mano
DRUSKININKAI

ISSN 2424-368X

2026 m. spalio 29 d. | Savaitraščio Nr. 578 | Nemokamas | Leidžiamas nuo 2015 m. gegužės 14 d.

Paulina ir Edgaras Tamkevičiai: 4408 kilometrai pėsčiomis per Ameriką, laukinė gamta ir išmoktos gyvenimo pamokos



Paulina ir Edgaras įkopė į 4414 metrų aukštyje esančią Mount Whitney – aukščiausią viršukalnę žemyninėje JAV dalyje / Asmeninio archyvo nuotrauka

Laima Rekevičienė

Kiek reikia drąsos, kad pusmečiui paliktum įprastą gyvenimą ir leistumeisi į kelią, kuriame tavo namais tampa palapinė, visos maisto atsargos telpa kuprinėje, o iki vandens šaltinio ar artimiausios civilizacijos kartais tenka eiti visą dieną? Druskininkiečiai Paulina ir Edgaras Tamkevičiai į šiuos klausimus atsakė ne žodžiais, o žingsniais – per 152 dienas laukine vakarine Jungtinių Amerikos Valstijų dalimi pėsčiomis jie įveikė 4408 kilometrus. Poros kelyje buvo alinantis dykumų karštis, snieguotos kalnų perėjos, laukiniai gyvūnai, traumos ir akimirkos, kai net paprasčiausi patogumai tapdavo prabanga. Tačiau ši įspūdinga kelionė atnešė ne tik išbandymų – ji išmokė labiau pasitikėti savimi, vienas kitu ir vertinti tai, kas kasdienybėje dažnai lieka nepastebėta.

Sugrįžę namo Paulina ir Edgaras parsivežė ne tik įspūdingų prisiminimų, bet ir suvokimą, kad daugelis dalykų, kuriuos laikome savaime suprantamais, iš tiesų yra didelė prabanga. O gal svarbiausia šios kelionės pamoka – atrasti savyje daugiau galimybių, nei kadaise drįsai įsivaizduoti?

Paulina, Edgarai, kaip Jums kilo mintis leistis į tokį žygį?

Paulina: Tai labiau buvo mano idėja.

Edgaras: Pamatėme įrašus, kad pernai šiuo taku ėjo viena lietuvių pora. Jie savo kelionę fiksavo „YouTube“ vaizdo įrašuose. Žiūrėjome juos ir galvojome: žiauriai faina, įdomu, gražu. O mes taip pat daug laiko praleidžiame gamtoje, mėgstame žygiuoti, nemažai „haikiname“.

Paulina: Apie šį taką jau buvau girdėjusi iš filmo „Laukinė“ („Wild“), kurį daug kartų rodė per televiziją. Žinojau apie jį, bet niekada nebuvau pagalvojusi, kad realu tokį žygį įveikti patiems. Kai pamatėme, kad tai padarė lietuviai, pradėjome labiau domėtis, sekėme visą jų kelionę. Galiausiai ir sakau Edgarui: „Reikia varyt!“.

Kaip sekėsi pasiruošti ir gauti leidimą?

Edgaras: Pirmiausia reikėjo gauti leidimą (permit). Jis nemokamas, tačiau per metus išduodama tik 5000 leidimų, tad juos gauti nėra paprasta.

Pirmą kartą gavome labai nepalankias žygio pradžios datas – tuo metu dykumoje dar būtų buvę labai šalta, o Siera Nevados kalnuose sniegas galėjo būti nenutirpęs. Reikia pasirinkti konkrečią pradžios dieną, o tada paaiškėja, ar pavyko gauti leidimą. Šiuo reikalu rūpinosi Paulina.

Paulina: Edgarą reikėjo įkalbinėti, bet svarbiausia, kad jis nepasakė „ne“. Užsiregistravome ir laukėme, ar pavyks gauti leidimus. Pirmajame etape galėjau rinktis tik labai nepalankias datas, tačiau sausį vyko antrasis etapas.

Pirmajame etape leidimo negavome. Maniau, kad ir antrą kartą šansų nedaug, todėl Edgarui net nieko nesakiau – tiesiog vėl mus užregistravau!

Kai antrą kartą prisijungiau prie sistemos, pamačiau, kad datos pažymėtos žaliai. Galvoju: kaip čia taip, kad galiu rinktis?! Mums pavyko gauti leidimus. Edgaras buvo darbe, todėl tiesiog persiunčiau jam elektroninį laišką su pranešimu: „Sveikinu, jūs gavote leidimus!“ Jis net nežinojo, kad buvau mus užregistravusi antrajam etapui.

Edgaras: Iš karto parašiau Paulinai: „Ką tu padarei?“ Iš pradžių teko nemažai viską permąstyti...

Paulina: Kai gavome leidimus, pradėjome rimtai svarstyti ir planuoti, kaip viską suderinti su darbais.

Paulina: Edgaro darbovietė buvo labai geranoriška ir suteikė atostogų. Mano darbe nebuvo galimybės taip ilgai nebūti, todėl teko išeiti iš darbo.

*nukelta į **4-5 psl.***

Artėjant Vėlinėms, pagerbtas Druskininkams nusipelniusių žmonių atminimas



2 psl.

Druskininkų kultūros ir kongresų rūmai nuo šiol vadinasi CITUS vardu



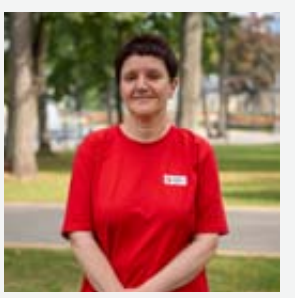
3 psl.

„Rankraščio eskizas“ – dovana mokyklai ir miestui



6 psl.

Nuo noro pasiruošti pačiai iki pagalbos kitiems – Lietuvos Raudonojo Kryžiaus savanorė moko civilinės saugos



7 psl.

Susitikime su ugniagesiais – dėmesys gaisrų prevencijai



Susitikime aptarti ugniagesių veiklos rezultatai, gaisrų prevencijos priemonės ir bendros pastangos gyventojų saugumui užtikrinti / Edgaro Tamkevičiaus nuotrauka

Druskininkų savivaldybės vadovai ir specialistai susitiko su Druskininkų priešgaisrinės gelbėjimo tarnybos vadovu Jonu Jurčiukoniu ir vyriausiąja specialiste Daiva Vyšniauskiene. Susitikime aptarti ugniagesių veiklos rezultatai, gaisrų prevencijos priemonės ir bendros pastangos gyventojų saugumui užtikrinti.

Pristatant šių metų veiklą, akcentuota gaisrų prevencijos ir tiesioginio darbo su gyventojais svarba. Vykdydami akcijas „Saugūs namai“, „Padėk artimui“ ir „Daugiabučiai namai be gaisrų“, priešgaisrinės gelbėjimo tarnybos pareigūnai lankė gyventojų būstus, konsultavo gaisrinės saugos klausimais ir įrengė 27 autonominius dūmų signalizatorius.

Svarbi ugniagesių veiklos dalis – vaikų ir ugdymo įstaigų darbuotojų mokymai. „Saulės“ pagrindinėje mokykloje ir Viečiūnų progimnazijos ikimokyklinio ugdymo skyriuje „Linelis“ surengtose evakuacijos pratybose bei mokymuose dalyvavo 742 mokiniai bei 63 darbuotojai. Vaikai taip pat mokyti saugiai elgtis ant ledo, prie vandens ir išvengti pavojų kasdienėje aplinkoje.

Rudenį, prasidėjus šildymo sezonui ir artėjant žiemai, ypač aktuali tampa gaisrų prevencija namuose. Todėl šiuo periodu didelis dėmesys skiriamas krosnių ir dūmtraukių būklei, saugiam šildymo įrenginių naudojimui bei veikiantiems dūmų detektoriams. Nesandarūs ar neišvalyti dūmtraukiai, netvarkingos krosnys ir be priežiūros palikti šildymo įrenginiai gali sukelti skaudžių nelaimių, todėl gyventojų konsultavimas ir pagalba pasirūpinant namų saugumu išlieka svarbia ugniagesių darbo dalimi.

Savivaldybėje organizuotame susitikime ugniagesių atstovai pristatė planus kitąmet Druskininkuose surengti respublikinę Šv. Florijono – ugniagesių globėjo – dienos šventę.

Į šventę numatoma pakviesti ugniagesių atstovus iš visos Lietuvos. Susitikimo metu aptarti pasirengimo renginiui ir jo organizavimo klausimai.

Artėjant Vėlinėms, pagerbtas Druskininkams nusipelniusių žmonių atminimas



Gėlių puokštės ir žvakelės padėtos ant Druskininkams nusipelniusių žmonių ir laisvės kovotojų kapų / Edgaro Tamkevičiaus nuotrauka

Artėjant Visų Šventųjų dienai ir Vėlinėms, Druskininkuose aplankyti miestui nusipelniusių žmonių ir žuvusiųjų už Lietuvos laisvę kapai. Jų atminimas pagerbtas gėlėmis ir žvakių šviesa.

Pirmadienį kapus aplankė laikinai Druskininkų savivaldybės merės pareigas einanti Violeta Grigorienė, jos patarėjas Simonas Kazakevičius, Seimo narys Linas Urmanavičius, Druskininkų miesto muziejaus direktorius Gintaras Dumčius ir savivaldybės administracijos Turizmo, komunikacijos ir kultūros skyriaus vedėja Vaiva Gražulytė.

Gėlių padėta ir žvakelės uždegtos ant M. K. Čiurlionio tėvų ir sesers, K. Dineikos, J. Pileckio, J. Čečiotos, K. Volfgango kapų. Pagerbtas ir Druskininkų Garbės piliečių A. Dambrausko, P. Viščinio, A. Šuliausko, E. Kvaraciejienės, V. Malinausko, A. Valavičiaus bei A. Nedzelskio atminimas.

Aplankyti ir prie Mergelių akių esantys žuvusiųjų už Lietuvos laisvę kapai.

Kasmet tęsiama kapų lankymo tradicija – tai pagarbos ir dėkingumo ženklas žmonėms, kurių darbai, kūryba ir pasiaukojimas liko Druskininkų bei Lietuvos istorijoje.

Artėjant artimųjų kapų lankymo dienoms, primename, kad suskaitmenintus kapinių duomenis galima rasti interneto svetainėje ***www.cemety.lt***. Tarp jų – ir Druskininkų miesto senųjų bei naujųjų kapinių informacija. Čia galima ieškoti palaidotų asmenų ir rasti jų kapavietes kapinių žemėlapyje.

Atvejo vadyba Druskininkuose: pagalba kasdienybėje ir daugiau savarankiškumo



Projekto metu teikiama individuali pagalba, sprendžiant kasdienius sunkumus, gaunant reikalingas paslaugas ir stiprinant savarankiško gyvenimo įgūdžius / Asociatyvi DI sugeneruota nuotrauka

Druskininkų savivaldybėje tęsiamas projektas, padedantis žmonėms, turintiems psichikos ar intelekto negalią, gyventi savarankiškiau. Įgyvendinant projektą, darbingo amžiaus gyventojams nemokamai teikiamos atvejo vadybos paslaugos – individuali pagalba, sprendžiant kasdienius sunkumus, gaunant reikalingas paslaugas ir stiprinant savarankiško gyvenimo įgūdžius. Pagalba ir konsultacijos teikiamos ir jų artimiesiems bei globėjams.

Atvejo vadybininkė padeda tvarkyti dokumentus, kreiptis į įstaigas, spręsti socialinius ir sveikatos priežiūros klausimus, ieškoti darbo ar užimtumo galimybių. Su žmogumi, kuriam reikalingos paslaugos, aptariama jo situacija, poreikiai ir tikslai, numatomi konkretūs veiksmai. Pagalba gali būti teikiama iki trejų metų, todėl žmogus turi laiko įgyti įgūdžių ir išmokti juos pritaikyti kasdienybėje.

Paslaugos teikiamos, įgyvendinant projektą „Perėjimas nuo institucinės globos prie bendruomeninių paslaugų Sostinės regione, Vidurio ir Vakarų Lietuvos regione“. Druskininkų savivaldybės administracija jį vykdo kartu su Asmens su negalia teisių apsaugos agentūra. Projekto tikslas – padėti žmonėms su negalia gyventi kuo savarankiškiau savo bendruomenėje, užtikrinant reikalingą pagalbą.

Druskininkų savivaldybė kviečia kreiptis dėl Atvejo vadybos paslaugos.

Atvejo vadybos paslauga teikiama Druskininkų savivaldybės administracijos Socialinės paramos skyriuje (Vasario 16-osios g. 7, tel. +370 313 59111, el. p. *neringa.dobravolskiene@druskininkai.lt*.

*„Vienam žmogui svarbiausia susirasti darbą, kitam – išmokti tvarkyti savo būsto reikalus ar drąsiau kreiptis į įstaigas. Pradedame nuo to, kas jam tuo metu aktualiausia. Kartu sprendžiant konkrečias situacijas, atsiranda daugiau aiškumo, pasitikėjimo ir patirties. Didžiausias rezultatas – kai žmogus tai, ką anksčiau darėme kartu, jau gali padaryti pats“, – **sakė Druskininkų savivaldybės administracijos Socialinės paramos skyriaus atvejo vadybininkė Neringa Dobravolskienė**.*



Projekto įgyvendinimo laikotarpis – 2024 – 2029 m.

Projektas finansuojamas 2021 – 2027 metų Europos Sąjungos fondų investicijų programos lėšomis.

Daugiau informacijos apie projektą ir jo vykdomas veiklas rasite **https://pertvarka.lt/projektai/bendruomeniniu-paslaugu-projektas-2024-2029-m/**.

Bendrai finansuoja Europos Sąjunga

2-3 psl. Druskininkų savivaldybės informacija

Druskininkų kultūros ir kongresų rūmai nuo šiol vadinasi CITUS vardu



Baigiamuosius darbus apžiūrėjo (iš dešinės): savivaldybės administracijos vyriausiasis patarėjas R. Malinauskas, savivaldybės merą pavaduojantis M. Vitkauskas, Ūkio skyriaus vyriausiasis specialistas T. Ročka / Edgaro Tamkevičiaus nuotrauka



CITUS Druskininkų kultūros ir kongresų rūmai jau ruošiasi didžiajam atidarymui: atliekami baigiamieji apdailos darbai,tvarkomos jau įrengtos erdvės. Salėse jau sumontuoti baldai / Edgaro Tamkevičiaus nuotrauka

Gruodžio 12 dieną duris atversiantys naujieji Druskininkų kultūros ir kongresų rūmai turi vardą. Nuo šiol tai – CITUS Druskininkų kultūros ir kongresų rūmai.

Bendrovė CITUS laimėjo Druskininkų savivaldybės skelbtą rūmų vardo suteikimo konkursą. Konkurso laimėtojas įsipareigojo 20 metų kasmet Druskininkų savivaldybės administracijai suteikti po 20 tūkst. Eur finansinę paramą visuomenei naudingiems tikslams, savivaldybės administracijos uždaviniams ir funkcijoms vykdyti, o CITUS vardas visą sutarties laikotarpį bus naudojamas rūmų pavadinime – ant pastato, interneto svetainėje ir viešojoje komunikacijoje.

„Džiaugiamės, kad mūsų partnerystė įgauna dar gilesnę ir kurortui svarbią formą. CITUS pasiūlymas Kultūros ir kongresų rūmams suteikti savo vardą – tai ne tik statinio pavadinimas. Tai – bendra galimybė kurti stiprų, atpažįstamą kultūros ženklą. Norime, kad šie rūmai būtų vieta, į kurią žmonės atvyktų dėl aukščiausio lygio renginių, kultūros ir įspūdžių, o pats jų vardas taptų žinomas gerokai plačiau nei Lietuvoje“, – sakė Druskininkų savivaldybės administracijos vyriausiasis patarėjas Ričardas Malinauskas.

O rūmai jau ruošiasi didžiajam atidarymui. Čia atliekami baigiamieji apdailos darbai, tvarkomos jau įrengtos erdvės, montuojami baldai.

„Daug dėmesio skiriame visoms detalėms, kad lankytojus pasitiktų jauki, patogi ir renginiams parengta aplinka, o atlikėjai rastų puikias sąlygas savo pasirodymams“, – sakė R. Malinauskas.

Bendrovės CITUS direktorius Šarūnas Tarutis pabrėžė, kad investicijos į miesto kultūrinį gyvenimą yra sąmoningas įmonės pasirinkimas. Pasak jo, nekilnojamojo turto plėtotojo vaidmuo atskiruose regionuose neatsiejamas nuo atsakomybės vietos bendruomenei, o bendradarbiavimas su savivalda leidžia kurti ilgalaikę vertę visam miestui.

Šį žingsnį padiktavo ir patys Druskininkai – madingas, visus metus veikiantis kurortas, kurio svečiams bei gyventojams itin svarbi kokybiška laisvalaikio infrastruktūra.

„Druskininkuose veiksmas nenutrūksta visus metus. Kadangi plėtojame apartamentų viešbutį, mums svarbu, ką atvykusieji randa už jo ribų – norime, kad jie turėtų ir turiningą kultūrinę programą“, – pridūrė Š. Tarutis.

Projektas „CITUS Nemunas“ įgyvendintas buvusios sanatorijos pastate. Po konversijos jis virto šiuolaikišku aparthoteliu su poilsio, darbo ir SPA erdvėmis, kurio koncepcija dedikuota Druskininkuose augusiam M. K. Čiurlioniui.

CITUS Druskininkų kultūros ir kongresų rūmai išplės galimybes mūsų kurorte rengti kultūros renginius, konferencijas, verslo susitikimus.

Rūmų atidarymui rengiama išskirtinė šventinė programa. Bilietai į atidarymo koncertą Didžiojoje salėje išparduoti per porą dienų. Primename, kad pirmoje renginio dalyje visose trijose salėse skirtingi atlikėjai atliks tą patį kūrinį. Kiekvienoje salėje lankytojų laukia išskirtinė programa ir nepakartojami įspūdžiai.

Savivaldybėje atnaujinama dešimt priedangų: pirmųjų penkių darbai bus baigti lapkritį

Druskininkų savivaldybės vadovai ir specialistai aptarė priedangų atnaujinimo eigą bei sprendimus, užtikrinančius gyventojų patekimą į jas kilus pavojui. Darbai vykdomi dviem etapais – iš viso atnaujinama dešimt priedangų Druskininkuose, Viečiūnuose ir Leipalingyje.

Pirmuoju etapu atnaujinamos priedangos „Ryto“ gimnazijoje, Švietimo centre, Sporto centre, Viečiūnų bendruomenės centre ir Viečiūnų ambulatorijoje. Šiose priedangose darbus numatoma baigti jau lapkritį. Atnaujintas apšvietimas, nupirkti elektros generatoriai, atliekami kiti patalpų saugumą ir jų naudojimo sąlygas gerinantys darbai.

Antruoju etapu darbai vykdomi dar penkiose priedangose – „Atgimimo“ mokykloje, lopšelyje-darželyje „Bitutė“, įmonėje „Druskininkų vandenys“, Leipalingio progimnazijoje ir Leipalingio bendruomenės centre. Čia atnaujinama infrastruktūra, gerinama patalpų techninė būklė, diegiamos papildomos saugumo priemonės.

Susitikime dėmesys skirtas ir praktiniam klausimui – kaip gyventojai galėtų patekti į priedangas vakarais, naktimis ar savaitgaliais, kai pastatai užrakinti. Nuspręsta įrengti specialias dėžutes su priedangų atrakinimui skirtais raktais.

„Kilus pavojui, žmogus turi galėti greitai patekti į priedangą bet kuriuo paros metu. Artimiausiu metu įrengsime specialias dėžutes su raktais, kad prireikus priedangas būtų galima atrakinti ir jomis pasinaudoti. Tokius praktinius klausimus turime išspręsti iš anksto“, – sakė Druskininkų savivaldybės administracijos vyriausiasis patarėjas Ričardas Malinauskas.

Priedangų atnaujinimui abiem etapais skirta po 200 tūkst. Eur valstybės biudžeto lėšų – iš viso 400 tūkst. Eur.

Savivaldybėje taip pat jau įgyvendinamas civilinės saugos stiprinimo projektas, kuriam skirta 120 tūkst. Eur. Įgyvendinant projektą, kolektyvinės apsaugos statiniai bus aprūpinti sulankstomomis lovomis, miegmaišiais, kėdėmis, geriamojo vandens talpyklomis, pirmosios pagalbos rinkiniais, higienos priemonėmis ir elektros generatoriais. Ir priedangų atnaujinimo, ir civilinės saugos stiprinimo projektai finansuojami Valstybės gynybos fondo lėšomis.



Savivaldybės vadovai ir specialistai aptarė priedangų atnaujinimo eigą bei sprendimus, užtikrinančius gyventojų patekimą į jas, kilus pavojui / Edgaro Tamkevičiaus nuotrauka

„Šiuo metu rengiama dar viena paraiška projektui „Druskininkų savivaldybės priedangų modernizavimas“, kurį planuojama įgyvendinti pagal Alytaus regiono plėtros plano priemonę „Stiprinti civilinę parengtį“. Numatoma modernizuoti šešias esamas priedangas ir pritaikyti dvi civilinės saugos priemonių sandėliavimo patalpas: atlikti remonto darbus, atnaujinti inžinerines sistemas, pagerinti higienos sąlygas, o trijose priedangose įrengti patekimą riboto judumo asmenims. Preliminari projekto vertė – 986 tūkst. Eur, iš kurių 95 proc. planuojama finansuoti Europos Sąjungos fondų, o 5 proc. – savivaldybės biudžeto lėšomis“, – sakė Investicijų ir projektų valdymo skyriaus vedėja Jurgita Rudienė.

Paulina ir Edgaras Tamkevičiai: 4408 kilometrai pėsčiomis

Atkelta iš ***1 psl.***











Paulina ir Edgaras ryžosi tam, apie ką daugelis tik pasvajoja – pėsčiomis įveikė legendinį Ramiojo vandenyno kalnagūbrio taką, nusidriekusį per vakarinę JAV dalį / Asmeninio archyvo nuotraukos

Kokio dar pasiruošimo reikėjo?

Edgaras: Pirmiausia turėjome kreiptis į JAV ambasadą dėl vizų, galiojusių pusę metų. Mums reikėjo B1/B2 turistinės vizos. Pokalbis praėjo labai gerai, nes jau turėjome žygio leidimą, tad kelionės tikslas buvo aiškus – keliauti, o ne dirbti. Paskui pradėjome domėtis, kaip pasiruošti tokiam žygiui Amerikoje, kur laukia labai skirtingos sąlygos – ir sniegas, ir dykuma.

Startavome prie Meksikos sienos, Kalifornijos valstijoje, vakarinėje JAV dalyje. Mūsų žygio takas vadinasi „Pacific Crest Trail“ – Ramiojo vandenyno kalnagūbrio takas.

Ir jis per visą Ameriką tęsiasi 4275 kilometrus, jeigu eitum visą laiką tiesiai. Bet dar reikia iš jo išsukti į miestelius, tai teko nueiti 4400 kilometrų.

Kas buvo svarbiau – fizinis pasirengimas ar psichologinis nusiteikimas?

Edgaras: Žinojome, kad treniruosimės jau žygio metu. Pradėjome lėtai, krūvį didinome palaipsniui. Iš pradžių per dieną nueidavome apie 20 kilometrų.

Paulina: Šiek tiek bandėme treniruotis ir Lietuvoje. Iš užsienio nusipirkome specialias kuprines, į jas prisidėdavome penkių litrų talpas su vandeniu, kad būtų sunkesnės, ir eidavome ratą aplink miestą. Bet kai jau atsidūrėme take, iš tų treniruočių su Edgaru tik juokėmės... Ėjimo asfaltuotu dviračių taku negalima lyginti su keliavimu per šaknis, krūmynus ir bekele. Lietuvoje tokiam iššūkiui pasiruošti labai sunku, nes neturime tokių kalnų. Daug ką lemia užsispyrimas, o kūnas prie krūvio prisitaiko jau kelionėje.

Ar kelionė buvo tokia, kokią ją įsivaizdavote, ar realybė pasirodė gerokai sunkesnė?

Paulina: Žinojome, kad bus labai sunku, ir taip iš tiesų buvo. Tačiau nė karto negalvojome, kad neįveiksime tako. Prieš išvažiuodama, visiems sakiau, kad tai padarysime – nesvarbu, ar per 130, ar per 160 dienų. Sustabdyti galėjo nebent rimta trauma. Traumų turėjome, bet vis tiek ėjome.

Edgaras: Man buvo sausgyslių, taip pat Achilo sausgyslės uždegimas – kartais vos galėdavau paeiti. Paulinai kelio trauma tęsėsi net tris mėnesius...

Kaip tvarkėtės su traumomis ir kitais netikėtumais?

Edgaras: Mano sesuo yra gydytoja, todėl su ja bendraudavome per palydovinį ryšį ir tardavomės, kaip elgtis. Žinojome, kokių vaistų nuo uždegimo vartoti, kokiu tepalu teptis. Naudojome ir specialias kineziterapines juostas – jomis apklijuodavome kelį. Paulina dar dėvėjo kojos įtvarą.

Kiek laiko praleidote toli nuo civilizacijos? Kur nakvodavote?

Edgaras: Beveik visą laiką nakvojome palapinėje. Ilgiausiai nuo civilizacijos buvome atitrūkę Siera Nevados kalnuose – 12 dienų iš eilės, be telefono ryšio ir kitų patogumų. Į šiuos kalnus atėjome iš Pietų Kalifornijos dykumos.

Takas driekiasi per tris valstijas – Kaliforniją, Oregoną ir Vašingtoną. Kalifornijoje jis eina per Pietų Kaliforniją, Siera Nevados kalnus, kurių viršūnės siekia daugiau nei keturis kilometrus, ir Šiaurės Kaliforniją. Toliau kelias veda per Oregoną ir Vašingtoną.

Kai nebuvo telefono ryšio, kaip orientavotės kelyje?

Edgaras: Telefone turėjome iš anksto atsisiųstą tako žemėlapį, kuriuo galėjome naudotis be interneto. Jame pažymėti vandens šaltiniai, tinkamos vietos stovyklavietėms ir kita svarbi informacija. Nakvojome gamtoje. Visa kelionė truko 152 dienas.

Toks žygis – didžiulis išbandymas ir žmogaus galimybėms, ir santykiams. Kaip sekėsi jį įveikti dviese?

Edgaras: Mes esame puiki komanda, buvome pasiskirstę darbus. Kai esi tokiose platybėse, o iki artimiausio miesto – 150 kilometrų, nelabai kyla noras pyktis. Yra kitų sunkumų ir iššūkių.

Paulina: Iš kitų porų girdėjome, kad kartu eiti būdavo labai sunku. Sutikti žmonės klausdavo: „Kaip jūs dar kartu? Dar neišsiskyrėte po tiek laiko?“ O mums viskas praėjo gana lengvai. Žinoma, pasiginčydavome, bet tie barniai būdavo juokingi. Kai ir taip sunku, nesinori savęs apsunkinti nereikalingomis emocijomis ir dar labiau apsunkinti psichologiškai.

Kas žygyje buvo sunkiausia?

Edgaras: Man – dykuma, karštis ir vandens trūkumas. Visą dieną turi neštis ant nugaros vandenį, nes iki kito šaltinio – visa diena kelio, o aplink nėra nė menkiausio šešėlio.

Paulina: Labiausiai vargino vandens trūkumas.

Edgaras: Aš visą vasarą kėliausi ketvirtą rytą. Kiekvieną dieną.

Paulina: Kiekvieną rytą keldavomės anksti, nes žinojome, kad eisime iki vakaro. Tai ne penkių dienų žygis, kai matai finišą. Žinai, kad prieš akis dar šimtas dienų, ir kasdien turi prisiversti vėl eiti. Psichologiškai tai buvo labai sunku.

Edgaras: Dykumoje eidavome maždaug iki vidurdienio, tada apie tris valandas ilsėdavomės, o vėliau, kai šiek tiek atvėsdavo, vėl leisdavomės į kelią. Didžiausią karštį stengdavomės pralaukti bent menkiausiame pavėsyje. Taip elgėmės tik dykumoje.

Likusioje kelio atkarpoje, vos pavalgę, vėl žygiuodavome. Per kelionę teko patirti ir devynių laipsnių šaltį, ir maždaug 40 laipsnių karštį.

Kuo maitindavotės ilgame žygyje?

Edgaras: Valgėme negendančius produktus, dažniausiai – greitai paruošiamas košes, pavyzdžiui, bulvių. Maisto atsargų reikėdavo pasiruošti trims–septynioms dienoms, o kartą teko neštis maisto net 12 dienų.

Paulina: Dar valgėme jerky – vytintos mėsos gabaliukus.

Edgaras: Turėjome daug užkandžių: užkandžiaudavome kas valandą ir tris kartus per dieną pavalgydavome sočiau. Pusryčiams dažniausiai rinkdavomės avižinę košę, pietums – greitai paruošiamus makaronus ar bulvių košę, dažnai valgydavome kuskusą su tunu. Rinkomės produktus, kurių nereikia laikyti šaldytuve. Skaičiavome, kad kiekviename grame būtų kuo daugiau kalorijų, nes maistą reikėjo neštis ant nugaros ne vieną dieną.

Paulina: Mes visą laiką norėjome valgyti! Jau po kelių dienų pajutome tai, ką amerikiečiai vadina *hiker hunger* – žygeivio alkiu. Atrodo, kad vis nori valgyti ir niekaip nepasisotini.

Edgaras: Pasiekę miestelį, ten esančiose kavinėse valgydavome kaip išprotėję! Greitai pasiilgome lietuviško maisto ir daržovių, kurių JAV pasigesdavome. Tiesa, prie Meksikos sienos maistas buvo labai skanus – ilgą laiką valgėme nuostabaus skonio meksikietiškus avokadus...

Kuri žygio atkarpa pareikalavo daugiausia jėgų?

Edgaras: Įspūdingiausi buvo Siera Nevados kalnai – atkarpa, kurioje nėra jokios civilizacijos. Iki artimiausio miesto nueiti maisto atsargų būtų reikėję visą dieną į vieną pusę. Todėl nusprendėme miestelius praleisti ir beveik visus Siera Nevados kalnus įveikti vienu ypu. Kiti žygeiviai sakė: „Išprotėję esat, visi darė kitaip.“

Paulina: Maisto nusipirkome vieną kartą – tiek, kad užtektų 12 dienų. Kiti žygeiviai į miestelius išsukdavo du ar tris kartus, bet tie nukrypimai būdavo milžiniški: vien nueiti į vieną pusę užtrukdavo visą dieną. Iš pradžių teko pakentėti, kol kuprinės buvo sunkios – jos svėrė apie 18 kilogramų. Atrodė, kad net braška nuo svorio.

Edgaras: Po dykumos Siera Nevados kalnai buvo tikra atgaiva. Dykumoje vandens atsargas tekdavo neštis visai parai, o kalnuose jo buvo galima rasti – ten buvo šaltinių, krioklių. Vandenį filtruodavome specialiu filtru, kuris svėrė apie 60 gramų. Vieno filtro užteko visam tūkstančių kilometrų žygiui.

Kokių gyvūnų sutikote laukinėje gamtoje? Ar buvo pavojingų susitikimų?

Paulina: Sutikome labai daug gyvūnų, pasitaikė ir nuodingų gyvačių.

Edgaras: Pamatėme 14 barškuolių, keturias meškas, kalnų liūtą, lūšį, kojotą ir galybę kitų gyvūnų. Laimė, gyvatės dažniausiai pasitraukia. Barškuolės apie save įspėja barškesiu. Jei nebarškėtų, jų galėtum ir nepastebėti, nes jos puikiai susilieja su aplinka. Kartais gyvatė greitai pasitraukdavo, o mes spėdavome sustoti. Nebuvo taip, kad netikėtai žengtume dar vieną žingsnį, ir ji įkąstų.

nukelta į ***5 psl.***

per Ameriką, laukinė gamta ir išmoktos gyvenimo pamokos










152 dienas trukusiame kelyje poros laukė tūkstančiai kilometrų per kalnus ir dykumas, nakvynės palapinėje, vandens paieškos ir susitikimai su laukiniais gyvūnais / Asmeninio archyvo nuotraukos

Kaip elgėtės, sutikę meškas?

Edgaras: Pamatę pirmą mešką, pasisėmėme vandens ir pasitraukėme. Kitas stengdavausi išgąsdinti – šaukdavau, bėgdavau jų pusėn, kad jos pačios spruktų. Reikėjo elgtis taip, kad meška suprastų, jog prie mūsų artintis neverta. Jos užuodžia maistą, todėl atsargas laikydavome specialiame meškų kanistre, maždaug 60 pėdų nuo palapinės.

Paulina: Gyvūnų prisižiūrėjome visam gyvenimui į priekį – gal jau tiek daug jų nebepamatysime.

Kokių netikėtumų kelionėje nebuvo įmanoma numatyti?

Edgaras: Planavome Siera Nevados kalnus su septyniomis perėjomis įveikti vienu ypu, bet nežinojome, kad ten bus tiek daug sniego. Galiausiai net maisto porcijas dalijome perpus. Išsikrovė visa elektronika, todėl telefonus laikėme išjungtus. Į kelią tekdavo išeiti anksti ryte, kol saulė dar neįkaitindavo sniego. Jam tirpstant, buvo pavojus nuslysti nuo kalno. Keldavomės ketvirtą ryto ir eidavome. Kai kurios vietos buvo pavojingos – dalis žygeivių išsigando ir apsisuko.

Paulina: Mes nepanikavome, nors pavojingų vietų pasitaikė. Ypač – kopiant į Mount Whitney – 4414 metrų aukščio viršūnę, aukščiausią žemyninėje JAV dalyje. Ten jau teko užsidėti specialius dyglius ant batų.

Kaip į Jūsų sumanymą leistis į tokią kelionę reagavo artimieji?

Paulina: Mano tėvai iš pradžių labai išsigando. Juos gąsdino kalnų perėjos, pavojingi gyvūnai, baiminosi, kad dykumoje galime netekti daug skysčių, kad gali ištikti aukščio liga ar nutikti kas nors kita...

Edgaras: Mano mama sakė: „Kas pomidorus valgys vasarą?“ (juokiasi).

Kas labiausiai džiugino kelionėje? Ar buvo akimirkų, kai norėjosi viską mesti?

Edgaras: Niekada nekilo minčių viską baigti. Tiesa, kai žygis artėjo prie pabaigos, norėjosi, kad laikas eitų lėčiau...

Paulina: Iš pradžių atrodo, kad nori, jog viskas kuo greičiau pasibaigtų, bet, artėjant pabaigai, supranti, kad jau nebenori, jog tai baigtųsi.

Edgaras: Manau, keliaudami atradome daug daugiau galimybių. Dabar, žiūrėdami nuotraukas, matome, kokie nepatyrę buvome pradžioje. Vėliau sukaupėme tiek patirties, kad net sunku patikėti, jog kelionė truko tik pusmetį. Atrodo, lyg ten būtume nugyvenę visą gyvenimą.

Laukinė gamta Jus lydėjo ir naktimis. Ar buvo baisu?

Edgaras: Dieną nebuvo baisu, bet naktimis kartais pasidarydavo nejauku. Gyvūnų ten tiek daug... Guli palapinėje, o už kokių penkių metrų traška šakos, lūžta medžiai, ir nežinai, kas ten vaikšto. Miegodavau, pasidėjęs peilį prie galvos. Kartais naktį išeidavau patikrinti, ar neatėjo meška.

Paulina: Viena tokiu keliu eiti nenorėčiau – būtų per baisu. Dviese drąsiau. Daug žmonių šiuo taku keliauja po vieną, todėl dėl saugumo dažnai susiburia į grupeles.

Kita vertus, smagu tai, kad, išskyrus buitinius rūpesčius, kitų problemų beveik neturėjome. Svarbiausia buvo žinoti, už kiek mylių bus vanduo, kur miegosime ir ką valgysime.

Ko labiausiai pasiilgote, pusmečiui palikę namus?

Edgaras: Labiausiai pasiilgome naminio maisto ir namų patogumų. Tai buvo pirmoji kelionė, per kurią taip ilgėjomės namų, nes buvome neseniai įsirengę savo būstą. Žygyje neturėjome net šilto vandens – visą laiką prausėmės lediniame.

Paulina: Dušas tapo didžiausia svajone. Žygeiviai juokauja, kad labiausiai norisi tiesiog atsisėsti ant kėdės, nes visą laiką sėdi ant žemės. Pradedi vertinti dalykus, apie kuriuos anksčiau nė nesusimąstydavai: kaip gera atsigerti kavos ar tiesiog įsipilti vandens iš čiaupo.

Kokie Jums pasirodė vietos gyventojai? Ar pajutote jų svetingumą?

Edgaras: Mažuose JAV miesteliuose žmonės nepaprastai draugiški. Yra net toks reiškinys – *Trail magic*, arba tako magija: vietiniai atvažiuoja automobiliu į žygeivių maršrutą ir visą dieną kepa praeinantiems mėsainius, dešrainius!

Paulina: Kartą, po daugelio dienų kalnuose, pagaliau išėjome į kelią, kur mūsų laukė vyras, kiekvieną vasarą rengiantis tokią „tako magiją“. Buvo rytas, tad jis mums iškepė kiaušinių ir pupelių... Po tiek dienų kalnuose toks maistas atrodė tikras stebuklas!

Edgaras: Iki miestelių dažnai vykdavome pakeleivingais automobiliais. Gal tik kartą teko laukti ilgiau nei dešimt minučių – paprastai sustodavo pirmasis automobilis. Kartą artėjo didelė audra, o nakvynės neturėjome. „Facebook“ grupėje „Trail Angels“ radome to miestelio kontaktus ir parašėme. Po minutės moteris atrašė: „Ateikit pas mane.“ Pirmą kartą apsistojome pas nepažįstamus žmones, bet jie priėmė taip šiltai, kad jautėmės kaip namie. Ryte jie išvažiavo į darbą ir paliko mus vienus savo namuose! Sakė: „Ką jūs paimsite? Juk jums visa tai reikės neštis kuprinėje!“ (juokiasi).

Kaip ši kelionė pakeitė Jūsų požiūrį į gyvenimą?

Paulina: Atsirado suvokimas, kad ribų nėra. Dabar atrodo, jog galiu padaryti bet ką. Jei labai nori ir užsispiri, gali daug daugiau, nei manei!

Edgaras: Po šios kelionės pradėjome labiau vertinti paprastus, mažus dalykus. Kai ilgai miegojęs palapinėje pagaliau atsiguli į lovą, taip gera... Visą mėnesį tuo mėgaujiesi. O problemos, kurios anksčiau atrodė didelės, dabar atrodo visai menkos.

Kelionės skaičiai

Edgaras: Kelionė truko 152 dienas, iš jų 134 naktis miegojome palapinėje, o 18 – lovoje. Nuėjome 4408 kilometrus, sukilome 121 895 metrus, tai beveik užkopėme į 14 Everestų. Kiekvienas, mūsų skaičiavimais, sudeginome po 317 441 kaloriją. Kuprinės svėrė iki 18 kilogramų. Aš numečiau 17 kilogramų, Paulina – 11. Tačiau dabar, po kelionės jaučiamės geriau nei bet kada gyvenime.

„Rankraščio eskizas“ – dovana mokyklai ir miestui



Renginio dalyvius pasveikino Druskininkų savivaldybės administracijos direktoriaus pavaduotoja D. Brown (dešinėje) / Roberto Kisieliaus nuotrauka



Įgyvendinti sumanymą mokykla pakvietė Druskininkų menininką Deividą Sinkevičių / Roberto Kisieliaus nuotrauka



Atrišus kaspiną, kūrinys buvo simboliškai atvertas visai bendruomenei / Roberto Kisieliaus nuotrauka



Neofreskos pristatymą saksofono garsais pradėjo U. Barkauskaitė / Roberto Kisieliaus nuotrauka



Naująja neofresta kartu džiaugėsi mokyklos bendruomenė, svečiai ir Druskininkų savivaldybės atstovai / Roberto Kisieliaus nuotrauka

Druskininkų M. K. Čiurlionio meno mokyklos fasadą papuošusi neofreska „Rankraščio eskizas“ – mokyklos bendruomenės ir Druskininkų savivaldybės bendradarbiavimo rezultatas. Dalyvaujamojo biudžeto projekto dalimi tapęs kūrinys įprasmina mokyklos ryšį su Mikalojumi Konstantinu Čiurlioniu ir nuo šiol pasitinka kiekvieną, ateinantį į mokyklą ar einantį pro šalį.

Nuo idėjos iki bendro sprendimo

Idėja mokyklos aplinką papildyti išskirtiniu meno kūriniu buvo plėtojama, mokyklos bendruomenei bendradarbiaujant su Druskininkų savivaldybės vadovais. Iš pradžių neofreską planuota įkurdinti vidiniame kiemelyje, atnaujinamame dalyvaujamojo biudžeto lėšomis. Ši erdvė skirta bendruomenės poilsiui, ugdymo procesui ir renginiams, todėl norėta, kad joje atsirastų ir meninis akcentas, atspindintis mokyklos savitumą.

Įgyvendinti sumanymą mokykla pakvietė Druskininkų miesto dailininką Deividą Sinkevičių. Jis sukūrė eskizą, kuriame M. K. Čiurlionio portretą sujungė su simfoninės poemos „Miške“ partitūros rankraščiu. Eskizas buvo derinamas su Druskininkų savivaldybės vadovais, o kūrinio vieta aptarta ne viename susitikime ir pasitarime.

Mokyklos bendruomenei ir savivaldybės vadovams aptarus pasiūlymus, nuspręsta neofreską kurti geriausiai matomoje vietoje – ant fasado, prie įėjimo į mokyklą. Taip pradinis sumanymas papuošti vidinį kiemelį išaugo į kūrinį, matomą visai miesto bendruomenei ir svečiams.

Pasak mokyklos direktorės Onos Olšauskienės, norėjosi išskirtinio mokyklos tapatybę atspindinčio ženklo. Daugelio mokyklų fasadus puošia logotipai, o čia pasirinktas Čiurlionio portretas, susietas su jo muzika. Toks sprendimas leidžia apie mokyklą ir jos puoselėjamą meninį ugdymą prabilti pačiu meno kūriniu.

Idėjai įgyvendinti buvo svarbus Druskininkų savivaldybės pritarimas, bendras sprendimų ieškojimas ir dalyvaujamojo biudžeto lėšomis užtikrintas finansavimas. Neofreska „Rankraščio eskizas“ kartu su bendruomenei skirto vidinio kiemelio atnaujinimu tapo mokyklos aplinkų kūrimo projekto dalimi.

Kai muzika susitinka su daile

Neofreskoje Čiurlionio portreto eskizas įkomponuotas į simfoninės poemos „Miške“ partitūros rankraštį. Neofreskos autorius pasirinko originalią partitūrą, jos fone įkomponavo Čiurlionio portretą. Taip dvi menininko kūrybos kalbos tapo vienu vaizdu.

Mokyklos direktorė O. Olšauskienė freskos pristatymo renginyje pabrėžė, kad Čiurlionio portretas ir natos čia tampa vienu pasakojimu apie kūrėją, kurio palikimas gyvas ir šiandien. Meno mokykloje kasdien padedama atrasti ir auginti gebėjimą pastebėti, išgirsti, pajusti ir tai, kas gimsta viduje, paversti muzika arba vaizdu. Todėl būtent šioje vietoje muzikos ir dailės susitikimas įgyja ypatingą prasmę.

Pasak direktorės, naujasis kūrinys kiekvienam gali tapti savu ženklu: mokiniui – padrąsinimu kurti, mokytojui – jo darbo prasmės priminimu, o praeiviui – kvietimu stabtelėti ir atrasti meną kasdienėje miesto aplinkoje.

Spalio 23 d. surengtą neofreskos pristatymą saksofono garsais pradėjo Ugnė Barkauskaitė. Kūriniu kartu džiaugėsi mokyklos bendruomenė, svečiai ir Druskininkų savivaldybės atstovai.

Druskininkų savivaldybės administracijos direktoriaus pavaduotoja Diana Brown pasidžiaugė mokyklos bendruomene, kuri rūpinasi ne tik ugdymo įstaigos aplinka, bet ir jos turiniu, siekia, kad erdvės būtų gražesnės ir labiau įkvepiančios: „Druskininkų meno mokykla jau ne pirmus metus turi iškilaus menininko M. K. Čiurlionio vardą, o nuo šiol jis puošia mokyklos fasadą ir savo žvilgsniu palydės kiekvieną ateinantį ir išeinantį. Ir, tikiuosi, tai taps dideliu įkvėpimu. Dėkoju bendruomenei, nes jūs esate tie, kurie galvojate ne tik apie tai, kaip kažką suremontuoti, bet ir kaip šias savo mokyklos erdves padaryti dar labiau įkvepiančiomis, gražinate jas. Džiaugiuosi, kad bendruomenė aktyviai dalyvavo, surado tuos žmones, kurie padėjo įgyvendinti šias idėjas.“

D. Brown išreiškė viltį, kad mokykla ir toliau augins mažuosius kūrėjus, kurie ateityje taps didžiais menininkais.

Mokytoja Onutė Zakarienė atkreipė dėmesį, kad Čiurlionio portretas gali paskatinti ir miesto svečius labiau pasidomėti Lietuvos genijumi. O mokyklos mokiniams šis kūrinys primins ir tai, kad muzika bei dailė gali viena kitą papildyti. Kaip pastebėjo mokytoja, nemažai mokinių, baigę muzikos mokyklą, ateina mokytis dailės arba renkasi priešingą kelią.

„Man labai miela ir džiaugiuosi, kad mūsų mokyklos mokiniai kažkiek panašiai eina tuo keliu, kaip ir Čiurlionis“, – sakė ji.

Sumanymui suteikė meninę formą

Neofreskos autorius D. Sinkevičius pristatyme pasidalijo kūrinio įgyvendinimo patirtimi. Mokyklos užsakymas jam turėjo ir asmeninę reikšmę – priminė vaikystės svajonę čia mokytis.

„Kai buvau vaikas, labai norėjau patekti į šią mokyklą“, – prisiminė menininkas.

Maždaug septintoje klasėje jis slapta nuo tėvų įstojo į klarneto klasę. Tačiau netrukus paaiškėjo, kad instrumentas kainuoja nemažus pinigus, ir muzikos mokslai baigėsi, dar neprasidėję. Vėliau Deividas norėjo stoti į dailės klasę, tačiau ir šio sumanymo įgyvendinti nepavyko.

Todėl pasiūlymas mokyklos fasadą papuošti M. K. Čiurlionio portretu jam tapo daugiau nei profesiniu iššūkiu.

„Man tas Čiurlionio portreto tapymas ant meno mokyklos fasado buvo tarsi tos vaikystės svajonės išpildymas. Juk aš vienaip ar kitaip vis tiek toje meno mokykloje buvau“, – šypsojosi Deividas.

„Tai man asmeniškai yra kaip baigimo diplominis darbas“, – šypsodamasis sakė Deividas, pristatydamas savo sukurtą neofreską „Rankraščio eskizas“.

Dėkodamas už pasitikėjimą, menininkas neslėpė, kad be kitų žmonių palaikymo šio darbo nebūtų buvę.

Taip bendromis pastangomis įgyvendintas sumanymas autoriui tapo ir asmeninės istorijos dalimi: kadaise norėjęs pro šias duris įžengti kaip mokinys, šiandien jis čia sugrįžo kaip kūrėjas.

Ši autoriaus patirtis primena, kad į meną veda įvairūs keliai, o vaikystėje neįgyvendinta svajonė gali įprasminti vėlesnius kūrybinius darbus.

Mokyklos bendruomenė dailininkui padėkojo už sukurtą neofreską ant mokyklos fasado. Jo sukurta kompozicija sujungė dvi Čiurlionio kūrybos sritis ir suteikė bendram sumanymui matomą meninę formą.

Kūrinys mokyklai ir miestui

Pristatymo metu autorius neofreską pažymėjo savo parašu. Simbolinį kaspiną atrišo D. Brown, Švietimo skyriaus vedėja Jurgita Naruckienė, mokyklos direktorė O. Olšauskienė ir neofreskos autorius D. Sinkevičius – taip kūrinys buvo simboliškai atvertas visai bendruomenei.

Mokykla nuoširdžiai dėkoja Druskininkų savivaldybei už bendradarbiavimą plėtojant sumanymą, bendrų sprendimų paiešką ir jo įgyvendinimui skirtą finansavimą, kūrinio autoriui – už meninį sumanymo įgyvendinimą, o visiems palaikiusiesiems projektą – už pasitikėjimą ir pagalbą.

„Rankraščio eskizas“ primena, kaip mokyklos bendruomenės ir savivaldybės bendradarbiavimas padeda idėjas paversti tikrove. Nuo šiol mokyklos fasade pasitinkantis Čiurlionis kviečia stabtelėti, atrasti ir kurti, o atnaujinamos mokyklos erdvės tarnaus mokinių ugdymui ir bendruomenės susitikimams.

Druskininkų M. K. Čiurlionio meno mokyklos informacija

Nuo noro pasiruošti pačiai iki pagalbos kitiems – Lietuvos Raudonojo Kryžiaus savanorė moko civilinės saugos



R. Viniarskaitė: „Man tai prasmingai praleistas laikas, kuris duoda ir žinių, ir pasitenkinimą, kad prisidedi prie stipresnės valstybės bei visuomenės.“ / Asmeninio archyvo nuotrauka

Druskininkietė Rimutė Viniarskaitė į Lietuvos Raudonąjį Kryžių atėjo, norėdama pati geriau pasiruošti galimoms krizėms. Tačiau savanorystė ją nuvedė toliau – šiandien Rimutė pati veda civilinės saugos užsiėmimus ir moko kitus, kodėl apie pasirengimą svarbu galvoti, dar iki nutinkant nelaimei.

Norą geriau pasiruošti netikėtoms situacijoms Rimutė pajuto, vis dažniau susimąstydama apie tai, ar pati žinotų, kaip elgtis, ištikus krizei. Šis klausimas paskatino ją ne tik daugiau domėtis civiline sauga, bet ir ieškoti būdų, kaip įgytas žinias pritaikyti praktiškai.

„Supratau, kad noriu pati geriau žinoti, kaip elgtis krizinėje situacijoje ir, prireikus, mokėti padėti kitiems“, – pasakojo Lietuvos Raudonojo Kryžiaus savanorė R. Viniarskaitė.

Pradėjusi savanoriauti ir praėjusi civilinės saugos mokymus, Rimutė netrukus suprato, kad vien įgytų žinių jai neužtenka. Ji pradėjo nuolat domėtis skirtingų šalių patirtimi, sekti jų pasiruošimo pavyzdžius ir ieškoti būdų, kaip pasirengimą krizėms pritaikyti kasdienybėje.

„Šioje srityje žinias reikia nuolat atnaujinti, nes tai, kas buvo aktualu prieš metus, šiandien jau gali būti pasikeitę. Man ši sritis iš tiesų įdomi – nuolat ieškau praktinių pavyzdžių ir sprendimų, kuriuos būtų galima pritaikyti mūsų kasdienybėje“, – pasakojo Rimutė.

Nuo žinojimo – prie pasirengimo

Vesdama civilinės saugos užsiėmimus, Rimutė pastebėjo, kad žmonės apie pasirengimą dažnai jau būna girdėję. Tačiau tarp teorinio žinojimo ir konkrečių veiksmų neretai būna didelė praraja.

„Apie pasirengimą dažnas susimąsto tik tada, kai tam atsiranda priežastis, nes iki tol atrodo, kad nelaimė nutiks kažkam kitam, o pasiruošti bus galima vėliau“, – atviravo savanorė.

Pasak Rimutės, vienas iš svarbiausių pasirengimo elementų yra žinojimas, ką konkrečiai reikėtų daryti netikėtoje situacijoje.

„Visada maniau, kad didelę dalį baimės sukelia nežinojimas. Žmogus dažnai bijo ne pačios situacijos, o to, kad, jai nutikus, nežinos, ką daryti. Žinojimas ramina ir kartu mobilizuoja“, – sakė Rimutė.

Todėl per užsiėmimus ji stengiasi padėti žmonėms suprasti, kokių konkrečių veiksmų jie gali imtis jau šiandien. Kartu aptariama, kaip pasiruošti skirtingoms situacijoms, ką verta turėti namuose ir kaip iš anksto apgalvoti savo bei artimųjų veiksmus.

„Kai žmogus žino, ką daryti, atsiranda daugiau aiškumo. Tada ir pasiruošimas tampa ne tokiu bauginančiu dalyku, o tiesiog konkrečiais žingsniais, kuriuos galima atlikti iš anksto“, – sakė savanorė.

Pasirengimas prasideda namuose

Savanorės Rimutės teigimu, vienas iš pirmųjų žingsnių – bent kartą sudalyvauti civilinės saugos užsiėmimuose ir susipažinti su pagrindiniais pasirengimo principais. Mat vien žinoti, ką reikėtų daryti, nepakanka – svarbu šias žinias pritaikyti savo šeimos situacijai.

„Kai realiai susidėlioji tokį planą, daug aiškiau pamatai, kokių priemonių, atsargų ir resursų tau iš tikrųjų reikia. Tada ir išvykimo krepšys tampa ne formaliu sąrašu, o praktišku pasiruošimu pagal savo šeimos poreikius – įvertini, kokių dokumentų kopijų, vaistų, vandens, maisto, higienos priemonių, žibintuvėlio, įkrovimo priemonių ar kitų būtinų daiktų gali prireikti. Tuomet ir išvykimo krepšys tampa ne formaliu sąrašu, o praktišku pasiruošimu“, – pasakojo savanorė.

Rimutė pabrėžė, kad pasiruošimas nebūtinai reiškia papildomas išlaidas ar specialiai įsigytą rinkinį. Nemažą dalį reikalingų daiktų žmonės jau turi namuose – svarbu juos atsirinkti ir žinoti, kaip bei kada jais pasinaudoti.

„Daug prasmingiau krepšį susidėti pačiam – tada žinai, kas jame yra, kodėl tą daiktą pasiėmei ir kaip prireikus juo pasinaudoti. Tiesiog reikia skirti laiko atsirinkti, ką jau turi, ir pagalvoti, ko konkrečiai gali prireikti“, – mintimis dalijosi Rimutė.

Savanorystė – galimybė mokytis ir padėti kitiems

Civilinė sauga apima pasirengimą įvairioms netikėtoms situacijoms – nuo stiprios audros ar liūties iki ilgesnio elektros energijos ar ryšio sutrikimo. Tokiais atvejais svarbu gebėti pasirūpinti ne tik savimi, bet ir šalia esančiais žmonėmis, ypač tais, kuriems pagalbos gali reikėti daugiau.

„Galbūt tuo metu kitame mieste kažkas taip pat pasirūpins tavo tėvais ar seneliais. Man atrodo, kad būtent tokia tarpusavio pagalba ir turėtų stiprinti mūsų bendruomenę“, – sakė Lietuvos Raudonojo Kryžiaus savanorė.

Rimutė pabrėžė, kad kiekvienam svarbu iš anksto įvertinti savo galimybes ir būti pasiruošusiam savarankiškai pasirūpinti savimi bei artimaisiais bent pirmosiomis krizės valandomis.

„Nutikus krizinei situacijai, turime gebėti bent pirmąsias 72 valandas pasirūpinti savimi ir savo artimaisiais, kol mus pasieks pagalba“, – sakė ji.

Savanorės istorija dar kartą patvirtina, kad norint tapti civilinės saugos savanoriu, nebūtina ateiti, jau turint žinių – daug ko išmoksti juo tapęs.

Savanorystė, pasak Rimutės, gali būti pritaikoma prie žmogaus gyvenimo ritmo – pagal savo galimybes galima rinktis, kiek laiko skirti veiklai, kada ir kaip įsitraukti.

„Man tai prasmingai praleistas laikas, kuris duoda ir žinių, ir pasitenkinimą, kad prisidedi prie stipresnės valstybės bei visuomenės“, – sako savanorė.

Jos pačios kelias į civilinės saugos savanorystę prasidėjo nuo noro būti pasiruošusiai. Šiandien ji savo žiniomis dalijasi su kitais ir primena paprastą dalyką: krizėms ne visada galime užkirsti kelią, tačiau galime iš anksto pasirūpinti tuo, ką darysime, joms nutikus.

Gyventojai, organizacijos ir bendruomenės, norintys daugiau sužinoti apie civilinę saugą, organizuoti užsiėmimus ar prisijungti prie Lietuvos Raudonojo Kryžiaus savanoriškos veiklos, kviečiami kreiptis į Alytaus skyriaus savanorių koordinatorę Ugnę Stelmokienę el. paštu *ugne.stelmokiene@redcross.lt* arba tel. +370 605 00733.

Lietuvos Raudonojo Kryžiaus informacija

Druskininkų petankės klubas – sportas, bendrystė ir naujos patirtys

Rimantas Šerkšnas,
Druskininkų petankės klubo prezidentas

Druskininkų petankės klubas, vykdydamas Druskininkų savivaldybės dalinai finansuojamą projektą, aktyviai vykdė įvairias veiklas, taip skatindamas gyventojus ir kurorto svečius pažinti petanke, aktyviai leisti laisvalaikį bei įsitraukti į bendruomenės gyvenimą. Treniruotėse dalyvavo įvairaus amžiaus žmonės – nuo jaunimo iki senjorų, o sportinė veikla tapo puikia galimybe bendrauti, mokytis ir išbandyti naujus iššūkius.

Per veiklų laikotarpį surengta daugiau nei 80 treniruočių, apdovanota per 120 unikalių sportininkų ir dalyvių, taip pat organizuotos trys paskaitos apie petankę ir šio žaidimo strategiją.

Ypatingo dėmesio sulaukė klubo organizuoti turnyrai – dalyviai varžėsi „Druskininkų kurorto šventės“, „Neoninės nakties“ turnyruose, klubo taurės varžybose „Kurortauk su petanke 2026“ bei turnyre, skirtame M. K. Čiurlionio gimtadieniui paminėti. Taip pat surengtas anūkų ir senelių turnyras, bendram žaidimui ir smagiam laikui kartu subūręs skirtingas kartas.

Išskirtiniu renginiu tapo „Neoninės nakties“ turnyras – naktį vykusios varžybos, apšviestos neoninėmis šviesomis, dalyviams suteikė neįprastų įspūdžių ir pojūčių, o klubo organizuotas turnyras Ispanijoje „Du miestai viena draugystė“ padovanojo naujų patirčių ir pažinčių. Didelis susidomėjimas renginiu parodė, kad petankė gali būti ne tik sportas, bet ir originali, bendruomenę vienijanti pramoga. Beje, visi renginio dalyviai kitąmet pakviesti į Druskininkus.

Druskininkų petankės klubo veiklos prisidėjo prie aktyvaus gyvenimo būdo skatinimo, bendruomeniškumo stiprinimo ir petankės populiarinimo kurorte. Kiekviena treniruotė ir turnyras tapo galimybe susitikti, draugauti, varžytis ir kartu kurti gyvybingą Druskininkų sporto bendruomenę.





Klubo organizuotas turnyras Ispanijoje „Du miestai viena draugystė“ padovanojo naujų patirčių ir pažinčių / Asmeninio archyvo nuotraukos

Energetinis efektyvumas namuose: maži kasdieniai įpročiai sukuria didelį komfortą ir taupo šilumą

Šilumos ir karšto vandens tiekėja UAB „Litesko“ nuolat investuoja į šilumos gamybos bei tiekimo tinklų modernizavimą, kad šiluma klientų namus pasiektų patikimai, efektyviai ir, taikant tvarius sprendimus. Vis dėlto galutinis energetinis efektyvumas bei šilumos išlaikymas patalpose labai priklauso ir nuo pačių gyventojų kasdienių įpročių bei bendros pastato būklės.

Kasdieniai įpročiai, užtikrinantys tolygų šilumos pasiskirstymą

Šilumos vartojimo efektyvumas prasideda nuo paprastų, tačiau itin reikšmingų kasdienių sprendimų. Vienas iš pagrindinių veiksnių, leidžiančių užtikrinti tolygų ir efektyvų šilumos pasiskirstymą patalpose, yra laisva oro cirkuliacija aplink radiatorius. Kai radiatorių neuždengia sunkios užuolaidos, ilgi baldai ar kiti daiktai, šiltas oras laisvai juda po kambarį ir efektyviau sušildo aplinką.

Taip pat labai svarbu prisiminti teisingą patalpų vėdinimo taisyklę. Patalpas rekomenduojama vėdinti trumpai, bet intensyviai – plačiai atvėrus langus kelioms minutėms. Toks būdas užtikrina šviežio oro patekimą, tačiau neleidžia atvėsti sienoms bei baldams, todėl kambarys vėl greitai sušyla.

Išmanus patalpų temperatūros valdymas

Ne mažiau svarbus vaidmuo tenka ir išmaniam šilumos srautų reguliavimui. Jei daugiabutyje ar namuose yra įrengti termostatai, verta atkreipti dėmesį į skirtingų patalpų temperatūros poreikius. Pavyzdžiui, miegamajame ar rečiau naudojamuose kambariuose galima palaikyti šiek tiek žemesnę temperatūrą, nei svetainėje. Taip pat nakties metu arba, išvykstant iš namų ilgesniam laikui, patalpų temperatūrą verta šiek tiek sumažinti, tačiau nereikėtų leisti būstui visiškai atvėsti, nes vėliau jam sušildyti prireiks gerokai daugiau energijos. Sumažinus patalpų (vidaus) temperatūrą 1 °C, šildymo energijos poreikis dažnai sumažėja maždaug 5 proc., tačiau tikslus rezultatas priklauso ir nuo pastato, šildymo sistemos bei lauko temperatūros.

Partnerystė, siekiant aukščiausios kokybės

„Mūsų tikslas – užtikrinti, kad kiekvieną klientą patikimai pasiektų kokybiška šiluma. Tačiau svarbu prisiminti, kad sąskaitos už šildymą dydį lemia ne tik kilovatvalandės kaina, bet ir realiai suvartotas šilumos kiekis. Jam didžiausią įtaką daro lauko oro temperatūra, namo energetinis efektyvumas, pastato šilumos punkto būklė ir pačių gyventojų įpročiai. Todėl net ir nedideli pokyčiai, tokie kaip sandaresni langai, neužstatyti radiatoriai ar tinkamas patalpų vėdinimas, padeda šilumos energiją panaudoti maksimaliai efektyviai“, – teigė UAB „Litesko“ filialo „Druskininkų šiluma“ direktorius Vygintas Mikaila.

Pranašumas – per tvarumą: efektyvaus energijos naudojimo praktikos

Šiuolaikiniame versle energijos efektyvumas tapo ne tik būdu kontroliuoti išlaidas, bet ir galingu strateginiu pranašumu rinkoje. Praktika rodo, kad inovatyvūs sprendimai atneša realią finansinę grąžą: pavyzdžiui, tradicines lemputes pakeitus į LED apšvietimą, elektros sąnaudos gali sumažėti net iki 70 proc. Dar iki 20 proc. energijos galima sutaupyti, įdiegus išmaniąsias patalpų valdymo sistemas, kurios šildymą, vėdinimą ir apšvietimą automatiškai reguliuoja pagal tai, ar patalpose yra žmonių.

Norint pasiekti maksimalių rezultatų, būtina sisteminga energijos vadyba, kuri ilgalaikėje perspektyvoje vidutiniškai nurėžia 10 – 25 proc. visų sąnaudų. Atspirties taškas šiam procesui yra energijos vartojimo auditas. Nors įstatymai jį dažniausiai numato tik didelėms įmonėms, tai yra bene efektyviausias pirmasis žingsnis biurų valdytojams, daugiabučių administratoriams ir individualių namų savininkams.

Ilgalaikiai sprendimai būstui

Ilgalaikėje perspektyvoje didžiausią įtaką energetiniam efektyvumui daro pačių pastatų būklė ir jų priežiūra. Langų bei durų sandarinimas, šilumą atspindinčių ekranų įrengimas už radiatorių ar bendras šilumos punkto modernizavimas leidžia gerokai geriau išsaugoti šilumą pastato viduje. UAB „Litesko“ ragina gyventojus atkreipti dėmesį į savo gyvenamosios aplinkos būklę ir kartu kurti tvarius, energetiškai efektyvius bei jaukius namus.

Litesko
VEOLIA

Užsakymo Nr. MDR-578-01

To dar nebuvo: šilumos siurblys su LEA parama nuo 1 000 Eur ir galimybe išsimokėti po 100 Eur per mėnesį be pabrangimo

Lietuvos energetikos agentūros (LEA) parama gyventojams, keičiantiems taršius katilus į efektyvius šilumos gamybos įrenginius, leidžia reikšmingai sumažinti šildymo sistemos atnaujinimo išlaidas. Ankstesnių paramos etapų kvietimams skirtos lėšos baigėsi itin greitai – tai rodo didelį susidomėjimą efektyvesnėmis šildymo sistemomis. Tačiau norintiesiems moderniai šildytis nebūtina laukti kito kvietimo ar kompensacijos išmokėjimo.



Pagal LEA reikalavimus, prieš teikiant paraišką finansavimui gauti, šilumos siurblys turi būti jau įrengtas. Todėl UAB „Ecoenergija.lt“ siūlo išskirtines sąlygas – galimybę įsigyti šilumos siurblį ir pradėti juo šildytis, dar negavus LEA kompensacijos. Pavyzdžiui, jei, įvertinus skiriamą LEA paramą, už šilumos siurblį lieka sumokėti 1 000 Eur, šią sumą galima išsimokėti per 10 mėnesių, mokant po 100 Eur per mėnesį. Likusią įrangos kainos dalį galima padengti, jau gavus LEA paramą.

UAB „Ecoenergija.lt“ parengia visus reikiamus dokumentus paramai gauti ir konsultuoja klientus viso proceso metu – nuo įrangos pasirinkimo bei montavimo iki kompensacijos iš LEA gavimo. Svarbu žinoti, kad senojo katilo nebūtina atsisakyti – jis gali likti, kaip alternatyvus šildymo šaltinis.

Šilumos siurbliai oras-vanduo – modernus šildymo būdas, leidžiantis viena sistema šildyti grindis ir radiatorius bei paruošti karštą vandenį. Įrenginį galima valdyti nuotoliniu būdu, nustatyti norimą temperatūrą ir automatiškai ją palaikyti. Todėl nebereikia nuolat rūpintis kuro atsargomis ar rankiniu būdu reguliuoti katilo darbo.

Naujausios kartos šilumos siurbliai pasižymi dideliu energiniu efektyvumu. Kai kurie modeliai gali paruošti iki +75 °C temperatūros vandenį, todėl tinka ir namams, kuriuose įrengti radiatoriai. Šias sistemas galima pritaikyti ne tik naujos statybos, bet ir senesniuose, renovuotuose namuose.

Šiluma jau dabar, o mokėjimas – dalimis

„Šilumos siurbliu galima naudotis jau dabar, o jei priemoka, pavyzdžiui, siekia 1 000 Eur, šią sumą galima išmokėti per 10 mėnesių, mokant po 100 Eur per mėnesį be pabrangimo, jei taikomos atitinkamos finansavimo sąlygos“, – sakė UAB „Ecoenergija.lt“ vadovas Gintautas Liutkus.

Toks sprendimas leidžia nelaukti kompensacijos išmokėjimo ir jau dabar naudotis modernesne šildymo sistema. Galutinė mokėtina suma priklauso nuo pasirinkto įrenginio, skiriamos paramos ir individualių aplinkybių.

UAB „Ecoenergija.lt“ bendradarbiauja su finansavimo partneriais, padeda klientams išsirinkti šilumos siurblį, įvertinti finansavimo galimybes ir pasirūpinti kompensacijai gauti reikalingais dokumentais.

„Klientai vertina tai, kad šildymas tampa paprastesnis: nebereikia rūpintis malkomis, granulėmis ar briketais, valyti pelenų ir nuolat prižiūrėti katilo. Temperatūrą galima reguliuoti keliais mygtukais, o namuose automatiškai palaikoma nustatyta šiluma“, – pasakojo G. Liutkus.

Paraiškas gali teikti fiziniai asmenys, nuosavybės teise valdantys gyvenamąjį namą, sodo namą ar butą, jei tenkinamos konkretaus kvietimo sąlygos.

Kaip pasirinkti tinkamą šilumos siurblį oras-vanduo?

Renkantis šilumos siurblį, svarbu įvertinti jo kainą, šildymo galią, sezoninį efektyvumą ir tinkamumą konkrečiam pastatui. Šildymo sąnaudoms įtakos turi ir būsto būklė: gerai apšiltintam namui paprastai reikia mažiau šilumos. Išmanusis valdymas leidžia reguliuoti temperatūrą pagal gyventojų poreikius, o reguliari priežiūra padeda užtikrinti sklandų sistemos veikimą.

Ne mažiau svarbu tinkamai parinkti šilumos siurblio galią, atsižvelgiant į būsto plotą, šilumos nuostolius ir esamą šildymo sistemą. Prieš įsigyjant įrangą, verta pasikonsultuoti su specialistais, kurie padėtų įvertinti techninius poreikius ir parinkti tinkamiausią sprendimą. Tinkamai parinkta sistema užtikrina komfortą ir leidžia efektyviau naudoti elektros energiją šaltuoju metų laiku.

„Renkantis įrangą, svarbus ne tik pats šilumos siurblys, bet ir visa paslauga – nuo konsultacijos bei tinkamo įrenginio parinkimo iki montavimo, dokumentų sutvarkymo ir garantinio bei pogarantinio aptarnavimo“, – pabrėžė G. Liutkus.

Kur kreiptis?

Gyventojams, norintiems atnaujinti šildymo sistemą ir pasinaudoti parama, verta ruoštis iš anksto. Dar prieš įsigyjant įrangą, rekomenduojama pasikonsultuoti dėl paramos sąlygų, kad būtų aišku, kokius reikalavimus turi atitikti būstas.

„Kviečiame nelaukti paskutinės minutės – padėsime pasirinkti tinkamą įrangą, įvertinti individualią situaciją ir pasiruošti paramos gavimo procesui. Pasinaudojus išsimokėjimo galimybe, šilumos siurbliu galima naudotis jau dabar, nelaukiant kompensacijos“, – sakė G. Liutkus.

Dėl konsultacijos kreipkitės telefonu **+370 670 26903** arba el. paštu *info@ecoenergija.lt*. Daugiau informacijos rasite ***www.ecoenergija.lt***.

Užsakymo Nr. MDR-578-02

Super slalomo čempionate „Snow Arena Racing Team“ – DSC iškovojo 10 medalių













Praėjusį šeštadienį „Snow Arenoje“ surengtame Lietuvos kalnų slidinėjimo Super slalomo (SSL) čempionate, kuris kartu buvo ir 2026–27 m. Lietuvos taurės 1 etapas, startavo 111 slidininkų iš Lietuvos, Latvijos, Italijos ir Didžiosios Britanijos. Gausiausia komanda varžybose buvo „Snow Arena Racing Team DSC“. 23 sportininkai parvežė 10 medalių: 3 aukso, 5 sidabro ir 2 bronzos.

Čempionų titulus iškovojo trys DSC sportininkai. Barbora Karpijūtė U10 mergaičių grupėje po pirmo važiavimo buvo trečia, bet antrąjį įveikė greičiausiai iš visų (0:31,53) ir laimėjo su 0,60 sekundės persvara. Kristupas Šiaurys nugalėjo U10 berniukų grupėje (1:12,50). Elito vyrų grupėje laimėjo Danielius Kaušius – jo 0:48,55 buvo geriausias visų varžybų laikas.

Druskininkietė Rūta Jakšaitytė-Kuliešienė tapo Meistrų grupės nugalėtoja, ji atstovauja DSC trenerio Erlando komandai „ERLAS TEAM“.

Sidabro medalius pelnė Izabelė Karpijutė (U8 mergaitės), Adas Vaitkevičius (U8 berniukai), Sofija Urbaitė (U14 mergaitės), Mantas Kuliešius (U14 berniukai) ir Tadas Mikelionis (U12 berniukai). Tadas antrą važiavimą įveikė greičiausiai grupėje (0:27,24), o nuo nugalėtojo atsiliko vos 0,11 sekundės. Bronzą iškovojo Vėjūna Grigaitė (U14 mergaitės) ir Ignas Juodeška (U16 berniukai), kuris ketvirtą vietą užėmusį varžovą aplenkė viena šimtąja sekundės dalimi.

Prie apdovanojimų pakylos priartėjo Danielius Mizaras ir Eva Trakimavičiūtė (abu iškovojo 4 vietas), Milisenta Balčiūtė ir Dominykas Česnulis (6 vietos), Dominykas Šiaurys (7 vieta), Smiltė Naujalytė (9 vieta). U12 berniukų grupėje, kurioje startavo net 24 sportininkai, Tauras Margelis užėmė 12-ą, Dominykas Balčius 13-ą, Simas Bagdanavičius 15 vietą, o U14 berniukų grupėje Edvardas Vaitkevičius buvo 11-as.

Ne visiems diena baigėsi sėkmingai. Kaja Jančiulytė po pirmo važiavimo pirmavo U10 mergaičių grupėje (0:30,89), tačiau antrojo nebaigė. Kristupas Kaušius po pirmo važiavimo elite buvo trečias, bet antrame važiavime iškrito, o Adrija Maslauskaitė antrame važiavime nestartavo.

Čempionate iškovoti taurės taškai dauginami iš koeficiento 1,2. Kitas Lietuvos taurės etapas – Alpių dvikovės (AC) čempionatas gruodžio 5 d. „Snow Arenoje“.

Lapkričio 3-8 „Snow Arenoje“ vyks Baltijos šalių taurės 1asis etapas, 3-4 dienomis vyks FIS slalomo varžybos suaugusiems, o 6-8 vyks varžybos vaikams ir „Meistrų“ grupėms, vėliau vyks LTU 2 sis etapas.

„Snow Arena“ informaciją parengė Artūras Bikulč











Gausiausia komanda varžybose buvo „Snow Arena Racing Team - DSC“: 23 sportininkai parvežė 10 medalių: 3 aukso, 5 sidabro ir 2 bronzos / Aleksandr Pustovit nuotraukos

„Judrūs ir greiti“: judėjimo džiaugsmas ir olimpinės vertybės nuo mažens



LTOK finansuojamo projekto „Judrūs ir greiti“ renginys subūrė net 85 vaikus iš trijų ugdymo įstaigų / Lopšelio-darželio „Bitutė“ archyvo nuotraukos

Žilvinas Matijošaitis,
lopšelio-darželio „Bitutė“ judesio korekcijos specialistas

Lietuvos tautinio olimpinio komiteto (LTOK) finansuojamo projekto „Judrūs ir greiti“ renginys Druskininkų sporto centro stadione subūrė net 85 vaikus iš trijų ugdymo įstaigų. Sportinių rungčių metu netrūko judesio, azarto, šypsenų ir gerų emocijų.

Projekto tikslas – paskatinti vaikų fizinį aktyvumą, suteikti galimybių išbandyti įvairias sportines veiklas ir nuo pat mažens ugdyti norą judėti bei sportuoti. Ikimokyklinis amžius yra ypač svarbus, formuojant sveikos gyvensenos įpročius, todėl žaismingos, vaikų amžių ir galimybes atitinkančios fizinio aktyvumo veiklos padeda stiprinti ne tik kūną, bet ir pasitikėjimą savimi, atkaklumą bei bendravimo įgūdžius.

Į renginį susirinko penkios komandos – trys iš Druskininkų lopšelio-darželio „Bitutė“ ir po vieną iš Druskininkų lopšelio-darželio „Žibutė“ bei Druskininkų „Saulės“ pagrindinės mokyklos. Vaikai varžėsi penkiose estafetėse, kuriose reikėjo greičio, vikrumo, susikaupimo ir gebėjimo bendradarbiauti. Kiekviena užduotis tapo proga išbandyti savo jėgas, palaikyti komandos draugus ir drąsiai įveikti iššūkius.

Sportas – ne tik judėjimas, bet ir ugdymas. Ši idėja glaudžiai susijusi su olimpiniu švietimu – viena iš strateginių Lietuvos tautinio olimpinio komiteto veiklos sričių. Olimpinis švietimas paskatina vaikus ir jaunimą sportuoti, mokytis per sportą, puoselėti pagarbą, draugystę, atsakomybę ir kitas bendražmogiškąsias vertybes. Jo tikslas – prisidėti prie harmoningos, kūrybingos ir atsakingos asmenybės ugdymo, vaikų sveikatos stiprinimo bei fizinio raštingumo lavinimo. Olimpinio švietimo idėjos svarbios jau ikimokykliniame amžiuje. Žaisdami, judėdami ir atlikdami bendras užduotis, vaikai mokosi laikytis susitarimų, gerbti kitus, bendradarbiauti, nepasiduoti, susidūrus su sunkumais, džiaugtis savo bei draugų pastangomis. Tokios patirtys padeda suprasti, kad sportas gali būti ne tik fizinio aktyvumo, bet ir asmenybės augimo priemonė.

Renginio metu buvo plėtojama olimpinio ugdymo tema „Pastangomis pelnytas džiaugsmas“. Vaikai praktiškai patyrė, kad svarbu ne tik pasiekti finišą ar laimėti, bet ir stengtis, atkakliai įveikti užduotis, palaikyti komandos draugus bei džiaugtis bendru rezultatu. Sportinis azartas ir nuoširdžios emocijos priminė, kad kiekvieno vaiko pastangos yra vertingos. Po sportinių žaidynių visi dalyviai buvo apdovanoti medaliais. Jie tapo gražiu aktyvios dienos prisiminimu ir paskatinimu toliau judėti, sportuoti bei domėtis sveika gyvensena.

Projektas „Judrūs ir greiti“ dar kartą priminė, kad meilė judėjimui ir sportui, pagarba kitiems, atkaklumas bei džiaugsmas dėl savo pastangų ugdomi nuo mažens.

Kurkime vaikams tokias patirtis, kurios skatintų ne tik judėti šiandien, bet ir rinktis aktyvų, sveiką bei prasmingą gyvenimo būdą ateityje!



BALDAI
Spintos slenkančiomis sistemomis, pertvaros, komodos, lovos, čiužiniai
Stiklo gaminiai / Minkšti baldai / Virtuvės baldai

UAB „Mirasta“
V. Kudirkos g. 33, Druskininkai.
Tel. +370 682 10953



Kai muzika tampa bendrystės ir atradimų kalba

Spalio 23 dieną Druskininkų „Saulės“ pagrindinėje mokykloje organizuotas išskirtinis muzikinis susitikimas, suartinęs mokyklos bendruomenę ir akademinio muzikos pasaulio atstovus. Šios prasmingos iniciatyvos autorius – muzikos mokytojas Ovidijus Miniauskas, kurio kūrybiniai ieškojimai ir nuolatinis profesinis tobulėjimas atveria mokiniams naujas muzikos pažinimo galimybes.

Kartais mokyklos kasdienybę praturtina įvykiai, kurių vertė matuojama ne tik įgytomis žiniomis ar patirtais įspūdžiais. Jie leidžia pajusti bendrystės svarbą, įkvepia kurti, mokytis ir dalintis tuo, ką turime geriausio. Tokia diena Druskininkų „Saulės“ pagrindinėje mokykloje tapo susitikimas su Vytauto Didžiojo universiteto Muzikos akademijos profesorėmis Sabina Martinaityte ir Audrone Eitmanavičiūte bei jų studentais.

Renginys prasidėjo neįprastai – šįkart mokinių vaidmenį išbandė patys mūsų mokyklos mokytojai – profesorės Sabina bei Audronė vedė dainavimo meistriškumo pamoką mokyklos mokytojų ansambliui. Tai buvo vertinga galimybė pasisemti profesionalios patirties, geriau pažinti ir atskleisti savo balso galimybes, patobulinti vokalinius gebėjimus. Kartu ši pamoka priminė paprastą, bet svarbią tiesą: geras mokytojas yra tas, kuris ir pats nepraranda noro mokytis.

Vėliau mokyklos bendruomenė buvo pakviesta į koncertą „Ateities scenos žvaigždės“. VDU Muzikos akademijos studentų atliekami operų, operečių, miuziklų ir populiariosios muzikos kūriniai atskleidė jaunųjų atlikėjų talentą, muzikinę brandą ir meilę pasirinktai profesijai. Koncerte dalyvavusiems mokiniams, mokytojams tai buvo proga geriau susipažinti su profesionaliuoju muzikos pasauliu, pajusti gyvo atlikimo grožį.

Šis susitikimas turėjo dar vieną įdomią ir prasmingą dalį. Šįkart universiteto profesorės ir studentai patys tapo besimokančiaisiais – muzikos mokytojas O. Miniauskas pakvietė juos į mokyklos muzikos laboratoriją, kurioje pristatė šiuolaikines muzikinio ugdymo galimybes. Prasminga, unikali bendrystė – mokytojas Ovidijus savo meistryste dalijosi su jį vis dar tebeugdančiomis dėstytojomis, mat talentingasis pedagogas tęsia magistro studijas VDU! „Saulės“ mokyklos muzikos laboratorijoje mokiniai mokosi patys kurti dainas, komponuoti, užrašyti natas, rengti aranžuotes, įrašyti dainavimą. Čia gimsta kitoks požiūris į muzikos pamoką – joje svarbus ne tik galutinis rezultatas, bet ir pats kūrybos procesas, atradimo džiaugsmas, galimybė kiekvienam mokiniui išbandyti savo jėgas.

Taigi šio susitikimo metu buvo dalijamasi abipuse patirtimi – universitetas atvėrė mokyklai profesionaliosios muzikos pasaulį, o mokykla svečiams pristatė savitą, šiuolaikišką muzikinio ugdymo patirtį. Toks bendradarbiavimas byloja, kad tikrasis mokymasis neturi griežtų ribų – kiekvienas gali būti ir mokytojas, ir mokinys.

Už skirtą laiką, profesionalumą ir šiltą bendravimą nuoširdžiai dėkojame profesorėms S. Martinaitytei ir A. Eitmanavičiūtei bei jų studentams. Ne mažiau svarbi padėka atitenka ir šio susitikimo sumanytojui O. Miniauskui, kurio rūpesčiu jaunieji VDU solistai mokyklos bendruomenei padovanojo prasmingą, muzikos ir žmogiškojo artumo kupiną popietę.

Spalio 23-iąją „Saulės“ mokykloje skambėjo ne tik muzika – čia buvo mokomasi ją suprasti, ja dalintis ir, svarbiausia, patiems kurti. Tokiose patirtyse ir slypi gražiausia mokyklos prasmė – padėti jaunam žmogui atrasti stiprybes ir galimybes.

„Saulės“ pagrindinės okyklos informacija









Druskininkų „Saulės“ pagrindinėje mokykloje organizuotas išskirtinis muzikinis susitikimas, suartinęs mokyklos bendruomenę ir akademinio muzikos pasaulio atstovus / „Saulės“ pagrindinės mokyklos archyvo nuotraukos







IEŠKOME TAVĘS

Kviečiame prisijungti prie kolektyvo:

AQUA restoranas - picerija

- barmeną (-ę) (atlyginimas 8,69 € / val.);
- padavėją (atlyginimas 7,50 € / val.);
- virėją (atlyginimas nuo 1640 €);
- picų kepėją (atlyginimas nuo 1650 €);
- konditerį (-ę) (atlyginimas 1730 €);

CV siųsti edita@akvapark.lt, +370 612 92 232

DRUSKININKŲ SVEIKATINIMO IR POILSIO CENTRAS AQUA

Snow Hotel DRUSKININKAI

- kambarių tvarkytoją (atlyginimas 8,01 € / val.);

CV siųsti daina@akvapark.lt, +370 620 90985

- viešbučio administratorių (-ę) (atlyginimas 10,89 € / val.);

CV siųsti inga@akvapark.lt, +370 686 70018

Snow Arena

- barmeną (-ę) Kaljano bare (atlyginimas 8,69 € / val.).

CV siųsti edita@akvapark.lt, +370 612 92 232

Atlyginimai pateikti neatskaičius mokesčių.

Lapų grėbimas, surinkimas ir išvežimas.
Tel. +370 602 28830

Valome langus.
Tel. +370 653 89474

Reklama didžiausio Dzūkijos regione tiražo savaitraštyje „Mano Druskininkai“ ir naujienų portale www.manodruskininkai.lt
Daugiau informacijos tel. 0 646 27272 ir 0 657 52514 arba el. paštu *info@manodruskininkai.lt*

ATOSTOGAUK

5 dienos

LAPKRIČIO 3 D.

12 VAL.
KAROLIUKŲ VĖRIMO MAGIJA

12 edukacijų

LAPKRIČIO 4 D.

12 VAL.
ATRASKITE DEKUPAŽĄ

14 VAL.
LINO RAIŽINIO ATSPAUDAS MEDVILNINIAME MAIŠELYJE

registracija:

LAPKRIČIO 5 D.

12 VAL.
KAROLIUKŲ VĖRIMO MAGIJA

15 VAL.
JUVELYRIKOS DIRBTUVĖS „Nustebink save“

LAPKRIČIO 6 D.

12 VAL.
STIKLO MOZAIKOS DIRBTUVĖS

14 VAL.
ATRASKITE DEKUPAŽĄ

11-15 VAL.
CIANOTIPIJA - POPIERIUJE

LAPKRIČIO 7 D.

11 VAL.
GRAFIKOS DIRBTUVĖS - „Ženkliukų edukacija“

12 VAL.
VITRAŽO KOLIAŽAS

14 VAL.
KAROLIUKŲ VĖRIMO MAGIJA

11-16 VAL.
CIANOTIPIJA - MEDVILNINIAME MAIŠELYJE

MENŲ KALVĖJE

M. K. ČIURLIONIO G. 27, DRUSKININKAI

VŠĮ DRUSKININKŲ PSPC

SIŪLO DARBĄ
AKUŠERIUI (-EI)



- Darbas šeimos gydytojo komandoje
- Atlyginimas - nuo 2300 Eur neatskaičius mokesčių
- Reikalavimai - akušerio profesinė kvalifikacija ir licencija

Laukiame Jūsų CV el paštu
+37031353702 info@dpspc.lt

PERKAME AUKSĄ, SIDABRĄ, GINTARĄ, ANTIKVARIATĄ

PERKAME!
0 623 47 249


1700 € už 100 g.


LAIKRODŽIAI KAINA SUTARTINĖ


KAINA SUTARTINĖ


LYDYTO GINTARO LAZDELĖS KAINA SUTARTINĖ


1000 €


100 €


AUKSINĖS DANTŲ KARŪNĖLĖS (IŠVALOME)

DRUSKININKUOSE TIK LAPKRIČIO 4 D. 11.00–16.00 val.

Pateikus šį skelbimą jums bus sumokėta **10 €,**
jeigu pardavimo suma ne mažesnė kaip 100 €

GRYNO AUKSO PRABOS-999 1 G. KAINA 120€

TURIZMO IR VERSLO INFORMACIJOS CENTRAS, GARDINO G. 3, DRUSKININKAI

KUR NUEITI? KĄ PAMATYTI?

GYDYKLŲ PARKE PRIE MUZIKINIO FONTANO

Spalio 30 – lapkričio 8 d. vyks „Šviečiančių moliūgų“ vakarai. Bus galima pasigrožėti moliūgais – drožinėtus, mirgančius švieselėmis ar kitaip dekoruotus pristatys Druskininkų bendruomenė: mokyklų ir darželių vaikai, restoranų ir sveikatingumo centrų komandos, įvairių įstaigų kolektyvai.

VIEČIŪNŲ BENDRUOMENĖS CENTRE (JAUNYSTĖS G. 17)

Iki lapkričio 30 d. eksponuojama taškavimo paroda „Taškų verpstė: siūlai, spalvos ir istorijos“ ir meno kūrėjos, tautodailininkės Daivos Stoncelienės tapybos darbų paroda „Iš jos rankų į manąsias“. Šios parodos yra Verpstės festivalio dalis, kurią remia Lietuvos kultūros taryba ir Druskininkų savivaldybė.

VIEČIŪNŲ LAISVALAIKIO SALĖJE (JAUNYSTĖS G. 17)

Lapkričio 7 d. 18 val. vyks Klaipėdos jaunimo teatro spektaklis-koncertas „GRAŽI IR TA GALINGA: Lietuvos moterys“. Nemokamai!

LEIPALINGIO LAISVALAIKIO SALĖJE (ALĖJOS G. 3)

Lapkričio 11 d. 18 val. Alytaus miesto teatras pristatys spektaklį vaikams „Kupriukas muzikantas“. Lietuvių liaudies pasakų motyvais paremtas interaktyvus spektaklis pasakoja gražią ir jautrią istoriją apie tai, kiek reikia pastangų, norint įveikti iškilusias kliūtis, kad pats turi pasirinkti, kas svarbiau – auksas ar meilė.

DRUSKININKŲ MIESTO MUZIEJUJE (M. K. ČIURLIONIO G. 59):

Iki 2027 m. sausio 15 d. veiks paroda „Jacques Lipchitz ir draugai“.

DRUSKININKŲ MIESTO MUZIEJAUS GALERIJOJE (M. K. ČIURLIONIO G. 37):

Lapkričio 6 d. 17 val. – Sauliaus Rudziko tapybos darbų parodos „Tarp vilko ir šuns“ atidarymas.
Iki lapkričio 4 d. veiks J. Daniliausko tapybos paroda „Moterų karalystė“.

VIEŠOJOJE BIBLIOTEKOJE (V. KUDIRKOS G. 13)

Iki spalio 30 d. veiks Adelberto Nedzelskio tapybos paroda „... o aš mačiau“, skirta dailininko, menotyrininko, Druskininkų garbės piliečio pirmosioms mirties metinėms paminėti.

Iki spalio 30 d. veiks Druskininkų M. K. Čiurlionio meno mokyklos mokinių baigiamųjų darbų kūrybinė paroda „Augalai interpretacijose“. Mokytojos – Alė Kalėdienė, Gulnara Kupčinskienė, Dovilė Petrauskienė.

Iki spalio 30 d. veiks Druskininkų savivaldybės neįgaliųjų draugijos dailės būrelio „Laimės žiburys“ darbų paroda „Rudens spalvos“. Dailės būrelio vadovė – Ramutė Saveikienė.

Spalio 30 d. 16 val. – Pasaulinės medijų ir informacinio raštingumo (MIRKT) savaitės edukacinė popietė vaikams „Ar tikrai? – informacijos laboratorija“.

Lapkričio 4 d. 14 val. – Daivos Červokienės knygos „Liepos motinėlės“ pristatymas ir sveikatingumo gido Gedimino Grigelio paskaita ,,Miško terapija“.

Lapkričio 5 d. 17 val. – Modesto Grigaliūno fotografijos darbų parodos „Kūryba kaip dvasingumo praktika“ pristatymas.

Lapkričio 12 d. 15 val. – Šiaulių vyskupo emerito Eugenijaus Bartulio 2027 m. kalendoriaus „Palaimintajam Jurgiui Matulaičiui 100 metų“ pristatymas.

Lapkričio 18 d. 17 val. – poezijos ir muzikos vakaras „Jausmų džiazas“ su aktore Egle Jackaite ir pianistu Antanu Cirtautu.

VIEŠOSIOS BIBLIOTEKOS MIESTO PADALINYJE (VEISIEJŲ G. 17)

Iki lapkričio 30 d. veiks Lietuvos specialiosios kūrybos draugijos „Guboja“ Druskininkų skyriaus narių paveikslų paroda „Druskininkų įkvėpti“.

„MENŲ KALVĖJE“ (M. K. ČIURLIONIO G. 27)

Lapkričio 7 d. 16 val. – Česlovo Petraičio vienintelės autorinės tapybos parodos „Brasta“ atidarymas. Paroda veiks iki gruodžio 5 d.

Spalio 31 d. 14 val. – floristikos edukacija „Samanų paveikslėlis“. Registracija tel. +370 611 56015 (Rūta), **14 val. –** tekstilės ir grafikos kūrybinės dirbtuvės „Cianotipija medvilniniame maišelyje“. Registracija tel. +370 643 77001 (Ineta). Veiklos mokamos.

Lapkričio 7 d.11 val. – grafikos dirbtuvės – ženkliukų edukacija. Registracija tel. +370 699 89857 (Deividas), **12 val.** – vitražo koliažas. Registracija tel. +370 639 94293 (Dovilė), **14 val.** – karoliukų vėrimo magija. Registracija tel. +370 630 69886 (Irma), **nuo 11 iki 16 val.** – „Mėlynos saulės dirtuvės“ – cianotipija medvilniniame maišelyje. Registracija tel. +370 643 77001 (Ineta). Veiklos mokamos.

V. K. JONYNO GALERIJOJE (TURISTŲ G. 9)

Iki gruodžio 2 d. veiks Aistės Bugailiškytės tapybos paroda „Jos“.

M. K. ČIURLIONIO NAMŲ-MUZIEJAUS SODE (M. K. ČIURLIONIO G. 35)

Iki sausio 1 d. veiks lauko paroda „Čiurlionių šeimos paletė“.

Užuojautos

Išeiname po vieną mes visi
per skausmą, ašaras į Amžinąją būtį…
Bet kaip sunku paskutinįkart ištart Sudiev –
dar taip reikėjo mums visiems kartu pabūti…

Mirus mylimam Tėveliui, nuoširdžiai užjaučiame Dalią Šerelienę ir visą jos šeimą.

Ateities g. 8 namo I laiptinės kaimynai

Tokia tauri ir mylinti širdis,
ir akys šviesiosios ilgam Gyvenimo kely pavargo...
Išėjo, palikęs Amžinybės brydę
auksiniame rudens take.

Į Amžinybę išėjus Antanui Jonui Vaikšnorui, nuoširdžiai užjaučiame žmoną Zitą, dukras Vilmą ir Astą bei visus artimuosius.

Buvę Greitosios medicinos pagalbos kolegos

Žmogaus gyvenimas – kaip meteoro blyksnis,
nušvietęs, sušildęs esančius šalia,
staiga skaudžiai, netikėtai užgęsta...

Mirus mylimai Mamytei, nuoširdžiai užjaučiame Daivą Žiupsnienę ir jos artimuosius.

Angelė ir Algimantas Juneliai



LAIDOJIMO NAMAI „OKONA“
Veisiejų 32, Druskininkai
Patikimas pasirinkimas sunkią valandą

Visos ritualinės paslaugos vienoje vietoje:
- tradicinis ir urnų laidojimas;
- kremavimo organizavimas;
- šarvojimo salės;
- transportas, gėlės;
- socialinių išmokų sutvarkymas

NAUJIENA – individualūs paslaugų paketai pagal Jūsų galimybes ir poreikius.

Tel. 068793372, 069872200 – VISĄ PARĄ!



Kapaviečių įrengimas: pamatai, paminklų ir plokščių montavimas, trinkelių klojimas, apželdinimas, valymas, paminklų atnaujinimas.
Tel. +370 692 92881

Perku nereikalingus traktorius, mini traktoriukus, žemės ūkio techniką bei įvairius jų priedus ir padargus. Domina ir seni, sugedę ar nenaudojami. Išsivežu pats, atsiskaitau iš karto.
Tel. +370 627 21409

Perkame mišką išsikirtimui, valymui.
Tel. +370 627 41783

Nemokamai valome medžiais ir krūmais apaugusius sklypus, pamiškes ir kita. Už didesnius kiekius mokame sutartą kainą.
Tel. +370 624 37293





RESTORANAS „ROMNESA“

BANKETAI – NUO 30 €
GEDULINGI PIETŪS – NUO 19 €
EDUKACINĖ ŠAKOČIO KEPIMO PROGRAMA.

RESTORANAS DIRBA TIK PAGAL INDIVIDUALIUS UŽSAKYMUS.

Mūsų adresas: Vienkiemių g.3, Jaskonys.
Tel. pasiteirauti +370 606 00016

Perkame juodo ir spalvoto metalo laužą. Didesnį kiekį pasiimame patys.
Automobilių utilizacija.
Tel.: +370 687 66440, +370 682 20383

Tapetų klijavimas, laminato surinkimas, durų statymas, sienų ir lubų lyginimas, plytelių klijavimas, vonios kambarių kapitalinis remontas, santechnika, elektra.
Vyksta ir į smulkius užsakymus. **Tel. +370 606 43448**

Brangiai perkame MIŠKĄ (gali būti su bendraturčiais, neatidalintas, su skolomis).
Sutvarkome paveldėjimo ir kitus dokumentus.
Tel.: +370 644 55355, +370 660 66466

Fasadinių pastolių, modulinių-mūro pastolių darbams nuoma, pamatinių klojinių, perdangos klojinių nuoma.
Tel. +370 612 40856

Margų karjeras parduoda:
- žvyrą (sijotą/nesijotą);
- smėlį, molingą gruntą;
- skaldą, žvirgždą, betono skaldą.

Transporto svėrimas /krovinių gabenimas.

TRANSDOSA

Margų betonas:
- betono gamyba;
- betonvežio nuoma;
- betono siurblio paslauga.

Transportavimo paslaugos.

UAB „Transdosa“ – Margų karjeras ir betono gamyba. www.transdosa.lt
Užsakymai: karjeras.transdosa@gmail.com, tel. +370 676 25562
Adresas: Žvyro g. 2A, Margų k., Leipalingio sen., Druskininkų sav.

„Bilso sodyba“ teikia maitinimo, apgyvendinimo paslaugas. Ruošia užsakomuosius pietus, vakarienes, gedulingus pietus, banketus, tiekiame maistą išsivežimui. Esame įsikūrę 12 km nuo Druskininkų.
Tel. +370 687 26807



Perka žemę arba sodybą (namą) prie ežero bei upės.
Už 1 metrą pakrantės mokama – 1000 Eur.
Tel. +370 602 52 107

Transporto įmonei UAB „Transdina“ reikalingas tolimųjų reisų vairuotojas („CE“ kategorijos, 95 kodas). Reisai Lietuva-Lenkija-Lietuva. Savaitgaliai namuose (min. 45 val.).
Tel.: +370 656 29324, +370 686 56366

Ūkininkas perka mišką, žemę, gali būti su sodyba, domina didesnis plotas. Visoje Lietuvoje. Kas turi prie vandens, mokama iki 1000 Eur už 1 metrą pakrantės.
Tel. +370 611 01110

Pušinės, skaldytos
MALKOS.
Tel. +370 633 72094





PARDUODAME JUODŽEMĮ.
Tel. +370 695 59961



SIENŲ ŠILTINIMAS
į oro tarpus
Tel. 0 696 42 020

PERKAME SODYBĄ MIŠKE,
gali būti su mišku, domina ir dirbama žemė, didesni plotai vaizdingose vietose, prie ežero, upės.
Tel. 0 684 44444

Superkame visų markių automobilius, tvarkingus, po eismo įvykio ar nevažiuojančius. Pasiimame patys, vietoje atsiskaitome ir sutvarkome dokumentus,
tel. +370 628 47817

Perku nenaudojamus automobilius, gali būti nevažiuojantis ar su defektais. Išsivežu pats, atsiskaitau iš karto.
Tel. +370 627 21409



• VISI GRIOVIMO ir DEMONTAVIMO DARBAI.
• GERBŪVIO DARBAI.
• IŠVEŽAME statybines atliekas, baldus, buitinę techniką ir kitas atliekas utilizavimui.
• PERVEŽIMO ir PERKRAUSTYMO PASLAUGOS.
Tel. +370 635 555 06

„Sveikatos oazė“ 10 % KLIENTO NUOLAIDŲ KORTELĖ
Vilniaus al. 22-Laisvės aikštė 1, Druskininkai
Tel. +370 669 53499
Pirkdami pas mus, Jūs remiate žmones su negalia. Ačiū už Jūsų palaikymą!

Dzūkijos įmonė regione BRANGIAUSIAI SUPERKA AUTOMOBILIUS. Skambinkite, siūlykite – susitarsime!
Tel +370 647 66927

Visa apdailos ir statybinė mediena.
Gardino g. 59, Druskininkai.
Tel. +370 659 77311

Greitai ir kokybiškai išpjauname medžius. Tiek gyvenamosiose teritorijose, tiek sunkiai prieinamose vietose bei kapinėse.
Tel. +370 627 49416

Visų modelių
AUTOMATINIŲ SKALBIMO MAŠINŲ REMONTAS.
Atvažiuoju į namus, suteikiu garantiją.
Tel. +370 610 75472

Perkraustymas, senų baldų išvežimas, butų, namų, rūsių, garažų ir sklypų išvalymas, pastatų griovimas, trinkelių klojimas, nekilnojamo turto sutvarkymas.
Tel. +370 628 75156

PAVOJINGŲ MEDŽIŲ ŠALINIMAS.
MEDŽIŲ GENĖJIMAS, KELMŲ ŠALINIMAS.
Visi aukštuminiai darbai.
Sunkiai prieinamų vietovių tvarkymas.
Stogų ir lietvamzdžių valymas.

lipantysvikingai.lt
Tel. +370 629 05606

Perka lengvuosius automobilius, motociklus, mikroautobusus ir sunkvežimius.
Tel. +370 662 32490

ĮMONĖ BRANGIAI PERKA MIŠKĄ VISOJE LIETUVOJE
MIŠKAI GALI BŪTI ĮVAIRAUS BRANDUMO, BET KOKIOS GRUPĖS,
GALI BŪTI SU BENDRASAVININKAIS
Taip pat perkame ir mišką išsikirtimui (statų), sutvarkome visus dokumentus. Atsiskaitymas iš karto
Tel. +370 646 79600

Parduodamas 22 arų sklypas Viečiūnuose: geras privažiavimas, puiki vieta, kuriama naujų namų gyvenvietė, galimos kainos derybos.
Kreiptis tel. +370 624 69222

Asmeniniai skelbimai ir internete – www.manodruskininkai.lt

Asmeniniai bendro pobūdžio skelbimai bendrame skelbimų puslapyje – 5 Eur, „Nekilnojamas turtas“, „Nuoma“– 8 Eur, „Miškas, mediena, malkos“ – 8 Eur, „Transporto priemonės ir jų dalys“ – 5 Eur, „Žemės ūkio produkcija“ – 5 Eur, „Perka/Keičia nekilnojamą turtą“ – 5 Eur, „Reikalinga“ – 5 Eur, „Rasta“, „Pamesta“, „Dovanoja“, „Ieško darbo“ – nemokamai.

Skelbimai priimami nuo 9.00 iki 12.00 ir nuo 13.00 iki 17.00, penktadieniais – nuo 9.00 iki 15.00

Skelbimai priimami tel. +370 646 27272 ir el. p. skelbimai@manodruskininkai.lt



Asmeniniai skelbimai

Parduoda nekilnojamą turtą

Parduodamas sodas Jaskonyse, Braškių g. 4: tvarkingas, atliktas remontas, rekonstrukcija, plastiko langai, oras-oras šildymas, krosninis šildymas. Kaina – 85 000 Eur, galima gyventi žiemą. Tel. +370 610 10740

Veisiejų ir Gardino g. sankirtoje parduodamas 2 kambarių butas (plotas – 48 kv. m), 4 aukštas iš 5, renovuotas namas, naujai suremontuota laiptinė, su vaizdu į Ratnyčėlės upelį. Tel. +370 621 13865

Parduodamas 22 arų sklypas Viečiūnuose: geras privažiavimas, puiki vieta, kuriama naujų namų gyvenvietė, galimos derybos. Kreiptis tel. +370 624 69222

Parduodamas gyvenamasis namas Subartonių kaime, plotas – 100 kv. m, su pastatais, namų valdos sklypas – 0, 67 aro, 3 ha dirbamos žemės šalia, visos komunikacijos, geras privažiavimas, rami vieta, vienkiemis. Kaina – 99 000 Eur. Tel. +370 618 28762

Nuoma

Išnuomojamas 2 kambarių butas M.K.Čiurlionio g. 66 name, ketvirtame aukšte. Namas renovuotas, butas tvarkingas, su baldais. Ilgalaikė nuoma. Kaina – 450 Eur/mėn. ir komunaliniai mokesčiai. Tel. +370 698 13901

Išnuomojamos 111, 74 kv. m komercinės patalpos Vilniaus al. 34, Druskininkai (buvęs restoranas „China Town“). Buvo vykdoma restorano veikla. Patalpos tinkamos įvairiai veiklai. +370 699 43002; +370 699 65709“

Išnuomojame suremontuotą, pilnai įrengtą 1 kambario butą renovuotame name Antakalnio g. 20. Kaina – 250 Eur / mėn. ir komunaliniai mokesčiai. Su visais baldais, buitine technika ir virtuvės įrankiais. Bus imamas 250 Eur depozitas. Tel. +370 698 20198

Išnuomojamas naujai įrengtas studijos tipo būstas vienam žmogui, esantis Birštono g. Kaina – 200 Eur ir komunaliniai mokesčiai, bus imamas depozitas. Tel. +370 685 20724

UPA MEDICAL SPA

IEŠKO KAMBARINĖS

Darbo užmokestis nuo 1250 iki 1550 EUR/mėn., neatskaičius mokesčių.

Laukiame Jūsų gyvenimo aprašymo el. paštu: personalas@upa.lt

Telefonas pasiteirauti: +370 688 90475

www.upa.lt

Parduoda mišką, medieną, malkas

Kalibruotos gegnės: 245 x 6000 cm, 60 vnt. Kaina – 1300 Eur. Nekalibruotos gegnės: 200 x 50 x 6000 cm, 37 vnt. Kaina – 600 Eur. Lentos: 200 x 30 x 6000 cm, 25 vnt. Kaina – 120 Eur. Tel. +370 613 82087

Įvairios medienos malkos: rąsteliai, kaladės, kapotos. Pristatome nemokamai. Tel. +370 698 39795

Kapotos beržinės, pušinės malkos. Tel. +370 650 20402

Parduoda malkas, pristato. Tel. +370 690 43908

Perka transporto priemones ir jų dalis

Perka lengvąjį automobilį, motociklą, mikroautobusą ar sunkvežimį. Tel. +370 662 32490

Perka automobilį „GAZ 24“. Tel. +370 698 50405

Parduoda įvairius daiktus

Parduodamos 1000 litrų, „IBC“ talpos (juodos bei baltos spalvos), tinkančios vandens laikymui. Kaina – 75 Eur. Galimas pristatymas. Tel. +370 606 59756

Parduodamos dvi medinės lovos paaugliams: 200 cm x 80 cm dydis, po 50 Eur. Tel. +370 616 56250

Malkinės sandėliukas, lauko medinis WC, koklinis pečius, obliavimo mašina-kreizas, šuns būda. Tel. +370 656 38881

Dyzelinis šildytuvas: 4,3 kW, aukštis – 1 m, plotis – 60 cm. Kaina – 160 Eur. Tel. +370 653 89474

Parduodamas telefonas „Samsung Galaxy A 56“, kaina – 50 Eur. Tel. +370 631 08871

Perka įvairius daiktus

Perka nenaudotas, geros būklės senovines rankų darbo lovatieses. Tel. +370 621 23704

Parduoda transporto priemones ir jų dalis

Parduodamas automobilis „Volvo XC60“: 2009 m., gera būklė, dyzelis, mechaninė pavarų dėžė, 2, 4 l, 129 kW, pieno balta spalva. TA iki 2028-09 m. Tel. +370 640 21117

Parduoda žemės ūkio produkciją

Parduodamos bulvės „Vineta“, „Melody“, „Alouette“, „Soraya“. 1 kg – 0,40 Eur, Sodų g. 21, Druskininkai. Tel. +370 699 43921

Parduoda labai skanias, natūraliai ir be chemijos augintas bulves, tinkamas maistui ir pašarui. Veislės: „Queen Anne“ (geltonos) ir „Alouette“ (raudona odele, geltonu vidumi). Kaina – 0,30 Eur/kg. Tel. +370 629 12345

Reikalinga

Reikalinga priežiūra senyvo amžiaus moteriai, suteikiamas apgyvendinimas. Tel. +370 672 43040

Reikalingas muziejininkas įkurti muziejų, jam vadovauti, tam yra sukurta pradinė bazė. Suteikiamas gyvenamas būstas nemokamai. Skambinti asmeniškai tel. +370 612 12197

Dovanoja

Dovanoja mielus gražuolius kačiukus. Tel. +370 646 58685

Dovanoja baltus viengulius ir dvigulius patalynės užvalkalus ir paklodes. Tel. +370 6511 713

Dovanoja nuostabų, mielą katinėlį ir šunelį. Tel. +370 682 40545

Išnuomojamos 111,74 kv. m komercinės patalpos Vilniaus al. 34, Druskininkai (buvęs restoranas „China Town“). Buvo vykdoma restorano veikla. Patalpos tinkamos įvairiai veiklai.
Tel.: +370 699 43002; +370 699 65709

Perku lengvuosius automobilius, žemės ūkio techniką, motociklus. Tinka bet kokios būklės, su defektais. Išsivežu pats, atsiskaitau iš karto.
Tel. +370 627 21409



**Visų tipų santechnikos darbai. Aukšta kokybė ir puiki kaina. Skambinkite, laukiame Jūsų užklausų, visada pasiruošę padėti! Aleksandr.
Tel. +370 682 85225**



DRUSKININKŲ GYDYKLA

SVEIKATINGUMO KOMPLEKSAI



POILSIO AKIMIRKA

35 €

Atsipalaidavimui ir streso mažinimui

- Mineralinė vonia pasirinktinai *(1 iš 11 skirtingų variantų)*
- Haloterapija **arba** deguonies terapija su akių srities masažu **arba** inhaliacijos
- Viso kūno mechaninis audinių masažas **arba** vibromasažas
- Parafino vonelės rankoms



JUDESIO LAISVĖ

35 €

Lengvumui ir energijai

- Mineralinė vonia „Sūrutis“ **arba** gydomojo purvo vonia **arba** gydomojo purvo aplikacija
- Elektrostimuliacija „StimaWell“ **arba** sausas hidromasažas „Aquatizer“ aparatu **arba** viso kūno mechaninis audinių masažas
- Pėdų vibromasažas ir vaistažolių arbata



LAIKAS SAU

39 €

Grožiui, harmonijai ir savęs palepinimui

- Vaistažolių perlinė mineralinė vonia
- Klasikinis veido masažas
- Parafino vonelės rankoms
- Pėdų vibromasažas ir vaistažolių arbata

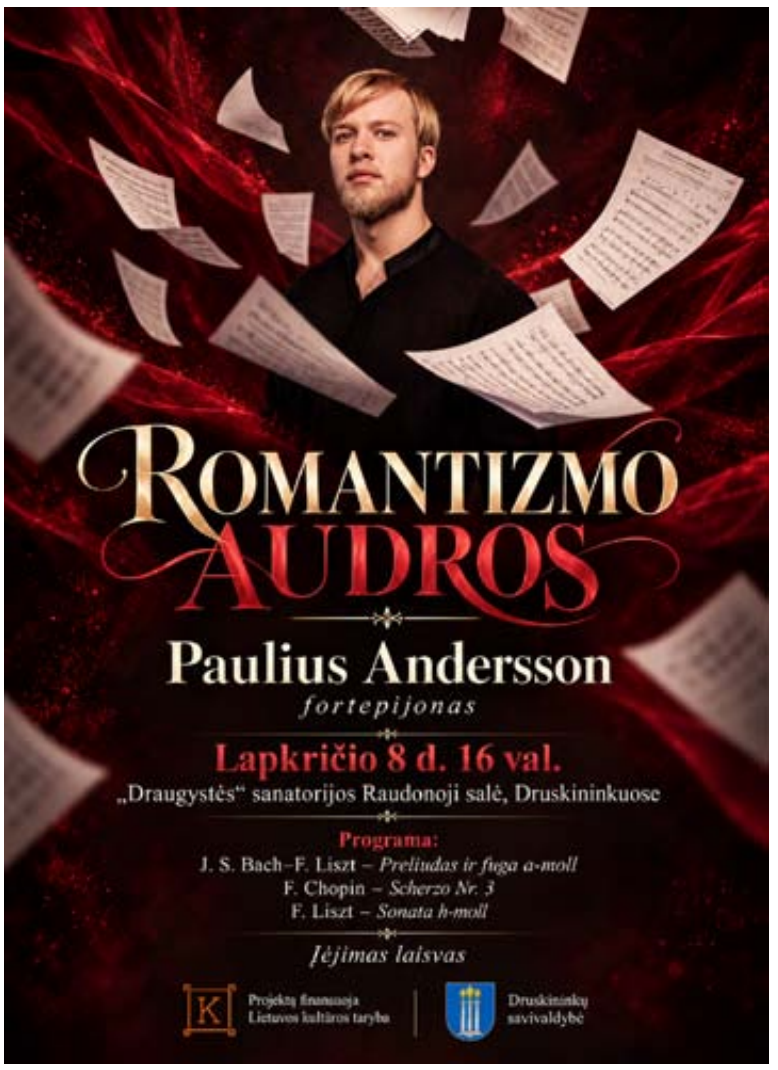
Tarp procedūrų mėgaukitės mineraliniu vandeniu, turinčiu unikalių gydomųjų savybių

Būtina išankstinė rezervacija

Vilniaus al. 11
LT-66119, Druskininkai

+370 313 60 508
+370 697 08 000

info@gydykla.lt
www.gydykla.lt





mano DRUSKININKAI

Reklama didžiausio Dzūkijos regione tiražo savaitraštyje „Mano Druskininkai“ ir naujienų portale www.manodruskininkai.lt Daugiau informacijos tel. 0 646 27272 ir 0 657 52514 arba el. paštu info@manodruskininkai.lt



*Leidėjas – **VšĮ „Kantri medija“***
M. K. Čiurlionio g. 80, Druskininkai
+370 657 525 14 / info@manodruskininkai.lt

*Redaktorė – **Laima Rekevičienė***
*Spausdino – **„Poligrafijas grupa Mūkusala“, 10 000 egz.***

Redakcijos nuomonė gali nesutapti su autorių nuomone. Už straipsnio turinį atsako autorius. Redakcija pasilieka teisę straipsnius redaguoti ir trumpinti.

Už reklamos ir skelbimų turinį redakcija neatsako. Perspausdinti bet kokią informaciją galima, tik gavus „Mano Druskininkai“ redakcijos sutikimą.