ne raudonus marškinėlius vilkintiems tarybos nariams. Jei opozicija dėl to pasiskundžia, meras, kitas vadovas gali oficialiai pagrūmoti savo pavaldiniams, tačiau jų darbo vietai niekas negresia – juk „grūmojantys“ politikai patys nurodė neteikti informacijos. Tarnautojai taip ir daro. O štai jeigu jie teiktų duomenis, kaip to reikalauja įstatymas, tada gali netekti darbo. To dauguma savivaldybės administracijos darbuotojų ir bijo. Tačiau kai kurie, jausdami tvirtą socialdemokratų užnugarį, elgiasi itin arogantiškai ir su niekuo nesiskaito.

- Ką turite omenyje?

- Jau minėtą Švietimo, kultūros ir sporto skyriaus vedėją N. Mašalaitį. Jį už žmogaus žeminimą galima patraukti atsakomybėn asmeniškai. Tada jau ne meras draugiškai pagrūmos, o valdininko elgesį vertins teismas. Aš prižadu pasirūpinti ir savo lėšomis finansuoti atstovavimą teisme savo padėjėjos, kurios garbę ir orumą žmonių akivaizdoje pažemino savivaldybės administracijos skyriaus vedėjas.

- Žodžiu, laukia didelė kova?

- Manęs jau dabar klausinėja, kodėl taip elgiuosi, ar nesibaiminu dėl to sulaukti savo įmonėje mokesčių inspekcijos? Bet ko aš turiu bijoti, jei reikalauju atsižvelgti į savo, kaip tarybos nario, teises? Kai jos pažeidžiamos, aš negaliu teisingai ir sąžiningai atstovauti Marijampolės gyventojams.

Kalbėjosi Vytautas ŽEMAITIS

Apsaugos nuo saulės priemonės – nemokamai

Atėjus vasariškiems orams svarbu pasirūpinti odos apsauga nuo saulės, kuri gali padėti išvengti ne tik skausmingų nudegimų, bet ir pigmentinių dėmių atsiradimo ar netgi odos vėžio – melanomos. Todėl „Eurovaistinė“ ragina saugoti savo odą ir imasi socialinės atsakomybės projekto bei kviečia pasitepti odos losjonu su SPF apsauga tiesiog vaistinėse – jose sumontuoti specialūs įrenginiai – dozatoriai, po kuriais pakišus rankas, į delnus įpurškiama apsauginė priemonė.

„Norime, kad ši iniciatyva mums visiems būtų nuolatinis priminimas rūpintis savo oda. Tad, jeigu išėjote iš namų ir pamiršote SPF apsaugos priemonėmis pasitepti pats ar patepti savo vaikų odą, jūs tai galite padaryti vaistinėje“, – sako „Eurovaistinės“ komunikacijos vadovė Rolanda Lipnevičiūtė.

Visi dozatoriai yra automatizuoti, t. y. nereikia spausti kažkokio mygtuko ar liesti talpos. Losjono dozavimas higieniškas, nes po dozatoriumi pakišus rankas, losjonas automatiškai išpurškiamas į delnus. Specialiai parinkta ir priemonės nuo saulės konsistencija,



o esant poreikiui konsultantai pasiūlys drėgnų servetėlių rankoms nusivalyti.

„Vaistinėse dovanojama SPF odos apsauga nuo saulės yra tinkama tiek suaugusiems, tiek kūdikiams nuo 6 mėnesių“, – teigia „Eurovaistinės“ grožio vaistinių vadovė Aušra Vareikienė.

Anot jos, vaistinėse visą vasarą dovanojamos stipriausią „Dermedic“ +50 SPF apsaugą turinčios priemonės, kurios tinkamos naudoti ir jautriausios odos žmonėms.

Marijampolėje dozatoriai laukia gyventojų „Eurovaistinėse“ Bažnyčios g. 38 ir V. Kudirkos g. 3.

Svorio metimo padariniai

Rimvydas Blynas „Camelia“ vaistininkas. Viduržemio jūros, keto, protarpinis badavimas, paleo mityba – tai tik keletas populiarių dietų ir mitybos principų, kuriais eksperimentuoja visas pasaulis. Dieta pati savaime nėra neigiama, jeigu ji paruošta mitybos specialisto dietologo, atsižvelgiant į sveikatos problemas ar specifinius poreikius. Tuo tarpu artimųjų rekomenduoti ar internete rasti patarimai dažniausiai ilgalaikėje perspektyvoje nepadaeda nei patobulinti figūros, nei teigiamai atsiliepia savijautai.

Kai ribojame tam tikras medžiagas ar apskritai jų atsisakome, gali kilti įvairių nepageidaujamų simptomų. Bene dažniausi jų – nuovargis, virškinimo sutrikimai, galvos skausmas, mieguistumas, vidurių užkietėjimas. Dėl badavimo galima apskritai sulėtinti savo medžiagų apykaitą, organizmas ima gaminti mažiau leptino hormono, kuris padeda sumažinti apetitą bei suvalgomo maisto kiekį, ir daugiau grelino, kuris skatina apetitą, – tai gali paskatinti atvirkštinę reakciją, tad galiausiai suvalgysime dar daugiau maisto nei turėtume, ims kauptis riebalai.

Dėl nepakankamos mitybos gali slinkti plaukai, sumažėti raumenų masė, susilpnėti organizmo atsparumas. Dažna problema ir psichologiniai sunkumai – dirglumas, nerimas ar net depresija. Neretas ima kaltinti save, kad net dieta nepadaeda pasiekti norimų rezultatų, tai kelia stresą, darosi sunku išlaikyti svorį, laikytis mitybos plano.

Mūsų organizmai prisitaikę prie įvairaus maisto, todėl neužtikrindami visavertės mitybos jį išbalansuojame. Labai svarbu, kad valgomas maistas, o jeigu nepavyksta – vartojami preparatai, padėtų užtikrinti kuo įvairesnes gerąsias bakterijas. Sutrikusią žarnyno mikroflorą dažnai išduoda ne tik virškinimo sutrikimai, bet ir blogas burnos kvapas, suprastėjusi odos būklė ar užkietėję viduriai.

Nusprendus koreguoti mitybą, patariama konsultuotis su ekspertais ir stebėti savijautą. Susidare mitybos planą, stenkitės, kad bent pora savaičių maistas nesikartotų, būtų šviežias ir skanus. Organizmas turi nesijausti badaujantis, kad nekaupytų maisto atsargų. Reguliariai valgant, organizmas žinos, kad jam nėra reikalo tai daryti.

Pradėjus mesti svorį ar koreguoti gyvenimo būdą, labai svarbu išsikelti realius tikslus ir prisiminti, kad senėjant keičiasi kūnas, medžiagų apykaita. Todėl nereikėtų tikėtis, kad vyresniame amžiuje viskas vyks taip, kaip prieš kelis dešimtmečius. Be to, nereikėtų nuleisti rankų susidūrus su sunkumais, natūralu, kad normalizavus mitybą, svoris kris greičiau, o vėliau teks įdėti papildomų pastangų ir procesas taps lėtesnis.

Laikantis specialios dietos naudinga pasirūpinti, kad organizmui netrūktų būtinų vitaminų ir mineralų, skysčių, todėl rekomenduojama sekti šiuos rodiklius ir prireikus vartoti papildomai.

Pasitaiko, kai žūtbut norima pasiekti tam tikrą svorį ar kūno masės indeksą (KMI). Skaiciais akylai pasitikėti nereikėtų, nes žmonės sudėti skirtingai ir tai ne visada atsispindi svorio ar KMI rodikliuose.

Vis dėlto, jeigu pastebite, kad svoris staiga pasikeitė, nereikėtų į tai numoti ranka. Laikantis dietų apie peržengtas ribas dažniausiai įspėja kilusios psichologinės problemos.

Jeigu žmogus žvelgia į save ir nemato realaus vaizdo, vadovaujasi iškreiptais idealais ar tiesiog jo jokie rezultatai nebedžiugina, tai ženklas, kad problema yra rimta.

Nesustojus laiku, tokie eksperimentai tampa sveikatos sutrikimų priežastimi. Savo kūne kiekvienas turėtų jaustis gerai ir jeigu dėl tam tikrų įpročių kankina prasta savijauta, kenčiate patys ar aplinka, tai ženklas, kad verta pasikonsultuoti su specialistais.

Apie Velykas tikintiems ir netikintiems

Juozas FAKĖJAVAS, Zapyškio šv. Jono Krikštytojo parapijos klebonas. Beveik visose kalbose kasmetinė Kristaus prisikėlimo šventė vadinama žodžiu, turinčiu kažką bendro su „išėjimu“ (gr. exodus), pavyzdžiui, „Velykos“ – iš hebr. Pesach.

Vigilija reiškia budėjimą

Pirmieji krikščionys ginčijosi dėl kasmetinės Velykų šventės nustatymo. Nikėjos susirinkimas 325 m. nusprendė Velykas švęsti sekmadienį, nes Kristus prisikėlė iš numirusių pirmąją savaitės dieną. Kasmetinis Viešpaties Prisikėlimo šventimas siekia pirmąsias krikščionių kartas. Tris šimtmečius Velykos buvo vienintelė bažnytinė šventė. Diena prieš ją vadinama lotynišku žodžiu vigilija – budėjimas, laukimas.

V a. pradžioje sumažėjo suaugusiųjų krikštų ir kūdikių krikštas tapo norma. Velykų vigilijai dabar reikėjo mažiau laiko, o Eucharistija buvo švenčiama jau prieš vidurnaktį. Iki VIII a. vidurio tai atlikdavo jau šeštadienio vakarą. Bėgant metams tas šventimas vyko vis anksčiau ir anksčiau.

Pagal Pijaus V Mišių knygą (1570 m.) Velykos buvo švenčiamos Didžiojo Šeštadienio rytą. Dėl trumkės (kartais iki kelių valandų) ir prasmės praradimo Velykų vigilija buvo menkai lankoma. Tik pamaldų pabaigoje tikintieji ateidavo pasisemti šventinto vandens. Dauguma jų galvojo, kad tikroji Kristaus Prisikėlimo šventė vyksta sekmadienio ryto Mišiose.

Pagrindinis metų įvykis

Šiandien Velykų vigilija vėl užima deramą vietą kaip pagrindinė metų dieviškoji liturgija. Ši praktika pirmą kartą įvesta 1951 m. kaip eksperimentas, o 1955 m. ji nustatyta visoje Bažnyčioje. Savo atnaujinta forma budėjimas primena pirmųjų amžių Velykų šventes, tik tiek, kad trunka keletą valandų, o ne visą naktį. Ji sudaro keturias dalis: Šviesos liturgija, Žodžio liturgija, Krikšto liturgija ir Eucharistija. Velykų vigilija daugeliui tikinčiųjų vėl tapo tuo, kas buvo nuo pat pradžių Bažnyčioje: švenčiausia naktis ir pagrindinis metų įvykis. Į Velykų vigiliją buvo sugražintas suaugusiųjų Krikštas, kuris daugelį amžių buvo užmirštas. Nuostabus grožio ir sudėtinga budėjimo liturgija reikalauja labai rimto ir atsakingo pasiruošimo.

Iki pastarojo laikotarpio Didysis Šeštadienis buvo pasninko diena. Pasninkas tęsėsi net ir po Didžiojo šeštadienio liturgijos šventimo – iki pat naktinio budėjimo pabaigos. Ne taip seniai pasninko tradicija pradėjo atsinaujinti. Suaugusieji, besirušiantys Krikštui, dažniausiai kurį laiką praleidžia atsikyre, pasninkauja ir meldžiasi, laukdami Velykų vigilijos.

Vėl džiaugsmingas „Aleliuja“

Sutemus bažnyčių kiemuose užkuriama laužai. Nuo jų uždegama Velykų žvakė ir nešama į bažnyčią, kur pagerbiama džiaugsmingu giedojimu. Nuo šios liepsnos susirinkusių rankose uždegamos žvakės ir dega tol, kol bažnyčioje neįsizižiebna nauja šviesa. Prie Velykų žvakės giedama senovinė giesmė „Exultet“. Skaitomas Šventasis Raštas – ištraukos apie vandenį ir naują kūrinių. Giedant Visų šventųjų litaniją palaiminamas velykinis vanduo. Katechumenai išėina į priekį, ištaria Krikšto pažadus ir priima Krikšto sakramentą. Ir pirmą kartą po septynių savaitių vėl giedamas džiaugsmingas „Aleliuja“. Kristus prisikėlė! Bažnytinių metų eigoje nėra laiko, kuris turėtų tokią turtingą simboliką kaip Velykų vigilija. Tai pati krikščionybės širdis.

Krikščionys pasirinko būtent nakties valandas, kad švęstų Kristaus pergalę prieš nuodėmę ir mirtį. O kai danguje pasirodydavo pirmoji žvaigždė, prasidėdavo apeigos, kurios trukdavo visą naktį. Pirmiausia skaitytas Šventasis Raštas ir meldžiamasi. Paprastai būdavo 12 skaitinių, kuriuose akcentuojama naujos kūrinių svarba ir išganyto būtinybė per Krikšto vandenį. Tai pasakojimas apie pasaulio sukūrimą, nuopuolį, tvaną, Izaoko paaukojimą. Išėjimą iš Egipto, perėjimą per Raudonąją jūrą ir apsigyvenimą Pažadėtojoje žemėje.

„Tekta pienu ir medumi“

Bėgant laikui kūrimo ir išganyto temos įgavo ritualo įvaizdį – naujos būtybės gimimo Krikšto vandeninyse – pavida, daugiausia išreikšta per suaugusiųjų Krikštą. Apeigos prasidėdavo laiminant švęstą vandenį, giedant Visų šventųjų litaniją ir merkiant į vandenį Velykų žvakę. Po to krikštijamieji, kartais šiam įvykiui ruošdamiesi kelis metus, atsižadėdavo piktosios dvasios ir jos darbų iš savo praeito gyvenimo, išpažindavo tikėjimą ir

priimdavo Krikštą, patepimą aliejumi, taip pat apsirengdavo baltais drabužiais.

Nuo V a. Romos Katalikų Bažnyčioje atsirado vyskupo atliekamas antrasis patepimas aliejumi, kuris vėliau tapo Sutvirtinimo sakramentu. Pirmaisiais krikščionybės amžiais buvo tradicija naujai pakrikštytiems duoti pieno ir medaus. Tai simbolizavo jų kūdikystę tikėjime, taip pat, kad jie ką tik įžengė į Pažadėtąją žemę, kuri „teka pienu ir medumi“. O vigilijos pabaigoje, auštant, neofitai (ką tik tapę krikščionimis) pirmą kartą dalindavosi eucharistiniais pavidalais su tikinčiųjų bendruomene.

Alfa ir omega

Velykų ugnies palaiminimas senovėje nebuvo Didžiojo Šeštadienio liturgijos dalis. Ikikrikščioniškosios germanų gentys turėjo paprotį pavasarį kūrėti laužus pagerbdami pagonių dievus, kurie buvo atsakingi už derlių. Ten paplitus krikščionybei, Bažnyčia uždraudė šiuos laužų deginimus dėl akivaizdžios pagoniškos jų prasmės. Tačiau VI–VII a. airių misionieriai į žemyną atnešė tradiciją Didžiojo Šeštadienio naktį šventinti laužus bažnyčios kieme. Įdomu tai, kad šv. Patrikas įvedė šią tradiciją, kad atremtų druidų pavasario ugnies ritualo įtaką. Tai tapo tradicija, kuri pamažu įėjo į Velykų vigilijos liturgiją.

Velykų žvakės uždegimas kylo iš senovės antikios kasdienio ritualo „lucemare“ (žiburių uždegimo) sutemus. Tradicija atsirado pirmaisiais mūsų eros amžiais Romoje. Nakties tamsa velykinio budėjimo laiku būdavo apšviečiama daugelio žvakių, simbolizuojančių prisikėlusį Kristų.

Laikui bėgant žvakei buvo suteikta nauja prasmė. Dabar, vigilijos metu, kunigas brėžia ant jos kryžių ir skelbia: „Kristus yra pradžia ir pabaiga“. Tada rašoma pirmoji ir paskutinė graikų abėcėlės raidės – alfa ir omega. Po to keturiuose kampuose tarp skersinių įrašomi einamųjų metų skaičiai. Tada keturi smilkalų pumpurai įsmeigiami į skersinių galus, o vienas – į skersinių sandūrą, tariant žodžius: „Savo šventomis, garbingomis žaizdomis. Tesaugo ir tepalaikomu Viešpats Kristus“.

Vainikuoja Sekminės

Jėzaus mirtis įvyko per svarbiausią žydų šventę – Išėjimo dieną, ir Prisikėlime išsipildė viskas, ką



Sekminės. Juan Bautista Maino (1581-1649). Nacionalinis Prado muziejus, Madridas (Ispanija)

Wikipedijos nuotrauka

Išėjimas reiškė pirmiesiems Kristaus mokiniams. Tai buvo išėjimas iš vergijos į dvasinę laisvę. Nuo to laiko Jėzus tapo Velykų avinėliu, paaukotu už šią laisvę, lygiai taip pat, kaip, pagal seną žydų tradiciją, buvo aukojami avinėliai. Panašiai avinėlio kraujas simbolizavo žydų išėjimą iš mirties ir vergijos.

IV a. pabaigoje kai kurios Bažnyčios jau šventė Žengimo į dangų šventę – praėjus 40 dienų po Velykų. Iš pradžių šis regimas Prisikėlusiojo buvimas tarp mokinių buvo suvokiamas kaip Šv. Dvasios veikimo dalis ir švenčiamas kartu su Sekminėmis. Dešimt dienų tarp Žengimo į dangų ir Sekminių, pasirengimo Šv. Dvasios nužengimui, tarp tikinčiųjų buvo vadinama „Novena Šv. Dvasiai“.

Šios šventės metu šloviname šią visą apimančią patirtį – Viešpaties Dvasios priėmimą pirmoje tikinčiųjų bendruomenėje.

Velykos trunka 50 dienų, o jas vainikuoja Sekminės, kurios yra antra pagal svarbumą šventė krikščionims. Žydų tradicijoje ji turi kitą pavadinimą – Savaičių šventė: 7 savaitių padėkos laikotarpis, prasidedantis nuo Paschos. II a. pabaigoje tarp krikščionių prigijo tradicija po Velykų švęsti 50 dienų. Tikriausiai iš pradžių tarp Jėzaus mokinių buvo išsaugota žydų padėkos už „pirmuosius vaisius“ tradicija. Tuo laikotarpiu pasninkas ir klūpėjimas ant kelių buvo uždrausti, nes neatitiko Prisikėlimo džiaugsmo.

Darbo stažas bei sveikatos draudimas valstybės lėšomis

Valstybinės ligonių kasos informacija. Nedirbantys darbingo amžiaus žmonės, turintys įstatymu nustatytą būtiną pensijų socialinio draudimo stažą, socialinio draudimo senatvės pensijai gauti, privalomuoju sveikatos draudimu (PSD) draudžiami valstybės lėšomis.

Kadangi nuo 2018 m. pradėtas būtinojo senatvės pensijos stažo ilginimo procesas – stažas kasmet ilginamas po pusę metų, kol 2027 m. pasieks 35 metus – sprendžiant, ar konkretus žmogus jau turi teisę būti draudžiamas PSD valstybės lėšomis, atsižvelgiama į jo amžių ir įvertinama, koks būtinas darbo

stažas galios tais metais, kai asmuo sulauks senatvės pensijos amžiaus.

„Pavyzdžiui, jeigu žmogus senatvės pensijos amžiaus sulauks šiomet, PSD valstybės lėšomis jam garantuoja įgytas 33 metų pensijų socialinio draudimo stažas, tačiau jeigu senatvės pensijos amžiaus žmogus sulauks tik po dvejų metų – 2025 metais, tuomet PSD valstybės lėšomis jam garantuoja įgytas 34 metų stažas“, – sako Šiaulių teritorinės ligonių kasos skyriaus vedėja Inga Kvedarienė.

Numatyta išimtis tiems žmonėms, kurie dar iki 2017 m. gruodžio 31 d. buvo įgiję ne mažesni

kaip 30 metų pensijų socialinio draudimo stažą – šie gyventojai ir toliau yra draudžiami PSD valstybės lėšomis.

Bedarbiams, turintiems pagal šias sąlygas įvertintą stažą, nereikia patiems savarankiškai mokėti PSD įmokų. Sveikatos draudimą jiems garantuoja įgytas būtinas pensijų socialinio draudimo stažas. Tik reikėtų laiku susitvarkyti būtinus dokumentus.

Gyventojų duomenys apie jo sukauptą stažą, jei pats žmogus nesikreipė į „Sodra“ dėl stažo apskaičiavimo ar pažymos apie stažą, Draudžiamųjų privalomuoju

sveikatos draudimu registre neatsiranda savaime. Tad pirmiausia tokiam gyventojui reikia kreiptis į „Sodra“ ir pateikti prašymą stažui apskaičiuoti. Kai bus sutvarkyta ši informacija, ją gaus ir minėtas registras, tada žmogus bus priskirtas draudžiamųjų valstybės lėšomis grupei. Jis galės kreiptis į gydymo įstaigą dėl paslaugų, kompensuojamų Privalomojo sveikatos draudimo fondo (PSDF) lėšomis.

Jei būtinaji darbo stažą turintis gyventojai vis dar dirba arba po kurio laiko įsidarbina, įregistruoja savarankišką veiklą, privalomojo sveikatos draudimo įmokos atskai-

tomos iš jų atlyginimo arba mokamos savarankiškai nuo kiekvienos veiklos pajamų.

Pasitikrinti, ar žmogus apdraustas privalomuoju sveikatos draudimu, galima ligonių kasų interneto svetainėje.

Valstybės lėšomis PSD taip pat draudžiami Užimtumo tarnyboje užsiregistravę bedarbiai, pensininkai, neįgalieji, vaikai, vienas iš tėvų, auginantis vieną ar du mažamečius vaikus, socialinių pašalpų gavėjai, dieninių skyrių studentai ir kitoms kategorijoms priskiriami asmenys, nurodyti Sveikatos draudimo įstatyme.

Ypatinga žaluma – konteineriai vietoje medžių

Vytautas ŽEMAITIS. Pastarąją savaitę šalies televizijos, interneto portalų, socialinių tinklų dėmesio centre kartu su karu Ukrainoje, galimais išankstiniais Seimo rinkimais, pasaulio galingiausių valstybių vadovų susitikimu Japonijoje buvo ir Vilniuje nupjautas šimtmetis ąžuolas. Sostinės meras tai pavadino paprasčiausiu vandalizmu ir nusikaltimu prieš vilniečius, žadėjo, kad dėl to Vil-

niaus savivaldybė kreipsis į Generalinę prokuratūrą.

„Iki šiol siekiau, ir toliau sieksiu, griežtesnio teisinio nusikaltimų gamtai vertinimo. Nebūkime abejingi – priešinkimės sąžinė praradusiems niekdariams!“, – socialiniame tinkle į ąžuolo nukirsdinimą sureagavo šalies Prezidentas Gitanas Nausėda.

Marijampoliečiams tokių reakcijų belieka pavydėti, nes mūsų

valdžia nė necyptelėjo, kai prie Jaunimo gatvės 6-ojo namo krito dešimt medžių, kurių amžius, sudėjus, gerokai per pusę tūkstančio metų.

Dėl jų ašarojo tik keli namo gyventojai, kurie daugiau kaip prieš penkis dešimtmečius sodino šiuos medžius. O valdžiai kas – ji po kurio laiko pasigyrė vietoje medžių išasfaltavusi dar vieną automobilių stovėjimo aikštelę. Esą jų mieste trūksta, o medžių, matyt, net per daug.

Panašiai samprotaujantys nesuvokia, kad mes nepaveldime žemės iš protėvių, mes ją skolinamės iš savo vaikų. Todėl jiems Marijampolėje gali likti ne medžiai, o tik konteineriai išmesti stiklui, popieriui, plastikui (nuotraukoje), apie kuriuos visu garsu trimitavo Žaliosios politikos formavimo ir įgyvendinimo darbo grupės pirmininkas Karolis Dvylys. Esą tai viena iš priemonių, kurių dėka mūsų miestas taptų dar žalesnis.

Nesunku įsivaizduoti, kaip reaguotų vilniečiai, jei jiems vietoje nukirsto ąžuolo būtų pasiūlyta įrengti kelis naujutėliačius atliekų konteinerius. Tuo tarpu Marijampolės atliekų konteinerių parkas skamba visai patraukliai – galėtų būti dar vienas Žaliosios politikos ir t. t. grupės tikslas.



Prie Jaunimo g. 6-ojo namo pjaunami medžiai nepatraukė nei aplinkinių gyventojų, nei praeivių dėmesio, tuo tarpu Vilniuje nukirsto ąžuolo nuotraukomis socialiniuose tinkluose akimirksniu ėmė dalintis daugybė neabejingų žmonių

V. Žemaičio nuotraukos

Kaip mokyti vaikus finansinio raštingumo

Brigita BUDRYTĖ-MAČIULSKIENĖ, „Budinti Komunikacija“. Nors pareiga išmokyti vaikus finansinio raštingumo tenka tėvams, kartu su vaikais neretai to turėtų mokytis suaugusieji. Anot Pinigų muziejaus vyresniojo specialisto Tomo Grėlio, Lietuvoje dar daugelis nemoka taupyti, susikurti finansinio rezervo ar protingai skolintis.

„Suaugusiems trūksta laiko, o neretai ir motyvacijos bei noro mokytis, todėl pradėti turime nuo vaikų. Jie smalsūs, o kai užaugs, žinias perduos savo vaikams. Taip kursime vis didesnę atsparumą neprotintiems finansiniams sprendimams“, – sako T. Grėlis.

Pradėti ugdyti vaikų finansinį raštingumą reikėtų kuo anksčiau, nes, anot Demokratinės mokyklos pradinė klasių mokytojo Ernesto Samsono, taip jie geriau perpras taupymą, skolinimąsi, uždarbį, planuos pirkinius.

„Vaikams svarbu suprasti, iš kur atsiranda pinigai ir kodėl parduotuvėje prekės kainuoja, o už paslaugas reikia mokėti. Turint pagrindą, suaugus finansinio raštingumo įgūdžius reikės tik papildyti ar patiprinti, bus galima išvengti klaidų, iš kurių mums, suaugusiems, tenka mokytis“, – teigia E. Samsonas.

Jis priduria, kad ugdat finansinį raštingumą nuo mažens, labai svarbu pateikti vaiko amžiui tinkamą informaciją. Kuo vaikas vyresnis, tuo daugiau papildomų sąvokų ir sudėtingesnių procesų galima įvesti. Svarbu nebijoti apie finansus kalbėti paprastai ir žaismingai.

Pagrindas – mokykloje

Mokyklose įgyjamos žinios apie pinigų svarbą ir jų valdymą taip pat yra itin svarbios, todėl vis daugiau mokyklų pradeda finansinio

raštingumo pamokas, o kai kurios imasi ir įvairių projektų, lavinančių vaikų finansinį raštingumą pasitelkiant realius pavyzdžius. Praėjusiais metais Lietuvos Bankas (LB) įsteigė ir Finansinio raštingumo centrą (FRC), kurio vienas iš siekių – prisidėti skatinant ekonominio ir finansinio švietimo plėtrą šalies ugdymo įstaigose.

Pinigų muziejaus vyresnysis specialistas T. Grėlis įsitikinęs, kad mokyklose vaikų finansinis raštingumas yra ugdomas, tačiau tai reikėtų pradėti daryti ne vyresnėse, bet pradinėse klasėse ar net darželyje. „Tam gali būti skiriamos atskiros pamokos, tačiau finansinis raštingumas galėtų būti integruotas ir į tam tikrą dalyko programą, pavyzdžiui, matematiką“, – sako specialistas.

„Pinigus ir tai, kaip jie atsirado bei kokia yra jų funkcija, tyrinėjame ne tik per pasaulio kultūrų pamokas ir Pinigų muziejaus edukaciją, bet ir per dailės bei technologijų pamokas kuriame autentiškas pinigų kupiūras“, – pasakoja Demokratinės mokyklos pradinė klasių mokytoja Adelija Budginienė.

Ji priduria, kad vaikai mokykloje sužino ir apie mokesčius, pavyzdžiui, mokomasi, kodėl ir kam juos reikia mokėti.

Mokykloje lavinami ir tokie gebėjimai kaip gyvenimo aprašymo ar motyvacinio laiško rašymas, tam padeda ir lietuvių kalbos raštingumo gebėjimai, taip pat įvairūs probleminiai pirkimo-pardavimo uždaviniai, kurie lavina ir skaičiavimo bei matematinio mąstymo įgūdžius.

„Taip pat turime ir labiau gyvenimiškas pamokas. Pavyzdžiui, mokyklos bendruomenės Pavasario šventės projekto metu įsteigti vers-

lai realiai prekiaavo savo kepiniais, meno dirbiniais, vaikai taip pat dirbo kavinėje, kurios veiklą patys planavo ir koordinavo – tai leido uždirbti realias pajamas, o kartais ir suprasti, kas yra nuostolis“, – pastebi A. Budginienė.

Papildomi užsiėmimai

Šių metų balandį pirmą kartą minėta Lietuvos banko inicijuota finansinio raštingumo diena. Šia proga Pinigų muziejus pradėjo edukacinę programą „Iš kur atsiranda pinigai?“, skirtą pradinė klasių moksleiviams, o ateityje – ir vyresniems mokiniams.

Anot T. Grėlio, vaikų, atvykusių į Pinigų muziejų, akį pirmiausia patraukia įdomesni eksponatai, tačiau vedant pamokas, ekskursijas, diskutuojant – kyla klausimų apie pinigų atsiradimą, jų gamybą ir kitų.

Įvairių papildomų veiklų galima rasti ir kitur. Anot Demokratinės mokyklos pradinė klasių mokytojo E. Samsono, jau yra puikios lietuviškos literatūros, kuri gali padėti ugdyti vaikų finansinį raštingumą, tačiau itin svarbu įtraukti vaikus ir į kasdienes finansinius sprendimus.

„Jei einate į parduotuvę – pasakykite, kokią pinigų sumą planuojate išleisti ir leiskite vaikams pradėti išsirinkti prekes. Įtraukite juos į atostogų planavimą – jie gali nustebinti savo pasiūlymais ir įžvalgomis. Vaiko sudominti tais dalykais, kurie neįdomūs patiems tėvams, nepavyks. Jei moksytis vaiką vis atsidėti į taupyklę, o patys to nedarysite, būkite pasiruošę klausimo apie tai tikrai sulauksite. Kalbėdami apie pinigus su vaikais būkite žaismingi ir atraskite tai, kas patiks ne tik vaikui, bet ir jums. Ko patys būtumėte norę išmokti dar vaikystėje?“, – į tokį klausimą sau siūlo atsakyti E. Samsonas.

Ruoniukams suteiks suvalkietiškus vardus

Lina SKERSYTĖ. Baltijos jūros gyvūnų rehabilitacijos centre netrūksta darbų – čia užimtos beveik visos palatos ir baseinėliai, kuriuose plaukioja net 19 ruonių jauniklių. Tik patekę į biologų globą beveik visi jie sunkiai sirgo. Dabar mažyliai palaipsniui atgauna jėgas.

Nors pirmasis ruonių jauniklis į Baltijos jūros gyvūnų rehabilitacijos centrą atkeliavo kovo pradžioje, mažyliais besirūpinantys specialistai jau žinojo, koks vardas bus suteiktas nelaimėliui.

„Rengdami tradicines ruonių vardynas jau pabuvojome Žemaitijoje ir Aukštaitijoje, o šiemet kėlėmės į Suvalkiją. Bendradarbiaujant su Marijampolės viešąja biblioteka, moksleivių ir gyventojų prašėme pasiūlyti po vardą ruonių patelei ir patinėliui.

„Minėdami pasaulinę vandenynų dieną, birželio 8-ąją iš pusantro šimto vardų pasiūlymų išrinksimės skambiausius ir

labiausiai ruoniukus atspindinčius tarmiškus vardus“, – pasakoja Ieva Jašinskienė, Lietuvos jūrų muziejaus kultūrinės veiklos koordinatore.

Tarp siūlomų vardų – ir Pieskutė, Kaniukė bei Abazėlis, kurie atitinkamai reiškia smėlį, metalinį indą pienui supilti ir mažas, tačiau tvirtas rogutes, ant kurių uždėdamas vežamo rasto laibgalis.

Prie Baltijos jūros gyvūnų rehabilitacijos centro paramos ir pilkųjų ruonių populiacijos išsaugojimo prisideda ir „Lidl“ prekybos tinklas bei jo lankytojai.

„Kiekvienas nupirkęs „Duok ruoniukui penkis“ daugkartinis maišelis tampa 0,05 eurų parama Lietuvos jūrų muziejaus vykdomai Baltijos jūros gyvūnų rehabilitacijos veiklai. Nuo pat projekto pradžios – 2021 metų vasaros surinkta daugiau nei 110 tūkst. eurų“, – pažymi „Lidl Lietuva“ socialinės atsakomybės konsultantė Rasa Didjurgytė.



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



UAB Ekobetonas

GAMINA

**ĮVARIŲ RŪŠIŲ BĖTONĄ
IR BĖTONO MIŠINIUS**

BĖTONAS PRISTATOMAS BĖTONO SIURBLIAIS, BĖTONVEŽĖMIS IR SAVIVARČIAIS

METALO GAMINIAI (ARMATŪRA)

Tel. 8 655 04687

SR

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



**KASAME KŪDRAS
ILGASTRĖLIU EKSKAVATORIUMI**

Transporto ir statybinių mechanizmų nuoma:

Tel. (8-343) 70482

www.sr.lt

ŠILTINAMIAI. Parduodu įvairaus dydžio šiltnamius. Nemokamas pristatymas. Suteikiu garantiją. Tel. 8-661 51614.

Raseinių rajone gyvulių ūkyje reikalingi darbuotojai moterys ir vyrai. Apgyvendiname, maitiname. Tel. 8-672 50316.

PARDUODA

Parduodu alksnio, beržo, skroblo kapotas malkas, statybinių medieną, pušines atraižas. Atvežu. Tel. 8-648 61061.

**PREKIAUJA SUKAPOTOMIS
MALKOMIS ĮVAIRIAIS KIEKIAIS!**

- Beržas – 65 Eur už erdm.
- Alksnis – 55 Eur. už erdm.
- Ažuolas, uosis, skroblas – 80 Eur. už erdm.
- Mišrios – 60 Eur. už erdm.

Pristatome nemokamai!
Tel. +370 675 16005

PASLAUGOS

Elektriko paslaugos. Tel. +370 640 69416.

Tujų – gyvatvorių kirpimas, žeminimas. Medžių genėjimas. Sodybų – apleistų sklypų priežiūra, tvarkymas išstisus metus. Malkų pjovimas. Kiti aplinkos tvarkymo darbai. Tel. 8-637 33271.

SIENŲ ŠILTINIMAS
į oro tarpus
Tel. 8 696 42 020

Stogų fasadų, trinkelėlių plovimas atnaujinimas, dažymas, patalpų balinimas kalkėmis. Tel. 8-631 91211.

Gegužė - geros klausos meniuo

Registruokitės nemokamam klausos patikrinimui!

Gedimino g. 3A, Marijampolė

Būtina išankstinė registracija

+37062033338

www.audiomedika.lt/registracija

audiomedika



Saugaus eismo akcija

Iki rugpjūčio 26 d. Lietuvos miestuose ir miesteliuose vyksta prevencinė saugaus eismo akcija „Būk saugus, atsargus ir sveikas“, skirta atkreipti įvairių eismo dalyvių dėmesį į saugaus eismo svarbą. Iš viso bus suorganizuotas 21 renginys, apie jų konkrečias vietas ir laiką skalbiama akciją organizuojančios Lietuvos automobilių kelių direkcijos (LKD) tinklapyje.

Vykdam šią akciją, bendradarbiaujama su policijos komisariatais, visuomenės sveikatos biurais, priešgaisrinėmis gelbėjimo tarnybomis, nevyriausybėmis organizacijomis, savivaldybėmis, seniūnijomis, kultūros centrais.

Renginių vietose bus galima išbandyti saugos diržų efektyvumą, sužinoti, kaip taisyklingai naudoti atšvaitus, koks turi būti techniškai tvarkingas dviratis, priminta, kaip taisyklingai teikti pirmąją pagalbą ir pan.

Žinias apie saugų eismą gyventojai galės pademonstruoti sprendami kryžiažodžius, dalyvaudami viktorinose. Geriausiai mokantiems Kelių eismo taisyklės numatyti specialūs prizai.

PERKĀ

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

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

PERKAME

įvairų **NEKILNOJAMĄ TURTĄ**, butus, namus, sklypus.
Greitas atsiskaitymas.
Dėl išsamesnės informacijos kreipkitės tel. 8-658 00756.

REIKALINGA

J

JUODELIAI

UAB „Juodeliai“ – viena iš lyderiaujančių medinių padėklų elementų gamintojų Europoje. KVIEČIAME PRISIJUNGTI PRIE MŪSŲ KOMANDOS:

- **Staklių operatorius;**
- **Gamybos darbininkus;**
- **Kiemo darbininkus;**
- **Šaltkalvius;**
- **Elektrikus.**

MES SIŪLOME:

kelionę autobusu į darbą arba kuro kompensavimą (darbo vieta: Juodelių g. 8, Nendriškių k., Marijampolės sav.); darbo rūbus ir visas reikalingas darbo priemones; gardžią kavą ir sočius sumuštinis; draudimą nuo traumų.

Susidomėjote? Skambinkite tel.: +370 600 00515 arba siųskite savo CV el.p.: cv@juodeliai.lt

SR

REIKALINGI

STATYBOS RITMAS

**PLATAUS PROFILIO
STATYBININKAI**

Atlyginimas nuo 1 100 eurų atskaičius mokesčius.

Kreiptis:

**Gamyklų g. 3,
Marijampolė
tel. 8 652 50618;
8 343 71450.**

CSSS
SENUKAI

**ĮRANKIŲ
NUOMA**



Nuo 5 iki 10 parų -15%

Nuo 11 ir daugiau parų - 30%

Nuomojantis įrankius 5 paras ir ilgiau, sekmadienio mokestis neskaičiuojamas

☎ 8 650 32 667

📍 Stoties g. 47, Marijampolė



Stilius, įkvėptas pankų subkultūros

Roberta ČYŽIŪTĖ, stilistė. Ryškus, rėkiantis, nepriklausomas, unikalus, drąsus, kontrastingas, eklektiškas. Toks yra „Neo punk“ stilius, perėmęs geriausias pankų ideologijos tradicijas ir joms suteikęs naują – šiuolaikinį bei modernesnį – rūbą.

Šios mados pirmtakės filosofija formavosi Jungtinėje Karalystėje ir JAV. Kai jose vyraujantis socialinis, politinis bei ekonominis susipriešinimas įkvėpė pankų subkultūrą, gatvėse ir pogrindžio klubuose radosi išskirtinės išvaizdos bei mąstymo jaunuoliai.

Juos atpažinti buvo lengva. Pankų stilius atrodė gana agresyviai – su daugiau aštrių detalių, aukštomis ir ryškiai raudomis skiauterių šukuosenomis, iššaukiančiu makiažu, tamsiomis spalvomis, itin daug metalinių aksesuarų. Jie mėgo kontrastą, juodos ir geltonos spalvų derinius, prisegamus atributus – ženklukus, žiogelius. Taip pat perteklinį sluoksniavimą, įvairius „Pasidaryk pats“ elementus. Tuo tarpu „Neo punk“ mada – švelnesnė, mažiau agresyvi. Matyt, ir dėl šio stiliaus gerbėjų nuosaikesnio požiūrio į supančią aplinką.

Pankai savo ideologiją reikšdavo ganėtinai drąsiai – jie buvo maištininkai, o šiandien protestą jauni žmonės rodo kitomis formomis. Bet tai dar nereiškia, kad dabartiniam jaunimui visuomenės problemos rūpi mažiau. Jiems irgi aktualūs globalūs iššūkiai: klimato kaita, žmogaus ir gyvūnų teisių klausimai, aplinkosauga, politiniai bei socialiniai išbandymai. Jie taip pat laužo nusistovėjusias normas ir šį protestą atspindi išvaizda. Todėl „Neo punk“ mados elementai yra modernesni. Šiam

stiliui būdingos „Cargo“ (karinio stiliaus) kelnės pažemintu liemeniu, ryškios spalvos, veidrodiniai sportiniai saulės akiniai, daug džinsų, langelių raštai, kelnų bei sijono deriniai. Prie to neretai derinamos mielos detalės – spalvingi segtukai, pūkuotas megztinis. Jaunimas nesivaiko stereotipų, o sieja įvairius pankų ir kitų stilių elementus, viską suderindamas individualioje išraiškos formoje.

Mėgstantys „Neo punk“ stilių taip pat nešioja nutrintą odą, lateksą. Drabužiai turi plėšytų detalių, vyrauja ryškiai raudona, juoda, populiaros neoninės spalvos – rožinė, žalia, geltona. Siluetas gali būti didesnio, „Oversize“ dydžio (patogūs, negabaritiniai), apsmukęs, priglundęs arba persimaišęs. „Neo punk“ stiliui taipogi svarbus kontrastingumas, aštrių detalių derinimas su švelniais ar moderniais elementais

Šiai madai labai svarbūs aksesuarai. Dažniausiai tai – sidabro spalvos papuošalai, kurie gali turėti ir futuristinių formų. Be to, neretai nešiojami auskarai per visą ausies ilgį, o aksesuarai kartais puošia veido sritį.

Taip pat būdingos kaklo ar segamos ant drabužių grandinės, diržai su kniedėmis. Nešiojamos ir rankinės, kurios dažniausiai būna kontrastingos spalvos bei formos. Mėgstama masyvi avalynė arba smailiosios aukštakulniai. „Neo punk“ derinius papildo sportiniai saulės akiniai, žaismingi plaukų segtukai, žiedai, širdelės formos rankinės.

Stiliui būdingus languoto rašto spalvingus sijonus, dekoruotus žiedelius, galima dėvėti su marškinėliais, ant kurių – mėgstamos muzikos grupės albumo viršelis.

Prie tokio derinio puikiai tiks nutrintos odos „Oversize“ švarkas, suteikiantis nerūpestingumo įspūdį, grubūs sidabro spalvos papuošalai ir modernūs kerziniai batai.

Beliks tik keli akcentai, pavyzdžiui, jau minėta širdelės formos rankinė ir hiperbolizuoti dideli saulės akiniai. Štai ir viskas – turime tobulą „Neo punk“ įvaizdį. Žinoma, jį galima sušvelninti. Dėvėti marškinėlius, papuoštus grafičių piešiniu, „Cargo“ stiliaus juodos spalvos pažeminto liemens kelnės su dirželių detalėmis, smailiosios batelius ir pridėti stambų sidabro spalvos kaklo papuošalą. Pastebiu, kad taip besirengiančių žmonių ar dėvėtojų kelis „Neo punk“ stiliaus drabužius arba aksesuarus šiandien – labai daug.

Pankai savo stilių pabrėžė ne tik drabužiais bei aksesuarais, išsiskyrė ir makiažu, šukuosenomis. Toks šios mados papildymas taip pat būdingas „Neo punk“ stiliui.

Jį besirenkantys mėgsta itin iškarpytas šukuosenas – vadinamąjį „Mullet“ kirpimą. Taip pat plaukus dažo spalvotomis dėmėmis. Šukuosenos būna ir ilgos, neiškarpytos, dažytos varine raudona spalva ar tamsiu kaštoniniu atspalviu. „Neo punk“ stiliui taip pat būdingi balinti plaukai ir antakiai, kartais – „Amelijos iš Monmartro“ kirpimas. Savo ruožtu akių makiažas gali būti dūminis tamsus. O norint sukurti kontrasto įspūdį, pasirenkama griežta šukuosena, parausvinami tik skruostai bei lūpos. Makiažas neretai būna eksperimentinis, netobulas, nerūpestingas. Todėl, jei šiandien norisi mėlynų lūpų, jos puikiai tiks.

Dėl tokio griežtų taisyklių nebuvimo savo aprangai pritaikyti „Neo Punk“ stilių nesudėtinga.



„JNK agency“ pateikta nuotrauka

Mat kone kiekvienas savo spintoje jau turi bent vieną reikiamą detalę. Tai gali būti ir plėšyti „Oversize“ džinsai, ir odinis švarkas ar kerziniai batai. Ši mada dera beveik su visais stiliais – tiek klasikiniu, minimalistiniu, tiek ir sportiniu. Be to, užtenka tinkamai pasirinkti aksesuarus – kniedėmis dekoruotą rankinę, masyvią grandinę ant kaklo, stambią avalynę.

„Neo Punk“ džiugina laisve, maištu. Pavyzdžiui, galima dė-

vėti juodas klasikines ir plačias kelnės, didintą švarką, smailiosios batelius su metalinėmis sagtimis, perregimą neoninių spalvų glaustinukę ir sportinius saulės akinius. O jei norisi vien sporto stiliaus, užsidėkite tampres ir trumpą priglundusią palaidinę bei derinkite šiuos drabužius su languotu ir ryškiai švarku, sidabro spalvos papuošalais, džinsine beisbolo stiliaus kepuraitė, stambiais kerziniais batais ir aštrių formų saulės akiniais.

Sportiniai drabužiai – gero mados pojūčio ženklas

UAB „JNK agency“. Sportinių drabužių mada šiandien išgyvena tikrą renesansą. Kokios šio šiltojo sezono sporto aprangos tendencijos, kaip susikurti madingą derinį ir kurie aksesuarai – populiariausi? Į šiuos klausimus atsako stiliaus žinovės.

Įkvepia aukštoji mada

„Ryškiausios aprangos tendencijos sutelktos į drąsą, pokyčius ir laisvę. Todėl įprastus priglundusius siluetus šiandien keičia kiek laisvesnio kirpimo sportiniai

drabužiai. Taip pat šį sezoną ypač aktualūs blizgūs, metalizuoti faktūrų audiniai. Todėl verta keisti nuomonę, jog blizgumas tinka tik šventėms. Siūlau drąsiai rinktis ir savo aktyviam laisvalaikui kurti išskirtinius derinius su drabužių dizainerių dabar mėgiamu blizgumu. Be to, derėtų atkreipti dėmesį į tinklelio medžiagą. Ji yra vienas stilingiausių pasirinkimų, matomų žymiausių kolekcijų pristatymuose, ir puikiai tinka sportinės aprangos deriniams“, – pasakoja stilistė Emilija Viskontaitė.

Prie šių sporto drabužių mados tendencijų ji priskiria ir vientisus laisvalaikio kostiumus. Savo ruožtu jogai pritaikytos glaustinukės, treniruočių suknelės bei kombinizonai jau gerokai išpopuliarėjo socialiniuose tinkluose, tad vasarą tokie drabužiai taps vienu pagrindinių aprangos pasirinkimų moterims.

Daugelio mėgstamas tampres, įprastas priglundusias, jau keičia platėjančio modelio siluetai. Tuo metu viršutiniai tiek vyrų, tiek ir moterų sporto drabužiai taip pat žengia koją su aukštąja mada. Todėl labiau priglundusius siluetus keičia laisvesnis kirpimas, „bomber“ stiliaus švarkeliai, laisvesni sportiniai megztiniai. Prie jų galima paminėti trumpinto kirpimo viršutinės dalies drabužius:

sportines liemenėles, marškinėlius“, – aiškina E. Viskontaitė.

Atsakingi, vadinasi, madingi

Anot „Sportland LT“ rinkodaros vadovės Editos Čivilytės, sportinė apranga alsuoja tomis pačiomis aktualijomis, kaip ir kitos mados tendencijos. Todėl grįžta daug retro formų bei modelių, kurie savo istoriją pradėjo ir klestėjo 90-aisiais. Tačiau, kalbant apie medžiagiškumą, pastaraisiais metais ypač aktualiu tampa tvarumas. Tai gi vis daugiau gamintojų renkasi audinius iš perdirbtų žaliavų.

Tam pritaria E. Viskontaitė: „Tvarumas dabar rūpi daugeliui, drabužių kūrėjai nėra išimtis. Tad kuo toliau, tuo daugiau galime tikėtis, jog jie vis daugiau dėmesio skirs etiškai ir tvariai sporto madai. Rūpestis aplinka yra aktualus kaip ir sportinių drabužių patogumas ar funkcionalumas. Todėl, norėdami būti madingi, turime derinti įvairius stiliaus elementus, nebijoti skirtingų prekių ženklų aprangos ir madą vartoti atsakingai. Tik taip sukursime išskirtinį savo įvaizdį.“

Žaisti ir mėgautis

Išsirikus sportinius drabužius ir juos papildžius aksesuarais, turime išbaigtą asmeninį įvaizdį. Tačiau jį dar galime plėsti bei sporto

aprangą derinti su kitais stiliais. Norintiems tai padaryti, stilistė siūlo nepamiršti keleto bendrų įvaizdžio taisyklių.

„Pati pirmoji galioja daugeliui asmeninio stiliaus pasirinkimų – laikytis paprastumo. Todėl patariu pradėti nuo jo ir laipsniškai pridėti daugiau sportiško stiliaus elementų. Pavyzdžiui, galite dėvėti klasikinių švarką su sportbačiais arba rinktis laisvalaikio marškinėlius prie klasikinių kelnų. Kita rekomendacija – atkreipkite dėmesį į spalvas. Jas pasirinkite tokias, kad papildytų viena kitą. Geriausiai atrodys derinimas neutralių spalvų, tokių kaip juoda ar balta ir pilka. Tuomet galite pridėti ryškių spalvų aksesuarų – ryškiaspalvius sportinius batelius ar sportinę kepurę. Tai klasikiniui stiliui suteiks papildomo modernumo“, – patarimais dalinasi E. Viskontaitė.

Pasak jos, ieškant sportinio ir kitų stilių derinio, svarbu atsižvelgti į progą. Mat dalis pasirinkimų yra tinkamesni kasdienai ar laisvalaikui, o kiti gali būti puikiai pritaikomi ir darbo įvaizdžiui. „Nebijokite išbandyti kuo daugiau skirtingų siluetų, spalvų ir jų derinimo galimybių. Ieškokite įkvėpimo mados žurnaluose, socialiniuose tinkluose ar tiesiog miesto gatvėse. Mada yra žaidimas, todėl siūlau jį mėgautis“, – šypsosi E. Viskontaitė.



„JNK agency“ pateikta nuotrauka