

SAVAITINIS



Padėkos
savanoriams
diena

AŠTRI TEMA 6 p.

Priesaikos ritualas –
ne vien tik žodžiai?

SITUACIJA 10 p.

Darbo rinka
nesitaiko prie jaunų

ŪKIS 12 p.

Ateities miestai
atsigręš į žmones

PROBLEMA 16 p.

Besaikis pirkimas –
nelaimės šaltinis

MANO DARBAS 32 p.

Senos nuotraukos
atkuriamos su meile

SVEIKATA 54 p.

Cholesterolis:
gerasis prieš blogąjį

PATARĖJAS 56 p.

Akinius
reikia saugoti

ŠEIMININKĖ 60 p.

Troškinti kopūstai –
soti klasika

Aidas Giniotis:

prabėgę metai moralinių spazmų nekelia



Apkalbos žeidžia
ir gadina santykius

Prieš apkalbėdami pažvelkime į save

Kruopų įvairovė –
į sveikatą

Tinka ir paprastos, ir madingos

Advento vainikai
savomis
rankomis



Už

kie

~~JŪSŲ RANKOSE
PIRMA KNYGA~~

kvieno

kūrinio –

šimtai

~~IMKITE KNYGĄ IR
JĄ SKAITYKITE~~

**IMKITE MANE
IR SKAITYTKIE**

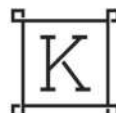
Autorius Martynas Mažvydas

juodra

ščių

Tik teisėtai naudodami kūrinis
nepažeidžiame autoriaus teisių

Projektą finansuoja



LIETUVOS
KULTŪROS
TARYBA



Ar ribosime vadovų algas valstybės sektoriuje?



Juliaus Kalinsko (Eltos) nuotr.

Kol mūsų šalyje apie tai dar net nevyksta diskusijos, Latvijos Saeima jau nusprendė dvejiems metams išaldyti valstybės valdomų įmonių vykdomųjų valdybų ir stebėtojų tarybų narių atlyginimus. Be to, šalies ministrų kabinetas gavo daugiau įgaliojimų nustatyti valstybės įmonių vadovų atlyginimų dydžius. Tiesa, nepranešama, kokio dydžio jie buvo, palyginti su vidutiniu darbo užmokesčiu šalyje ar kitų tų įmonių grandžių darbuotojų algomis.

Ar imsime pavyzdį iš Latvijos ir kokių būdu politikai bandys reguliuoti valstybės įmonių ir organizacijų vadovų algas, kiti metai tikriausiai jau ir parodys. Idėja priversti efektyviau dirbti viešąjį sektorių sklendo nuolatos, tik toliau ji nevykstoma. Kaip nustatyti, ar viešasis sektorius pradėjo dirbti efektyviau, ir kaip apskritai įvertinti jo darbo efektyvumą? Ar vienintelis viešojo sektoriaus efektyvumo rodiklis – atlyginimų ir darbuotojų skaičiaus mažinimas?

Kadangi mūsų politikai ir visuomenė niekaip neapsisprendžia, kokio dydžio turi būti valstybės sektorius, ar jis turi būti konkurencingas dėl geriausių darbuotojų, ar tiks, kad jame dirbs bet kokios kompetencijos darbuotojai, svarbiausia – kad jiems reikėtų mažai mokėti, patikimiausias būdas pelnyti rinkėjų palankumą – sumažinti atlyginimus. Rinkėjai labai nemėgsta, kai kas nors už juos uždirba daugiau, nors kartais darbuotojai ir yra verti didesnio atlygio. Ypač jei tie darbuotojai dirba viešajame sektoriuje, kur tarsi savaime suprantama, kad atlyginimus jiems moka mokesčių mokėtojai.

Arūnas MARCINKEVIČIUS

PERDĖTAS VALSTYBINIMAS – NE Į NAUDĄ VALSTYBEI

Eugenijus GENTVILAS, Seimo Liberalų sąjūdžio frakcijos narys.

– Kaip liberalas manau, kad turime per daug valstybės ir savivaldybių valdomų įmonių. Reikia sukurti aiškią strategiją, kaip šias įmones privatizuoti visiškai ar parduodant bent dalį jų akcijų. Deja, prieš 10 metų sustiprėjo valstybinimo tendencijos, ypač transporto ir energetikos sektoriuose. Tai, ką iki tol darė privačios įmonės, dabar atlieka valstybės valdomos įmonės. Dažnu atveju jos tampa „vals-

tybe valstybėje“, kartais priima savarankiškus sprendimus, net nepaisydamos politinės valios, t. y. nepaklausdamos ministerijai ar Vyriausybei.

Pavyzdžiui, taip nutiko 2021 m. gruodį, kai „Lietuvos geležinkeliai“ priėmė savarankišką sprendimą tęsti baltarusiškų trąšų gabenimą per Lietuvą, nepaisydami tarptautinių sankcijų. Ir šių įmonių vadovų bei valdymo organų atstovų at-

lyginimų klausimas yra „paleistos vadžios“. Todėl reikia imtis atlyginimų peržiūros, kiekvienam atveju svarstant, kokios yra vienos ar kitos įmonės privatizavimo galimybės. Kuo mažiau valdžia kišis į procesus, kuriuos gali atlikti privatusis sektorius, tuo mažiau bus akis badančių problemų dėl įmonių valdymo skaidrumo, viešųjų pirkimų, korupcijos ir nekontroliuojamo algų augimo.

VALSTYBEI TURI DIRBTI NE PIGIAUSI, O GERIAUSI DARBUOTOJAI

Nerijus MAČIULIS, „Swedbank“ vyriausiasis ekonomistas.

– Kai kurie politikų sprendimai labai patinka rinkėjams, bet valstybei nei trumpuoju, nei ilguoju laikotarpiu neduoda jokios naudos. Pavyzdžiui, latvių sprendimas riboti valstybės įmonių vadovų atlyginimų augimą valstybei sutaupo labai mažai pinigų: valstybės išlaidų struktūroje visos sutaupytos sumos siektų mažiau nei tūkstantą procento dalį. Dėl to negali būti jokios teigiamos

įtakos didinant išlaidas kitose srityse.

Ilguoju laikotarpiu šis sprendimas gali būti net labai žalingas: jei valstybės įmonių ir apskritai viešajame sektoriuje dirbančių vadovų atlyginimų augimas atsilieka nuo rinkos tendencijų, tuomet geriausi specialistai ieško ir randa galimybių privačiajame sektoriuje. Perlenkdami lazda dėl taupymo ir ribojimų, politikai

gali sukurti situaciją, kai viešajame sektoriuje liks tik ne itin aukštos kvalifikacijos ar, dar blogiau, korumpuoti darbuotojai. Nepriklausomai nuo to, ar kalbama apie ministerijos, ar apie valstybės įmonės valdymą, kiekvieno piliečio lūkestis turėtų būti vienas: šias pareigas turi eiti aukščiausios kvalifikacijos ir aukščiausių moralinių standartų specialistai. Ne pigiausi, o geriausi.

SVARBIAUSIA – NAUDOS VISUOMENEI IR SVEIKOS MORALĖS PRINCIPAI

Vytautas SINICA, Mišrios Seimo narių grupės narys.

– „Joks direktorius neturėtų uždirbti daugiau nei federalinis kancleris“, – prieš dvejus metus Vokietijoje pareiškė šalies liberalų vadovas ir tuometis finansų ministras Kristianas Lindneris. Vakaruose tam jau pritaria dauguma liberalų, o Latvijos parlamente minėtas sprendimas priimtas vienbalsiai. Nenormalu, kai ministras pavaldūs valstybės įmonių vadovai uždirba daugiau nei valstybės vadovai.

Mes nuėjome priešingu keliu. Dar praėjusių metų rudenį konservatorių Vyriausybė nusprendė valstybės valdomų įmonių vadovų atlyginimus gerokai padidinti. Argumen-

tuota, kad analogiškų privačių įmonių vadovai uždirba gerokai daugiau. Tačiau, pirma, valstybės sektorius algomis niekada nepasivys privačiojo. Be to, gerą vadovą motyvuoja darbas stiprinant savo valstybę. Antra, vadovų algos visur atitrūkusios nuo teisingumo. Jau minėtoje Vokietijoje didžiųjų įmonių vadovai 1980 m. uždirbdavo vidutiniškai 15 kartų daugiau nei eiliniai darbuotojai. Dabar jie uždirba net 97 kartus daugiau. Tokie skirtumai – save naikinančio kapitalizmo išraiška. Pavyzdžiui, nors „Volkswagen“ koncernas patiria milijardinius nuostolius, jo vadovas per me-

tus uždirba beveik 10 mln. eurų. Panaši padėtis ir kitur Vakaruose. Šiuo požiūriu mes juos sparčiai vejamės.

Norint tai spręsti, būtina didesnė ir globali diskusija dėl ekonomikos krypties: ar ji turi tarnauti visuomenės gėriui, ar visuomenė mokės už kapitalizmo išsigimimus? Tik, aišku, reikia vengti socialistinės lygiavos pasiūlymų. Esminis klausimas – gilesnis: ar ekonomika iš tiesų turi būti svarbesnė už kultūrą ir politiką? Iki šiol tam pritaria ir liberalai, ir socialistai. Būtina ieškoti alternatyvos, kad ekonomika būtų tvarkoma pagal naudos visuomenei ir sveikos moralės – pabrėžiu, ne lygiavos – principus. Kitaip visos laikinos atlyginimų ribojimo priemonės bus tik dar viena viešųjų ryšių akcija.



VILNIUJE NUKRITO LĒKTUVAS

Pirmadienio rytą, apie 5.28 val., Vilniuje, netoli oro uosto, ties Žirnių gatve, nukrito ir sudužo krovininis bendrovės DHL lėktuvas, gabenęs siuntas. Orlaivis likus maždaug kilometrui iki nusileidimo tako buvo 198 m aukštyje, skrido 277 km/val. greičiu. Per avariją žuvęs pilotas yra 48 metų Ispanijos pilietis. Sužaloti trys lėktuvu skridę asmenys – Lietuvos, Vokietijos ir Ispanijos piliečiai.

Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamento duomenimis, orlaivis – visiškai suniokotas. Jis nukrito šalia gyvenamojo namo, užsidedę šalia buvę sandėliukai, automobilis. Gaisras buvo greitai suvaldytas, 12 namo gyventojų – evakuoti, jiems suteiktas tinkamas prieglobstis.

Nacionalinio krizių valdymo centro vadovo Vilmanto Vitkausko teigimu, pirminiais duomenimis, lėktuvo sudužimas yra nelaimingas atsitikimas, tačiau tiriamos ir visos kitos galimos avarijos priežastys.

PRISTATYTI KANDIDATAI Į NAUJOSIOS VYRIAUSYBĖS MINISTRUS

Praejusią savaitę paskirtasis Ministras Pirmininkas Gintautas Paluckas pristatė Prezidentui Gitanui Nausėdai kandidatus į ministrus. Į krašto apsaugos ministrus teikiama parlamentarės Dovilės Šakalienės kandidatūra, į socialinės apsaugos ir darbo – Ingos Ruginienės, į susisiekimo – Eugenijaus Sabučio, į švietimo, mokslo ir sporto – Ramintos Popovienės, į užsienio reikalų – Kęstučio Budrio, į finansų ministrus siūlomas Rimantas Šadžius, į ekonomikos ir inovacijų – Lukas Savickas, į energetikos – Žygimantas Vaičiūnas, į kultūros – Šarūnas Birutis, į vidaus reikalų – Vladislavas Kondratovičius, į sveikatos apsaugos – Marija Jakubauskienė. Kandidatai į Aplinkos, Teisingumo ir Žemės ūkio ministerijų vadovus dar neatskleisti.

NUO GRUODŽIO – KET POKYČIAI

Nuo gruodžio 1 d. įsigalios atnaujintos Kelių eismo taisyklės (KET). Jų 117 p. papildymo esmė – ištisines horizontaliojo ženklavimo linijas ir nukreipimo saleles leidžiama kirsti išskirtiniu atveju, kai tęsti važiavimo nekeičiant eismo juostos neįmanoma dėl stacionarios kliūties važiuojamojoje dalyje (nuvirtęs medis, įvykęs eismo įvykis, stovinti transporto priemonė).

KET 126 p. pakeitimo esmė – motorinių transporto priemonių, traktorių, savaeigių mašinų vairuotojai, apvažiuodami pėsčiuosius arba apvažiuodami ar lenkdami dviratinius, elektrinių mikrojudumų priemonių vairuotojus, tarp vairuojamos transporto priemonės ir nurodytų eismo dalyvių privalo palikti ne mažesnę kaip 1 m šoninį atstumą, kai motorinių transporto priemonių, traktorių, savaeigių mašinų važiavimo greitis ne didesnis kaip 50 km/h, ir ne mažesnis kaip 1,5 m šoninį atstumą, kai motorinių transporto priemonių greitis didesnis kaip 50 km/h. Reikalavimas dėl nurodyto šoninio atstumo laikymosi netaikomas važiuojant atskira eismo juosta. 150 p. pakeitimo esmė – jokių paliktų automobilių intensyvaus eismo keliuose: stovėti ir sustoti juose draudžiama.

RESTAURUOS DRUSKININKŲ VILNIAUS ALĖJOS SKULPTŪRAS

Druskininkų savivaldybė pavasarį rekonstruos Vilniaus alėją, tad nutarta restauruoti autentiškas, 1987 m. pastatytas ir neatsiejama Druskininkų dalimi tapusias brolių Jono ir Bernardo Arčikauskų sukurtas skulptūras. Sutarta, kad, pradėjus alėjos rekonstrukcijos darbus, skulptūros bus saugiai nukeltos ir perduotos autoriams restauruoti. Skulptorių skaičiavimais, skulptūrų „Laivas“, „Skruzdėlynas“, „Driežas“, „Varnas“, „Ožiaragis“, „Dagys“ ir „Laumė“ atkūrimo darbai gali trukti maždaug metus: norima atnaujinti vidinį apšvietimą, autentiškas detales.

Planuojama, kad skulptūros vėl papuoš kurortą 2026 m. pavasarį.

KINIJA KVIEČIA LATVIUS IR ESTUS

Latvijos, Estijos ir dar septynių šalių piliečiai nuo lapkričio 30 d. galės lankytis Kinijoje pagal bandomąją programą. Bulgarijos, Rumunijos, Kroatijos, Juodkalnijos, Šiaurės Makedonijos, Maltos, Estijos, Latvijos ir Japonijos piliečiai, pateikę asmens dokumentus, galės viešėti šalyje be vizų iki 30 dienų verslo, turizmo, šeimos vizitų ar tranzito tikslais. Ši bandomoji bevizė programa truks iki 2025 m. pabaigos.

Estijos piliečiai jau gali keliauti be vizų į Honkongą ir Makao.

BEVEIK PUSĖ ATVYKUSIŲ UKRAINIEČIŲ LIKTŲ LENKIJUJE

Lenkijos nacionalinio banko ataskaitoje skelbiama, kad beveik pusė (48 proc.) ukrainiečių, prieš karą ar per karą atvykusių į Lenkiją, norėtų čia likti ir įsikurti visam laikui ir tik 2 proc. pasiryžę vykti kitur. Jeigu karas baigsis, į Ukrainą grįžti planuoja du trečdaliai atvykusiųjų, bet kol karo baigtis – neaiški, pasiryžusiųjų grįžti yra daug mažiau.

Buvo apklausti ir Lenkijoje įsikūrę Baltarusijos piliečiai. Jų Lenkijoje ypač padaugėjo per pastaruosius porą metų. Daugiau nei pusė apklaustų baltarusių teigė, kad norėtų čia pasilikti ilgiau nei metus, šeštadalis tvirtino grįšį į Baltarusiją.

PIETIEČIAI PERKA SKLYPUS LAPLANDIJOJE

Laplandijoje vis dažniau lankosi užsieniečiai, kurie nori čia įsigyti sklypus ir pasistatyti namus ar nusipirkti butus. Į Rovaniemį ir mažesnius Suomijos miestelius atvyksta net tikrų pietiečių – italai, ispanai, kitų šalių piliečiai ieško būstų sau ir savo šeimoms.

Suomijos nacionalinio žemės tyrimo duomenimis, pernai pirkėjai iš užsienio šioje šalyje sudarė 1 198 nekilnojamojo turto sandorius, 128 tokie objektai buvo Laplandijoje. Prekyba nekilnojamoju turtu visoje Suomijoje yra prislopusi, todėl Laplandijos gyventojai džiaugiasi, kad atsiranda jaunų žmonių, kurie nepabūgsta atvykti į šiaurę ir čia įsikurti.

EUROPAI SKUBIAI REIKIA KAPITALO RINKŲ SĄJUNGOS

Penktadienį Europos Centrinio Banko vadovė Kristin Lagard paragino kuo skubiau kurti kapitalo rinkų sąjungą. Siūloma kapitalo rinkų sąjunga padėtų įveikti Europos kapitalo rinkos susiskaidymą, panaikintų biurokratinę kliūtį tarp Europos Sąjungos valstybių – taip būtų sukurta bendra kapitalo rinka.

Sukūrus tokią sąjungą, būtų galima tikėtis, kad žmonės drąsiau finansuotų Europos įmones. K. Lagard teigimu, kai europiečių santaupos pasiekia kapitalo rinkas, jos nepasklinda po visą Europos ekonomiką – arba lieka savo valstybėje, arba iškeliauja į Jungtines Amerikos Valstijas.

Migrantų mazgas jau pinasi ir mūsų šalyje

Atviros ar pusiau atviros sienos sukūrė naują realybę: kontroliuojamą ar nelabai darbo jėgos migraciją tarp šalių. Ir mes jau tapome šalimi, iš kurios žmonės ne tik išvažiuoja, bet ir atvažiuoja iš tolimų kraštų.

Arūnas MARCINKEVIČIUS

Kaip mus informavo Užimtumo tarnybos darbuotoja Milda Jankauskienė, šiai tarnybai darbdavių pateikti pranešimai apie Lietuvoje dirbančius užsieniečius rodo, kad 2024 m. lapkričio 1 d. šalyje dirbo 154 tūkst. užsieniečių, iš jų – 14 tūkst. ES piliečių ir 140 tūkst. trečiųjų šalių piliečių iš 134 šalių. Mūsų šalyje dirba 47 tūkst. migrantų iš Baltarusijos, 46 tūkst. – iš Ukrainos, 8 tūkst. – iš Uzbekistano, 6 tūkst. – iš Tadžikistano, po 5 tūkst. – iš Kirgizijos, Indijos ir Rusijos, 4 tūkst. – iš Azerbaidžano.

Daugiausia užsieniečių įdarbina šie ūkio sektoriai: transporto ir saugojimo – pusę visų atvykusių (74 tūkst.), statybos – penktadalį (29 tūkst.), apdirbamosios gamybos – dešimtadalį (17 tūkst.), administracinės ir aptarnavimo veiklos – 5 proc. (8 tūkst.), informacijos ir ryšių – 4 proc. (6 tūkst.), apgyvendinimo ir maitinimo paslaugų teikimo – 4 proc. (6 tūkst.).

Aukštos kvalifikacijos – kas dešimtas

Vis dėlto aukštos kvalifikacijos darbus dirba vos kas dešimtas užsienietis, vidutinės kvalifikacijos – dauguma (81 proc.), taip pat dešimtadalis dirba kaip pagalbiniai darbininkai ar vadinamieji juodadarbiai. Lietuvoje užsieniečiai daugiausia dirba vairuotojais ir judamųjų įrenginių operatoriais (72 tūkst.), statybininkais ir giminiškų profesijų darbininkais, išskyrus elektrikus (17 tūkst.), metalo apdirbimo, mašinų gamybos ir giminiškų profesijų darbininkais (11 tūkst.).

O kas iš atvykusių įsidarbino didelę pridėtinę vertę kuriančiose srityse? Programinės įrangos kūrėjais dirba 1,9 tūkst. asmenų, įmonių, įstaigų vadovais – 1,3 tūkst., reklamos ir rin-

kodaros specialistais – 1,1 tūkst., vadybos ir organizavimo analitikais – 700, taikomųjų programų kūrėjais – 700 asmenų.

Beje, aukštos kvalifikacijos darbuose užsieniečių skaičius auga, ypač į Lietuvą persikėlus dešimtimis Baltarusijos IT kompanijų.

Be imigrantų nebeišsiversime?

Kaip tvirtina darbo rinkos specialistai, atvykėliai užsieniečiai jau tapo svarbiu veiksmu, palaikančiu Lietuvos darbo rinkos stabilumą ir ekonomikos augimą, darbuotojų nuolat trūksta, o visuomenė nuosekliai sensta. Tad jau daugeliui mūsų įmonių lieka vienintelė išeitis – įdarbinti trečiųjų šalių piliečius. Ir Užimtumo tarnybos periodiškai atliekamos darbdavių apklausos patvirtina, kad darbuotojų trūkumas vis dažniau kompensuojamas užsienio darbo jėga arba įdarbinant nuo karo į Lietuvą pasitraukusius ukrainiečius.

Todėl jau ištisuose mūsų ekonomikos sektoriuose – statybos, transporto, gamybos, sveikatos priežiūros ir žemės ūkio – atvykėliai (ypač iš kaimyninių šalių) užpildo darbo vietas, užtikrindami lietuviškų verslų tęstinumą bei augimą.

Darbo rinkos specialistai pastebi ir teigiamų šio reiškinio pusių: užsieniečiai atsineša naujų įgūdžių ir skatina vietinius darbuotojus auginti kompetencijas. O kultūrinė įvairovė didina gebėjimą spręsti sudėtingas situacijas, nes įvairialypė komanda linkusi į problemą žvelgti iš kelių perspektyvų.

Be to, ir patys užsieniečiai kuria savo verslus, naujas darbo vietas, inovacijas ir didina vartojimą. Tai įvairina mūsų ekonomiką ir kartu mažina ciklinius svyravimus. Be to, įsidarbinę atvykėliai moka mokesčius. Tai



Užsienio darbuotojai imasi darbų, kurių vietos gyventojai imtis nebeturi

naudinga šaliai, ypač turint omenyje senėjančią vietinę darbo jėgą ir augančias socialinio draudimo išlaidas.

Suvaržymai trikdyt verslą

Lietuvos pramonininkų konfederacijos viceprezidentas Romas Austinskas atkreipia dėmesį, kad didele dalimi tai, ar prašančių leidimo dirbti ir įdarbinamų migrantų iš trečiųjų šalių daugės, priklausys nuo nustatytos kvotos 2025 m. Pagal įstatymo „Dėl užsieniečių teisinės padėties“ pakeitimo įstatymą kvotą kalendoriniams metams tvirtina socialinės apsaugos ir darbo ministras, suderinęs su vidaus reikalų ministru. Nustatomas kvotos dydis kalendoriniams metams negali būti didesnis negu 1,4 proc. Valstybės duomenų agentūros praėjusių kalendorinių metų liepos 1 dieną paskelbto Lietuvos nuolatinių gyventojų skaičiaus.

Be to, nuo šių metų gruodžio 1 d. griežtėja prašymų išduoti leidimus gyventi Lietuvoje pateikimo per išorės paslaugų teikėjų sąlygos. Pirmą, įmonės negalės darbinėti Indijos piliečių, nes naikintos galimybės jiems teikti prašymus dėl leidimo gyventi Lietuvoje išdavimo Indijoje ir kitose valstybėse veikiančiuose išorės paslaugų teikėjų centruose; dėl leidimo gyventi Lietuvoje teikėjo padalinį galės kreiptis tik tos valstybės, kurioje veikia atitinkamas padalinys, piliečiai. Tai, pasak vieno iš Lietuvos pramonininkų konfederacijos vadovų, komplikuoja nuo migrantų priklausomų įmonių veiklą. Be

to, griūva ir verslo įdėtos pastangos investuojant į personalo užsienyje samdos procesus.

Vietoj dirbančių Vakaruose

Akivaizdu: jei ne mūsų šimtai tūkstančių tautiečių, išvykusių dirbti į Vakarus, darbo jėgos Lietuvos įmonėms bei organizacijoms tikrai pakaktų. Tačiau realybė tokia, kad žmonės vyksta ten, kur geriau. Tad į išvykusių mūsų piliečių vietas dirbti atvyksta žmonės iš ten, kur Lietuva atrodo kaip mums Vakarų Europa. Tačiau darbo migracija tiek mūsų tautiečiams, tiek atvykėliams sukelia ir aibę sociokultūrinių iššūkių: užsieniečiai, integruodamiesi į darbo rinką svetimos šalyje, patiria sunkumų dėl kalbos barjerų, skirtingos kvalifikacijos pripažinimo ir kultūrinės adaptacijos.

Lygiai taip pat, kaip ir lietuviai Vakaruose, į Lietuvą atvykę užsieniečiai dažnai atlieka svarbų vaidmenį tos šalies ekonomikoje, užpildydami darbo rinkos spragas. Juk jau ir Lietuvoje vietiniai gyventojai nenori arba dėl įvairiausių priežasčių nedirba tų darbų, kurių imasi atvykėliai (kaip ir nutylimas faktas, kad pas mus ilgalaikių bedarbių yra beveik tiek pat, kiek imigrantų). Tačiau ilgalaikiai bet kokios tautybės žmonių migracijos procesai kelia daugiau jau nebe ekonominių ar socialinių, o kultūrinių problemų. Kur ir kokia kalba mokysis imigrantų vaikai? Jie grįš su tėvais atgal į savo gimtinę ar nusės savo naujojoje tėvynėje? Šios problemos anksčiau ar vėliau taps vis aštresnės ir mūsų šalyje.

Priesaika – ritualas ar pasižadėjimas?

Neseniai prisiekė naujojo Seimo nariai ir po šios ceremonijos tapo visateisiais tautos atstovais. Lietuvoje, kaip ir kitose šalyse, prisiekia ir kiti valstybės pareigūnai, kariai, teismo proceso dalyviai. Ką šiais laikais reiškia priesaika ir jos sulaužymas?

Teodora RAŠIMAITĖ



Seimo nario priesaikos tekstas – gana abstraktus, todėl kartais nelengva nustatyti, kada ji sulaužoma. Tai nagrinėja ir sprendimą paskelbia Konstitucinis Teismas. Pauliaus Peleckio („BNS Foto“) nuotr.

Seimo nario priesaikos tekstas skamba taip: „Aš, (vardas, pavardė), prisiekiu būti ištikimas (-a) Lietuvos Respublikai, prisiekiu gerbti ir vykdyti jos Konstituciją ir įstatymus, saugoti jos žemių vientisumą. Prisiekiu visomis išgalėmis stiprinti Lietuvos nepriklausomybę, sąžiningai tarnauti Tėvynei, demokratijai, Lietuvos žmonių gerovei. Tepadeda man Dievas.“

Prisiekdami Seimo nariai privalo priesaikos tekstą perskaityti taip, kaip jis parašytas, nieko nepakeisdami ir nepridedami. Vienintelis sakiny, kurio jie gali nesakyti, yra paskutiniai trys priesaikos žodžiai.

Priesaika – gana abstrakti

Pasak konstitucinės teisės specialisto Vytauto Sinkevičiaus, priesaika nėra vien formalus priesaikos žodžių ištarimas ar teksto pasirašymas – ji turi konstitucinę reikšmę, nes tik prisiekęs išrinktas Seimo narys tampa visateisiu tautos atstovu. Tiesa, priesaikos tekstas yra gana abstraktus, todėl kartais nelengva nustatyti, kada ji sulaužoma – tai nagrinėja ir sprendimą paskel-

bia Konstitucinis Teismas.

Pagal Konstituciją, Seimo narys privalo lankyti Seimo posėdžius. Jeigu Seimo narys be pateisinamų priežasčių nelanko Seimo posėdžių, jam gali būti pradėta apkalta. Tačiau Seimas pats yra nusistatęs taisyklę, kad Seimo narys gali praleisti pusę Seimo posėdžių, ir tai nelaikoma priesaikos sulaužymu, tad galima gauti visą Seimo nario atlyginimą. Be to, nėra tiksliai apibrėžti veiksmai, kuriuos atlikus gali būti laikoma, kad Seimo nario priesaika yra sulaužyta – kiekvienas atvejis turi būti svarstomas atskirai. Pirmasis atvejis, kai Seimo narys neteko mandato dėl posėdžių nelankymo, buvo Lino Karaliaus – parlamentarai neeilinės Seimo sesijos metu atostogavo, o savo kortelę buvo palikęs kitam Seimo nariui, kad už jį balsuotų. Dėl tokio paties veiksmo priesaiką sulaužusiu pripažintas ir Seimo narys Petras Gražulis. Seimo nario mandato dėl posėdžių nelankymo taip pat neteko Neringa Venckienė. Ryškiausias pavyzdys – Rolandas Paksas, pripažintas sulaužęs priesaiką eidamas Prezidento pareigas.

Sulaužė ir vėl prisiekė

Be abejo, dėmesio nusipelnė ir Seimo nario Remigijaus Žemaitaičio kolizija. Šis politikas prieš pusmetį Konstitucinio Teismo buvo pripažintas pažeidusiu Konstituciją ir sulaužiusiu priesaiką. Dar kartą išrinktas jis vėl dėjo ranką ant Konstitucijos ir davė priesaiką.

Mykolo Romerio universiteto profesorės, buvusios Konstitucinio Teismo teisėjos Tomos Birmontienės teigimu, tokią padėtį sukėlė Lietuvoje veikiantis konstitucinės apkaltos modelis ir dalies piliečių nuomonė, kad priesaikos sulaužymas nėra didelė bėda – tokiam politikui vėl galima patikėti tas pačias pareigas. Pagal Lietuvoje galiojantį teisinį modelį, ir Konstitucinio Teismo sprendimas, kad politikas sulaužė priesaiką, dar nieko nelemia – galutinį žodį apkaltos proceso metu privalo tarti Seimas. Taip L. Karalius neteko Seimo nario mandato, o už jį balsavęs politikas liko Seime.

Dabartinio Seimo Pirmininko Sauliaus Skvernelio nuomone, parlamentarus, kuriuos Konstitucinis Teismas pripažino sulaužius priesaiką, mandatai turėtų būti naikinami be Seimo balsavimo.

Prisieikia ir valstybės vadovas, ir teisėjai

Visuotinėje lietuvių enciklopedijoje priesaika apibrėžiama kaip viešas iškilmingas pasižadėjimas ateiityje laikytis prisiektų įsipareigojimų arba kokių nors buvusių ar esamų faktų, aplinkybių tikrumo patvirtinimas. Priesaiką valstybei (būti jai ištikimiems, laikytis Konstitucijos ir įstatymų, tarnauti žmonių gerovei, saugoti jiems patikėtas paslaptis ir kita) duoda asmenys, pradėdantys eiti valstybės vadovo, parlamento nario, vyriausybės nario, teisėjo, teisėsaugos institucijų pareigūno ir kai kurias kitas renkamas ar skiriamas pareigas, taip pat gaunantys šalies pilietybę. Teismui prisiekia teismo dalyviai (išskyrus kaltinamąjį). Narystės pagrindais veikiančioms politinėms partijoms, profesinėms bendrijoms, kitoms

organizacijoms priesaiką duoda stojantieji į šias organizacijas.

Nurodoma, kad už melagingą priesaiką ar duotos priesaikos sulaužymą taikomos įvairios sankcijos.

Galimybė netikintiesiems

Angliškuose šaltiniuose priesaika apibrėžiama kaip tam tikras ceremoniniai ar teisiniai tikslais garsiai ištartas pažadas. Beje, atmetant sakralumo elementą, kai neprisiekiami Dievu, tie žodžiai vadinami ne priesaikomis, o iškilmingu pasižadėjimu.

Nuo XVIII a. Jungtinėje Karalystėje kiekvienas asmuo turi teisę duoti iškilmingą patvirtinimą, o ne priesaiką. Iš vieno šios šalies parlamento nario 1880 m. buvo atimtas mandatas, nes jis atsiskaitė prisiekti motyvuodamas tuo, kad yra ateistas.

Jungtinės Amerikos Valstijos leido atsakyti prisiekti nuo pat jų įkūrimo, ir tai aiškiai nurodyta Konstitucijoje. Tačiau tik vienas prezidentas – Franklinas Pirsas – yra nusprendęs neprisiekti.

Islamas labai rimtai žiūri į priesaikų vykdymą, kaip nurodo Koranas: Dievas nelaiko jūsų atsakingu vien už priesaikos ištarimą, jis laiko jus atsakingu už jūsų tikrus ketinimus.

Hipokrato priesaikos neliko

Ko gero, žinomiausia yra Hipokrato priesaika – ja pacientai linkę mojuoti gydytojams po nosimi, tačiau šiuolaikiniai gydytojai jos nebeduoda ir vadovaujasi įstatymais bei licencijomis. Šios priesaikos tekstą sukūrė senovės graikų gydytojas Hipokratas (460–377 m. pr. Kr.). „Prisiekiu gydytoju Apolonu, Eskulapijumi, Higiėja ir Panacėja, taip pat šaukiuosi liudininkais visus dievus ir deives, kad šią priesaiką ir šį pasižadėjimą vykdysiu neprikaištingai pagal savo jėgas ir sąžinę“ – taip pradeda priesaiką. Nors skamba keistai, daugelyje šalių ir šiais laikais prisiekiami ranką padėjus ant Biblijos, Lietuvoje – ant Konstitucijos ir prašant Dievo pagalbos. Nuo senų laikų didžiausia bausmė sulaužius priesaiką būdavo laikoma ne žmonių, o

Dievo baismė, kai būdavo sulaukiama Jo rūstybės ir prarandamas laimingas gyvenimas.

Dar Hipokrato priesaika pasižadama gydant ligonius pagal sugebėjimą ir sąžinę nurodyti atitinkamą gyvenimo būdą ir saugoti juos nuo bet kokios žalos ir skriaudos, užsiimti medicinos menu gyvenant nesavanaudiškai ir dorai, visa, kas gydant bus matoma ar girdima, ar šiaip, net ir nekviečius gydyti, patirta apie žmonių įprastą gyvenimą, nutylėti ir laikyti paslapyje, jei nebus reikalo tai viešai paskelbti.

„Taigi, šios priesaikos nepriekaištingai laikantis bei jos nelaužant, tebūna man lemta džiaugtis gyvenimo laime ir darbo sėkme, o mano garbė tebūna amžinai visų žmonių aukštinama. Jei šią priesaiką sulaužysiu ar neteisingai prisieksiu, teįvyksta man viskas priešingai“ – tokiais žodžiais baigiama jau išnykusi Hipokrato priesaika.

Atsižvelgta į realijas

1997 m. Hipokrato priesaika buvo atnaujinta, kad labiau atitiktų realijas. „Savo šeimos, mokytojų ir medicinos profesijos brolių akivaizdoje iškilmingai prisiekiu, kad, sutelkdamas visus savo sugebėjimus, laikysiuosi šios priesaikos: visas mano gyvenimas tebūna skirtas tarnauti žmonijai, saugosiu žmogaus gyvybę ir jos neliečiamumą nuo pat pradėjimo iki natūralios mirties, gerbsiu jos orumą“, – taria būsimieji medikai.

Taip pat prisiekiami stengtis neatsilikti nuo medicinos mokslo pažangos, ligonių labai nevengti konsultuotis su labiau patyrusiais gydytojais, informuoti ligonį ir jo šeimą apie ligą, tyrimo ir gydymo būdus bei galimas pasekmes, atsižvelgiant į jo interesus ir pageidavimus, siekti paciento gerovės, vengti bet kokio nehumaniško žingsnio, paciento klaidinimo, korupcijos ir t. t.

Taigi ši priesaika labiau primena įstatymų ištraukas nei didingus įsipareigojimus prieš aukštesniąsias jėgas. Beje, šiuolaikinė Hipokrato priesaika gali būti duodama savanoriškai, ir, ko gero, retas medikas ją yra davęs. Šiandieniai mūsų studentai diplomų įteikimo šventės metu chorų perskaito mediko priesaiką – į lietuvių kalbą išverstą Ženevos gydytojų įžadą, kurį 1948 m. priėmė Pasaulio medikų asociacijos generalinė asamblėja.

Ar priesaikos institutas be svarbaus sakralinio dėmens šiais laikais dar turi reikšmės, sunku pasakyti, mat anksčiau laikytasi principo, kad kol sulaužysijį priesaiką nubaus Dievas, teisinių žingsnių imasi žmonės. Visgi priesaika kaip ritualinis elementas trauktis neketina.

Priesaika svarbi tik garbingiems žmonėms

Tarp pirmąkart prisiekusiųjų Lietuvos Respublikai – Seimo narys Giedrius DRUKTEINIS, anksčiau prisiekęs ir kaip Jurbarko rajono savivaldybės tarybos narys, tiesa, ši priesaika nebuvo tokia prakilni. Politikas tvirtina, kad iš esmės priesaika turi reikšmę tik doriems asmenims.



Teodora RAŠIMAITĖ

– **Kokia jūsų nuomonė apie priesaikos institutą? Kaip jautėtės prisiekdamas ištikimai tarnauti Lietuvai?**

– Manau, kad priesaika yra senovinis konceptas, likęs iš riterių laikų, kai egzistavo garbės kodeksas ir panašūs dalykai. Šiuolaikiniam žmogui ji mažai ką reiškia. Pavyzdžiui, Lietuvoje yra atvejų, kai sulaužę priesaiką asmenys toliau ramiai vaikšto žeme, ir joks perkūnas iš dangaus jų nenutrenkia. Žinoma, jei esi jautrus, doras, garbingas žmogus, į duotą priesaiką žiūri labai rimtai. Visgi man yra susidaręs įspūdis, bent jau žvelgiant iš šalies, kad daugumai ji ypatingo įspūdžio nepaliekia. Mano manymu, reikia viduje turėti labai gerai veikiančią moralės kompasą, kad į priesaiką žiūrėtum rimtai. Daugelis iš mūsų savo gyvenime priesaikų devalvavimo esame matę labai daug, ir tai negalėjo nepalikti pėdsako. Vyresnio amžiaus vyrai, tarp jų ir aš, yra davę priesaiką sovietinėje armijoje, bet nei mes ketinome ginti sovietinę tėvynę, nei kas nors žvelgė į ją rimtai. Taigi šiais laikais priesaika yra greičiau savotiškas ritualas, kurio prasmės ne labai suprantame ir nelabai į ją gilinamės. Žinoma, kalbu galbūt per daug apibendrinamas, bet manau būtent taip.

– **Pritartumėte, kad priesaika, be ceremoninės vertės, turi teisinę reikšmę? Sulaužius priesaiką, gresia tam tikros sankcijos?**

– Viena vertus, taip, kita ver-

tus, Baudžiamajame kodekse bausmės už priesaikos sulaužymą nenustatytos. Atlikęs konkretų nusikaltimą, Seimo narys ar kitas priesaiką davęs pareigūnas baudžiamas už jį, o ne už priesaikos sulaužymą. Čia galėtų geriau pakomentuoti teisininkai, kol kas kalbu neįsigilinęs, kaip paprastas Lietuvos pilietis, nes Seimo narys esu tik kelias savaites.

– **Tačiau, jei gerai supratau, pačiam davus priesaiką, požiūris į priesaikos institutą nepasikeitė?**

– Požiūris į priesaiką nepasikeitė, be to, priesaikos davimo akimirka man asmeniškai buvo labai svarbi ir jautri. Jei žiūrėjote Seime vykusią ceremoniją, buvo matyti, kad buvau labai susijaudinęs – gumulas užstrigo gerklėje ir ašaros tryško iš akių. Iš tikrųjų, kaip kiekvienas doras lietuvis, į priesaiką žiūriu labai rimtai, galbūt dėl to, kad priklausau vyresniajai kartai. Net savo artimiesiems pasakiau, kad dabar jau turėsime kovoti už Lietuvą iki galo, o ne pabėgti kur nors į Airiją (*juokiasi* – aut. past.).

– **Juokiatės, kad sumažintume patosą? O kokia jūsų nuomonė apie patį priesaikos tekstą? Juk ištikimą tarnystę Tėvynei kiekvienas gali suprasti savaip, kartais netgi visiškai skirtingai?**

– Kaip ir prie Lietuvos himno, prie priesaikos teksto galima kabinėtis, galima ieškoti slaptų semantinių prasmų ar neatitikimų lyginant su nūdienos gyvensena. Ne kartą

G. Drukteinio nuomone, priesaikos teksto reikšmė – simbolinė, svarbesnė yra jo emocinė vertė. Julius Kalinsko (Eltos) nuotr.

viešojoje erdvėje esu kalbėjęs, kad Latvijos himne yra minimos moterys, Estijos – taip pat, Lenkijos himne minima konkreti moteris, o Lietuvos himne – tik sūnūs. Galima būtų teigti, kad pagal dabartinius reikalavimus neišlaikyta lyčių pusiausvyra, ir tai tarsi reikia keisti, bet, manau, verčiau palikti tokį tekstą, koks jis yra. Būtų puiku, jei priesaikos tekstas būtų išlikęs nuo, pavyzdžiui, XVI a. Galbūt vertėtų jį išlaikyti, būtų tradicijų tąsa, žinoma, išmetus ištikimybės karaliui (*juokiasi* – aut. past.). Visgi taip nenutiko. O dabartinis tekstas sukurtas jau šiais laikais, paskelbus nepriklausomybę ir priėmus Lietuvos Konstituciją, tad tegul toks ir lieka. Kalbininkai priesaikos tekstą yra patvirtinę, nežinau, kas dar galėtų tai padaryti – kultūrologai? Kita vertus, kam? Juk priesaikos teksto reikšmė – simbolinė, svarbesnė yra jo emocinė vertė.

– **Kaip įsivaizduojate savo tarnavimą Lietuvai kaip Seimo narys?**

– Mano gyvenimiška misija tapus Seimo nariu nepasikeitė nei per vieną milimetrą, ji yra tokia pati, kaip kiekvieno gero žmogaus, kad ir kas jis būtų – Seimo narys ar darbininkas, – mokyti ir veikti. O veikti reiškia labai paprastą dalyką – kiekvieną vakarą palikti pasaulį gražesnį, nei jį radai ryte.

Socialinės kortelės: žmonės patys sprendžia, kokių prekių jiems tuo metu reikia labiausiai

Daugiau nei 183 tūkst. sunkiau besiverčiančių žmonių rugsėjį pervesta daugiau nei 4,5 mln. eurų paramos į jų turimas socialines korteles. Šiomet įdiegta nauja šios paramos skyrimo forma, kai vietoje anksčiau dalytų ilgo galiojimo maisto produktų ir higienos prekių paketų gauna socialines korteles, kur kas palankesnė sunkiau besiverčiantiems žmonėms, nes jie patys gali rinktis tuos produktus, kurių tuo metu jiems reikia labiausiai.



Daugiau informacijos apie socialines korteles www.priimk.lt

Parama į socialines korteles skiriama iš Europos Sąjungos Materialinio nepritekliaus mažinimo programos lėšų.

Pavyzdžiui, anksčiau žmonės turėdavo laukti higienos prekėms įsigyti skirtos paramos, kuri buvo skiriama tik tam tikrais mėnesiais, pakeitus tvarką šių prekių galima įsigyti tada, kai jų reikia. Kitas svarbus aspektas – patys žmonės jaučiasi oriau, nes jiems maisto ir higienos paketų nebereikia laukti eilėse, kaip buvo dar iki Naujųjų.

Vienam asmeniui kiekvieną ketvirtį paramai yra skiriami 25 eurai. Priklausomai nuo to, kiek asmenų sudaro namų ūkį, atitinkamai tiek lėšų pervedama į šeimai (bendrai gyvenantiems asmenims) išduotą socialinę kortelę. Tai reiškia, kad, pavyzdžiui, jei bendrai gyvena keturių asmenų šeima, kiekvieną ketvirtį savo šeimos biudžetą jie papildys 100 eurų, už kuriuos galės įsigyti reikiamų produktų ir prekių.

Lėšos į socialines korteles pervedamos 4 kartus per metus – kovo, birželio, rugsėjo ir gruodžio mėnesių viduryje. Naudoti lėšas galima nuo jų gavimo momento iki ateinančių kalendorinių metų kovo 14 d. imtinai.

KAS TURI TEISĘ GAUTI KORTELĘ?

Asmenys, kurių vidutinės mėnesinės pajamos 2024 m. vienam šeimos nariui neviršija 264 eurų per mėnesį. Galimos išimties, reikia teirautis vietos savivaldybės administracijos Socialinės paramos skyrių darbuotojų.

KAIP GAUTI KORTELĘ?

Užpildyti prašymo gauti kortelę formą vietos savivaldybės administracijoje / vietos seniūnijoje. Dėl tikslaus adreso, kur atvykti, kreiptis į vietos savivaldybės administracijos Socialinės paramos skyrius.

Taip pat galima pateikti prašymą per Socialinės paramos šeimai informacinę sistemą www.spis.lt.

KĄ GALIMA ĮSIGYTI NAUDOJANTIS KORTELE?

Visus maisto produktus ir kitas prekes (pvz., asmens higienos, buities apyvokos daiktai, namų švaros prekės, kūdikių prekės, drabužiai, avalynė ir kt.). Draudžiama įsigyti alkoholinių gėrimų, tabako, loterijos bilietus. Taip pat negalima sumokėti už trečiųjų šalių paslaugas.



Užsakymo nr. SVTND3703. Partnerio turinys

Vokietija jau laukia naujų rinkimų

Po valdančiosios koalicijos žlugimo Vokietijoje buvo susitarta dėl priešlaikinių rinkimų į Bundestagą. Politinė krizė Europos Sąjungos varikliu laikomoje šalyje siūnčia dar vieną blogą žinią pasauliui.

Viktoras DENISENKO

Vokietijos valdančioji koalicija žlugo panašiu metu, kai naujuoju Jungtinių Amerikos Valstijų (JAV) prezidentu buvo išrinktas Donaldas Trampas. Tai sukėlė svarstymų, kad pasaulio politikos lauką ištiko iškart kelios krizės. Sutariama, kad D. Trampo grįžimas į Baltuosius rūmus nėra pati geriausia žinia Europai. Šis politikas sunkiai nuspėjamas, bet to, garsėja ne itin draugiška pozicija net JAV sąjungininkų atžvilgiu, o Vokietija laikoma vienu iš pagrindinių Europos variklių. Jos politinė krizė šiuo metu tampa papildomu nestabilumo veiksniumi.

Lemtingi nesutarimai

Valdančioji koalicija Vokietijoje žlugo po to, kai kancleris Olafas Šolcas atleido iš pareigų finansų ministrą Kristianą Lindnerį. Pastarasis yra koalicijoje dalyvavusios Laisvosios demokratų partijos lyderis. Ši politinė jėga po O. Šolco sprendimo pasitraukė iš koalicijos.

Akcentuojama, kad K. Lindnerio atstatydinimą lėmė ilgalaikiai nesutarimai koalicijos viduje dėl kitų metų šalies biudžeto ir kitų finansinių sprendimų. Pabrėžiama ir tai, kad reikšmingu aspektu tapo ginčai dėl pagalbos Ukrainai, kuri ginasi nuo Rusijos karinės agresijos.

Pats pagalbos klausimas koalicijos viduje nebuvo kvestionuojamas, nesutarimai kilo dėl teikiamos paramos formos. O. Šolcas norėtų didinti finansinę pagalbą Ukrainai, ypač turint galvoje politinius pokyčius JAV, dėl kurių dėmesys Kijevo poreikiams Vašingtone gali susilpnėti jau kitąmet. Tačiau Vokietijos biudžete nėra lėšų, kurios leistų Berlynu didinti paramą Ukrainai. Dabartinis Vokietijos kancleris norėjo išspręsti šią problemą didindamas šalies galimybes skolintis, bet, kaip pabrėžiama, tam turėjo būti atleistas šalies konstitucijoje numatytas vadi-

namasis „skolinimosi stabdys“. Formaliai tai gali būti padaryta tik esant ekstremaliai finansinei ir ekonominei situacijai.

Dabar jau buvęs finansų ministras K. Linderis nepritarė minėtam O. Šolco sprendimui. Jis akcentavo, kad Ukrainai reikia ne daugiau pinigų, bet daugiau ginkluotės, įskaitant vokiškas raketas „Taurus“. Tai buvo aki-vaizdus akmuo į kanclerio daržą – O. Šolcas jau anksčiau kritikuotas už delsimą perduodant Kijevui ginklus.

Kompromisinis variantas

Kol kas O. Šolco vyriausybė dirba toliau, nors nebeturi reikiamo politinio palaikymo šalies parlamente – Bundestage. Dabartinę šalies situaciją galima būtų apibūdinti kaip valdomą ar prognozuojamą politinę krizę. Opozicinės jėgos norėjo, kad klausimas dėl nepasitikėjimo vyriausybe būtų svarstomas parlamente kuo skubiau, o priešlaikiniai rinkimai į parlamentą įvyktų jau kitų metų sausio pabaigoje.

O. Šolcas siekė išlikti valdžioje kiek ilgiau, argumentuodamas, kad vyriausybei dar reikia baigti kelis reikšmingus reikalus. Dabartinis kancleris klausimą dėl pasitikėjimo vyriausybe parlamentui norėjo teikti kitų metų sausio 15 dieną, o priešlaikinius rinkimus skelbti kovo pabaigoje.

Dera paminėti, kad O. Šolcas nesitiki laimėti balsavimo dėl pasitikėjimo. Manoma, kad ši vyriausybė politiškai jau yra pasmerкта.

Po konsultacijų su opozicinėmis partijomis O. Šolcas pranešė, kad balsavimas dėl pasitikėjimo vyriausybe parlamente vyks gruodžio 16 dieną. Po to, kai parlamentas išreiškė savo nepasitikėjimą, Vokietijos prezidentas Frankas Valteris Štainmajeris galės paleisti parlamentą. Prognozuojama, kad oficialiai šis spren-

dimas bus paskelbtas prieš pat naujuosius metus, gruodžio 27 dieną.

Vokietijos politinės jėgos sutarė ir dėl priešlaikinių rinkimų datos. Galima sakyti, kad ji atspindi kompromisą tarp O. Šolco socialdemokratų ir opozicinių partijų. Suplanuota, kad priešlaikiniai rinkimai turėtų įvykti kitų metų vasario 23 dieną.

Reikėtų pabrėžti, kad dabartinė politinė krizė Berlyne nebuvo pernelyg netikėta. Nuo 2021 metų pabaigos dirbusi koalicija, kurią sudarė Socialdemokratų partija, Laisvoji demokratų partija ir „Sajunga-90“ (žalieji), nebuvo itin stabili.

Pabrėžiama, kad ją dažnai kamavo vidiniai nesutarimai, kurie mažino ir pasitikėjimą ja visuomenėje, o apie priešlaikinių rinkimų galimybę Vokietijoje buvo kalbama jau kurį laiką.

Kita vertus, dabartinė koalicijos griūtis paankstino rinkimus tik kiek daugiau nei pusmečiu. Rinkimai ir taip turėjo įvykti kitąmet, tik rudenį – rugsėjo pabaigoje.

Kova bus arši

Nors oficialiai priešrinkiminė kova Vokietijoje dar neprasidėjo, pripažįstama, kad ji jau užvirė. Jau matyti požymių, kad pastarųjų kelių mėnesių politinės kovos bus ištis aršios.

Priešlaikiniai rinkimai gali suteikti neblogų galimybių radikalioms politinėms jėgoms, pirmiausia – partijai „Alternatyva Vokietijai“ („Alternative für Deutschland“), kuri šių metų rudenį pademonstravo stulbinamai gerų rezultatų keliuose municipalinio lygmens rinkimuose. Pastebima, kad vis didesnei Vokietijos visuomenės daliai imponuoja radikali minėtos politinės jėgos, pasisakančios tiek prieš migrantus, tiek prieš paramą Ukrainai, pozicija.

Kita vertus, manoma, kad pagrindinė kova vyks tarp tra-



O. Šolcui tikriausiai nepavyks išlaikyti Vokietijos kanclerio posto – juo abejoja net Socialdemokratų partija. EPA-Eltos nuotr.

dicinių politinių partijų. Būtent jos formuos vienokią ar kitokią koaliciją, tačiau sutariama, kad O. Šolcui išsaugoti kanclerio poziciją greičiausiai nepavyks. Šio politikos reitingai šiuo metu yra labai žemi, tad net Socialdemokratų partijos viduje esama svarstymų, kad į rinkimus šią politinę jėgą turėtų vesti ne jis, o žymiai populiariesnis partijos atstovas, dabartinis gynybos ministras Borisas Pistoriusas.

Populiarumas – žemumose

Pagal skelbiamas visuomenės nuomonės apklausas, šiuo metu O. Šolco socialdemokratai gali tikėtis rinkimuose 15 proc. balsų. Kiti koalicijos nariai žalieji gali gauti apie 10,5 proc. rinkėjų palaikymo, o pasitraukusi iš koalicijos Laisvųjų demokratų partija iš viso rizikuoja neįveikti 5 proc. barjero ir net nepatekti į Bundestagą.

Apklausų duomenimis, stipriausias pozicijas dabar turi opozicinė Krikščionių demokratų sąjunga, kuri galėtų gauti apie 32 proc. balsų. Jeigu niekas radikaliai nepasikeis, būtent ši politinė jėga formuos koaliciją, o į kanclerio vietą pretenduos jos lyderis Frydrichas Mercas.

Neatmetama galimybė, kad į koaliciją galėtų įeiti tie patys socialdemokratai, tik dabar jau atlikdami „jaunesnio partnerio“ vaidmenį. Tokia koalicija jau funkcionavo Angelos Merkel laikais.

Prie darbo rinkos vartų – jaunimo lūkesčiai ir realybė

Perėjimas iš švietimo sistemos į darbo rinką – vienas reikšmingiausių jauno žmogaus gyvenimo etapų.

Kas šiame kelyje padeda ir kokių lūkesčių jaunimas turi darbo rinkoje, domėjosi Lietuvos socialinių mokslų centro Sociologijos instituto mokslininkai.

Ramutė ŠULČIENĖ



Tyrimas atskleidė, kad Lietuvos jaunimas ne tik nori stabilaus, materialiai aprūpinančio darbo, bet ir ieško galimybių tobulėti. Andriaus Ufarto (Eltos) nuotr.

„Jaunimo užimtumas yra vienas iš esminių veiksnių, lemiančių gyvenimiškas galimybes ir sėkmingą integravimąsi į visuomenę. Dėl to mums buvo svarbu sužinoti, kaip jauni asmenys priima sprendimus dėl būsimų studijų ir kaip vertina savo dalyvavimą darbo rinkoje, pavyzdžiui, ar junta pasitenkinimą darbu, ko jiems labiausiai trūksta ir pan. Supratome, kad jaunų dirbančių asmenų gretose akivaizdžiai vyrauja noras gauti didesnį atlyginimą, taip pat dauguma apklaustųjų norėtų turėti geresnes sąlygas kompetencijoms augti ir sulaukti paaukštinimo“, – apžvelgia Lietuvos mokslo tarybos finansuoto projekto „Jaunimo gyvenimiškų galimybių diferenciacijos socioekonominiai veiksniai Lietuvoje (2022–2024)“ vadovė dr. Rūta Brazienė.

Pagal amžių tyrimo autoriai jaunimą suskirstė į tris grupes: 18–24 metų, 25–29 metų ir 30–35 metų. Paaiškėjo, kad savo galimybes prasčiausiai vertina jauniausi respondentai, o

optimistiškiausiai nusiteikę yra 25–29 metų asmenys.

Pasak pašnekovės, galimybės darbo rinkoje jaunimui nuo 18 iki 35 metų gerokai skiriasi. Patiems jauniausiems trūksta patirties, tačiau jie turi galimybę greitai mokytis ir prisitaikyti. Tuo metu vyresni jauni asmenys gali naudotis savo sukauptą patirtimi, nors jiems taip pat tenka įveikti iššūkius, susijusius su darbo rinkos pokyčiais, stabilumo poreikiu ir kt. Išryškėjo ir lyties aspektas – moterys palankiau vertina savo galimybes dirbti ir užsidirbti nei vyrai.

Kelių renkasi savarankiškai

Mąstyti ir apsispręsti dėl būsimos užimtumo jaunuoliams tenka dar gerokai iki realios darbo paieškos. Šie klausimai jau aktualūs paskutinėse mokyklos klasėse, dar labiau – renkantis studijų kryptį.

Kelerius metus vykdytas tyrimas parodė, kad net septyni iš dešimties jaunų asmenų apsisprendė pasirinkti studijų sritį savarankiškai. Šį sprendimą jie

priėmė įvertinę asmeninius gabumus, polinkius, domėjimąsi studijų dalyku. Antroje vietoje buvo tėvų (senelių, globėjų) patarimai, trečioje – studijų mugės, įvairios parodos.

„Mažiausiai jauni asmenys buvo linkę kreiptis į specialistus, pavyzdžiui, psichologus ar karjeros konsultantus. Iš atliktų interviu matyti, kad tokios karjeros orientavimo, ugdymo paslaugos dar ne visiems yra prieinamos“, – tvirtina Lietuvos socialinių mokslų centro Sociologijos instituto doktorantė Justina Krauledaitė.

Kiek jauni žmonės atsižvelgia į tai, ar jų profesija bus paklausi darbo rinkoje? Pašnekovės teigimu, šis motyvas renkantis studijų kryptį liko ketvirtoje vietoje. Tarp kitų svarbių veiksnių yra didelis specialybės prestižas, geros perspektyvos ateityje užimti aukštas pareigas ir poreikius atitinkantis atlyginimas. Rečiausiai tyrimo dalyviai buvo linkę pritariti nuomonei, kad jų pasirinkimą lėmė tai, jog tėvai yra atitinkamos profesijos atstovai.

„Sužinojome, kad beveik trečdalis – 29,3 proc. – apklaustųjų rinkosi studijas dėl diplomo. O mažiausiai studijų, mokymosi srities pasirinkimą lėmė tai, kad ta institucija buvo arti namų“, – atkreipia dėmesį mokslininkė.

Reikšminga tėvų parama

Net 45 proc. jaunimo pabrėžė, kad tėvų finansinės galimybės turėjo didelę arba labai didelę įtaką jų sprendimui, kokio lygio išsilavinimą jie norėjo įgyti. Pasak dr. R. Brazienės, tokia situacija kelia klausimų dėl skirtingų socialinių sluoksnių švietimo prieinamumo, teisingumo ir lygybės.

„Kyla klausimas, kodėl, jei išsilavinimas yra visiems vienodai prieinamas, tėvų finansinės galimybės turi didelį poveikį jaunų asmenų pasirinkimui? Yra dvi medalio pusės. Svarbu atkreipti dėmesį į tai, apie kokį išsilavinimą kalbame. Taip, švietimo prieinamumas užtikrinamas visiems asmenims iki 16 metų. Socialinė nelygybė išryškėja tada, kai kalbame apie papildomų išteklių pasitelkimą. Deja, ne visi gali samdyti korepetitorius, mokėti už privačias pamokas, lankyti papildomas užklasines, kitas mokamas veiklas. Tai apskunkina galimybes siekti norimo išsilavinimo. Jauni žmonės yra priversti išmokyti prisitaikyti su tomis galimybėmis, kurios jiems prieinamos. Mūsų atliktas tyrimas atskleidžia, kad finansinė nelygybė gali turėti lemiamą įtaką jauno žmogaus sprendimui dėl būsimos išsilavinimo. Iš duomenų galime daryti prielaidą, kad mažiau lėšų turinčių jaunuolių galimybės įgyti norimą specialybę yra ribotos, nes detalesnės studijos gali būti susijusios su didesnėmis finansinėmis investicijomis į išsilavinimą“, – dėsto sociologė.

Negali vien studijuoti

Paaiškėjo, kad tik kas ketvirtas tyrimo dalyvavęs jaunas asmuo gali skirti savo laiką tik mokslui. Dauguma studijas derina su darbu. Šią situaciją iš esmės lemia aptartos jaunuolių ir jų šeimų finansinės galimybės. Tie jauni asmenys, kurie turi mažiau pajamų, junta būtinybę greičiau įsilieti į darbo rinką.

Dr. R. Brazienės teigimu, studijų ir darbo derinimas gali būti vertinamas dvejopai. „Darbas, jei susijęs su studijomis, leidžia kaupti vertingą patirtį, lavinti minkštąsias kompetencijas, profesinius įgūdžius, megzti profesinius ryšius, kurie gali suteikti pranašumo perėjus į darbo rinką. Kita vertus, tai sukuria papildomą įtampą dėl akademinio pasiekimo, laiko planavimo, didina nuovargį, stresą, gali užžęsti studijas“, – vardija pašnekovė.

Diplomas ir darbas prasilenkia

Beveik pusė apklaustųjų mano, kad jų įgytas išsilavinimas ir turimi diplomai atitinka darbo

vietos reikalavimus, 18 proc. – kad jų išsilavinimas ir diplomai yra gerokai aukštesnio lygio, nei reikalaujama darbo vietoje, o kas ketvirtas respondentas atsakė, kad dirba visiškai kitoje srityje nei įgytas išsilavinimas ar turimas diplomai. Kodėl taip neatitinka tai, ką jaunimas renka studijuoti, ir tai, ką iš tiesų dirba?

Pasak J. Krauledaitės, tai lemia ir asmeniniai žmonių pasirinkimai, ir darbo rinkos poreikiai. „Dauguma jaunuolių studijų kryptį renkasi savarankiškai, remdamiesi savo pomėgiais. Deja, tai ne visada yra tvarus sprendimas. Juk pomėgiai gali kisti laikui bėgant, įgyjant naujų patirčių. Neįsigilinęs į profesinę veiklą prieš pasirinkdamas, jaunas žmogus gali ir nusivilti, nes profesiją įsivaizdavo kitaip, nei viskas yra realybėje“, – aiškina Sociologijos instituto doktorantė.

Kita priežastis – struktūrinė: Lietuvoje yra daug asmenų, turinčių aukštąjį išsilavinimą, ir tai turi įtakos darbo paklausos ir pasiūlos neatitikčiai. „Mūsų darbo rinka ne visada turi pakankamai galimybių konkrečių specialybių absolventams, todėl jauni žmonės dažnai renkasi darbus kitose srityse. Be to, darbo rinka kinta labai greitai, atsiranda naujų profesijų, technologijų ir reikalavimų, dėl to kai kurie absolventai nori ar turi persikvalifikuoti. Švietimo sistema kartais nespėja prisitaikyti prie naujų tendencijų taip sparčiai, kaip kinta ekonomika. Šis reiškinys rodo, kad švietimo sistema

galėtų dar labiau stiprinti ryšį su darbo rinka, pabrėžti karjeros konsultacijų svarbą ir skatinti praktinių įgūdžių ugdymą, o jauni asmenys – paruošti namų darbus ir pasinaudoti teikiamomis konsultantų paslaugomis“, – dėsto J. Krauledaitė.

Norėtų didesnio atlyginimo

Tyrimo dalyviai buvo paprašyti įvertinti pasitenkinimą dabartiniu darbu ir konkrečiais jo aspektais. Kas tyrėjams labiausiai krito į akis? Dr. R. Brazienė atkreipia dėmesį, kad išryškėjo tai, kad palankiausiai buvo vertinama fizinės darbo sąlygos, saugumas darbe, santykiai su bendradarbiais, tiesioginiu vadovu, galimybė turėti laisvadienių, priimtina atostogų trukmė.

„Dauguma – 66,4 proc. – jaunų asmenų teigė, kad jų darbas ne tik aprūpina materialiai, bet ir patinka. Antras pagal dažnumą buvo atsakymas, kad darbas patinka, tačiau jis negarantuoja tinkamo pragyvenimo. Taip nurodė 46 proc. apklaustųjų. Taigi matome gana dviprasmišką situaciją darbo rinkoje. Viena vertus, pasitenkinimas darbu yra siejamas su pojūčiu, kad veikla yra prasminga, patenkinanti asmeninius interesus, leidžianti tobulėti, todėl tai galime vertinti kaip džiuginančią žinią. Kita vertus, nepakankamas materialinis aprūpinimas yra reikšmingas veiksnys, kuris gali mažinti bendrą pasitenkinimą darbu ir motyvaciją ateityje“, – apžvelgia mokslininkė.

Pasak pašnekovės, jauni žmonės susiduria su didelėmis pragyvenimo išlaidomis, apsirūpinimo tinkamu būstu už prieinamą kainą problema, todėl poreikių neatliepiantis darbas, nors ir malonus, ilgainiui gali sukelti papildomo streso, ypač kai tenka priimti sprendimus, taupyti ateičiai ar norint pradėti savarankišką gyvenimą. „Tai atskleidžia kitą darbo rinkos trūkumą: jaunimo darbo užmokestis yra mažesnis dėl žemesnės kvalifikacijos, patirties stokos. Tinkamos darbo sąlygos, darbo sauga net nėra kvestionuojami dalykai, tai yra būtinybė, o prasminga veikla ir adekvatus atlyginimas galėtų sumažinti disbalansą ir ilgainiui užtikrinti jaunų darbuotojų stabilumą darbo rinkoje“, – teigia sociologė.

Neišpildytas lūkestis tobulėti

Noras gauti didesnį atlyginimą – akivaizdžiai vyraujantis jaunimo lūkestis. Tačiau įdomu tai, kad jaunimas labiau siekia didesnio darbo užmokesčio dabartinėje darbovietėje, nei yra pasiryžęs ją keisti.

„Dauguma respondentų buvo patenkinti savo darbu, tačiau tikisi darbo užmokesčio augimo. Gerokai rečiau jie išreiškė norą keisti pačią darbo vietą, įmonės padalinį, pačią įmonę, miestą ar net šalį, kurioje dirba. Panaši yra reali profesinio tobulėjimo padėtis. Ji įvertinta ganėtinai gerai, nors egzistuoja akivaizdus jaunimo noras paspartinti tą tobulėjimą. Pastarasis aspektas atskleidė gana apčiuopiamus jaunimo norus, siekių ir realios padėties darbo rinkoje skirtumus. Darbo rinka neretai visiškai neatspindi visų jaunimo lūkesčių ir ambicingų planų. Struktūriniai darbo rinkos pokyčiai, labiau orientuoti į praktinių įgūdžių įgijimą ir ilgalaikio tobulėjimo galimybes, galėtų padėti sumažinti šį atotrūkį ir geriau atitikti jaunimo siekius“, – tvirtina dr. R. Brazienė.

Pabrėžia socialinius įgūdžius

Tyrimo dalyvių nuomone, ieškant tinkamo darbo svarbiau socialumas ir kalbų mokėjimas nei darbo patirtis ir verslumas.

„Jauni žmonės mano, kad darbo rinkoje asmeniniai įgūdžiai ir

gebėjimas save pristatyti yra itin svarbūs pradiniam karjeros etape, – dėsto J. Krauledaitė. – Ši tendencija gali byloti kelis dalykus, pirmiausia – tai, kad, žvelgiant į globalų kontekstą, užsienio kalbų mokėjimas ir komunikaciniai įgūdžiai yra labai vertinami, nes suteikia pranašumą. Darbdaviai ieško ne tik darbuotojų, turinčių techninių žinių, bet ir asmenų, kurie geba bendrauti, dirbti komandoje ir lengvai prisitaikyti prie daugia kultūrės aplinkos. Gebėjimas save tinkamai pristatyti, pabrėžti savo stiprybes ir įrodyti motyvaciją darbe pradendantiesiems gali kompensuoti patirties trūkumą. Vis dėlto negalime atmesti patirties svarbos, ypač specializuotose, daugiau įgūdžių reikalaujančiose darbo vietose. Tyrimo rezultatai rodo, kad jauni žmonės yra optimistiškesni dėl savo gebėjimų, nors jiems ir stinga patirties.“

Pažeidžiami ne tik vyresnieji

Dažniausiai girdime, kad diskriminaciją darbo rinkoje patiria vyresnio amžiaus gyventojai. Dr. R. Brazienės teigimu, deja, su ja susiduria ir daugiau pažeidžiamų grupių: jaunimas, moterys, negalia ar sutrikimų turintys asmenys ir kt.

„Tam tikrose pozicijose diskriminuojami netgi vyrai. Pavyzdžiui, ar daug žinote socialinių darbuotojų vyrų? Mūsų tyrime dalyvavo asmenys iki 35 metų, todėl negalime kalbėti apie visą populiaciją. Tačiau kaip parodė kolegų 2016 m. atliktas tyrimas apie vyresnio amžiaus asmenų diskriminaciją Lietuvos darbo rinkoje, darbdaviams patraukliausi yra 30–40 metų darbuotojai, jau sukaupę darbo ir gyvenimiškos patirties. Vykdam tą patį tyrimą išryškėjo, kad nepalankiausiai darbdavių yra vertinami 20–24 metų asmenys dėl darbo patirties stokos. Taigi jaunimas taip pat susiduria su įvairiomis diskriminacijos formomis darbo rinkoje. Nors šios formos skiriasi nuo diskriminacijos, su kuria susiduria vyresnio amžiaus žmonės, tiek vieniems, tiek kitiems darbo rinkoje egzistuoja išankstinės nuostatos ir kliūtys, kurias reikia įveikti“, – pabrėžia mokslininkė.



Tik ketvirtadalis studentų gali nedirbti, todėl dažnai kenčia akademiniai pasiekimai ir tai menkina ateities galimybes. Juliaus Kalinsko (Eltos) nuotr.

Patogiam gyvenimui – 15 minučių miestas

Patogus žmonėms, saugus, žalias miestas – tokiam norėtume gyventi bene kiekvienas. Tačiau paversti nekontroliuojamai augusius, pernelyg išsiplėtusius miestus su nepatogia viešojo transporto infrastruktūra į 15 minučių miesto koncepcijos nėra lengva. Tad kaip keisis mūsų miestai, ar Vilnius taps panašus į Kopenhagą?

Ivona JAROSLAVCEVIENĖ



Chaotiška miestų plėtra verčia jų gyventojus net ne važinėti, o sėdėti automobiliuose. Andriaus Ufarto (Eltos) nuotr.

XVIII Lietuvos urbanistiniame forume „15 minučių miestas: sprendimai tvariam augimui“ buvo svarstoma, kaip turi keistis miestai, kad jie ne tik siūlytų aukštą gyvenimo kokybę, atitiktų kasdienius žmonių poreikius, bet ir išliktų konkurencingi.

Naujos koncepcijos miestuose pagrindinės gyvenamosios vietos ir paslaugos turi būti lengvai pasiekiamos pėsčiomis ar dviračiais, kad būtų mažiau automobilių ir mažinama tarša. Ši idėja tampa vis aktualesnė šiuolaikiniuose miestuose, kur dažnai trūksta efektyvių viešojo transporto ir tvarių judėjimo alternatyvų.

Ateities pokyčiai

„Po 25 metų Lietuva turi tapti klimatui neutralia valstybe, ir šiandien perstatomi miestai turi būti prisitaikę prie ekstremalių klimato reiškinių. Tai yra ne dešimtmečio ar dvidešimtmečio iššūkiai – turime turėti šimtmečio viziją“, – kalbėjo aplinkos ministras Simonas Gentvilas.

Pasak ministro, miestus plėtojantis verslas nori spartesnių pokyčių, aiškumo ir apibrėžtumo jau šiandien. Todėl turime kritiškai kalbėti apie tai, kaip mes kuriame Lietuvą, šiandienos miestus ir kokius juos norime matyti. Šiandien svarbūs tampa ir tokie aspektai kaip socialinė įtrauktis, būsto prieinamumas, tad ateities miestų paveikslas darosi daugiaplanis.

Kalbėdamas apie miestų patogumą žmonėms S. Gentvilas priminė 15 minučių mies-

tų esmę ir pranašumus. 15 minučių miesto koncepcija – tai urbanistinio planavimo principas, pagal kurį didžioji dalis kasdinių poreikių ir paslaugų, tokių kaip darbas, apsipirkimas, švietimas, sveikatos priežiūra ir laisvalaikis, iš bet kurios miesto vietos patenkinami ir pasiekiami per 15 minučių pėsčiomis, dviračiais ar viešuoju transportu. „Tai apima ir vaikų ugdymą, kai nereikia vaikų vežti toli į darželius ar mokyklas, o kvartalais planuojami miestai integruoja savyje visas tai bendruomenei reikalingas paslaugas. Tai yra miestai, kur pastatai iš monofunkcių virsta į daugiafunkcius, o infrastruktūra turi būti tvariai rekonstruojama ir vystoma. Miestus reikia perstatyti taip, kad jie reikalautų mažesnio judumo automobiliais, tad jie būtų ir mažesnės taršos. Tai turi būti miestai, kuriuose stipresnė socialinė darna: juose mažiau važinėjama, tad mažiau gaišamas laikas, daugiau vaikštoma, bendraujama“, – dėstė ministras.

Kopenhagos pavyzdys

Danijos architektūros ir urbanistinio planavimo įmonės „JRDV Urban International“ įkūrėjas ir prezidentas Mortenas Jensenas pasakojo apie Danijos sostinės Kopenhagos, kaip apie 15 minučių miesto, planavimo ypatumus. Pasak jo, Kopenhaga yra net ne 15 minučių miestas, nes svarbiausias vietas galima pasiekti per 5 minutes, o 75 proc. keilionių vyksta dviračiais ar viešuoju transportu. Didelę reikšmę čia turi ir viešosios erdvės, kur gyventojai noriai leidžia laiką, bendrauja tarpusavyje.

M. Jensenas pabrėžė, kad ir Vilnius, ir Kopenhaga viduramžiais buvo 15 minučių miestai, kur viskas buvo pasiekiamą ranka. XIX a. miestai plėtėsi, juos kūrė įvairūs architektai, tad jaukumo buvo mažiau, bet paslaugos liko nesunkiai pasiekiamos. Tačiau po Antrojo pasaulinio karo viskas pasikeitė: žmonės gyvena viename rajone, o dirba kitame. „Viskas, ką žinojome apie miestus, rodo, nubraukiama. Didėja atstumai, gyventojai važinėja automobiliais, nekuriamos viešosios erdvės“, – teigė pašnekovas ir pridūrė, kad panašus likimas ištiko ne tik Vilnių, bet ir Kopenhagą – buvo nuspręsta, kad žmonės važinės automobiliais, tad jų itin pagausėjo visuose skveruose ir aikštėse, o pėstieji buvo patraukti į šaligatvius.

Daugiau erdvės pėstiesiems

Tiesa, 1962 m. Kopenhagos planuotojai nutarė miesto centre įrengti tik pėsčiųjų gatves. Iš pradžių manyta, kad centras apmirs, nes žmonės bus nepatogu atvažiuoti, tačiau tokie nuogaštavimai nepasitvirtino. Taigi dabar vis daugiau gatvių atiduodama pėstiesiems.

„Po Antrojo pasaulinio karo Kopenhaga labai išsiplėtė, buvo statomi miegamieji rajonai, su centru susieti geležinkeliais, atsirado atskiros pramoninės vietovės. Tačiau per pastaruosius 30 metų kai kurie rajonai perkurti, kai kurie pastatyti naujai, pasimokius iš praeities klaidų. Metro sistema sujungė rajonus, bet prioritetas skirtas judėjimui pėsčiomis. Išvalytas visiškai industrine erdve buvęs uostas, prieplaukoje imta statyti viešbučius, sutvarkytos erdvės prie vandens“, – aiškino M. Jensenas.

Pasak pašnekovo, visas miestas šiandien nėra toks, koks buvo viduramžiais, bet jis pritaikytas žmonėms ir yra patogus, poli-centriškas – su rajonų centrais, kuriuose verda gyvenimas, tad iš Kopenhagos pokyčių galėtų pasimokyti ir Vilnius. „Miestas turi būti smagus gyventi. Tokia yra Kopenhaga. Čia vyksta daug eksperimentinių renginių, yra daug jaukių rajonų ir gatvių“, – teigė pranešėjas.

Duomenimis grįstas planavimas

Kitas pranešėjas iš Danijos, šios šalies Būsto ekonomikos žinių centro projektų direktorius Kurtas Liligrinas kalbėjo apie duomenimis grįstą planavimą ir sprendimų priėmimą. Jo teigimu, planuojant socialinius būstus Vakarų Europoje praėjusiame amžiuje buvo padaryta nemažai klaidų. Tokie butai buvo statomi priemiesčiuose, ir tuose rajonuose kilo daug problemų: augo nusikalstamumas ir socialinė nelygybė. Vėliau nuspręsta tokius būstus griauti ir statyti naujus pastatus.

Galvojant apie naujų būstų poreikį, būtina prognozuoti gyventojų skaičių ir jų finansines galimybes. Tuomet bus lengviau įvertinti, ar reikėtų statyti mažus ar didelius butus. Yra daug būdų, kaip pasitelkus įvairius statistikos duomenis įvertinti būstų poreikį ateityje. Tokie skaičiavimo modeliai taikomi Kopenhagoje. Danijoje buvo priimtas teisės aktas, kad 25 proc. statomų būstų būtų socialiniai. Tokia tvarka padeda spręsti būstų problemą. Kalbėdamas apie būsto įperkumą, K. Liligrinas paminėjo ir Vokietijos pavyzdį, kai buvo subsidijuojami nekilnojamojo turto plėtojai, o ne pirkėjai.

Vilnius plečiasi chaotiškai

Vilniaus miesto vyriausioji architektė Laura Kairienė tvirtino, kad Lietuvos sostinė neturi tiek statistikos duomenų kaip Kopen-

haga, tad miesto planavimas susiduria su iššūkiais. Pasak jos, turime matyti, kokie esame, kad žinotume, kur link dera judėti. Pagal turimus duomenis, Vilnius yra inovatyvus miestas, produktyviausias Lietuvos miestas pagal bendrojo vidaus produkto kūrimą. Sostinė plečiasi, gyventojai keliasi už jo ribų, bet jaučiasi miesto gyventojais. Tiesa, kol kas miesto ir rajono bendradarbiavimo politika nėra sustyguota.

„Miesto bendrajame plane numatytos prioritinės teritorijos, bet Vilniuje leidžiama viskas. Privačiuose sklypuose daug dalykų nekontroliuojama. Nors didžiosios teritorijos – suplanuotos, miestas vystosi pasklypiui“, – pabrėžė vyriausioji architektė.

L. Kairienės manymu, miestui reikia aiškaus plano, kaip jis keisis ir kada, nes dabartinis vaizdas rodo, kad miestas plečiasi chaotiškai visomis kryptimis. Specialistės teigimu, svarbu kurti alternatyvius centrus, kad visi vilniečiai nesigrūstų į centrą dėl darbo, poilsio ar kitų prioritetų. Ji tiki, jog kai kurie sostinės mikrorajonai gali tapti vadinamaisiais 15 minučių centrais, kad žmonėms nereikėtų važiuoti į patį miesto centrą. Tačiau šiandien norint įgyvendinti šią idėją visame Vilniuje dar trūksta infrastruktūros: biurų, švietimo įstaigų, naujų gatvių.

Lyderystė – savivaldai

Lietuvos nekilnojamojo turto plėtros asociacijos valdybos narys, Pramonininkų konfederacijos viceprezidentas Robertas Dargis atkreipė dėmesį, kad ne statytojai ar nekilnojamojo turto projektų plėtotojai, o savivalda yra pagrindinė miestų vystytoja. Būtent savivaldos atstovai privalo matyti savo miesto viziją. „Miestas, savo rankose turėdamas planavimo pajėgumus ir valdydamas savo žemę, gali įgyvendinti tai, ką mes vadiname tvariu miesto augimu“, – teigė R. Dargis.

Pasak pašnekovo, miesto lyderiai turi matyti ne 20 ar 30 arų sklypą, o visą kvartalą, kur turėtų būti žalia, patogų vaikams, senjorams. „Kai kartu matai ekonomiką, infrastruktūrą, švietimą, sveikatą, sportą, socialinius klausimus, gali ir turi užduoti toną visoms mieste veikiančioms bendruomenėms“, – įsitikinęs R. Dargis.

XXI a. keičia supratimą apie miestus: nelieka grynųjų zonų (vien pramoninių ar gyvenamųjų), tame pačiame pastate gali būti ir parduotuvių, ir biurų, ir gyvenamųjų būstų, ir vaikų darželis. Todėl savivalda turi įtraukti vietas bendruomenės į miestų planavimo procesus.

Reikia ir Vilniaus forumo

R. Dargis pabrėžė, kad Lietuvos sostinė augs sparčiausiai regione ir po keliasde-

šimties metų gali tapti milijoniniu miestu. Pašnekovo teigimu, labai svarbu efektyviai sutvarkyti transportą, nes automobilių spūstys gaišina laiką ir kelia daug nepatogumų visiems. Vilnius yra vienas žaliausių miestų, tačiau žaliausias zonas reikėtų pertvarkyti taip, kad jos taptų patrauklesnės miestiečiams. „Mes kartais šokinėjame aplink vieną medį, kuris stabdo planingą visos teritorijos įsisavinimą, ir nepagalvojame, kad gal reikėtų jo atsisakyti ir pasodinti dešimtis kitų, kurie padėtų planingai vystyti žaliausias teritorijas, priimtinas žmonėms, kurie čia gyvena, dirba ar mokosi“, – svarstė R. Dargis.

Pašnekovas atkreipė dėmesį ir į tikslingą plėtrą už miesto ribų. Pavyzdžiui, Trakai ar Vievis gali pasiūlyti kokybišką gyvenimą, švaresnį orą, kitokią aplinką žmonėms, kurie jos nori, bet turi būti užtikrintas patogus susisiekimas su Vilniumi, kur jie galėtų dirbti, sakykime, greitaisiais traukiniais.

Lietuvos pramonininkų konfederacijos viceprezidentas siūlė įkurti Vilniaus forumą, kuriame savivaldos atstovai, vietos bendruomenės, mokslininkai, urbanistai ir paveldo apsaugos specialistai nuolat svarstytų sostinės ateities viziją bei problemas, kad joje galėtų patogiai gyventi mūsų vaikai ir anūkai.

Reklama

KBMA

KAUNO BŪSTO

modernizavimo agentūra



„Didžiulės sąskaitos už šildymą ir šilumos klijų – neatnaujintuose daugiabučiuose gyvenančių žmonių kasdienybė. Jiems šaltasis metų sezonas yra ištisai labai nekomfortiškas laikas“, – teigia Kauno būsto modernizavimo agentūros (KBMA) vadovė leva Šakalienė.

Agentūros vadovė sako, kad dabar – pats metas keisti šią situaciją ir pagerinti savo gyvenimo kokybę. Lapkričio mėnesį Aplinkos

Prasidėjęs šildymo sezonas labiausiai gąsdina senų nemodernizuotų daugiabučių namų gyventojus: Kaune šią situaciją keičia KBMA

Artėjant žiemai vis daugiau žmonių pradeda svarstyti, kiek šį sezoną reikės išleisti šildymui. Puiku tai, kad modernizuotų senos statybos daugiabučių namų gyventojai ramūs – jie galės džiaugtis jaukia šiluma ir nedidelėmis sąskaitomis už šildymą. O ką daryti tiems, kurie gyvena neatnaujintuose senos statybos daugiabučiuose?

projektų valdymo agentūra (APVA) paskelbė kvietimą gauti paramą daugiabučių namų modernizavimui, kai siekiama ne mažesnės nei B energinės klasės. Kaune nusprendus atnaujinti savo namą miestas dovanoja ir neeilinę dovaną – absoliučiai nemokamai sutvarkytas namų grupės lauko erdves.

Revoliucinė programa

Programoje „(R)evoliucija“ dalyvauti gali daugiabučių namų grupė, esanti Kauno miesto teritorijoje. Grupę turi sudaryti du ir daugiau daugiabučių, kiekviename iš jų turi būti mažiausiai trys butai.

„Svarbu tai, kad programoje dalyvauti gali tik tie daugiabučiai namai, kurie yra priskirti vienam iš miesto kvartalų. Ar daugiabutis namas atitinka programos sąlygas, galima sužinoti kreipiantis į mūsų agentūros specialistus“, – aiškina I. Šakalienė.

Jei suformuoto kvartalo daugiabučių namų savininkai apsisprendė dalyvauti programoje, jie turi žinoti, kad visus aplinkos tvarkymo darbus finansuoja Kauno miesto savivaldybė.

Pagrindinė sąlyga programos dalyviams – namai turi būti atnaujinti arba sudarytos jų atnaujinimo sutartys.

„Dėl programos finansuojami žemės sklypo formavimo darbai, statinių projekto parengimo darbai, statybos techninės priežiūros išlaidos“, – pabrėžia pašnekovė.

Namų grupės gyventojai nemokamai sutvarkyti gali visą aplinką. Vaikų žaidimų ir sporto aikštelės, nauji pėsčiųjų takai, daugiau apšvietimo – tai keletas komfortiško gyvenimo privalumų.

Programa „(R)evoliucija“ siekiama suderinti darnaus miesto vystymosi tendencijas su kauniečių poreikiais.

Norite daugiau sužinoti apie būsto modernizaciją ir Kauno miesto programą „(R)evoliucija“? Kreipkitės el. paštu info@kbma.lt arba telefonu +370 649 48 495.



Kuria svajonių mokyklą Visaginė: be skambučių ir su kiekvienam pritaikytu mokymosi tempu

Artūro Morozovo nuotrauka

Mokyklą, kurioje mokymosi procesas vyksta ne vien tik uždarose klasėse, o pamokų metu išradingai pasitelkiamos pažangiausios technologijos, norėtų lankyti kiekvienas vaikas. Būtent tokią modernią ugdymo įstaigą siekia sukurti Visagino „Žiburio“ pagrindinės mokyklos direktorė Asta Bauraitė. Daugiau nei 20 metų mokytojo darbui skyrusi moteris sako, kad šiuolaikinių vaikų ugdymas privalo būti šiuolaikiškas.

Norą mokyti pajuto ankstyvoje vaikystėje

Pirmosios mintys apie pedagogo specialybę Astą aplankė dar vaikystėje – vaikų darželyje. Ji pasakoja, kad eiti mokytojo keliu įkvėpė pirmosios mokytojos.

„Pati, dar būdama darželinukė, svajoju, kad būsiu vaikų darželio auklėtoja. Tuomet atrodė, kad auklėtoja labai graži: aukšta, ilgais plaukais, visada avėjo aukštakulnius, puikiai bendravo su vaikais. Todėl galvojau, kad užaugusi būsiu tokia pati“, – su šypsena prisimena A. Bauraitė.

Visus mokykloje praleistus metus Astos pažymiai buvo nepriekaištingi. Besimokydama vidurinėje, ji papildomai žinias gilino fizikos mokykloje. Iki pat mokyklos baigimo savo ateities profesiją Asta siejo su vaikais.

Vadovauti mokyklai paragino kiti mokytojai

Po šios patirties Asta pradėjo dirbti mokykloje, taip pat įstojo į magistrantūrą ir baigė švietimo

vadybos studijų programą. Kaip tik tuo metu jos darbovietėje atsilaisvino mokyklos direktoriaus vieta. Nors apie tokias pareigas Asta niekada nesvajojė, dalyvauti konkurse ją paragino kolegos.

„Prisimenu, kaip suskambus skambučiui, nuėjau į lietuvių kalbos ir literatūros kabinetą ir jame pamačiau, kad susirinko visi mokytojai. Jie manęs paprašė, kad dalyvaučiau konkurse į mokyklos direktorės poziciją. Iš pradžių kategoriškai atsisakiau, tačiau kolegos labai įtikinėjo bei pažadėjo padėti. Tuomet pagalvojau, kad ignoruoti tokio prašymo tiesiog negaliu“, – pasakoja A. Bauraitė.

Atsisakė tradicinių skambučių tarp pamokų

Anot A. Bauraitės, ji kaip mokyklos vadovė kelia aukštus reikalavimus tiek sau, tiek visam kolektyvui, ir skiria dėmesį net smulkiausioms detalėms.

„Pavyzdžiui, pirmasis mano darbas buvo panaikinti mokyklos skambutį. Mano nuomone, skam-

butis kviešti į pamokas visiškai netinka, nes jis asocijuojasi su pavojumi, kelia išgąstį. Toks iš pažiūros nedidelis pakeitimas leidžia mokytojams į pamoką ateiti su teigiama energetika“, – pasakoja pedagogė.

Dar vienas Astos įgyvendintas pokytis – lyderystės mokyklos bendruomenėje skatinimas: „Šis principas atspindi demokratinį įstaigos valdymą ir leidžia visiems prisimti atsakomybę už mokyklos kultūrą bei mokinių pasiekimus. Todėl visus strateginius dokumentus rengiame su visais mokyklos darbuotojais be išimčių – kuo daugiau žmonių prisideda prie bendrų sprendimų, tuo daugiau pokyčių realiai pavyksta įgyvendinti.“

Šiuolaikiam ugdymui reikia ne tik entuziazmo, bet ir lėšų

Visagino „Žiburio“ mokyklos vadovė pabrėžia, kad pokyčiai mokyklose yra būtini – jie suteikia galimybę tobulėti ir gerinti vaikų ugdymo procesus. Tačiau juos įgyvendinti kokybiškai nepakanka tik pedagogų entuziazmo – tam būtinos papildomos lėšos. Kurti šiuolaikišką ir įtraukų bendrąjį ugdymą Lietuvoje ir užtikrinti vienodas ugdymosi galimybes padeda projektas „Tūkstantmečio mokyklų programa“, kuris finansuojamas Europos Sąjungos (ES) iniciatyvos „NextGenerationEU“ lėšomis. Pagal šią iniciatyvą Lietuvai iš viso numatyta 3,85 mlrd. eurų investicijų.

„Jau antrus metus turime galimybę atnaujinti mokyklos infrastruktūrą ir modernizuoti ugdymo procesą. Pavyzdžiui, visuomet svajojome apie gamtos mokslų laboratoriją, o dabar ES investicijų dėka tikimės, kad ją pavyks kuo greičiau įrengti ir mokiniai galės gamtos mokslų mokyti ne tik teoriškai, bet ir praktiškai. Taip pat modernizavome mokyklos kompiuterių tinklą“, – pasakoja A. Bauraitė.

Mokymo tempas pritaikytas kiekvienam vaikui

Svarbus Visagino „Žiburio“ pagrindinės mokyklos išskir-

Svarbus Visagino „Žiburio“ pagrindinės mokyklos išskirtinumas – vaikai gali mokytis pagal individualizuotą ugdymo programą „Scolosy“ platformoje.

„1-4 klasėse mokiniai mokomi pagal integruoto pradinio ugdymo „Vaivorykštė“ mokymo principus, kurie grindžiami holistiniu požiūriu į vaiką ir ugdymą. Šis modelis siekia sujungti įvairias ugdymo sritis ir temas. Bene svarbiausias integruoto ugdymo principas yra teminė integracija: ugdymas organizuojamas aplink bendras temas, kurios jungia skirtingas disciplinas – matematiką, kalbas, gamtos mokslus, meną ir kt. Tai padeda mokiniams matyti ryšius tarp skirtingų mokomųjų dalykų bei gyvenimo kontekstų“, – teigia pašnekovė.

Gautos ES lėšos mokykloje leido išplėsti individualizuoto ugdymo procesą iki 7 klasės. Taip pat padėjo mokiniams nupirkti 90 nešiojamųjų kompiuterių ir belaidžių ausinių.

„Mokiniai gali dirbti individualiu tempu, įsisavindami mokomąją medžiagą pagal nusistatytus mokymosi lygmenis. Tai nepaprastai naudinga mokiniams, ypač turint omenyje faktą, kad daugiau kaip pusė mūsų mokyklos mokinių – iš kitataučių ir mišrių šeimų“, – pasakoja A. Bauraitė.

Pasak jos, tokia programa – mokymosi procesą iš esmės keičiantis sprendimas. Taip kiekvienas mokinys gali mokomąją medžiagą įsisavinti jam priimtiniu būdu ir greičiu.

Pokyčiai Visagino „Žiburio“ mokykloje – tik vienas iš daugelio sėkmės pavyzdžių, kaip yra investuojamos „NextGenerationEU“ lėšos, kurios padeda kurti šiuolaikišką bendrąjį ugdymą Lietuvoje ir mažinti mokinių pasiekimų atotrūkį. 2020 metais planą „NextGenerationEU“ inicijavo Europos Komisija, siekdama padėti ES valstybėms sparčiau atsigausti po koronaviruso pandemijos, taip pat skatindama ekonomikos skaitmenizaciją ir žaliąją pertvarką. Iš viso pagal šį planą visoje ES iki 2026 m. bus investuota daugiau nei 800 mlrd. eurų.



VIENAS ŽINGSNIS IKI ABSURDO

Civilinio kodekso 3.88 straipsnio 3 punkte teigiama, kad bendra jungtine sutuoktinių nuosavybe pripažįstamos pajamos, gautos iš abiejų sutuoktinių bendros veiklos, ir pajamos, gautos iš vieno sutuoktinio veiklos, išskyrus lėšas, būtinas sutuoktinio profesinei veiklai. Ar sutuoktinio kelionėms į darbą patiriamos degalų išlaidos gali būti traktuojamos kaip bendrą turta mažinančios išlaidos? Ar realu už jas prašyti kompensacijos?

Mano supratimu, ne. Jeigu būtų kitaip, tai būtų absurdas. Iš esmės tokiam atvejui prilyginčiau situaciją, kai reikalaujama kompensuoti lėšas, kurias sutuoktinis panaudojo valgydamas be kito sutuoktinio.

PATEKTI Į PRIVAČIĄ VALDĄ GALIMA ESANT TARNYBINIAM BŪTINUMUI

Kokių tarnybų darbuotojai gali patekti į fizinio asmens privačią teritoriją – kiemą, namą – be savininko sutikimo ir teismo leidimo?

Iš esmės – jokių tarnybų, nebent jūsų žemės sklypui yra taikomi tam tikri apribojimai, suteikiantys teisę tam tikroms tarnyboms atlikti joms patikėtas užduotis, tokias kaip inžinerinių tinklų priežiūra, remontas ir pan. Taip pat, esant tarnybiniam būtinumui, sulaikant nusikaltėlį, užkertant kelią nusikalstamai veikai ar pan., teisę patekti į privačią teritoriją turi teisės saugos pareigūnai.

GALITE DRAŠIAI PALIKTI TURTA DUKTERČIAI

Taip susiklostė, kad mane senatvėje prižiūri ne mano vaikai, o dukterėčia. Testamentu turto jai nenorėčiau palikti, nes neabejoju, kad mano vaikai ją užsipultų ir imtų taisyti po teismus. Jūs savo atsakymuose nuolat kartojate, kad dovanoti turto, kol esi gyvas, neverta. Dar vienas variantas – sutartis dėl išlaikymo iki mirties mainais į butą. Tačiau man reikia ne finansinės pagalbos, o priežiūros: mano pensija – dukart didesnė nei dukterėčios, greičiau aš ją galėčiau finansiškai paremti. Gal galėtumėte patarti, koks būtų geriausias variantas, kad abi jaustumės saugiai?

Tokių atvejų visgi jums rekomenduoju sudaryti testamentą ir nusiraminti. Iš jūsų žodžių suprantu, kad jūsų giminaičiai užsipuls dukterėčią esant bet kokiam turto perleidimo jai pagrindui. Todėl nesvarbu, kokiu pagrindu perleisite dukterėčiai turta, ji vis tiek turės kovoti su giminaičiais. Kad užginčytų testamentą, jie turėtų įrodyti, jog jūs, jį sudarydama, nesupratote savo veiksmų esmės ir

sukeliamų padarinių, kitaip sakant, sirgote psichikos liga. Šis pagrindas iš esmės taikomas visiems sandoriams užginčyti. Jeigu sergate psichikos liga, tuomet teisme bet koks sandoris bus užginčytas, o jei tokia liga nesergate, nerimauti dėl giminaičių puolimo netau pagrindo. Todėl, manau, drąsiai palikite turta dukterėčiai testamentu, ir viskas bus gerai.

REIKIA IŠSIAIŠKINTI SERVITUTO TURĖTOJO TEISES

Mūsų žemės sklypas ribojasi su ežeru. Turime 65 m ežero pakrantės. Kaimyno sklypas iki ežero neprieina. Kaimynas turi tik keliuko iki ežero servitutą. Tačiau mūsų pakrantėje ėmė laikyti valtį, pastatė tiltą, jį pritvirtino prie kranto. Visa tai padarė nesuderinęs su mumis. Mes jau nesuprantame, kas yra pakrantės savininkas. Gal servitutinėje žemėje galima visiems daryti, ką nori? Kaip mums elgtis?

LR civilinio kodekso 4.112 str. „Servituto turinys“ nustatyta, kad servitutu suteikiamos servituto turėtojui konkrečios naudojimosi konkrečiu svetimu daiktu teisės arba atimamos iš tarnaujančiojo daikto savininko konkrečios naudojimosi daiktu teisės. Taigi pirmiausia išsiaiškinti

kite, kokias teises jūsų sklype nustatytas servitutas suteikia servituto turėtojui, tuomet galėsite reikalauti, kad jūsų kaimynas jam suteiktu servitutu naudotųsi pagal servitutą suteikiamas teises.

Kodekso 4.113 str. „Servituto teisių įgyvendinimas“ teigiama, kad servituto suteikiamos teisės

turi būti įgyvendinamos pagal tikslingą paskirtį, kad būtų kuo mažiau nepatogumų tarnaujančiojo daikto savininkui. Servituto turėtojas, įgyvendindamas servitutą suteikiamas teises, privalo nepažeisti kitų savininkų teisių. Tad, jeigu kaimynas pažeidžia jūsų, kaip žemės sklypo savininko,

teises, turite teisę jas ginti. Visų pirma siūlau jums pasikalbėti su kaimynu, o jeigu nepavyks šio klausimo išspręsti abiem šalims priimtinu būdu, pažeistas teises galėsite ginti teisme. Tuomet prašysite nugriauti be jūsų leidimo pastatytą tiltą ir uždrausti pakrantėje laikyti valtį.

ANŪKAI PAVELDĖS MOČIUTĖS TURTA KARTU SU DĖDĖMIS IR TETOMIS

Esu našlė, mano vyras mirė prieš 7 metus. Anyta (aš ją prižiūriu) tuo metu parašė testamentą, kad butas po jos mirties atitektų man. Tačiau neseniai man buvo diagnozuota onkologinė liga. Kaip būna tais atvejais, kai paveldėtojas miršta anksčiau nei parašęs testamentą jo naudai asmuo? Būtų paprasta, jei anyta galėtų perrašyti testamentą. Tačiau ji per tuos metus pasiligojo, dažnai nušneka, todėl notaras naujo testamento tikriausiai nepatvirtintų. Kam atitektų anytos turtas, jei aš mirčiau anksčiau už ją, – jos seseriai, jeigu dar būtų gyva, mano vaikams, kitiems asmenims ar valstybei?

Jeigu atsitiktų taip, kad mirtumėte anksčiau už testatorę, jos turtas būtų paveldimas pagal įstatymą. Jūs neparašėte, ar minėtų vaikų susilaukėte su anytos sūnumi ar ne, todėl paminišiu abu galimus paveldėjimo variantus.

Lietuvos Respublikos civilinio

kodekso 5.12 straipsnyje „Paveldėjimas atstovavimo teise“ nustatyta, kad palikėjo vaikai ir provaikai paveldi pagal įstatymą kartu su paveldinčiais atitinkamai pirmos arba antros eilės įpėdiniais, jeigu palikimo atsiradimo metu nebėra gyvo to iš jų tėvų, kuris būtų buvęs įpė-

dinis. Jei lygiomis dalimis paveldi tą dalį, kuri būtų priklausiusi mirusiam jų tėvui ar motinai paveldint pagal įstatymą. Taigi, jei jūsų vaikai yra testatorės vaikai, po jos mirties jie turės teisę priimti palikimą kartu su gyvais dėdėmis ir tetomis, jeigu jų yra. Jei jūsų vyras buvo vienin-

telis vaikas, tuomet po močiutės (anytos) mirties visą jos turta turės teisę paveldėti jūsų vaikai.

Jeigu jūsų vaikai nėra testatorės anūkai, tuomet po anytos mirties jos turtas atiteks jos įpėdiniais pagal įstatymą – seseriai ar sesers vaikams, jei nebus artimesnės eilės giminaičių.

Kokį penktadienį renkamės – Juodąjį ar nepirkimo?

Iš visų pusių jau trimituojama apie „svarbiausią“ lapkričio įvykį: artėja Juodasis penktadienis, didžiausių nuolaidų diena. Besaikio ir beprasmiško pirkimo priešininkai lapkričio 29-ąją, šiemet sutampančią su Juoduoju penktadieniu, skelbia Nieko nepirkimo dieną ir kviečia apgalvoti savo pirkimo įpročius. Ką rinksimės?

Rasa ŽEMAITIENĖ

Juodasis penktadienis atkeliaavo iš Jungtinių Amerikos Valstijų, kur vyksta penktadienį po Padėkos dienos, švenčiamos ketvirtąjį lapkričio ketvirtadienį. Tradiciškai ši diena laikoma kalėdinių dovanų pirkimo sezono pradžia.

Nieko nepirkimo diena prasidėjo nuo menininko Tedo Deivo iš Vankuverio (Kanadoje) inicijuotos akcijos, kuria siekta atkreipti dėmesį į perdėtą vartotojiškumą, jo žalą planetai ir socialinei aplinkai. Dabar Nieko nepirkimo dieną žmonės raginami ne tik nieko nepirkti, bet ir dalyvauti mainų mugėse – pasidalyti nereikalingais daiktais, drabužiais ir maisto produktais.

Atsispirti sunku

Vis dėlto, kai žmonės raginami nepirkti kaip tik tuo metu, kai įsibėgėja kalėdinių dovanų paieškų karštligė, mažina pasiryžimą mažiau vartoti. Nepirkti šiuo metu, maža to, siūlant nuolaidų, atrodo per didelis iššūkis silpnai žmogaus prigimčiai. Tiesa, yra ir gera žinia – Lietuvoje nuolaidos nėra tokios didelės ir Juodasis penktadienis tampa daugiau jo idėją palaikančiųjų tradicija nei

tikru nuolaidų penktadieniu, priešingai nei, pavyzdžiui, Amerikoje, kur prekybos tinkluose dėl smarkiai nukainotų prekių net kyla muštynių, dūžta iš rankų slystantys televizoriai, neatlaiko vitrinų.

Tačiau su perteklinio vartojimo problema jau susiduriame ir mes, ir ne vieną metų dieną. Viena vertus, tai byloja apie gesnę ekonominę šalies padėtį, kita vertus, – apie sąmoningumo trūkumą. Deja, sąmoningumas pats savaime negali atsirasti ir augti. Mums reikia šviestis, nes atsispirti rinkodaros strategijoms labai sunku, jei neturi savo krypties, gyvenimo filosofijos ir, užuot rinkęsis savarankiškai, tampa puikiu įrankiu kitų rankose. Įdiegta ir puoselėjama manija pirkti lemia, kad kiti uždirba pinigus atimdami juos iš mūsų.

Vartojimo evoliucija

Aplinkosauginio švietimo organizacijos „Po bangom“ bendrąjį kūrėję, aplinkos ekonomikos doktorantė Rimantė Balsiūnaitė teigia, kad apskritai vartojimas nėra blogas dalykas. Jis skatina

bužius, nemėto maisto ir gyvena kukliai“, – pastebėjimais dalijasi pašnekovė ir priduria, kad padėtis Lietuvoje dar nėra pati blogiausia.

Noras būti laimingiems

Beveik iki XX a. vidurio dauguma lietuvių gyveno tvariai, sunkiai ir taupiai. Niekam nereikėjo aiškinti, kad gero daikto negalima išmesti ar keisti nauju, ką jau kalbėti apie maistą – jo dažnai dar ir pritrūkdavo. Vėliau patyrėme sovietinius deficito laikus, kai įvairių prekių labai stigo. Atkūrus nepriklausomybę ir skleidžiantis laisvajai rinkai – puiku arba deja – atsirado ir prekių, ir pinigų perteklius ir pranyko saikas – manėme turį teisę atsigauti po to prievartinio susilaikymo.

Gerovei vis augant, XXI a. įsijeiame į perteklinio vartojimo kultūrą, tapome aktyviais jos dalyviais. Taigi pasidžiaugę, kad turime prekių ir esame mokūs, kaip ir didžioji dalis išsivysčiusio pasaulio, dabar turime sugrįžti prie tausojimo, ekologiško gyvenimo ir tvaraus vartojimo pamokų, kad žmogiškosios silpnybės neįveiktų mūsų valios.

„Vartojimas visada suaktyvėdavo, vos žmonės pradėdavo geriau gyventi, pavyzdžiui, Vakarų Europoje po pramonės revoliucijos. Ir tai suprantama: kuo labiau didėja žmonių perkamoji galia, tuo daugiau jie sau leidžia. Kuo turtingesnė visuomenė, tuo daugiau perka ir išmeta. Viena iš priežasčių – labai paprasta ir net įrodyta tyrimais: naujo daikto įsigijimas sukelia trumpalaikę laimę. Išsiskiria dopamino – laimės hormono, mes gerai jaučiamės ir norime tai pakartoti vis pirksdami. Perteklinį vartojimą šiandien iš tiesų galima sieti su noru būti laimingam, tai – savotiška priklausomybė. Juo labiau kad yra, kas mums padeda tai pasiekti“, – dėsto pašnekovė.

Pasak R. Balsiūnaitės, yra labai daug gamintojų, kurie siūlo gražius, pigius, bet prastos kokybės drabužius. Taip sukuriama galimybė netgi labai mažiai lėšų turinčiam žmogui kiekvieną dieną apsigalvoti ką nors naujo, džiaugtis, jaustis laimingam, pasikelti savivertę, po kelių savačių išmesti ir vėl pirkti. Šitai augina mažiškas tekstilės atliekų problemas.



Aplinkosauginio švietimo organizacijos „Po bangom“ bendrąjį kūrėję Rimantė Balsiūnaitė pabrėžia, kad perteklinis vartojimas lemia daug atliekų, resursų praradimų ir aplinkosaugos problemų. Asmeninio albumo nuotr.

mūsų ekonomikos augimą, kuria darbo vietas ir prisideda prie visuomenės gerovės. Tačiau perteklinis vartojimas, kai mums visko užtenka, bet, praradus saiką, reikia vis daugiau ir daugiau, tampa didele problema.

„Perteklinis vartojimas sukuria daug atliekų, lemia daug resursų praradimų ir aplinkosaugos problemų. Vartojimo įpročiams didelę įtaką daro visuomenės gerovės lygis. Paprasčiausias pavyzdys – maistas. Jo gerai gyvenančiose šalyse iššvaistoma labai daug. Esu gyvenusi dešimtyje pasaulio šalių ir, pavyzdžiui, Australijoje pastebėjau tendenciją, kad kavinėse žmonės užsisako labai daug maisto, jo nesuvalgo, bet niekada neprašo neštis namo, taigi jo išmetama tiesiog tonų tonos. Australai taip pat nelinkę užsiūti menkiausias skylutės džinsuose – perka naujus. O štai Filipinuose, kur žmonės visko turi nedaug, perka tiek, kiek reikia, taisy dra-



Juodieji penktadieniai skatina ne tik besaikį pirkimą, bet ir konfliktus bei peštynes

Įsisenėję įpročiai

Taigi kas galėtų motyvuoti atsisakyti perteklinio vartojimo, kad ir drabužių? Pašnekovės teigimu, turėtų tiesiog pasikeisti žmonių įpročiai ir kadaise sukurtos taisyklės.

„Jei žmonės pagaliau suprastų, kad įsigyti vieną gerą ir brangų megztinį, tarnausiantį kelerius metus, yra geriau nei nusipirkti keletą pigių ir prastų, padėtis pradėtų keistis. Tačiau jie nelinkę investuoti daug pinigų į vieną daiktą, be to, ši nuostata sumaniai palaikoma. Greitoji moda kviečia atsinaujinti, atrodyti madingai, stilingai, neiti su ta pačia suknele į kelis vakarėlius ir t. t. Todėl manau, kad, norint mažinti perteklinį vartojimą, žmonės turėtų labiau vertinti kokybę, nepasiduoti tam tikroms tendencijoms ir pasvarstyti, ar gyvenime iš tiesų taip svarbu kiekvieną dieną vilktis vis kitus drabužius, ar priimtinau turėti vieną kokybišką megztinį ir dėvėti jį ne vieną dieną, o tris dienas per savaitę. Arba galbūt verta paieškoti kitų dopamino šaltinių?“ – atkreipia dėmesį „Po bangom“ bendrąjūrė.

Laimės šaltinių – ne vienas

R. Balsiūnaitė pabrėžia, kad pasijusti laimingam galima ką nors kuriant, domintis nauja veikla ar renginiu, pagaliau – sportuojant. Nusipirkti labai paprasta, bet kiek kartų po to esame pagalvoję, kad gal nelabai mums to reikėjo. Kitas svarbus momentas – kiekvienam iš mūsų praverstų rasti ištakas, kurios padėtų atsakyti į klausimus, kodėl man tiek daug visko reikia, ko man trūksta ir ką aš tuo kompensuoju? Galbūt atsakymai panaikintų norą nuolatos ką nors pirkti?

Antra vertus, pašnekovė džiaugiasi kita labai ryškia šiandienos tendencija: gana daug žmonių jau priešinasi vartojimui, rūpinasi aplinka, domisi klimato kaitos priežastimis, stengiasi gyventi sąmoningiau ir pirkti mažiau. Ir tai vyksta visame pasaulyje, ypač tarp jaunų, šviestis linkusių asmenų. Be to, vis dažniau atsi- gręžiama į žiedinę ekonomiką, jos pakilimas irgi itin juntamas. Tačiau, pasak R. Balsiūnaitės, ir žiedinė ekonomika – ne panacėja, nes ne viską galima perdirbti ir atliekos neišvengiamai kaupiasi.



Pasak Kauno regiono atliekų tvarkymo centro direktoriaus Lauryno Virbicko, viena didžiausių atliekų tvarkymo problemų – plastiko pakuočių perdirbimo pajėgumų trūkumas

Mokomės gyventi geriau

Atliekų sukeliamas problemas puikiai išmano ir Lietuvos regioninių atliekų tvarkymo centrų asociacijos viceprezidentas, Kauno regiono atliekų tvarkymo centro direktorius Laurynas Virbickas. Jo teigimu, deja, lygio, kad atliekų kiekis pradėtų mažėti, mes dar nepasiekėme, nors rūšiuojame jau kur kas geriau ir kur kas daugiau. „Vis dėlto dar nesame skandinavai. Ten komunalinių atliekų susidarymas pamažu ėmė mažėti. Mes dar tik mokomės gyventi geriau, vis dar daug vartojame ir atliekų daugėja. Net tyrimais įrodyta, kad bendrojo vidaus produkto vienam asmeniui ir susidarančių atliekų ryšys yra tiesioginis. Beje, nedaug kas žino, kad Lietuvoje per metus susidaro daugiau kaip milijonas tonų komunalinių atliekų, trečdalis jų panaudojama energijai gauti, trečdalis kompostuojama, o likusi dalis surūšiuojama arba keliauja į sąvartynus. Kita vertus, nėra taip blogai: visuomenė tampa sąmoningesnė, atliekos vis dažniau nukeliauja ten, kur reikia“, – dėsto L. Virbickas.

Mūsų šalyje įrengtos stambiųjų ir žaliųjų atliekų surinkimo aikštelės, taromatų sistema beveik išsprendė vizualinės taršos problemą – matome švaresnes pakeles ir švaresnius miestus. Taromatų sistema surenka daugiau kaip 90 proc. į rinką išleistos gėrimų taros. Kita dalis nukeliauja į pakuočių atliekų konteinerius ar kartu su mišrių komunalinių atliekų srautu atrenkama mechaninio biologinio apdorojimo įrenginiais. „Taigi atskirai surenkamų atliekų kiekis auga,

tiesa, ne tiek, kad pasiektume užsibrėžtus tikslus, bet padėtis nėra bloga“, – tvirtina Lietuvos regioninių atliekų tvarkymo centrų asociacijos viceprezidentas.

Viena iš didelių problemų, kalbant apie atliekų tvarkymą, pašnekovas įvardija plastiko pakuočių perdirbimo pajėgumų trūkumą. Pasirodo, labai dažnai tai, kas yra plastiko pakuočių konteineriuose, būna neperdirbamos medžiagos, o tos pakuotės, kurios bent jau teoriškai galėtų būti perdirbamos, patenka ir į mišrių atliekų konteinerius, susimaišo su organinėmis atliekomis ir taip pat tampa netinkamos perdirbti. „Nuo to nepabėgsi, žmonės dar nerūšiuoja idealiai ir kažin ar kada nors rūšiuos. Antra vertus, kai kur konteinerių dar tik randasi, tad nėra rūšiavimo įpročių. Manychiau, reikia, kad pasikeistų karta, praeitų maždaug 20 metų nuo tam tikrų įpročių formavimo pradžios, ir tik tuomet tikėtina, kad bus matomi akivaizdūs pokyčiai ir geri skaičiai“, – svarsto L. Virbickas.

Tekstilės atliekų tvanas

Prakalbus apie perteklinį vartojimą, pašnekovas pritaria, kad tekstilės atliekų kiekis tikrai šokiruoja – skaičiuojama, kad 2020 m. Europos Sąjungoje susidarė apie 6,95 mln. tonų šių atliekų, t. y. apie 16 kg vienam asmeniui: 4,4 kg buvo surinkta atskirai pakartotinai naudoti ir perdirbti, o 11,6 kg atsidūrė mišrių buitinių atliekų konteineriuose. Vidutinis tekstilės atliekų surinkimo lygis Europoje siekia tik 12 proc., taigi kitos patenka į mišrias komunalines atliekas. Iš visų Europos Sąjungos šalių Lietuva pagal tekstilės atliekų, atsiduriančių mišrių komunalinių atliekų konteineriuose, kiekį užima ketvirtą vietą – daugiau tokių atliekų fiksuojama tik Airijoje, Kipre ir Ispanijoje.

Dabar Lietuvoje surenkama tekstilė, pasak pašnekovo, tvarkoma įvairiai. Dalis jos parduodama pakartotinai naudoti Lietuvos ir užsienio rinkose, natūralios ir geros medžiagos perdirbamos ir naudojamos iš naujo, o didžioji dalis tekstilės atliekų sudeginama, ir tai taip pat laikoma efektyviu tvarkymo būdu. Tiesa, jau nuo kitų metų

tekstilės atliekų rūšiavimo tvarka keisis ir į tekstilės konteinerius taip pat bus galima mesti pakartotinai naudoti nebetinkamą tekstilę, avalynę ir pan.

Žinoma, visa tai – tvarkymosi su mūsų pertekliniu vartojimu pastangos ir būdai. Būtų daug paprasčiau, jei kiekvienas vartotojas prisimintų, kad vieniems džinsams pagaminti sunaudojama 7 tūkst., o medvilniniams marškinėliams – 2,7 tūkst. litrų vandens, ir realiai įvertintų savo poreikius.

Nuo mažų žingsnių

„Gera žinia ta, kad Europoje netrukus turėtų atsirasti žaliųjų smegenų plovimo (angl. *greenwashing*) draudimas. Turės būti uždrausti visi triukai su žaliais atspaudėliais, etiketėmis, ženkliais ir pan., vartotojams neva bylojančiais, kad įmonė dirba tvariai ir siūlo ekologiškai ar iš natūralių medžiagų pagamintus produktus, kai iš tikrųjų sukuria vieną natūralių audinių gaminių kolekciją ar pasodina keletą medelių. Taigi turėtų likti vos keli tikrą ekologišką veiklą patvirtinantys sertifikatai, o už visa kita bus baudžiama“, – Europos Sąjungos planus atskleidžia L. Virbickas.

Pašnekovas pripažįsta, kad ekonomika visada eis savo keliu, bet tai nelems, kad bus nesvarbios iniciatyvos, skatinančios mažiau vartoti, daugiau rūšiuoti ir tvariau gyventi. Visi dideli dalykai prasideda nuo mažų, o maži – nuo mūsų elgesio.

Štai ne už kalnų – Kalėdos ir kyla noras nudžiuginti save ir savo artimuosius naujais pirkiniais, dovanomis. Tačiau ar tikrai visko reikia tiek daug? Sustokime ir paklauskime savęs – kuo nudžiugintume savo sielą?



Akys nemato – širdis neskauda, bet tekstilės atliekos virsta štai tokiais kalnais. EPA-Eltos nuotr.

Savarankiškai dirbantiems vaiko priežiūros išmokos nemažinamos

„Sodros“ valdybos duomenimis, šių metų rugsėjį vaiko priežiūros išmokos buvo mokamos 31,7 tūkst. gavėjų, o vidutinis išmokos dydis sudarė 798,6 euro. Siekdami sumažinti dėl vaiko priežiūros prarastas pajamas, dalis tėvų yra linkę vaiko auginimą derinti su darbu. Ką apie tai reikėtų žinoti?

Dr. Antanas PETRAUSKAS, socialinių problemų analitikas



2023 m. 90 proc. vaiko priežiūros išmokų gavėjų buvo moterys

Iš „Sodros“ biudžete motinystės socialiniam draudimui vykdyti skirtų lėšų šios rūšies draudimu apdraustiems asmenims yra mokamos dėl motinystės, tėvystės ar vaiko priežiūros prarastos pajamos ar dalis jų, t. y. motinystės, tėvystės ir vaiko priežiūros išmokos.

2025 m. „Sodros“ biudžete motinystės socialiniam draudimui vykdyti numatyta 503 mln. 373 tūkst. eurų, t. y. 36,6 mln. eurų, arba 7,8 proc., daugiau negu šiemet. Šios sąnaudos sudarys 6,4 proc. visų „Sodros“ biudžeto išlaidų. Iš jų vaiko priežiūros išmokoms mokėti prognozuojama panaudoti 360 mln. 715 tūkst. eurų, t. y. 27,3 mln. eurų, arba 8,2 proc., daugiau nei šiais metais.

Manoma, kad kitąmet vaiko priežiūros išmokų gavėjų skaičius, šalyje ir toliau mažėjant gimstamumui, bus 31,1 tūkst., t. y. 2,5 tūkst., arba 7,4 proc., mažesnis nei šiemet.

Išmokos dydis ir mokėjimo trukmė

Vaiko priežiūros išmokų skyrimo, apskaičiavimo ir mokėjimo sąlygas nustato Ligos ir motinystės socialinio draudimo įstatymas, o jų praktinį įgyvendinimą – Ligos ir motinystės socialinio draudimo išmokų nuostatai. Teisę gauti vaiko priežiūros išmoką turi motinystės socialiniu draudimu apdraustas vienas iš vaiko tėvų (įtėvių) ar globėjas, ar vienas iš vaiko senelių, iki pirmosios vaiko priežiūros atostogų dienos turintis ne trumpesnę kaip 12 mėnesių per paskutinius 24 mėnesius motinystės socialinio draudimo stažą.

Vaiko priežiūros išmokos skaičiuojamos ir mokamos bei pajamos už darbą, atliktą iki pirmosios vaiko priežiūros atostogų dienos, nustatomos pagal Apdraustųjų valstybinio socialinio draudimo išmokų gavėjų registro duomenis. Teisę gauti tokią išmoką turinčiam asmeniui ji mokama nuo nėštumo ir gimdymo atostogų pabaigos, kol vaikui sueis 18 arba 24 mėnesiai.

Tuomet, kai apdraustasis pasirenka gauti vaiko priežiūros išmoką, kol vaikui sueis 18 mėnesių, šios išmokos dydis yra 60 proc. jos gavėjo kompensuojamojo uždarbio dydžio. Nurodytu vaiko priežiūros išmokos mokėjimo laikotarpiu kiekvienas iš vaiko tėvų (įtėvių) ar globėjų, išskyrus senelius, turi teisę į neperleidžiamas dvi mėnesių trukmės vaiko priežiūros atostogas. Jų metu vaiko priežiūros išmokos dydis siekia 78 proc. šios išmokos gavėjo kompensuojamojo uždarbio

dydžio. Svarbu nepamiršti, kad kai vienas iš vaiko tėvų (įtėvių) ar globėjų nepasinaudoja neperleidžiamais mėnesiais, jie negali būti naudojami kito iš tėvų. Tokiu atveju vaiko priežiūros išmokos mokėjimo laikotarpis sutrumpėja nepasinaudotu laikotarpiu.

Pasirinkus gauti vaiko priežiūros išmoką, kol vaikui sueis 24 mėnesiai, šios išmokos dydis, kol vaikui sueis 12 mėnesių, sudarys 45 proc. išmokos gavėjo kompensuojamojo uždarbio dydžio, o nuo 12 mėnesių, kol vaikui sueis 24 mėnesiai, – 30 proc. išmokos gavėjo kompensuojamojo uždarbio. Šiuo atveju taip pat galioja minėta teisė į neperleidžiamas dvi mėnesių trukmės vaiko priežiūros atostogas ir tokia pati mokėjimo už jas tvarka.

Ligos ir motinystės socialinio draudimo įstatymo nustatyta, kad maksimalus kompensuojamasis uždarbis vaiko priežiūros išmokoms apskaičiuoti negali viršyti 2 šalis vidutinių mėnesinių bruto darbo užmokesčių, įtraukiant ir individualių įmonių darbo užmokesčio duomenis, galiojusių užpraeitą ketvirtį iki teisės gauti vaiko priežiūros išmoką atsiradimo dienos, dydžio. Na, o kompensuojamasis uždarbis apskaičiuojamas pagal apdraustojo asmens draudžiamąsias pajamas, turėtas per paeilui einančius 12 kalendorinių mėnesių, buvusių iki praeito kalendorinio mėnesio prieš teisės gauti vaiko priežiūros išmoką atsiradimo mėnesį. Minimalus kompensuojamasis uždarbis vaiko priežiūros išmokoms apskaičiuoti negali būti mažesnis už minimaliąją mėnesinę algą, galiojančią tokios išmokos gavimo mėnesį.

Gaunamų pajamų įtaka

Vaiko priežiūros išmokos gavėjui gaunant pajamų, nuo kurių skaičiuojamos motinystės socialinio draudimo įmokos, ar iš tuo metu vykdomos darbinės veiklos gaunant pajamų, kurios pagal Valstybinio socialinio draudimo įstatymą nėra laikomos draudžiamosiomis pajamomis (11 str.), vaiko priežiūros išmokos dydis gali sumažėti.

Tuo atveju, kai vaiko priežiūros išmokos gavėjas, išskyrus neperleidžiamą dvi mėnesių trukmės laikotarpį, turi pajamų, nuo kurių skaičiuojamos motinystės socialinio draudimo įmokos, ar tuo metu gauna ne draudžiamųjų pajamų, ar gauna iš „Sodros“

VAIKO PRIEŽIŪROS IŠMOKŲ VIDUTINIAI MĖNESINIAI DYDŽIAI IR GAVĖJŲ SKAIČIUS 2010–2024 M.

	2010 m.	2011 m.	2012 m.	2013 m.	2014 m.	2015 m.	2016 m.	2017 m.	2018 m.	2019 m.	2020 m.	2021 m.	2022 m.	2023 m.	2024 m. rugsėjis
Gavėjų skaičius (tūkst.)	47,8	43,9	38,8	35,6	36,2	38	41,1	42,7	42,4	37,9	36,9	35,6	34,9	33,6	31,7
Moteryų	44,2	40,8	35,9	31,5	29,9	30,2	32,2	33	32,3	28,8	27,9	27	26,4	24,8	25,6
Vyrų	3,6	3,1	2,9	4,1	6,3	7,8	8,9	9,7	10,1	9,1	9	8,6	8,5	8,8	6,1
Vidutinis mėnesinis išmokos dydis (Eur)	601,7	509,3	441,0	354,0	340,6	349,5	359,0	374,9	454,3	498,7	542,2	587,2	653,0	752,5	798,6

Parengta pagal „Sodros“ valdybos duomenis

biudžeto lėšų mokamas kitų rūšių socialinio draudimo išmokas ir jam paskirtos vaiko priežiūros išmokos ir atitinkamą mėnesį apskaičiuotų pajamų ir (ar) išmokų suma neviršijo jo vieno vidutinio mėnesinio kompensuojamojo uždarbio, apriboto minimaliu (t. y. ne mažesniu negu minimalioji mėnesinė alga) ir maksimaliu (t. y. didesniu negu 5 šalies vidutinių mėnesinių bruto darbo užmokesčių suma) kompensuojamojo uždarbio dydžiais, dydžio arba yra jam lygi, gavėjui mokama viso dydžio vaiko priežiūros išmokos gavėjui yra mokamas jo vidutinio mėnesinio kompensuojamojo uždarbio, apriboto nurodytais dydžiais, ir apskaičiuotų draudžiamųjų ir nedraudžiamųjų pajamų ir (ar) išmokų skirtumas.

Jeigu vaiko priežiūros išmokos gavėjas neperleidžiamu laikotarpiu gauna minėtų pajamų ir (ar) išmokų ir jų dydis yra mažesnis už vaiko priežiūros išmoką, jam mokamas vaiko priežiūros išmokos ir atitinkamą mėnesį apskaičiuotų pajamų ir (ar) išmokų skirtumas. Priešingu atveju vaiko priežiūros išmoka nemokama. Šios dvi nuostatos papildomos dviejų mėnesių trukmės vaiko priežiūros atostogų dalies laikotarpiu netaikomos vaiką auginant vienam iš tėvų (įtėvių) ar globėjų.

Verta žinoti, kad mokant vaiko priežiūros išmokas neatsižvelgiama į savarankiškai dirbančių ir meno kūrėjo statusą turinčių asmenų pajamas, gautas vykdant tokią veiklą. Beje, visais atvejais vaiko priežiūros išmoka per mėnesį negali būti mažesnė už 8 bazines socialines išmokas. Šiemet tai sudaro 440 (8 × 55) eurų.

Skyrimo ir mokėjimo ypatumai

Vaiko priežiūros išmoka skiriama ir mokama nuo teisės gauti šią išmoką atsiradimo dienos, jeigu dėl jos skyrimo kreipiamasi į bet kurį „Sodros“ valdybos teritorinį skyrių ne vėliau kaip per 12 mėnesių nuo laikotarpio, už kurį asmuo turi teisę gauti išmoką, pabaigos. Sprendimui dėl išmokos skyrimo priimti skirta 10 darbo dienų. Apie sprendimą pareiškėjas informuojamas per vieną darbo dieną nuo jo priėmimo. Išmokos neskyrimo atveju sprendimo nuoraše nurodoma neskyrimo priežastis ir sprendimo apskundimo tvarka.

Įsigaliojus Valstybės duomenų agentūros paskelbtam šalies vidutiniams mėnesiniams bruto darbo užmokesčiui, kiekvieną ketvirtį be atskiro prašymo yra perskaičiuojami vaiko priežiūros išmokų dydžiai. Šių metų IV ketvirtį minėtoms išmokoms apskaičiuoti taikomas 2 183,60 euro dydžio vidutinis mėnesinis bruto darbo užmokestis (įtraukiant

ir individualių įmonių darbo užmokesčio duomenis) šalies ūkyje. Dėl to maksimali vaiko priežiūros išmoka, pasirinkus išmoką gauti, kol vaikui sueis 18 mėnesių, padidėjo beveik 42 eurai, t. y. iki 2 620,32 euro, per mėnesį, o šeimai pasirinkus gauti vaiko priežiūros išmoką, kol vaikui sueis 24 mėnesiai, maksimali mėnesio išmoka, kol vaikui sueis 12 mėnesių, sudarys 1 965,24 euro, o nuo 12 mėnesių, kol vaikui sueis 24 mėnesiai, – 1 310,16 euro. Na, o neperleidžiamais mėnesiais didžiausia mėnesio vaiko priežiūros išmoka bus lygi 3 406,42 euro, t. y. 55 eurai didesnė nei praėjusį šių metų ketvirtį.

Europos Sąjungai priėmus direktyvą dėl tėvų ir prižiūriniųjų asmenų profesinio ir asmeninio gyvenimo pusiausvyros, nuo 2023 m. sausio 1 d. tiek tėčiui, tiek mamai yra būtinas neperleidžiamas dviejų mėnesių trukmės vaiko priežiūros atostogų laikotarpis. Deja, tėčiai ne itin aktyviai naudojami tokia jiems suteikta teise – 2023 m. 90 proc. vaiko priežiūros išmokų gavėjų buvo moterys, o neperleidžiamais vaiko priežiūros atostogų mėnesiais pasinaudojo ir vaiko priežiūros išmokas gavo 1 340 vyrų.

Vaiko priežiūros išmokų gavėjams paskirtos išmokos mokamos už praėjusį mėnesį ne anksčiau kaip mėnesio 15 dieną ir ne vėliau kaip paskutinę mėnesio dieną.

Reklama



AKINIŲ KOMPLEKTAS

VISKAS ĮSKAIČIUOTA:

- REGOS PATIKRA
- AKINIŲ RĖMELIAI – 12,5 €
- AKINIŲ LĘŠIAI – 55 €
- GAMYBA – 10 €

~~55 €~~ +
77,5 €



DOVANA
AKINIAI NUO SAULĖS
IKI 20 € VERTĖS

Susigrąžinkite šypsena iki Kalėdų: pažangūs sprendimai prarastiems dantis atkurti

Pažvelgę į žmogų, pirmiausia pastebime jo šypsena. Turintieji sveikus dantis ir dailią šypsena yra ne tik patrauklesni, bet ir labiau pasitiki savimi, jiems geriau sekasi įvairiose gyvenimo situacijose. O nesveiki dantys ar jų trūkumas atrodo neestetiskai, mažina žmogaus savivertę, o suprastėjusi kramtymo funkcija ilgainiui gali nulemti ir rimtas sveikatos problemas.

Visgi, nemažai dantų netekusių žmonių vis dar delsia kreiptis į gydytojus baimindamiesi, kad dantų atkūrimas bus skausmingas, truks ilgai ir pareikalaus didelių išlaidų. Tačiau TT klinikos implantuojantis gydytojas odontologas Marius Damaševičius sako, kad odontologijai sparčiai tobulėjant gydymas tampa ne tik greitesnis, mažiau invazyvus, bet ir kainuoja pigiau. Dėl šiuolaikinių skaitmeninių technologijų dabar dantų atkūrimo procesas vyksta itin tiksliai ir sklandžiai, todėl vieno ar kelių dantų atkūrimas daugeliu atvejų užtrunka vos 12 valandų, o visi dantys gali būti atkurti vos per vieną parą. Inovatyvūs metodai leidžia ne tik greitai sugrąžinti estetišką, natūraliai atrodančią šypsena – ant implantų atkurti dantys yra stabilūs, patogūs ir tinkamai prižiūrėti gali tarnauti neribotą laiką.

KAS NUTINKA NEATKURIANT PRARASTŲ DANTŲ

Pasak pašnekovo, dantis žmonei praranda dėl įvairių priežasčių. Jų netekimą gali paskatinti netinkama burnos ertmės priežiūra, laiku negydomas ir į dantų šaknų uždegimus pereinantis ėduonis, dantenų ligos, įvairios traumos.

Gydytojas odontologas pabrėžia, kad praradus dantis labai svarbu neatidėlioti jų atkūrimo: „Netekus dantų, ima nykti žandikaulio kaulas, krypsta kiti dantys, todėl sunku užtikrinti kokybišką jų priežiūrą ir ilgainiui galima netekti ir jų. Susiduriama ir su kitomis sveikatos problemomis – netaisyklingu sąkandžiu, sutrikusia kramtymo funkcija, virškinimo problemomis, silpstančiu imunitetu.“ Taigi, atkūrus prarastus dantis, galima išvengti

ne tik estetinių, bet ir įvairių sveikatos problemų.

KIEKVIENAS DANTIS YRA SVARBUS

Marius Damaševičius sako, kad neretai tenka susidurti su klaidingu požiūriu, jog svarbu atkurti tik prarastus priekinius dantis. „Tačiau tai svarbu padaryti ir tada, jeigu trūkstamas dantis yra krūminių dantų srityje ir nėra matomas aplinkiniams. Paprastai kiekvienas žmogus turi 32 nuolatinis dantis. Šis skaičius turėtų išlikti nepakitęs visą gyvenimą, nes net ir netekus vieno danties ir jo neatkūrus laiku vyksta negrįžtami pokyčiai“, – aiškina gydytojas odontologas.

Atkuriant nepagydomai pažeistą dantis, daugeliu atvejų taikomas vienmentės implantacijos metodas – į pašalinto danties vietą iš karto sriegiamas implantas. Tada dantis skenuojamas ir jo duomenys siunčiami į laboratoriją. Ten per 12 valandų pagaminamas danties vainikėlis, kuris iš karto pritvirtinamas ant implanto. „Ši metodika leidžia reikšmingai sutrumpinti danties atkūrimo trukmę, o pacientui užtikrina mažesnę stresą, diskomfortą ir išlaidas“, – sako dantų implantacijos specialistas.

VISI PRARASTI DANTYS ATKURIAMI VOS ANT 4 IMPLANTŲ, BE KAULO PRIAUGINIMO

Daugumos arba visų dantų netekusiems pacientams dar visai neseniai buvo siūlomi silpnai besilaikantys, gomurį žeidžiantys ir nuo žandikaulio kaulo nykimo neapsaugantys išimami dantų protezai. Tačiau dabar galima rinktis kur kas patikimesnį būdą – unikalų dantų atkūrimo metodą „Visi ant keturių“.

Šis gydymo metodas leidžia



Odontologijos ir estelinės medicinos centras



Atvirų durų dienos

📅 **Gruodžio 1–31d.* kviečiame į**

NEMOKAMĄ KONSULTACIJĄ

*vietų skaičius ribotas

- ✓ papasakosime apie Jūsų dantų atkūrimo galimybes;
- ✓ supažindinsime su naujausiomis technologijomis;
- ✓ atliksime išsamią apžiūrą;
- ✓ dovanosime išskirtines nuolaidas ir pasiūlymus.
- ✓ atsakysime į visus Jums rūpimus klausimus;

Registruokitės nemokamai konsultacijai

- ☎ +370 605 88 889
- 📍 Pavilnionių g. 34, Vilnius
- 🌐 www.ttklinika.lt



Marius Damaševičius
implantuojantis gyd.
odontologas

atkurti visus vieno žandikaulio dantis vos ant 4 implantų. „Prieš pradėdam dantų atkūrimą atliekamas nuodugnus paciento ištyrimas ir gydymas kruopščiai suplanuojamas kompiuteryje. Naudojant šį metodą išvengiama kaulo priauginimo – 4 implantai tam tikru kampu sriegiami tose vietose, kuriose kaulo yra daugiausia. Ne vėliau kaip per 24 valandas pagaminami ir ant implantų pritvirtinami laikini dantys, kurie vėliau pakeičiami nuolatiniais. Dėl ilgametės patirties turinčių specialistų, modernios įrangos ir šiuolaikinių skaitmeninių technologijų

dantų atkūrimo procesas mūsų klinikoje vyksta itin tiksliai, sklandžiai ir greitai, o pacientai gali džiaugtis aukščiausios kokybės ilgaamžiais rezultatais“, – dalijasi pašnekovas.

Baigdamas pokalbį gydytojas odontologas M. Damaševičius dar kartą pabrėžia, kad ryžtis dantų atkūrimui tikrai verta. Greitai ir patikimai atkūrus dantis ant implantų fiksuojamais protezais, sugrąžinama ne tik estetiška šypsena. Žymiai pagerėja ir fizinė bei emocinė žmogaus savijauta – jis vėl gali pasitikėti savimi, grįžta noras bendrauti, užsiimti mėgstama veikla.

SIM kortelės – be anonimiškumo

Anoniminės SIM kortelės nebebus anoniminės – nuo 2025 m. pradžios įsigalios reikalavimas visiems išankstinio mokėjimo paslaugas teikiantiems mobiliojo ryšio operatoriams registruoti įsigyjamas SIM korteles. Tiesa, esami vartotojai nepatogumų nepajus.

Ivona JAROSLAVCEVIENĖ

Mobiliojo ryšio operatorius nuo 2025-ųjų registruoti naujas išankstinio mokėjimo SIM korteles Seimas įpareigojo dar 2023 m. pabaigoje. Elektroninių ryšių įstatymo pataisomis nustatyta, kad išankstinio mokėjimo ryšio paslaugos gali būti teikiamos tik asmenims, kurie operatoriams nurodė savo vardą, pavardę, asmens kodą ir adresą, taip pat asmens dokumento tipą, seriją ir numerį. Taip siekiama apriboti nusikalstamą veiklą ir greičiau išaiškinti žmonių apgavystes bei pinigų išviliojimo atvejus, kai SIM kortelėmis naudojasi sukčiai, narkotikų prekeiviai ar kiti nusikaltėliai.

„Vartotojų registraciją taiko daugelis pasaulio bei Europos valstybių. 2021 m. duomenimis, 157 pasaulio valstybės taikė privalomą išankstinio mokėjimo SIM kortelių registraciją. Europoje – 25 iš 46 šalių. Tikimės, kad toks sprendimas prisidės prie nusikalstamumo elektroninėje erdvėje mažinimo ir mūsų šalyje, ypač kai analogiškų veiksmų imsis ir kaimynai“, – sako Darius Kulišius, Ryšių reguliavimo tarnybos tarybos pirmininko pavaduotojas.

Išlieka aktualios

Išankstinio mokėjimo kortelės Lietuvoje – itin populiaros. Šiuo metu trys didžiausi mobiliojo ryšio operatoriai – „Telia“, „Bitė“ ir „Tele2“ – siūlo išankstinio mokėjimo SIM korteles „Ežys“, „Labas“ ir „Pildyk“. Kaip teigia „Telia Lietuva“ atstovas spaudai Audrius Stasiulaitis, išankstinio mokėjimo už telekomunikacijų paslaugas rinka Lietuvoje daug metų išlieka stabili ir aktuali vartotojams. „Iš beveik 1,2 mln. išankstinio mokėjimo SIM kortelių vartotojų „Telia“ valdomam „Ežiui“ tenka daugiau kaip 300 tūkst. SIM kortelių. Vien per pastaruosius metus „Ežio“ pardavimai padidėjo daugiau nei dešimtadaliu“, – pabrėžia pašnekovas.

Pasak A. Stasiulaičio, pagal klientų apklausas, anonimiškumas yra viena iš priežasčių, kodėl klientai renkasi išankstinio mokėjimo paslaugas, bet nepagrindinė. Teigiama, kad klientams svarbu lankstumas ir galimybė mokėti už paslaugas iš anksto, tad šis poreikis net ir atsiradus registracijai neturėtų pasikeisti.

Marta Bogužaitė, bendrovės „Bitė Lietuva“ „Labas“ komandos vadovė, atkreipia dėmesį, kad išankstinio mokėjimo kortelės „Labas“ renkasi įvairių poreikių turintys žmonės.

„Dalis „Labas“ klientų yra vadinamieji geriausios kainos medžiotojai. Jie išankstinio mokėjimo korteles dažnai keičia dairydami geriausio pasiūlymo. Dalis klientų labiausiai vertina „Labas“ paslaugų lankstumą, kai nori visiškai kontroliuoti naudojimosi paslaugomis trukmę, pavyzdžiui, renkasi išankstinio mokėjimo korteles trumpalaikiams poreikiams, keliaudami į Lietuvą. Dar kita dalis klientų įtariai žiūri į bet kokius įsipareigojimus, tad vengia pasirašyti ilgalaikes sutartis. „Labas“ savo vaikams kartais perka tėvai“, – motyvus rinktis išankstinio mokėjimo kortelės vardija pašnekovė.

Registracija – būtina

Vis dėlto, A. Stasiulaičio nuomone, išankstinio mokėjimo SIM kortelių registravimas yra neišvengiamas telekomunikacijų rinkos pokytis, nes kitose rinkose šis dalykas jau kurį laiką privalomas. „Išankstinio mokėjimo SIM kortelių registracija turėtų prisidėti prie geresnio nusikalstamą veiklą vykdančių asmenų identifikavimo ir nusikaltimų skaičiaus mažėjimo“, – tvirtina pašnekovas.

Tiesa, reikėtų turėti galvoje, kad nusikaltėliai greitai prisitaiko prie bet kokių pokyčių. Latvijoje, Estijoje, Danijoje, Airijoje, Suomijoje ir kitose šalyse tokios registracijos prievolės nėra, tad tikėtina, kad sukčiai naudosis kitų šalių išankstinio mokėjimo kortelėmis ar sieks įsigyti lietuviškų antrinėje rinkoje.

Nebus sunku

„Nuo kitų metų nauji „Ežio“ klientai galės nemokamai užsiregistruoti skaitmeniniu būdu – patvirtinti tapatybę per elektroninę banką, mobiliuoju parašu ar „Smart-ID“ ežys.lt savitarnos svetainėje ar programėlėje. Aišku, jie galės tai padaryti ir visuose „Telia“ salonuose. Neturintiesiems tapatybės patvirtinimo per elektroninę banką, mobiliuoju parašu ar „Smart-ID“ galimybės turėsime ir išorinio tiekėjo teikiamą identifikacijos modulį, kur klientą užregistruosime patikrinę jo nufotografuotą asmens dokumentą ir asmenskę“, – aiškina A. Stasiulaitis.

Lankščias galimybes žada ir „Bitė“. „Siekiamo, kad visi nauji „Labas“ klientai korteles galėtų registruoti lengvai ir patogiai visoje Lietuvoje. Klientams sudarysime sąlygas registruoti naujas išankstinio mokėjimo korteles „Labas“ nuotoliniu būdu įprastais



Prievole registruoti išankstinio mokėjimo kortelės tikimasi apsunkinti kriminalinę veiklą

identifikavimo būdais, taip pat bet kuriame „Bitės“ salone visoje šalyje. Tarp nuotolinių identifikavimo būdų bus mobilusis parašas, internetinė bankininkystė, „Smart-ID“, identifikacija biometriniu būdu darant asmenukę ir dokumento nuotrauką, – dėsto M. Bogužaitė.

„Tele2“ viešųjų ryšių vadovė Asta Buitkutė pabrėžia, kad ir „Tele2“ pasirūpino, jog naujiems klientams kortelės registravimo procesas būtų patogus ir paprastas. „Pildyk“ klientams patogiausias, greičiausias ir visiškai nemokamas būdas registruotis bus internetu. Registruojantis internetu savo tapatybę bus galima patvirtinti per interneto banką, „Mobile-ID“, „Smart-ID“ arba nufotografavus savo asmens dokumentą ir pateikus savo asmenukę. Kadangi asmens identifikavimo sistema – tarptautinė, išankstinio mokėjimo kortelės įsigyti Lietuvoje ir savo tapatybę patvirtinti galės ir kitų šalių piliečiai. SIM korteles taip pat bus galima registruoti „Tele2“ salonuose ir kitose fizinėse vietose visoje Lietuvoje. Toks registracijos būdas bus mokamas“, – aiškina pašnekovė.

Esami klientai pokyčių nepajus

Esami „Ežio“ vartotojai gali save identifiukuoti prisijungę prie savitarnos svetainės vadinamoju stipriuoju būdu, t. y. per elektroninės bankininkystės sistemą, mobiliuoju parašu ar „Smart-ID“. Nauji klientai, kurie nepateiks tokių duomenų, paslaugomis naudotis negalės, o esamiems klientams registracijos prievolės nėra, tad jie galės paslaugomis naudotis toliau.

M. Bogužaitė taip pat atkreipia dėmesį, kad reikalavimas registruoti išankstinio mokėjimo SIM korteles bus taikomas tik naujiems klientams. Jau esami klientai „Labas“ paslaugomis galės naudotis be pokyčių.

Pokyčių nebus ir esamiems „Tele2“ klientams – jie ir toliau naudosis anksčiau įsigytais ir aktyvuotais numeriais kaip įprastai.

Atskirtis dėl psichikos sveikatos sunkumų: negailestingi ir kitiems, ir sau

Mes, sveikieji, – dauguma, jie, sergantieji, – pavojingi, mažuma – tokios nuostatos vis dar gajos. Tačiau kalbantieji psichosocialinę negalią turinčių asmenų vardu įsitikinę, kad problema yra ne diagnozė, o kliūtys, kurias sukuria visuomenė.

Teodora RAŠIMAITĖ

Tikriausiai daugelis pastebėjome, kad pastaraisiais metais keičiami tam tikras žmonių patiriamas būklės apibūdinantys terminai, ir tai nėra beprasmiškas žodžių žaidimas. Kaip rašoma Visuotinėje lietuvių enciklopedijoje, terminas – tam tikros žmonių veiklos srities sąvoką pavadinantis specialus žodis. Siekiama, kad terminas būtų vienareikšmis (jo reikšmė tiksliai fiksuota, apibrėžta ir nepriklausoma nuo konteksto), neturėtų sinonimų, papildomų emocinių ar ekspresyvių atspalvių.

Dėl to terminas „psichinė negalia“ keičiamas į terminą „psichosocialinė negalia“, įvardijantį tai, kad žmonės susiduria su sunkumais socialinėje erdvėje, sąveikaudami su socialiniu pasauliu jaučiasi apriboti, jiems tai trukdo atlikti įvairias kasdienes užduotis.

Galime patirti kiekvienas

VšĮ „Psichikos sveikatos perspektyvos“ yra parengusi ataskaitą „Psichikos sveikata, psichosocialinė negalia ir teisė gyventi bendruomenėje: deinstytucionalizacija ir advokacija už pokyčius“. Joje teigiama, kad psichinį ar emocinį distresą tam tikru gyvenimo laikotarpiu patiria kiekvienas žmogus, todėl būtina koncentruotis ne tik į diagnozuotas psichikos ligas, bet ir į psichikos sveikatą apskritai. Sveikatos ir gerovės pokyčių

organizacijos distresą apibrėžia kaip nerimą keliančią ar nemalonią psichinę ar emocinę būseną, pavyzdžiui, baimę, nerimą, depresiją, sumišimą, nuotaikų kaitą, dažnai sumažinančią gebėjimą gyventi kasdienį gyvenimą. Pavyzdžiui, COVID-19 pandemijos metu padaugėjo nerimo sutrikimų, depresijos atvejų, padažnėjo miego problemos. Tai lėmė gyvo bendravimo stoka, išaugęs socialinių medijų naudojimas, visuomenės formuojamas spaudimas, kaip gyventi. Dėl šių veiksmų jautresnės psichikos žmonės ėmė stresą dažniau malšinti naudodami psichoaktyvias medžiagas. Vėliau Rusija užpuolė Ukrainą, taigi jau penkerius metus patiriame nuolatinę stresą, ir jis daugiau ar mažiau paveikia kiekvieną iš mūsų.

Psichinis distresas – platesnė sąvoka nei susijęs terminas „psichikos sutrikimas“. Medicinos terminas „psichikos liga“ įprastai reiškia konkrečią mediciniškai apibrėžtą būklę. Psichinį distresą gali sukelti ir tokios gyvenimo situacijos kaip netektis, įtampa, miego trūkumas, narkotikų ar alkoholio vartojimas, patirtas užpuolimas, prievarta ar nelaimingi atsitikimai. Jis gali išnykti be papildomų medicininių ar kitokių intervencijų, tačiau asmenims, kuriems tokie simptomai pasireiškia ilgesnį laiką, dažniau gali būti diagnozuojami psichikos sveikatos sutrikimai.

Diagnozių negailima

Ataskaitoje minimi ir psichikos ligų diagnostikos pokyčiai. Kaip teigiama, pastebima, kad patikslintuose diagnostikos vadovuose diagnozių ne mažėja, o daugėja, ir normalūs nukrypimai priskiriami patologijoms. „Kadangi nėra apibrėžtų fizinių ar biologinių psichikos sveikatos sutrikimų požymių ar testų, vadovuose remiamasi ekspertų grupių, kurios sprendžia, kaip apibūdinti įvairias sutrikimų formas, bendra nuomone. Sudaromi minčių, jausmų ir elgesio, kurie atitinka jų įvardytą ir aprašytą ligą, sąrašai. Šie sąrašai medicinos terminologijoje apibūdinami kaip simptomai. Iš tiesų visus šiuos simptomus patiria ir žmonės, kurie nėra apibūdinami kaip psichikos sutrikimų turintys asmenys ir kurių gyvenimui šie simptomai daro laikiną ar problemų nekeliantį poveikį“, – rašoma „Psichikos sveikatos perspektyvų“ ataskaitoje.

Amerikos psichiatrijos asociacijos parengto Psichikos sutrikimų diagnostikos ir statistikos vadovo ketvirtojo leidimo darbo grupės pirmininkas Alenas Fransisas teigia, kad šio vadovo penktajame leidime išdėstyti radikalūs ir neapgalvoti dalykai per vieną naktį normalius žmones pavers psichikos ligoniais. Kasdieniai skauduliai, skausmai, nusivylimai, stresas ir egzistencinės kančios taip aktyviai pervadinami psichikos sutrikimais, kad tampa sunku nugyventi gyvenimą be psichiatrinės diagnozės. Ar sielvartas yra naudingas, neišvengiamas ir skaudus sudaužytos širdies požymis ar sunkus depresijos sutrikimas? Ar pykčio priepuoliai yra normali vaikystės dalis ar psichikos sutrikimo požymis? Ar nuolat nerimaujate dėl artėjančio pranešimo ar pokalbio dėl darbo, ar kenčiate nuo nerimo ir depresijos? Jei



Pirmiausia reikėtų suprasti, kad negalia nėra problema, tai – mūsų įvairovės dalis

retkarčiais neprisimenate veido ar fakto, ar sergate demencija? Šiais laikais tokie klausimai kelia pagrįstą abejonių dėl klasifikacijos.

Reikia keisti aplinką

Kita vertus, praktinė socialinio negalios modelio iliustracija būtų miestas, suprojektuotas atsižvelgiant į vežimėlius judančių žmonių su negalia reikmes, be laiptų ar eskalatorių. Jei taip suprojektuotume aplinką, vežimėliais judantys žmonės su negalia galėtų būti tokie pat nepriklausomi kaip visi kiti.

Tokios kliūtys negalią turintiems žmonėms kyla dėl tam tikro visuomenės požiūrio į negalią, taip pat dėl negebėjimo užtikrinti visiems prieinamos aplinkos ir informacijos. Todėl daugiausia dėmesio reikia skirti ne asmenų negalios „taisymui“, o negaliai kaip žmonių įvairovės apraiškai pripažinti ir būdų, kaip prisitaikyti prie tų asmenų poreikių, paieškai, suteikiant jiems svarbiausią vaidmenį sprendimų priėmimo procese.

Beje, priėmus Jungtinių Tautų Asmenų su negalia teisių konvenciją, socialinis negalios modelis buvo išplėstas ir tvirtai paremtas žmogaus teisėmis grindžiamu požiūriu, pagal kurį asmenys su negalia pripažįstami žmogaus teisių subjektais lygiai taip pat, kaip ir visi kiti žmonės. Remiantis socialiniu negalios modeliu, negalią sukelia ne žmogaus sveikatos būklė ar individualios savybės, o visuomenės požiūris ir struktūros, įvairios kliūtys, su kuriomis susiduriama.

Būtina skirti sutrikimus, sukeliančius individualius sunkumus, trukdančius žmonėms atlikti kai kurias funkcijas, ir negalią, kuri yra papildoma visuomenės su-

kelta problema, kai šie sutrikimai suvokiami kaip nukrypimas nuo normos ir taip užkertamas kelias šiems žmonėms visapusiškai dalyvauti visuomenės gyvenime. Vadovaujantis socialiniu negalios modeliu, teigiama, kad žmonės su negalia nugalina visuomenė.

Kiekvienas ko nors negalime

Neseniai 25-uosius gyvavimo metus pradėjęs VŠĮ „Psichikos sveikatos perspektyvos“ vadovė Karilė Levickaitė atkreipia dėmesį, kad psichika nėra atsietą nuo socialinės aplinkos – ji gali prisidėti prie psichikos sutrikimų, lygiai taip pat – ir prie jų įveikimo. Dažniausiai kalbant apie psichosocialinę negalią akcentuojama, kad turi keistis visuomenės nuostatos, bet jos keičiasi gana lėtai, o žmonėms tenka gyventi dabar – laukti pokyčių jie negali.

Paklausta, ar galima ką nors nuveikti atskirčiai mažinti, ne laukiant visuomenės mąstymo pokyčių, K. Levickaitė teigia, kad pirmiausia vis dėlto reikėtų suprasti, jog negalia nėra problema, tai – mūsų įvairovės dalis, juk kiekvienas iš mūsų kai ką gali, kai ko negali, nėra taip, kad visi gali viską, niekada nepatiria sunkumų, išskyrus grupę žmonių, kuriems yra nustatyta negalia. Problema, pasak pašnekovės, – ne žmogaus ypatumai, o būtent atskirtis, tai, kad kai kuriuos žmones išskiriame iš savo gretų.

„Institucijoms reikėtų pagalvoti, kodėl į turinčius psichosocialinę negalią žmones, pavyzdžiui, dirbinantis žiūrime kitaip net nei į kitokią negalią turinčius asmenis. Manoma, kad jie gal negalės dirbti, gal bus nepatikimi, tačiau ar visi kiti darbuotojai dirba tik gerai, ar jie visi yra patikimi? Juk anaipol taip nėra“, – pabrėžia „Psichikos sveikatos perspektyvų“ vadovė ir priduria, kad darbo rinkos dalyviams reikia profesionalios pagalbos, kad įvairūs žmonės galėtų išmokti dirbti kartu.

Toliau nuo mūsų akių

Įvairių apklausų duomenimis, apie 50 proc. žmonių teigia nenorintys gyventi šalia psichosocialinę negalią turinčių asmenų. Todėl plėtojama grupinio gyvenimo namų sistema. Tokiuo-

se namuose su socialinio darbuotojo priežiūra gyvena iki 10 psichosocialinę negalią turinčių žmonių, ir jie susilaukia didelio visuomenės pasipriešinimo. Kartais – aršaus, kartais, ypač turtinguose rajonuose, – rafinuoto, pasitelkiant teisininkus.

„Visgi turėtume savęs paklausti, kaip, mūsų įsivaizdavimu, viskas turėtų vykti? Ar žmonės su psichosocialine negalia turėtų gyventi uždaryti getuose, specialiai įrengtuose miestuose, galbūt net ligoninėse, bet toliau nuo mūsų, kad mes jų nematytume? Tačiau dažniausiai šie klausimai lieka be atsakymo arba atsakymas būna toks, kad jie galėtų gyventi kur nors kitur“, – dėsto K. Levickaitė.

Pašnekovės teigimu, kertinis klausimas – kiek mes apskritai gebame priimti įvairovę, faktą, kad žmonės – skirtingi ir tie, kurie priklauso mažiau pažįstamoms grupėms, nebūtinai yra pavojingi. Maža to, artimesni ryšiai su įvairiomis žmonių grupėmis skatina juos labiau pažinti, sklaido mitus ir baimes, tiesa, kol kas žmonės linkę ne suartėti, o išlaikyti kuo didesnį atstumą.

Nė vienas nėra apsaugotas

„Dažnai nepagalvojame apie tai, kad patys galime patekti į situaciją, kai, pavyzdžiui, mūsų vaikai patirs sunkumų – juk nuo to nesame apsaugoti nė vienas. Tuomet klausime: kur mūsų vaikų galimybės lankyti bendrojo ugdymo mokyklą, gyventi bendruomenėje, o ne patiriant atskirtį? Tokiais atvejais keičiasi mūsų požiūris, tad svarbiausia, ką turime suprasti, – gyvenimas yra įvairus ir kiekvienas iš mūsų gali atsidurti įvairiose situacijose, tokiose, kokių nė neplanavome“, – atkreipia dėmesį K. Levickaitė.

PAGRINDINIAI VISUOMENĖS SUKELTO NUGALINIMO BŪDAI

- Išankstinės nuostatos ir ženklėjimas
- Nežinojimas
- Diskriminacija
- Finansinės nepriklausomybės stoka
- Fizinio prieinamumo trūkumas
- Nepakankama informacija prieinamais formatais
- Pernelyg saugančios ar globėjškos šeimos / globėjai / paslaugų teikėjai

Parengta pagal VŠĮ „Psichikos sveikatos perspektyvos“ ataskaitą „Psichikos sveikata, psichosocialinė negalia ir teisė gyventi bendruomenėje: deinstitucionalizacija ir advokacija už pokyčius“

Reikėtų suvokti ir tai, kad mūsų psichikos sveikata nuolat kinta – kiekvienas patiriame įvairių būsenų, anaipol ne visuomet pavyksta būti žvaliems, energingiems ir linksmiems. Pasak pašnekovės, mums visiems būtinas psichikos sveikatos raštingumas, būtina žinoti, kaip psichika veikia, kaip ją reikia saugoti ir kaip padėti sau ir kitiems susidūrus su sunkumais – netektimis, krizėmis, ligomis.

Taigi kiekvienas iš mūsų gali patekti į grupę, kuri vienokiu ar kitokiu pagrindu gali būti visuomenės atstumta, tad nereikėtų mėtytis akmenimis name stiklinėmis sienomis – jie gali atlėkti ir į mus.

Vengia kreiptis

Dėl neigiamo visuomenės požiūrio į psichologinius sunkumus žmonės vengia kreiptis ne tik į psichiatus, bet ir į psichologus ar net draugus ir šeimos narius. Ar tai nedidina savižudybių rizikos? K. Levickaitė tvirtina, kad savižudybių negalima paaikškinti vien psichikos sveikatos sutrikimais, priešasčių reikėtų ieškoti kur kas giliau. Tačiau vengimas kreiptis pagalbos susijęs su stigma ir savistigma – žmogus perima visuomenės nuostatas ir taiko jas sau, t. y. mano, kad jei pripažins, jog patiria sunkumų, vadinasi, yra silpnas, niekam tikęs.

Pabrėžtina, kad gebėjimas pripažinti įvairovę, priimti kitus žmones atvira širdimi glaudžiai susijęs su požiūriu į save. Jei primame kitus, esame gailėstingi ir sau, suvokiame, kad gyvenime gali būti įvairių periodų, taip pat nelabai šviesių. Juk žmogus – ne robotas. „Jeigu esame negailėstingi kitiems, esame negailėstingi ir sau“, – teigia K. Levickaitė.



Dėl neigiamo visuomenės požiūrio į psichologinius sunkumus žmonės vengia kreiptis ne tik į psichiatus, bet ir į psichologus

Diagnozė ar etiketė?

Plaplitusi paradoksali nuostata, kad psichikos ligomis (įskaitant priklausomybę nuo alkoholio) serga tik tie, kurie gydosi, ir jiems taikomi tam tikri ribojimai, o tie, kurie nesigdo, laikomi sveikais. „Psichikos sveikatos perspektyvų“ vadovė pritaria, kad tokia situacija – išties keista, kita vertus, psichikos ligos diagnozė yra būdas susikalbėti specialistams ir galimybė gauti pagalbą. „Vis dėlto kyla klausimas, ar viskas gyvenime gali ir privalo būti diagnozuojama, kodėl tik diagnozė leidžia kreiptis pagalbos“, – dėsto pašnekovė ir priduria, kad šiais laikais yra ir galimybių sulaukti psichologinės pagalbos, pavyzdžiui, savitarpio pagalbos grupėse, tik ne visiems tai tinka.

Visgi ilgainiui turi įsivyrėti nuostata, kad sunkumų gali patirti kiekvienas ir kad tai – ne priežastis žmones išstumti iš visuomenės. Beje, dar visai neseniai susirgus buvo slepiama ir vėžio diagnozė. „Išties visuomenė laisvėja, taip pat kalbėdama apie psichikos sveikatos sunkumus. Dalijimasis patirtimi išlaisvina, leidžia sulaukti visuomenės palaikymo, tie žmonės nesijaučia vieniši. Tačiau svarbiausia žinia – kalbėti apie ligas nėra tabu, o patiriami sunkumai – gyvenimo dalis. Susirgus slapstytis net nuo giminių, draugų labai sunku ir tai dar labiau apsunkina situaciją“, – pabrėžia K. Levickaitė.

MRF MEDIJŲ RĖMIMO FONDAS

„Atskirties pakopos ir galimybės ją stabdyti“

Užsitęsė kosulys, kankina dusulys, skausmas krūtinėje? Tai gali būti vėžio požymiai

Nustatyti kuo anksčiau

Plaučių vėžiu kasmet Lietuvoje susergera apie 1 500 žmonių. Plaučių vėžys yra dažniausia mirčių nuo piktybinių ligų priežastis. Vis dėlto, jei plaučių vėžys aptinkamas ankstyvosios stadijos, penkerius metus išgyvena daugiau kaip pusė susirgusiųjų.

„Toks žmogus gali pasveikti. Tačiau jeigu vėžys aptinkamas vėlai, penkerius metus išgyvena labai mažai ligonių“, – teigia Vilniaus universiteto ligoninės Santaros klinikos Pulmonologijos ir alergologijos centro vadovas prof. Edvardas Danila.

Plaučių vėžį anksti pastebėti labai sunku, nes žmogus nieko blogo nejaučia – plaučiuose nėra skausmo receptorių. Deja, šis vėžys, palyginti su kitomis vėžio rūšimis, ne tik greitai auga, bet ir greitai išplinta po organizmą.

Prof. E. Danila tvirtina, kad vienintelis būdas aptikti plaučių vėžį anksti – profilaktiškai atlikti specialų tyrimą – mažų dozių krūtinės ląstos kompiuterinę tomografiją. Dabar toks tyrimas atliekamas tik tuomet, jei gydytojas įtaria kvėpavimo organų ligą.

Tiesa, įtarti plaučių vėžį gali padėti kosulys. Būtina atminti – jei kosulys užsitęsė ilgiau kaip du mėnesius, jei kankina dusulys, skausmas krūtinėje, būtina kreiptis į gydytoją. Deja, šie simptomai gali būti jau išplitusio vėžio požymiai.

Suteiks daugiau vilčių

Neseniai Sveikatos apsaugos ministerija parengė „Broncho ir plaučio piktybinio naviko ankstyvosios diagnostikos programą“. Dabar vyksta bandomasis šios programos projektas.

„Panašios programos daugelyje šalių veikia jau dešimt metų. Ten vis dar tiriami rūkantys žmonės. Mes nusprendėme pasižiūrėti plačiau – turi būti ištirti žmonės, nepriklausomai nuo to, ar jie rūko“, – sako klinikos vadovas.

Nuo šių metų rugsėjo Santaros klinikų Šeimos medicinos centre, Pašilaičių šeimos medicinos



Daugumai žmonių plaučių vėžys aptinkamas išplitęs, nes nėra specifinių požymių, kurie skatintų įtarti prasidedančią ligą. Specialistai siekia, kad ligos simptomų dar neįėjusių žmogės profilaktiškai būtų pradėti tikrinti dėl šios ligos. Tyrimo metu būtų galima anksti aptikti ne tik plaučių vėžį, bet ir daug kitų ligų. Pradėjus anksti gydyti šiuos žmones, ligos suvaldymo galimybės gerokai padidėtų.

nos centre bei Elektrėnų pirminės sveikatos priežiūros centre profilaktiškai tiriami šių gydymo įstaigų pacientai. Jau ištirta apie trečdalis iš 1 000 pacientų ir rasta nemažai pakitimų jų organuose. Šie žmonės nė neįtarė, kad serga grėsmingomis plaučių, širdies ir kitų organų ligomis.

Projektas truks iki kitų metų vasario. Tada bus apibendrinti rezultatai ir pateikti Privalomojo draudimo tarybai. Ji nuspręs, ar šie tyrimai davė naudos, įvertins lėšų poreikį ir priims sprendimą, ar tokius pat tyrimus kartą per trejus metus atlikti visiems 50–70 metų Lietuvos žmonėms.

Prof. E. Danila priduria, kad buvo nuspręsta, pasinaudojant mažų dozių krūtinės ląstos tomografija, įdiegti dar vieną inovaciją – vertinti ne tik pokyčius paciento plaučiuose dėl galimo vėžio, bet ir atidžiai vertinti visus tyrimo metu pastebėtus pokyčius.

„Atliekamos krūtinės ląstos tomografijos laukas aprėpia ne tik plaučius, bet ir daugelį kitų organų. Patyrę gydytojai radiologai vertins visus radinius. Jau anksčiau medikai yra pastebėję, kad taip galima aptikti ne tik plaučių vėžį, bet ir kitų organų ligas“, – sako profesorius.

Apskaičiuota, jei programa

bus patvirtinta, kasmet tirtis galėtų būti pakviesti apie 200 tūkstančių žmonių.

Mažų dozių kompiuterinė tomograma yra saugus metodas – šio tyrimo metu žmogus gauna iki 1,4 miliziverto (mSv) apšvita. Pagal Lietuvoje numatytą programą, apšvita neturėtų viršyti 1 mSv. Palyginkime: dėl natūralios apšvitos per metus žmogus gauna apie 3–5 mSv, o rūkalius, kuris surūko po pakelį cigarečių per dieną, per metus gali gauti net iki 80 mSv.

„Pirmieji bandomojo projekto mėnesiai nuteikia optimistiškai, mūsų sukurtas modelis veikia – atvyksta tikrintis daugiau kaip 60 proc. pakviestų žmonių. Tai net 10 kartų daugiau nei JAV, kur veikia panaši programa“, – sako profesorius.

Kaip padėti sau?

„Vengti rizikos veiksnių“, – tvirtina specialistas.

Tabako rūkymas – ir aktyviai, ir pasyviai – vis dar lieka viena svarbiausių plaučių vėžio priežasčių. Be to, daug žmonių klaidingai yra įsitikinę, kad garinamasis ar kaitinamasis tabakas yra „sveikesnis“.

Profesorius sako, kad tendencijos keičiasi – plaučių vėžiu susergera vis daugiau nerūkančiųjų. Prognozuojama, kad per artimiausius keliolika metų dauguma sergančiųjų plaučių vėžiu nebebus stiprūs rūkalių.

„Kai tarnybos praneša, kad yra padidėjusi oro tarša kietosiomis dalelėmis, jei įmanoma, neikime į lauką, ypač nesportuokime lauke, nes šitaip per plaučius „pervarome“ daugiau oro, o kietosios dalelės juose nusėda“, – pataria prof. E. Danila.

Žalingus plaučiams darbus, pavyzdžiui, statybose, su asbestu, siliciu ir pan., dirbantys žmonės būtinai turi naudoti apsaugos priemones.

„Deja, yra dalykų, kurių išvengti negalime, – sako gydytojas. – Negalime pakeisti klimato, sustabdyti senėjimą.“

Tel. 8 684 64 488 (skambučių laukiame antradieniais nuo 9 iki 11 val.); el. paštas: spauda@savaite.lt; adresas: UAB „Savaitė“, Laisvės pr. 60, LT–05120 Vilnius.



ALKOHOLIO GARAI

Per kiek laiko išgaruoja alkoholis, laikomas atviroje taroje?

Remiantis leidinyje „Chemical Engineering Journal“ paskelbta tyrimo ataskaita, etanolio (arba etilo alkoholio – alkoholių klasės junginio, kurio formulė – C₂H₅OH) garavimo greitis gali svyruoti nuo 0,02 iki 0,19 proc. per dieną. Šis greitis laikui bėgant gali sulėtėti, nes alkoholio kiekis mažėja, jis priklauso nuo laikymo sąlygų (pavyzdžiui, oro temperatūros); laikomas neužkimštame butelyje alkoholis garuos lėčiau nei stiklinėje.

Vyne ir aluje alkoholio būna nuo 3 iki 19 proc., stipriuosiuose gėrimuose – apie 40 proc. Taigi galima apskaičiuoti, kad alkoholis iš, pavyzdžiui, alaus gali greičiausiai išgaruoti per 15 dienų, o iš stipriojo gėrimo – maždaug per 3 mėnesius.

PUPELES ATAKUOJA KIRMINAI

Kai nuskiname ir išlukštename pupeles, jos atrodo gražios ir sveikos, tačiau vėliau atsiranda kirminukų. Parašykite, kaip laikyti pupeles, kad jos išliktų sveikos per žiemą.

Pirmiausia lukštenamas pupelės reikia surūšiuoti, atidžiai apžiūrėti, ar jos sveikos. Tuomet reikia sudėti į švarias sausas talpyklas ir sandariai uždaryti. Talpyklos gali būti stikliniai indai, plastikiniai buteliai ar kiti indai su sandariais dangteliais.

Pupelėms laikyti galima naudoti ir medžiaginius maišelius. Juos reikia laikyti sausoje vietoje. Kenksmingiems vabzdžiams atbaidyti į maišelius dedama džiovintų krapų skėčių, laurų lapų ar česnakų skiltelių. Taip pat kartais pasitelkiamas senas pupelių laikymo būdas: sausos pupelių laikymo būdas: sausos ankštys sudedamos į maišą ir

vėliau sandėliuojamos palėpėje. Maišas turėtų būti išmirkytas sūryme ir išdžiovintas.

Tačiau visa tai tinka, jei pupelės augdamos nebuvo užsikrėtusios kenkėjais – pupiniais grūdinukais. Jų lervos įsitaiso pupelių viduje. Jeigu taip nutiko, dalį pupelių dar galima pabandyti išgelbėti. Pirmiausia reikia atrinkti tas, kurios yra paveiktos lervų: pupelės panardinus į sūrų šaltą vandenį, paveiktos sėklos išplauks į paviršių. Jas reikia išimti ir išmesti, kitas pupelės – kruopščiai nuplauti, o galbūt likusius kenkėjus – iššaldyti arba iškaitinti.

Vienu atveju pupelės dedamos į šaldiklį 2–3 dienoms, tada reikia jas išimti, išdžiovinti ir laikyti nurodytais būdais ar šaldytuve. Arba galima jas sudėti į orkaitę, įkaitintą iki 60 laipsnių, ir palaikyti 30 minučių. Tiesa, po to pupelės galima valgyti, bet sodinti jos nebetiks, nes nesudygs. Kalbant apskritai, svarbiausia visuomet apžiūrėti lauke augančias pupelės, kad jos nebūtų apniktos kenkėjų.

ŠIRDIS PAVARGO PLAKTI

Kaip veikia širdies stimulatorius? Ar su juo galima dirbti visus darbus? Pats esu vairuotojas.

Širdies stimulatorius – mažas elektroninis įrenginys, kuris fiksuoja širdies ritmą ir, jei reikia, skatina širdį plakti tinkamu ritmu. Įprastai aparatas įterpiamas po oda krūtinės srityje, o elektrodai eina tiesiai į širdį. Širdies stimulatoriaus prireikia esant bradiaritrijai (kai širdis plaka per lėtai). Stimulatorius gali reguliuoti širdies plakimą taip, kad ji plaktų pakankamu greičiu: kai širdies skilveliai negauna elektros impulso, širdies stimulatorius gali jį generuoti ir taip užtikrinti tinkamą širdies

ritmą. Esant aritmijai, stimulatorius neleidžia širdžiai plakti per greitai. Jis nuolat stebi širdies plakimą ir prisitaiko prie paciento fizinių poreikių, pavyzdžiui, didina širdies ritmą fizinio aktyvumo metu.

Nors daugelis žmonių, turinčių širdies stimulatorius, yra vyresnio amžiaus, šie aparatai gali būti rekomenduojami ir jaunesniems pacientams, kuriems yra diagnozuotos tam tikros širdies būklės. Dėl vairuotojo darbo pasakytina, kad būklė, kai yra implantuotas širdies stimulatorius ar vargina ligos, kuriomis sergant prireikia širdies stimatoriaus, yra priskiriama prie tų, kurioms esant galima vairuoti tik po veiksmingo šių sveikatos sutrikimų gydymo, jei gydytojai pateikia atitinkamą išvadą. Kitaip sakant, ir turint širdies stimulatorių, ir sergant ligomis, kurioms gydyti prireikia širdies stimatoriaus, sveikatos pažymą, leidžiančią vairuoti, gauti yra sudėtinga, o vairuoti (net asmeninį automobilį) – pavojinga.

TEISINGUMO PAIEŠKOS

Gal galėtumėte parašyti, kaip žmogui kreiptis į Konstitucinį Teismą? Ar kreipiantis galima apsieiti be advokato, ar brangiai kainuoja?

Galimybę asmenims kreiptis į Konstitucinį Teismą su individualiais konstituciniais skundais suteikė 2019 m. priimta Lietuvos Konstitucijos pataisa. Taip buvo suteikta galimybė kur kas gausesniam ratui žmonių ginti savo konstitucines teises ir laisves.

Vis dėlto pirmiausia reikėtų žinoti, kokius skundus nagrinėja Konstitucinis Teismas. Dažniausia individualaus konstitucinio skundo paskirties suvokimo klaida yra manymas, kad Konstituciniam Teismui galima skųsti teismo sprendimą, kuriuo pažeidžiamos asmens teisės. Iš tiesų Konstituciniam Teismui skųsti galima ne patį teismo sprendimą, o įstatymą ar kitą teisės aktą, kurį teismas, priimdamas sprendimą, taikė asmeniui. Konstitucinis Teismas nenagrinėja konkrečios situacijos, jos faktinių aplinkybių ir nepripažįsta, kad civilinis,

baudžiamasis ar administracinis teismas savo veiksmis ar sprendimu pažeidė Konstituciją. Konstitucinis Teismas yra „teisės teismas“, galintis įvertinti asmeniui teismo taikomą teisę, jos konstitucingumą (atitiktį Konstitucijai), bet ne patį teisės taikymą.

Taigi į Konstitucinį Teismą galima kreiptis turint pagrįstą abejonę dėl asmens atžvilgiu taikomos teisės normos atitikties Konstitucijai. Be to, asmuo turi būti išnaudojęs visas jo konkrečiu atveju galimas veiksmingas teisinės gynybos priemonės: pasinaudojęs privaloma išankstine ginčų nagrinėjimo ne teisme tvarka, kreipęsis į teismą dėl jo konstitucines teises ar laisves pažeidžiančio sprendimo, apskundęs jam nepalankų pirmosios instancijos teismo sprendimą apeliacine tvarka, apskundęs jam nepalankų apeliacinės instancijos teismo sprendimą kasacine tvarka. Į Konstitucinį Teismą galima kreiptis tik tada, kai byloje dėl asmens konstitucines teises ar laisves pažeidžiančio sprendimo yra priimtas galutinis ir neskundžiamas teismo sprendimas, kuriuo byla išnagrinėta iš esmės (pavyzdžiui, Lietuvos Aukščiausiojo Teismo nutartis (nutarimas) ar Lietuvos vyriausiojo administracinio teismo nutartis (sprendimas)), arba atsisakyta priimti per įstatyme nustatytą terminą paduotą skundą (pavyzdžiui, Lietuvos Aukščiausiojo Teismo nutartis atsisakyti priimti kasacinį skundą).

Dalyvaujantys byloje asmenys savo bylas Konstituciniame Teisme gali vesti patys arba per atstovus. Atstovais Konstituciniame Teisme gali būti advokatai, taip pat aukštąjį universitetinį teisinį išsilavinimą turintys asmenys, kai jie atstovauja savo artimiesiems giminaičiams ar sutuoktiniui (sugyventiniui).

Konstituciniam Teismui teikiami laisva forma surašyti individualūs konstituciniai skundai (pavyzdinė šio skundo forma paskelbta Konstitucinio Teismo svetainėje *lrkt.lt*, kur galima rasti ir daugiau naudingos informacijos). Beje, kreipimasis į Konstitucinį Teismą nieko nekainuoja – žyminio mokesčio nėra.

Tarnauti savo šaliai – iš dangaus platybių

Lapkričio 23-iąją šventėme Lietuvos kariuomenės dieną. Apie pasirengimą ginti šalį, specialiąsias operacijas ir tarnybą su sąjungininkais kalbamės su Lietuvos kariuomenės Karinių oro pajėgų vadu pulkininku Antanu MATUČIU.

Jūratė BRATIKIENĖ

Mūsų pašnekovas Lietuvos kariuomenės dieną mini daugiau nei porą dešimtmečių. Karinėse oro pajėgose jis tarnauja jau 25 metus. Plk. A. Matutis teigia, kad per tą laiką nė karto nebuvo suabejojęs savo pasirinkimu. „Nuo vaikystės mane viliojo dangaus platybės, tad, kai atsirado tokia galimybė nepriklausomoje Lietuvoje, pasirinkau lakūno inžinieriaus profesiją, – pasakoja pašnekovas. – Skrydžius įvairiais orlaiviais išbandžiau dar studijuodamas Antano Gustaičio aviacijos institute. O kai prisijungiau prie Karinių oro

pajėgų, gavau pasiūlymą tapti sraigtasparnių lakūnu. Taip pakrypo mano profesinis kelias ir sraigtasparniais skraidau iki šiol.“

Kiekvienais metais, minėdamas Lietuvos kariuomenės dieną, plk. A. Matutis aktyviai dalyvauja šventiniuose renginiuose, bendrauja su visuomenės nariais, mat jų palaikymas ir susidomėjimas šia diena – visada svarbus. „Šią dieną labai svarbu prisiminti žmones, kurie paaugojo gyvybę už šalies nepriklausomybę. Apie tai kalbamės ir su jauna karta, – pabrėžia Karinių oro pajėgų vadas. – Bendraudami su moksleiviais ar jaunaisiais šauliais visada prisimename istoriją. Tai, be abejonės, skatina jaunų žmonių pilietiškumą.“

Patirties semiasi misijose

Pastaraisiais metais Karinės oro pajėgos atliko svarbias žmonių evakuacijos operacijas Artimuosiuose Rytuose: Izraelyje ir Libane. „Evakuoti žmones iš krizės apimtų teritorijų – neeilinė užduotis. Pasirengimas tokioms operacijoms labiausiai priklauso nuo to, kiek turime



Karinių oro pajėgų vadas plk. A. Matutis šiose pajėgose tarnauja 25 metus

tam laiko ir kaip greitai gaunama sudėtingai operacijai skirta informacija. Tenka palaukti ir diplomatinių leidimų. NATO šalyse viskas vyksta paprasčiau, nes turime metinius diplomatinis leidimus, o štai rengiantis operacijoms sudėtinguose Rytų regionuose šis procesas užtrunka. Šiek tiek laiko reikalauja ir orlaivio parengimas, įgulos komplektavimas. Tai atlikti ne visada paprasta, nes personalo kaita vyksta nuolat: kai kurie išeina į atsargą, kai kurie – į civilinę aviaciją. Suprantama, kad viso personalo parengimo lygis nėra vienodas. Atlikus padėties analizę, parenkama konkrečiai užduočiai tinkamiausia įgula. Be abejo, visada turime operacijos planą, tačiau taip pat žinome, kad reikia būti pasirėngus planui B“, – dėsto pašnekovas.

Į Izraelį Karinės oro pajėgos šiais metais skrido keturis kar-

tus. „Viskas vyko labai sklandžiai, nes informacija buvo aiški ir lengvai pasiekama. Nemažai bendradarbiavome su tarpiniais oro uostais, svarbu buvo suderinti ir tai, kur perkelsime evakuotus civilius. Tokias sudėtingas operacijas planuoja įvairios tarnybos, didelis būrys žmonių. Esame tik galutiniai operacijos vykdytojai“, – aiškina plk. A. Matutis.

Vieną kartą Karinės oro pajėgos skrido į Libaną. Šiame skrydyje dalyvavo jau kita įgula. Pasak pašnekovo, kiekviena operacija – vis kitokia, o išskirtinė patirtis buvo dalyvauti misijoje Afganistane. „Tada teko vykdyti mokymus Afganistano karinių oro pajėgų lakūnams. Tokiais atvejais tenka prisiderinti prie visiškai kitokios aplinkos, kultūros, klimato, o bendrauti turime per vertėją. Patekus į neįprastą regioną, būtina dar labiau susitelkti“, – pabrėžia pulkininkas.



Plk. A. Matutis tvirtina, kad tarnaujant savo šaliai itin padeda šeimos narių supratingumas. Asmeninio albumo nuotr.

ĮDOMŲ FAKTAI APIE LIETUVOS KARIUOMENĘ

- Pirmasis karo aviacijos lėktuvas – britų gamybos „Sopwith 1½ Strutter“. 1919 m. vasario 5 d. Jiezno rajone lietuviai jį perėmė iš bolševikų, kurie, pristigę degalų, priverstinai nusileido ir pabėgo. Lėktuvas buvo pervežtas į Kauną. Jis buvo kiek apgadintas, tad vėl pakilo tik 1922-aisiais. Tai buvo dvivietis naikintuvas-žvalgybos lėktuvas. Maksimalus jo greitis siekė 177 km/val., orlaivis galėjo pakilti į daugiau nei 4,8 km aukštį.
- Daugiausia lėktuvų – 9 – sukonstravo inžinierius, brigados generolas Antanas Gustaitis (1898–1941). Inžinieriaus A. Gustaičio

konstrukcijos lėktuvasi sudarė nemažą dalį Lietuvos karo aviacijos technikos. Jo dėka Lietuva buvo vienintelė iš mažųjų Europos valstybių, gaminusi savos konstrukcijos kovinius lėktuvus.

- Toliausiai – 5 925 km – nuskrendantis karinis lėktuvas (tuščias) – „C-27J Spartan“, pagamintas Italijoje. Jo sparnų ilgis – 28,7 m, liemens – 22,7 m. Būtent tokiais lėktuvais karo lakūnai vykdė skrydžius į Izraelį ir Libaną.

- Daugiausia žmonių vienos operacijos metu išgelbėta Karinių oro pajėgų gelbėjimo ir paieškos sraigtasparnių „Mi-8“. Tai padaryta 2004 m. vasario 29 d. Nuo atskilusios ledo lyties Kuršių mariose buvo nukelti 67 žvejai. Tąkart įgula atliko 4 skrydžius – nukentėju-

siejai buvo paimti nuo ledo lyties ir nuskraidinti į krantą.

- Didžiausia Lietuvos karių organizuota žmonių evakuacijos operacija vyko 2021 m. rugpjūčio 26–30 d. neramumų apimtame Afganistane. Buvo evakuoti 176 asmenys. Tąsų Kabulo oro uoste buvo surinkti visi prieglobsčio Lietuvoje paprašę vertėjai ir jų šeimos. 2005–2013 m. vertėjai Afganistane padėjo Lietuvos kariams vykdyti tarptautines operacijas. Padėtis tolimoje šalyje komplikavosi, kai NATO pajėgos nusprendė baigti operaciją, o Talibano režimas be didelio pasipriešinimo perėmė šalies kontrolę. Kabulo oro uostas buvo apsuptas tūkstančių žmonių, norinčių ištrukti iš Afganistano.

Bendradarbiavimo svarba

Kokios šiandien svarbiausios Karinių oro pajėgų užduotys? Plk. A. Matučio teigimu, svarbios yra visos: oro erdvės stebėjimas, rengimasis gynybai ir sąjungininkų operacijoms, paieška ir gelbėjimas, transportavimas... „Visoms sritims skiriama vienodai dėmesio, nes turime būti pasirengę bet kurią užduotį atlikti tada, kai reikia. O reikalavimai užtikrinti parengtį – labai aukšti“, – aiškina Karinių oro pajėgų vadas.

Pašiteiravus, kaip laikui bėgant keičiasi nacionalinė oro gynyba, plk. A. Matutis tvirtina, kad pokyčių vyksta nuolat: modernizuojami radarai, įsigijama naujų oro gynybos sistemų, atnaujinamos mobiliosios trumpojo nuotolio oro gynybos sistemos, vykdomi personalo mokymai. Pašnekovas pabrėžia, kad labai naudingas yra bendradarbiavimas su kitų šalių sąjungininkais. Užmegztos pažintys padeda ir vėliau, vykdant konkrečius užduotis.

Taikos metu Karinių oro pajėgų sraigtasparniai budi dviejuose paieškos ir gelbėjimo postuose. Kartais per metus sraigtasparnius tenka pakelti kelis kartus, kartais – dažniau. „Šiais metais vykdėme septynias paieškos ir gelbėjimo operacijas. Tačiau bendradarbiaujame ir su Nacionaliniu transplantacijos biuru. Tie patys sraigtasparniai dalyvauja organų gabenimo operacijose. Vykdyti svarbias užduotis įgulos yra pasirengusios bet kurią akimirką. Sraigtasparnių prireikia ir vykdant gamtos apsaugos darbus. Prieš kelerius metus teko gesinti užsiliepsnojusius Nidos miškus“, – dėsto pašnekovas.

Prireikia stiprybės

Ne paslaptis, kad kario kelias siejamas su dideliais pavojais ir rizikomis. Oro pajėgose iššūkių taip pat nestinga. Vykdyti gelbėjimo operacijos įgula dažnai skrenda į vietą turėdama ne daug informacijos, todėl sudėtingai užduočiai ruošiamasi ir skrydžio metu, renkama būtina informacija, kad atvykus jau būtų galima kuo geriau atlikti užduotį. Lengviau žmones evakuoti iš didelio laivo ir nelyginamai sunkiau – iš jachtos. „Negali akiai pulti vykdyti užduoties, neįvertinęs visų galimų rizikų.

Gelbėjant žmones svarbu ir sraigtasparnio bei įgulos saugumas. Įgulos vadas visada privalo nepasiduoti emocijoms, išlikti ramus, blaiviai įvertinti esamą situaciją. Kartais gali tekti ir nutraukti užduotį, jos nepabaigus. Kad galėtum priimti tokius sprendimus, prireikia valios ir stiprybės“, – pasakoja ilgametę patirtį Karinėse oro pajėgose turintis plk. A. Matutis.

Pašnekovas tvirtina, kad per treniruotes taip pat labai svarbu išlikti budriam ir laikytis visų saugumo reikalavimų. „Esame netekę dviejų lakūnų treniruočių metu. Jų žūtys mums primena, kad nelaimingi atsitikimai įmanomi šioje tarnyboje, tad turime vengti menkiausių klaidų, būti atidūs ir susitelkę“, – pabrėžia Karinių oro pajėgų vadas.

Turime kuo didžiulis

Adrenalino kupiną profesiją pasirinkęs plk. A. Matutis neslepia, kad šeima dėl įtempto jo tarnybos grafiko kartais lieka nuskriausta, tačiau šeimos narių supratingumas itin padeda tarnaujant savo šaliai. „Pareiga tarnauti tėvynei ištis pareikalauja daug laiko, o vykstant į karštus taškus, be abejo, šeimos nariai taip pat patiria nerimą. Tačiau šiais laikais yra visos galimybės susisiekti ir pabendrauti net būnant neramiose zonose. O kai grįžtu pas šeimos narius, apie tarnybą tiesiog nekalbame“, – atvirauja sūnų ir dukrą auginantis pulkininkas ir priduria, kad jeigu kuris nors iš vaikų nuspręstų pasukti jo keliu, pritartų, palaikytų ir padėtų, kuo galėtų.

Pasak pašnekovo, kiekvienam jaunam žmogui svarbu prisiminti ir vertinti savo šalies karinių pajėgų istoriją. „Turime kuo didžiulis, juk tarpukariu garsėjome savo oro pajėgomis – kūrėme orlaivius, rengėme įsimintinus skrydžius. Apie tai verta kaskart prisiminti, – neabejoja Karinių oro pajėgų vadas. – Buvo tarp šalių lyderių. Per nepriklausomybės laikotarpį turėjome 117 orlaivių, ir pusė jų buvo nacionalinės gamybos. Gaila, kad spartų augimą nutraukė okupacija ir atkūrus nepriklausomybę teko viską pradėti nuo nulio. Visgi per tris dešimtmečius nuveikta nemažai, yra neblogų pasiekimų, kuriais galime džiaugtis.“

Asmeniniai duomenys – vertingas grobis piktavaliams?

Šiuolaikiniame pasaulyje mūsų asmeniniai duomenys tapo itin vertingi. Banko sąskaitos numeris, asmens kodas, gyvenamosios vietos adresas ar net mėgstamos parduotuvės – tai yra informacija, kuri gali tapti lengvu grobiu sukčiams ir nusikaltėliams. Patekę į netinkamas rankas, asmeniniai duomenys gali tapti priemone išvilioti pinigus ar pasikėsinti į asmeninį saugumą.

Svarbiausia duomenų apsaugos priemonė – atsargumas ir informuotumas. Internetu nespaukite įtartinų nuorodų, net jei jos iš pirmo žvilgsnio atrodo patikimos. Sukčiai puikiai moka padirbti elektroninius laiškus ar žinutes, kurios atrodo lyg būtų siunčiamos iš banko ar valstybinės institucijos (pavyzdžiui, Valstybinės mokesčių inspekcijos). Atkreipkite dėmesį ne tik į antraštę, kas yra siuntėjas, bet ir į tai, koks elektroninis adresas nurodytas po siuntėjo vardu.

Jei gaunate žinutę, raginančią skubiai pateikti asmens duomenis, geriau paskambinkite tiesiogiai į oficialią įstaigos telefono liniją ir patikrinkite, ar tikrai prašoma pateikti šią informaciją ir koku tikslu ji renkama. Atminkite, kad bankai ir kitos rimtos institucijos niekada neprašo elektroniniu paštu atskleisti banko kortelių duomenų ar PIN kodų, o tuo labiau siųsti asmens dokumentų nuotraukų.

Kita svarbi atsargumo priemonė internete yra slaptažodžiai, kuriuos naudojame prisijungdami prie elektroninio pašto ar socialinių tinklų paskyrų. Nors slaptažodžiai yra tarsi skaitmeniniai raktai į mūsų gyvenimą, deja, daugelis vis dar naudoja pernelyg paprastus slaptažodžius, pavyzdžiui, savo gimimo datą ar netgi žodį „slaptažodis“. Geras slaptažodis turėtų būti sudėtingas ir unikalus, bet įsimenamas. Pavyzdžiui, galite sugalvoti trumpą sakinį, kurį lengvai prisiminsite: „Mano anūkė Gabija gimė 2015 gegužės 7!“ Iš jo pasidarykite slaptažodį „ManoAG_gime2015geg7!“. Toks slaptažodis yra sudėtingas, nes naudojamos didžiosios ir mažosios raidės, specialieji ženklai.

Svarbu žinoti, kad skirtingoms paskyroms reikia skirtingų slaptažodžių. Jei naudosite tą patį slaptažodį visur, tai bus panašu į situaciją, kai vienu raktu galima atkakinti visas jūsų spynas – namus, automobilį ir seifą. Jei piktavaliai



sužinotų vieną slaptažodį, jie galėtų prisijungti prie visų jūsų paskyrų – elektroninio pašto, socialinių tinklų, banko sąskaitos.

Socialiniuose tinkluose būkite atsargūs su asmenine informacija. Nors smagu dalytis nuotraukomis su artimaisiais, pagalvokite, ar tikrai norite, kad visi matytų, kada išvykstate atostogų ar koku adresu gyvenate. Nusikaltėliai gali pasinaudoti tokia informacija klasingais tikslais. Be to, socialiniuose tinkluose, tokiose kaip „Facebook“, nepriimkite draugystės prašymų iš nepažįstamų žmonių ir būkite atsargūs su tuo, ką komentujete ar kam leidžiate matyti savo įrašus.

Ypač svarbu saugoti finansinius duomenis. Pirkdami elektroninėse parduotuvėse ir atsiskaitydami internetu visada įsitinkite, kad puslapis yra saugus – adreso juostoje turi būti užrakto simbolis ir „https“ pradžia. Mokėjimo kortelės duomenis veskite tik patikimose svetainėse, o dar geriau – naudokite specialias mokėjimo sistemas ar banko programėles. Venkite atsiskaitinėti viešuose, neapsaugotuose belaidžio interneto tinkluose, kuriuose informacija gali būti prieinama ir kitiems vartotojams.

Galiausiai, nepamirškite, kad technologijos nuolat keičiasi, todėl svarbu sekti naujienas apie saugumą internete. Nebijokite paprašyti artimųjų pagalbos – jaunesni šeimos nariai dažnai gali padėti geriau suprasti naujas technologijas ir saugumo priemones, kurios padės apsaugoti jūsų asmens duomenis internete.

Informacija parengta įgyvendinant projektą „Vyresnio amžiaus žmonių medijų raštingumo ugdymas, skirtas atsparumui prieš dezinformaciją ir populizmą“, finansuojamą Vokietijos Federacinės Respublikos ambasados Vilniuje lėšomis.

Trys istorijos, kvepiančios vašku



Meditatyvi žvakių liejimo edukacija jaukioje „Artotekos“ studijoje suteikia daug žinių apie bites. Asmeninio albumo nuotr.

Vieta bendrystei ir kūrybai

Sostinėje įsikūrusiose menų studijoje „Artoteka“ vyksta daug smagių renginių, įvairių edukacijų, o tarp jų – ir žvakių liejimo. Šiuose užsiėmimuose studija dažniausiai sulaukia moterų, tačiau ne išimtis – ir vyrai, ir įvairaus amžiaus vaikai. Be to, užsiėmimai rengiami ir senjorams, ir asmenims su negalia.

Studijos įkūrėja Margarita Lozinskaja sakė, kad žvakės „Artotekoje“ liejamos nuo pat studijos įkūrimo pradžios, o jai pačiai šis žvakių gamybos būdas labiausiai patinka dėl jo meditatyvumo. „Liejant žvakes sustoja laikas, nebelieka minčių – tik vaško čiurlenimas... Susėdę ratu, jausdami vienas kito petį ir bičiulišką šilumą, dalyviai pajunta nepaprastą natūralaus vaško ir pikio skleidžiamą magiją. Tai žavi ir atpalaiduoja“, – pasakoja Margarita.

Atėjusieji į užsiėmimus savo rankomis per nepilną valandą nusilieja 32 žvakes iš natūralaus bičių vaško, jų dagtis – natūralus linas. Taigi namo kiekvienas dalyvis parsineša pačių pasigaminėtų ir savo energija įkrautų žvakučių – šviesos ir šilumos šaltinį, jaukų ir natūralų švenčių akcentą.

„Žvakes liejame senuoju žvakių liejimo būdu – ratu, atsiradusiu XIV a. Dzūkijoje ir išlikusiu tik kai kuriuose šilinių dzūkų kaimuose. Ištirpintas vaškas tuomet būdavo statomas su dubeniu ant karštų bulvių ar burokų katilo, kad nesustingtų. Ant medinio rato arba lanko, pritvirtinto ant lubų arba ant stovo, būdavo sukabinami dagčiai, dažniausiai medvilniniai, arba lininiai siūlai, ir ant kiekvieno jų tolygiai pilamas vaškas tol, kol apeina visas ratas. Apsukus ratą pirmasis dagtis jau būna apsitraukęs atvėsusiu vaško sluoksniu ir procedūra kartojama. Pilama tol, kol gaunama norimo storio žvakė. Tradiciškai jos būna maždaug poros centimetrų storio ir apie 40 cm ilgio. Nuliejus per storą žvakę, ji varvės, nuliejus per ploną – greitai sudegės“, – su žvakių liejimu nesudūrusiems jo eigą ir subtilybes aiškina Margarita.

Užsiėmimo dalyviai išgirsta apie bites, vaško valymo procedūras, naudingas savybes, taip pat kaip atskirti, ar į vašką pridėta parafino ar kitokių priedų. Beje, tai padaryti nesudėtinga: gryno vaško žvakė nevarva, dega tolygiai, visiškai sudega, nepalikdama jokio pėdsako.

Artėja advento laikotarpis, ir netrukus dažni namai pasipuoš vainikais su keturiomis žvakėmis. Uždegsime jas ir per Kalėdas, Naujuosius... Juk niekas neteikia namams tiek jaukumo, kaip plazdančios žvakių liepsnelės. Ta proga – vašku kvepiančios istorijos, patirtys, patarimai ir atradimai.

Rasa ŽEMAITIENĖ

Ypač įdomūs pašnekovės pastebėjimai apie vaško kokybę, kurio dabar, populiarėjant žvakių gamybai, ieško ne vienas žvakių gamintojas. Anot studijos vadovės, šiais laikais gauti gryno vaško be jokių priemaišų yra sunku, nes bitininkai jį naudoja pakartotinai. „Pasibaigus sezonui bitininkai neša korius į specializuotas parduotuves ir perlydo juos į vaškuoles, t. y. korio imitacijas. Atšilus orams vaškuolės dedamos į avilius, o bitės žvakės gamintojai jį naudoja pakartotinai. „Pasibaigus sezonui bitininkai neša korius į specializuotas parduotuves ir perlydo juos į vaškuoles, t. y. korio imitacijas. Atšilus orams vaškuolės dedamos į avilius, o bitės žvakės gamintojai jį naudoja pakartotinai. „Pasibaigus sezonui bitininkai neša korius į specializuotas parduotuves ir perlydo juos į vaškuoles, t. y. korio imitacijas. Atšilus orams vaškuolės dedamos į avilius, o bitės žvakės gamintojai jį naudoja pakartotinai.“

„Liejimas, beje, – ne vienintelis žvakių gamybos būdas. Žvakes galima gaminti ir mirkant. Dabar organizuojami tokie sutartinių ratai, kai žmonės, giedodami sutartines, eina ratu ir mirko žvakes į indą su ištirpintu vašku. Tačiau tokiu būdu pavyksta kiekvienam pasigaminti vos po keletą žvakių, o ant mūsų ratelio turime kabliu-

kus 32 žvakės. Lengviausias ir greičiausias būdas – sukti žvakelės iš vaškuolių: tereikės įspausti siūlą į vaškuolės kraštą ir vynioti ją taip, kad siūlas būtų viduje. Taip pat dabar labai populiariu gaminti formines žvakes. Internete užsisakius įvairių daugkartinį silikoninių formų, į jas pilamas ištirpintas vaškas, įdedama dagtis, palaukiama, kol vaškas sustings, ir jau turima žvakė. Tai gražus užsiėmimas su vaikais laukiant Kalėdų. Taigi įsigyti natūralaus bičių ar sojų vaško žvakių ar jų pasigaminti dalyvaujant edukacijose, kurias taip pat vedame, tikrai verta. Be to, sveika ir saugu tokias žvakes deginti – juk natūralus produktas visada pranašs sintetiniui ir dar teiks naudą sveikatai“, – atsigręžti į natūralumą kviečia pašnekovė.

Kai žvakių gamyba – dar ir terapija

Anykštėnės Daivos Juodagalvienės meilė žvakių gamybai taip pat prasidėjo nuo edukacijos, į kurią ji atėjo drauge su dukra. Tiesa, iš pradžių ji bandė bičiuliautis su parafinu, vėliau – su palmių ir sojų vašku, bet buvo vis ne tai, kol galiausiai į moters rankas pateko natūralus bičių vaškas. Štai tada ji ir suprato, kad rado tai, ko ieškojo. Pradėjusi savo veiklą prieš aštuonerius metus moteris išbandė įvairius žvakių gamybos būdus, bet labiausiai prilipo figūrinių žvakių gamyba su formomis, kurias dabar ji pasidaro pati. O ir apskritai teko viską atrasti pačiai – gamintojai nelinkę dalytis savo darbo subtilybėmis. Iš pradžių jos buvo nesudėtingos: eglutės,



Daiva Juodagalviėnė džiaugiasi atradusi žvakių gaminiimo veiklą



nykštukai, snagėš, o vėliau formos vis tobulėjo. Dabar Daivos žvakės skleidžiasi gelių žiedais, akį traukia širdelės, gyvūnų figūrėlės, advento vainikų žvakutės – moters fantazija iš tiesų keribė. Ir turbūt jos sparnų nešama Daiva sugalvojo gaminti ir miestams skirtas žvakes su jų pavadinimais. Taip atsirado žvakės, skirtos Anykščiams, Molėtams, Kėdainiams, Ukmergei. Bene, paklausiausios tarp jų yra Anykščiams skirtos žvakės. Ir nieko keisto – juk pašnekovė gyvena šiame mieste. O visą moters kūrybą, šiandien turinčią jau ne vieną gerbėją, galima pamatyti jos feisbuko profilyje „Natūralios bičių vaško žvakės – Bitutės dovana“.

Tačiau labiausiai šia veikla Daiva pasidžiaugia prisiminusi laiką, kai 2017 m. ji susirgo krūties vėžiu. „Apie tai pasakojau tik dėl to, kad norisi patarti kitoms moterims. Niekas taip nenuveja slogių minčių, kaip kruopštus darbas. Man tai buvo žvakės, kitoms moterims gali būti kiti užsiėmimai, bet pakliuvus į tokią situaciją nė-

ra geresnės terapijos kaip darbas. Darai ką nors kruopštai ir pajunti, kad tuo momentu ligą jau ir pamiršai“, – patarimais dalijasi moteris. Tad būtent sunkiausių gyvenimo tarpniuri jos hobis pamažu virto bejsibėgėjančiu versliuku, ir dailios žvakutės mugėse papildė moters kuriamų lino gaminių asortimentą.

Šiandien moteris džiaugiasi, kad vaško žvakėmis domisi vis daugiau žmonių, o ypač tie, kas nori gyventi sveikiau ir kiek įmanoma natūraliai. Kurti iš bičių vaško labiausiai patinka ir Daivai. „Tas karštas vaškas taip kvėpia, kad bitutės vasarą net mano langus ketvirtame aukšte pasiekia. Juokauju, kad tuomet galėčiau visą bičių avilį surinkti. Dabar, žinoma, jau ramiau – bitutės miega. O aš štai eksperimentuoju su nauja žvakės forma: kiti metai – Gyvatės, tad gaminu gyvatės formos žvakes – žmonėms patinka tie besikeičiantys metų simboliai“, – pasakoja Daiva, kelis kartus vis pasidžiaugdama turinti labai gražią, prasmingą ir jai mielą veiklą.

Grežiasi į žemės spalvas ir baltų simboliką

Šeimos bičių ūkis „Saldūs ūsai“, įsikūręs Matijošiškių kaime (Šakių r.), su bitėmis draugauja jau beveik dvidešimt metų, tačiau natūralaus vaško žvakių gamyba bitininkai susidomėjo prieš devynerius metus. Nors rinkai jie jau siūlė daug bičių produktų, žvakių gaminti vis nesiryžo. Kaip prisipažįsta ūkio šeimininkas Kęstutis Ūsas, pernelgy daug vienodų ir nelabai įkvepiančių imtis to paties žvakių buvo aplinkui. Vėliau su žmona Ernesta visgi šia veikla susigundė ir sau pasižadėjo, kad darys kitokias žvakes.

„Iš pradžių darėme tik geltonas, gryno vaško, bičių nudažytas žiedadulkėmis, bet vėliau pastebėjome, kad žmonės nori spalvų. Žmona nenorėjo jų spalvinti bet kaip, tad nusprendėme rinktis žemiškas spalvas: žalią samanų, tamsiai raudoną, juodą, na, ir liko natūrali geltona“, – pradžia prisimena Kęstutis. Tiesa, netrunka pripažinti, kad nudažyti natūralų vašką nėra paprasta – jis sluoksniuojasi, netinkamai nudažytas varva, skleidžia nemalonų kvapą. Eksperimentai ir paieškos tęsėsi gal porą metų, kol galiausiai dažai atitiko lūkesčius. Dabar „Saldžių ūsų“ žvakės dažomos natūraliais dažais, puikiai dega ir jokie nemalonūs kvapai šio proceso nelydi. Nors iš karto norisi pridurti, kad degdama natūralaus vaško žvakė medaus aromato, kaip daugelis galbūt tikisi, neskleidžia. Priešingai, ji labiau kvėpia neuždegta.

O kaip kokybišką tikro vaško žvakę išsirinkti pirkėjams, kai jų mugėse, internete ir parduotuvėse šiandien tokia gausa? „Ti-

kro bičių vaško žvakė pirmiausia turi kvėpėti medumi, kvapas labiau išryškėja šiltoje patalpoje. Be to, tikro vaško žvakė, kurį laiką pastovėjusi, pasidengia tokia balsva lyg šerkšnas plėvele, kuri, žvakę palaikius tiesiog rankose, tarsi nutirpsta ir grįžta natūrali žvakės spalva. Tai labai išskirtinis natūralaus vaško požymis“, – patarimais dalijasi Kęstutis.

Šiandien šio bičių ūkio žvakių išskirtinumas – ne vien spalva, dauguma jų puoštos ir baltiškais ženklais. Pasirodo, už jų atsiradimą reikėtų dėkoti vienai latvei. „Visi šie ženklai Latvijoje yra labiau propaguojami, gal ir labiau žinomi nei Lietuvoje. Mes savo žvakėms dekoruoti išrinkome labai pozityvius ženklus, simbolizuojančius laimę, sėkmę, turtais, sveikatą. Tenka pripažinti, kad žmonės iš pradžių žiūrėjo šiek tiek skeptiškai, o dabar šių žvakių gerbėjų ratas auga. Ypač populiarios juodos spalvos žvakės su simboliais. Mat kai vaškas pradeda baltuoti, tie simboliai išryškėja ir atrodo labai gražiai“, – džiaugiasi K. Ūsas.

Paklaustas, ar žmonės juodų žvakių nesiejia su gedulu, pašnekovas išsklaido abejones – tai greičiau jaunų miestiečių pasirinkimas modernaus interjero namams papuošti.

„Saldūs ūsai“ kasmet aplanko Kaziuką, o kitose mugėse dalyvauja retai, gal vienoje kitoje kalėdinėje. Didžiausia dalis produkcijos nuperkama interneto svetainėje. Kęstutis sako, kad nedideliame šeimos ūkiui geriausia savo produkcija prekiauti patiems. Dabar kaip tik prasideda didysis darbmetis. Žmonės perka žvakes advento vainikams ir Kūčių bei Kalėdų stalui puošti.



„Saldžių ūsų“ žvakės – žemės spalvų, dažnai puošiamos baltiška simbolika

Indėliai populiareja: ką reikėtų žinoti prieš įdarbinant savo pinigus?

Pastaraisiais metais vyravusi aukšta infliacija daugelį gyventojų išmokė vie- nos pagrindinių asmeninių finansų taisyklių – banko sąskaitoje ar grynaisiais laikomi pinigai nuvertėja. Ir nors kainų augimas stabilizavosi, ši taisyklė savo aktualumo neprarado. Kaip rodo Šiaulių banko užsakymu kasmet atliekamas gyventojų investavimo, taupymo ir kaupimo pensijai įpročių tyrimas, šiame indėlių populiarumas smarkiai šoktelėjo ir aplenkė stabilią aukštą poziciją ilgą laiką fiksavusį auksą kaip investavimo priemonę. Ekspertų teigimu, norint iš indėlių gauti didžiausią finansinę naudą, verta atlikti tam tikrus namų darbus ir išsirinkti geriausiai kiekvienoje situacijoje tinkantį variantą.

Vienas paprasčiausių būdų taupyti

Pasak Šiaulių banko privačių klientų paslaugų vadovės dr. Dalios Kolmatsui, indėliai yra viena lengviausiai prieinamų investavimo priemonių, kuri suteikia galimybę sėkmingai didinti santaupas be rizikos ir neturint specifinių finansinių žinių. Visgi keletą pagrindinių dalykų apie indėlius turėtų žinoti kiekvienas, norintis išnaudoti šio taupymo būdo privalumus.

„Indėliai yra užtikrintumo ir patikimos apsaugos nuo santaupų nuvertėjimo siekiantiems gyventojams idealiai tinkanti priemonė. Nenaudojamos ir tiesiog banko sąskaitoje laikomos santaupos labai lengvai gali tapti indėliu – interneto banke tereikia pasirinkti, kokią sumą norite įdėti kaip indėlį. Nors indėlių suteikiama grąža paprastai yra mažesnė nei kitų investavimo instrumentų, pinigai įdarbinami iš esmės niekuo nerizikuojant. Iš anksto nustatyta palūkanos mokamos priklausomai nuo laikomo indėlio sumos, todėl gyventojai gali būti tikri dėl uždarbio ir tiksliai jį prognozuoti“, – sako dr. D. Kolmatsui.

Terminuotieji indėliai leidžia uždirbti daugiau

Visgi ne iš visų indėlių galima uždirbti vienodai daug. Banko ekspertė pabrėžia, kad indėliai gali būti keletu tipų, nuo kurių reikšmingai priklauso ir išmokamų palūkanų dydis. Dr. D. Kolmatsui teigimu, svarbu įvertinti kiekvieno indėlio rūšies privalumus bei trūkumus ir pasirinkti sau tinkamiausią variantą.

„Didesnio pelningumo paprastai galima tikėtis iš terminuotųjų indėlių. Tokie indėliai dedami tam tikram laikotarpiui, iki kurio pabaigos indėlininkas lėšomis disponuoti negali. Terminuotųjų indėlių trukmė gali siekti nuo keleto savaičių iki kelerių metų. Už ilgesnio laikotarpio indėlius paprastai siūlomos didesnės palūkanos, nors maksimali trukmė nebūtinai garantuoja didžiausias palūkanas. Pavyzdžiui, 2 metų trukmės indėliai gali būti patrauklesni nei 5 metų. Terminuotieji indėliai dėl savo pobūdžio labiausiai tinka laisvų lėšų, kuriomis artimiausiu metu nebus poreikio pasinaudoti, turintiems gyventojams. Tiesa, Šiaulių bankas savo klientams siūlo ir spe-

cialius terminuotuosius indėlius, kurių sutarties sąlygos leidžia dalį laikomos sumos, esant tam tikroms aplinkybėms, išsiimti anksčiau laiko neprarandant sukauptų palūkanų. Verta paminėti, kad kaip tik šiuo metu, iki sausio 10 d., Šiaulių bankas turi ir ypatingą terminuotųjų indėlių pasiūlymą, apie kurį daugiau informacijos rasite www.sb.lt“, – sako dr. D. Kolmatsui.

Kaupiamieji indėliai – ieškantiems lankstumo

Kita pagrindinė indėlių rūšis yra kaupiamieji arba taupomieji indėliai. Pasak ekspertės, jiems dažniausiai taikomos mažesnės palūkanos, tačiau jie pasižymi didesniu lankstumu. Kaupiamuosius indėlius galima ne tik bet kada nutraukti, bet dažniausiai ir bet kuriuo metu papildyti papildomomis lėšomis.

„Pradėti didinti santaupas kaupiamuosiuose indėliuose dažnai galima kad ir nuo vieno euro, nors, žinoma, su didesne suma sukaupiama daugiau ir greičiau. Nuo pradinės sumos dydžio gali priklausyti ir siūlomos palūkanos. Prireikus tokį indėlį galima bet kada nutraukti ir panaudoti jo lėšas. Tad ši priemonė yra tinkama tiems gyventojams, kurie nenori ar neturi galimybės savo lėšų įdarbinti iš anksto apibrėžtam laikotarpiui. Nepaisant mažesnių palūkanų, toks indėlis suteikia galimybę didinti santaupų vertę, o ne paprasčiausiai stebėti, kaip ji prarandama dėl infliacijos“, – pabrėžia dr. D. Kolmatsui.

Rinkoje siūloma ir specializuotų indėlių rūšių – pavyzdžiui, orientuotų į taupymą vaiko ateičiai. Tačiau, anot dr. D. Kolmatsui, bet kuriuo atveju išlieka pagrindinė skirtis tarp terminuotųjų ir neterminuotųjų indėlių, į kurią pirmiausia ir verta atkreipti dėmesį.

Svarbu – palūkanų rūšis ir mokėjimo periodiškumas

Kitas svarbus aspektas renkantis indėlį, anot dr. D. Kolmatsui, yra palūkanų mokėjimo periodiškumas. Palūkanos gali būti išmokamos kas mėnesį, kas metus arba indėlio termino pabaigoje. Palūkanos paprastai išmokamos jas pridėdant prie indėlio sumos, taip iškart jas įdarbinant. Taip

uždirbama ne tik iš pradinės indėlio sumos, bet ir sukauptos grąžos, kitaip tariant – veikia sudėtinųjų palūkanų efektas. Tai yra dar viena priežastis, dėl kurios ilgesnio laikotarpio indėliai auga greičiau.

„Pagal tai, ar palūkanos skaičiuojamos nuo pradinės indėlio sumos, ar taip pat ir nuo sukauptų lėšų, jos skirstomos į paprastąsias ir sudėtines. Daugeliu atvejų indėliuose figūruoja antrosios rūšies palūkanos, kurios leidžia sukaupti daugiau. Pavyzdžiui, padėjus 1 000 eurų terminuotąjį indėlį dvejimėms metams su 3 proc. palūkanomis, po pirmųjų metų uždarbis sieks 30 eurų. Tačiau antraisiais metais jau bus skaičiuojamos sudėtinės palūkanos nuo 1 030 eurų, t. y. padėtos pirminės ir uždirbtos sumos. Atitinkamai antraisiais metais uždarbis bus didesnis. Jei palūkanos išmokamos kas mėnesį, atitinkamai kas mėnesį padidėja ir suma, nuo kurios skaičiuojamos palūkanos“, – pabrėžia dr. D. Kolmatsui.

Pirmas pasitaikęs pasiūlymas – nebūtinai geriausias

Be abejo, esminis faktorius, lemiantis indėlio patrauklumą, yra mokamų palūkanų dydis. Šiandien, priklausomai nuo indėlio tipo ir laikotarpio, galima tikėtis maždaug iki 4 proc. siekiančių fiksuotų metinių palūkanų. Anot dr. D. Kolmatsui, jų dydžiui įtakos turi ne tik anksčiau minėti faktoriai, tokie kaip indėlio terminas, bet ir makroekonominiai veiksniai bei situacija pinigų rinkose.

„Tikrai nėra taip, kad bankai paprasčiausiai sugalvoja kokias tik nori palūkanų normas. Jos nustatomos atliekant ganėtinai sudėtingus skaičiavimus ir atsižvelgiant į centrinių bankų veiksmus. Paprastai indėlių palūkanos didėja, kai palūkanas didina Europos centrinis bankas (ECB), ir mažėja, kai ši už Europos Sąjungos monetarinę politiką atsakinga institucija jas mažina. Nepaisant ECB veiksmų, daugeliu atvejų santaupas ar dalį jų laikyti indėliuose apsimoka labiau, nei paprasčiausiai turėti niekaip neįdarbintas lėšas banko sąskaitoje. Tiesiog svarbu priimti gerai apgalvotą sprendimą, nesirinkti pirmo pasitaikiusio pasiūlymo, o įvertinti skirtingų bankų variantus“, – sako dr. D. Kolmatsui.

Anot Šiaulių banko atstovės, svarbu atsižvelgti ne tik į palūkanų dydį, bet ir galimus papildomus banko mokesčius, sutarties nutraukimo sąlygas, taikomus palūkanų priedus, galimybę automatiškai pratęsti indėlio terminą ir kitas sąlygas. Tik visa tai įvertinus galima išsirinkti geriausiai kiekvieno finansinius tikslus ir galimybes atitinkantį pasiūlymą.

SVARBU: investavimas susijęs su rizika. Pateikiama informacija yra rinkodaros pranešimas ir negali būti interpretuojama kaip rekomendacija, pasiūlymas ar kvietimas kaupti lėšas Šiaulių banko grupės investiciniuose fonduose ar sudaryti investicinio gyvybės draudimo sutartis. Pateikiama informacija negali būti jokio vėliau sudaryto sandorio pagrindas. Daugiau informacijos apie Šiaulių banko produktus galite rasti www.sb.lt.

Jei auginti, tai efektingai!

Pasinaudokite 4% metinių
palūkanų, padėdami 6 mėn.
terminuotą indėlį

Pasiūlymas galioja 2024-11-04-2025-01-10. 4% metinė fiksuota palūkanų norma taikoma sudarant Terminuotojo indėlio sutartį 6 mėn. laikotarpiui. Minimali indėlio suma – 100 Eur, maksimali – 25 000 Eur. Palūkanos išmokamos Terminuotojo indėlio sutarties pabaigoje. Indėlis gali būti sudaromas tik iš akcijos metu naujai į banką įneštų lėšų. Pratęsus indėlį, ima galioti Šiaulių banke patvirtintos tipinės Terminuotojo indėlio palūkanos. Daugiau apie pasiūlymo sąlygas www.sb.lt.

Senose nuotraukose – žinutės iš praeities

Senų giminės nuotraukų turime kiekvienas. Fotografė Laima Žemeikienė į laiko nugairintas nuotraukas visuomet žvelgia pagarbiai. „Visiškai nesvarbu, ar tai – mano giminės, ar svetimų žmonių nuotraukos. Visose jų žamžintos tikrų žmonių gyvenimo akimirkos, kuriose telpa mūsų pasakojimai apie praeitį“, – sako senas nuotraukas atkurianti pašnekovė.

Viktorija PETKEVIČIŪTĖ



„Kiekviena nuotrauka turi savo istoriją, tai ir yra įdomiausia“, – sako senas nuotraukas retušuojanti fotografė Laima Žemeikienė

„Skambės mistiškai, tačiau žvelgdama į senas nuotraukas įskaitau protėvių parašytą žinėlę man, mano dukroms, mano šeimai, mūsų giminei“, – dalijasi Žemaitijoje gyvenanti fotografė, senų nuotraukų retušavimo specialistė L. Žemeikienė. – Nuotraukų turime daug, jos visos man yra brangios. Pavyzdžiui, šioje retušuotoje nuotraukoje – mano močiutė su seneliu iš mamos pusės. Abu dar labai jauni, neseniai susituokę. Žinojau, kad senelis mirė būdamas vos 39-erių. Niekada nė nesvajojau išvyti, kaip jis atrodė, juolab kad jokių se-

nelių nuotraukų anksčiau neturėjome ir net neįsivaizdavome, kad jos apskritai egzistuoja. Prieš porą metų dukra Evelina pradėjo domėtis mūsų šeimos genealogija, giminės medžiu. Ji visur važinėjo, rinko informaciją, tad tokių nuotraukų pas mus iš giminaičių atkeliavo ne viena. Šios nuotraukos – tikra, gyva istorija, kurios negalima pamiršti. Retušavus nuotrauką, kai pavyksta atsikratyti visų įbrėžimų, dėmelių, atsiskleidžia tikrasis jos gylys ir prasmė“, – apie sau itin brangų atvaizdą pasakoja Laima.

Domėjosi nuo mažens

Fotografija moterį traukė nuo pat vaikystės. Fotoaparato jos šeima neturėjo, tačiau Laimos atmintyje iki šiol išlikęs malonus prisiminimas, kaip mama jai, vos gavusi atlyginimą, duodavo pinigų nuvykti į fotoateljė. „Būdamas vos 10–11 metų, kartą į mėnesį ar du sėsdavau į autobusą ir iš savo gimtųjų Dovilų 7 kilometrų keliaudavau į Gargždus, kad nusifotografuočiau vietinėje fotoateljė. Nors šiandien nemėgstu fotografuotis, atsimenu, kad vaikystėje fotografuotis man prilygo šventei. Kai žiūriu į savo mamos vaikystės nuotrauką, suprantu, kodėl ji taip ragindavo mane fotografuotis. Suprantu, kad jai tai buvo svarbu, lygiai kaip ir man šiandien“, – dalijasi L. Žemeikienė.

Pirmoji „muilinė“ pašnekovės šeimoje atsirado, kai gimė dukros – su ja iš paskos vaikams Laima lakstydavo norėdama žamžinti mažųjų pirmąsias gyvenimo akimirkas. Kiek vėliau pašnekovė mokėsi fotografijos fotomenininko Virgilijaus Jankausko kursuose Klaipėdoje, tuomet ne tik ėmė rimčiau fotografuoti, bet ir surengė dvi asmenines fotografijos parodas. Kiek vėliau ilgą laiką „YouTube“ platformoje Laima savarankiškai mokėsi nuotraukų retušavimo meno. „Dirbu tik su nuotraukų redagavimo programa „Photoshop“. Nuo A iki Z, po taškelį skaitmeniniu būdu tvarkau senų nuotraukų netobulumus – dėmeles, įtrūkimus, įbrėžimus, plyšimus. Darau tai siekdama nuotraukas atkurti, išsaugoti ateities kartoms“, – sako L. Žemeikienė.

Kiekvienas turime ištis senų nuotraukų. Kai kurios iš jų, galbūt, pragyveno net du pasaulinius karus. Juk nuotraukas žmonės saugodavo ir siekė perduoti iš kartos į kartą. Pasak Laimos, nuotraukos anksčiau ištis būdavo tikra vertybė, tačiau šiandien jai pasitaiko išgirsti, kad žmonės savo tėvų, senelių paliktas nuotraukas be širdgėlos išmetė ar sudegino krosnyje, dėl ko moteriai ištis skauda širdį. „Šiais laikais apskritai fotografijos vertę suvokiame visai kitaip, viską aplink save fotografuojame, tačiau mažiau vertiname nuotraukas. Gana mažai žmonių suvokia senų nuotraukų išsaugojimo prasmę, svarbą“, – teigia pašnekovė.

Žvelgia ir širdimi

Senos nuotraukos į retušuotojos rankas atkeliauja iš artimųjų bei kitų entuziastų, norinčių atkurti prasčiau išsaugotas savo giminaičių gyvenimo akimirkas. „Didžiąją dalį laiko nuotraukas retušuoju sau, savo giminei, rajono gyventojams. Taip pat būna užsakymų iš ki-

tų miestų gyventojų. Žmonės savo norimas retušuoti nuotraukas man atsiunčia paštu. Jei žmogus gyvena netoli, pati nuvykstu ir pasiimu nuotraukas, randame ir kitų būdų, kaip jas perduoti. Dažniausiai žmonės nori atkurti pažeistas savo tėvų, senelių, kitų giminaičių nuotraukas, kad jos nesunykėtų ir būtų išsaugotos ateičiai“, – sako moteris.

Žvelgdama į savo retušuojamas nuotraukas, Laima sako į jas įsigilinti ne tik profesionalia akimi, bet ir širdimi. Moteriai įdomu ne tik tai, kaip nuotrauką atkurti, bet ir tai, koks laikmetis joje atsispindi, kaip tie žmonės iš nuotraukos jautėsi, gyveno, kokia buvo jų kasdienybė, santykiai. Tačiau į tokius klausimus atsakyti nėra lengva, ypač jei nežinai tikrosios nuotraukose žamžintųjų istorijos ir gyvenimo aplinkybių, jei nėra išlikę jokių pasakojimų. „Pavyzdžiui, tai, ar pasiturinčiai, ar skurdžiau žmogus gyvena, gali matytis pagal apsirengimą, tačiau ir tai gali neatspindėti tikrovės. Pasiziūri, atrodytų, žmonės neblogai vertėsi. Štai vienu atveju pastebėjau, kad vienos šeimos moters skirtingoms nuotraukoms pozavo vilkėdamas vis skirtingas suknelės, sakytum, gyveno puikiai. Tačiau sužinojus tam tikrus faktus paaiškėja, kad vėlesniu gyvenimo laikotarpiu tie patys žmonės gyveno ištis skurdžiai, net valgyti stokojo. Tai rodo, kad fotografija žmonėms buvo itin svarbi, fotografuotis jie ėjo atsakingai pasiruošę, pasipuošę, fotografiją vertino. Kai ką galima įžvelgti ir stebint žmonių veido bruožus. Kai kur matyti, kad žmogus galbūt buvo griežtesnis“, – pasakoja fotografė.

Retušavimo subtilybės

Tai, kaip pavyks nuotrauką atkurti, lemia keli veiksniai – retušavimo galimybės priklauso nuo to, kaip nuotrauka buvo saugoma, kiek aiškiai matomi žmonės, objektai. Pasak Laimos, seniau nuotraukos tikrai ne visuomet būdavo laikomos albumuose, tad daugybė jų iki šių dienų neišliko nepaliestos laiko. Taip pat, pašnekovės teigimu, nuotraukos retušavimo kokybę lemia ir tam tikri techniniai dalykai, pavyzdžiui, tikrai



Senas nuotraukas pažeidusius netobulumus pataisyti galima skaitmeniniu būdu pasitelkiant kompiuterinę programą. Nuotraukoje – pašnekovės seneliai



Kartais atskiromis nuotraukomis laikytos nuotraukos pasirodo buvusios bendra nuotrauka. Nuotraukoje – L. Žemeikienės proseneliai

daug priklauso nuo jos skenavimo kokybės.

Kaip atrodo pats nuotraukų retušavimo procesas? Laima sako, kad jį teoriškai skaitytojams paaiškinti sunku – reikėtų tai parodyti gyvai. „Tačiau kalbant paprastai, pirmiausia nuskenuotą (suskaitmenintą) nuotrauką įsikeliau į kompiuterinę programą. Tuomet ją apkarpa, išlyginu, jei, tarkime, buvo netyčia pakrypusi skenavimo metu, vėliau pradedu tvarkyti detales – įbrėžimus, įlenkimus. Galiausiai sužiūriu, ar nelikę kokių taškelių, šiukšlyčių, įvairių dėmių. Spalvas reguliuoju atsižvelgdama į originalų nuotraukos atspalvį. Kartais žinau, kad tam tikru nuotraukos fotografavimo laiku atspalvis greičiausiai buvo kitoks, per laiką nubluko. Tada renku artimiausią, labiausiai atitinkantį. Galutinės nuotraukos spalvos priklauso ir nuo to, kur spausdinama nuotrauka, ar sutampa monitorių kalibravimas, spalvų reguliavimas“, – aiškina L. Žemeikienė.

Nutinka ir kuriozų

Pasak Laimos, kartais ji iš karto gali užsakovui pasakyti, kad nuotraukos neįmanoma atkurti. „Taip nutinka, kai, pavyzdžiui, visiškai nesimato žmonių veidų. Pasitaiko, kad nuotraukoje ma-

tosi ne visas žmogaus veidas ar trūksta dalies plaukų, tačiau nuotrauką atkurti pavyksta. Tokiais atvejais retušuojant tenka remtis tuo, kas yra išlikę. Pavyzdžiui, galima atkurti trūkstamus žmogaus veido bruožus pagal išlikusią veido pusę. Jeigu yra kitų to žmogaus nuotraukų, lygini su jomis ir pagal tai bandai atkurti tikrąją asmens išvaizdą“, – dėsto pašnekovė.

Tačiau būna ir taip, kad kartais užsakovai Laimos prašo senoje nuotraukoje sukurti tai, ko joje nėra, pavyzdžiui, padaryti žmogui kitokią šukuoseną ar ant vieno žmogaus kūno pritaisyti kito žmogaus galvą. „Mano akimis tai – iškraipymas, tokių darbų nesiimu. Būna ir taip, kad žmogus man atsiunčia savo nuotrauką ir prašo uždėti veidą ant kokio nors kito kūno arba atvirkščiai. Tokių darbų neatlieku, nes siekiu autentikos, tikrumo, istorijos faktų išsaugojimo“, – teigia moteris.

Pasak Laimos, retušuojant nuotraukas prireikia nemažai kantrybės, užsispyrimo. Tačiau viską atperka smalsumas, mat kiekviena nuotrauka turi savo istoriją – tai moteriai ir yra įdomiausia. „Norisi, kad ta istorija išliktų ateities kartoms, kad nuotrauka, kiek įmanoma, būtų autentiška. Neretai prireikia laiko, kad išsiaiškintum ir kokį netikėtumą. Pavyzdžiui, turime dvi atskiras savo prosenelių nuotraukas. Jas iš užsienio mums atsiuntė mano pusseserė. Aš tas abi nuotraukas nuskenavau, išsididinau, ėmiau retušuoti ir tik tada pamačiau, kad tai buvo ne dvi atskiros, bet viena bendra perkirpta mano prosenelių nuotrauka“, – prisimena Laima.

Perfekcionizmo netrūksta

Pašnekovė teigia, kad į savo darbą žiūri išties rimtai ir atsakingai, be to, yra tikra perfekcionistė, turinti savo darbą atlikti be priekaištų. Tiesa, dirbti prie nuotraukų Laima sako turinti netrūkdoma. „Manęs tuo metu negalima šnekinti. Tada galiu dirbti susikaupus ir ilgai. Prie vienos nuotraukos sėdėti be paliovos galiu ir 6 valandas. Tačiau galutinis rezultatas man domina labiausiai, tad esu kantri“, – darbo užkulisiais dalijasi nuotraukų retušuotoja.

Prie vienos iš savo retušuojamų nuotraukų Laima dirba jau daugiau kaip pusę metų. „Niekada negaliu pabaigti, nors tu ką“, – su šypsena sako moteris. Atkurti šią nuotrauką ji bandė jau kokius 8 kartus, tačiau dar nepavyksta pasiekti norimo rezultato. „Kaskart viską pradedu nuo pat pradžių, beveik pabaigiu, bet vis nepatinka – ir vėl iš naujo. Norisi žmogui atiduoti tokią nuotrauką, kurioje viskas būtų, kaip priklauso. Jei užteks kantrybės tą nuotrauką pabaigti, tada sakysiu, kad jau tikrai daug šioje srityje moku. Ta nuotrauka – sena, kokių 1920 metų. Bėda ta, kad ji padengta tokiu lyg pelėsiu, dėmėmis. Nuotraukoje veidų gerai nematyti, jie irgi padengti taškeliiais – taigi po lašelį, po trupinėlį imi rankioti, tvarkyti tuos netobulumus. Negali to daryti bet kaip, turi atkurti taip, kad nuotraukoje išliktų žmogaus bruožai, o tai užtrunka. Užtrunka ir tada, kai norisi išsiaiškinti ką nors daugiau apie nuotrauką. Pavyzdžiui, kartą buvo, kad vieno giminaičio žmona parodė man seną nuotrauką, ir aš, vos

pamačiusi ją, pasakiau, kad buvo fotografuota ne Lietuvoje, bet Amerikoje – tai liudijo specifinis antspaudas. Tuomet pagal jį bandžiau surasti daugiau informacijos, domėtis plačiau. Toks mažas kontekstinis tyrimas vyksta kiekvienu atveju“, – sako L. Žemeikienė.

Įžvelgia menkiausias detales

Pašnekovė sako, kad žvelgiant į senas nuotraukas ją visuomet stipriai stebina tai, kad mažoje dalyje jų išlikę ganėtinai ryškūs ir aiškūs žmonių veidai. „Esame įpratę galvoti, kad dabartinės technologijos stipriai pažengusios, tačiau praeito amžiaus pradžios nuotraukose veidai kartais net aiškesni nei dabartinėse. Įsižiūri – net žmogaus veido raukšlėlės matosi, o nuotrauka gana nedidelė, be to, kokių 100 metų senumo. Sunkiau su visai mažytėmis nuotraukomis, kuriose užfiksuotas būrys žmonių. Tada prireikia daugiau pastangų veidams išryškinti“, – dalijasi moteris.

Pasak fotografės, jei turite nuotrauką, kurios, atrodo, neįmanoma atkurti (jei ji buvo sumirkusi, sugadinta, sutepta ar pan.), visuomet galima pasitarti su retušuotoju, kokios jos restauravimo, atkūrimo galimybės. Ar gali nuotrauką atkurti, Laima teigia galinti pasakyti pamačiusi konkretų atvejį. „Jeigu nuotrauka visai sugadinta žmogaus veido srityje, bus sudėtinga, bet jei bent šiek tiek, kad ir per miglą, kažkas matosi, tada tikrai galima pabandyti retušuoti. Dabar daug kas naudojasi dirbtiniu intelektu, nuotraukas spalvina, ryškina, bet, mano galva, tada nebelieka tikrumo. Pažaisti su dirbtiniu intelektu įdomumo dėlei bandžiau ir pati, tačiau, mano akimis, dažnai stipriai iškraipomas veidas, tiesiog pasikeičia žmogaus akys, iš karto matosi ir tai, kad tikrai ne žmogus tą nuotrauką atkūrė. Tad man svarbu, kad atkurta nuotrauka būtų kuo natūralesnė, žmonės joje atrodytų tokie, kokie iš tiesų buvo. Pagarbiai žvelgiu tiek į žmogų, tiek į fotografiją, tad stengiuosi, kiek įmanoma, viską atkurti išlaikydama natūralumą, autentiškumą, tikruosius bruožus“, – pokalbį užbaigė L. Žemeikienė.

MADICO stiklo plėvelės – taupymui, apsaugai ir grožiui

Bendrovė „AŠA“ – nuo 1992 metų plėvelių verslą plėtojanti įmonė, nuo pat įsikūrimo dirba su pažangiausius inžinerinius sprendimus plėvelių gamyboje taikančiu JAV gamintoju – kompanija MADICO. 1903 metais veiklą šioje srityje JAV pradėjusi MADICO® kompanija taiko technologijas, dėl kurių daugiasluoksnės plėvelės padeda ištaisyti pastatuose nepageidaujamas stiklo savybes: sumažinti laidumą šilumai, ultravioletiniams spinduliams, neleidžia subyrėti nuo smūgio, tapti nepermatomam ar sumažinti akinimą.

MADICO stiklų plėvelės gaminamos iš plono, optiškai skaidraus ir neiškraipiančio vaizdo ilgą amžių poliesterio ir, priklausomai nuo rūšies, dengiamos metalų aliuminio, nikelio, chromo, bronzos lydiniais.

Šilumos arba infraraudonųjų spindulių atspindėjimui

MADICO šilumą atspindinčios plėvelės veikia kaip šiluminis veidrodys – vasarą saugo nuo saulės, o žiemą atspindi šilumą atgal į patalpą, todėl ženkliai sumažina energijos suvartojimą, o kartu – šildymo ir vėsinimo išlaidas. Remiantis Tarptautinės stiklų plėvelių asociacijos (*International Window Film Association – IWFA*) JAV atliktu tyrimu, tai perpus pigiau, nei įrengti naujas oro kondicionavimo sistemas, šilumos siurblius ar papildomai izoliuoti sienas.

Kartu kai kurios iš jų teikia veidrodinį atspindį, kuris suteikia patalpoms privatumo. Kai kurios rūšys unikalios tuo, kad padengti plėvele stiklai naktį iš patalpos pusės netrukdo matyti vaizdą esant patalpoje, o iš lauko šviesiu paros metu yra nepermatomos, todėl tai geriausias pasirinkimas lauko durims ir apsaugos postams.

Svarbios saugumui

Apsauginės langų plėvelės yra nepakeičiamos visur, kur galimas atsitiktinio susižalojimo ar įsilaužimo pavojus. Jos klijuojamos pastatuose, kur smūgio pasekmės – stiklo šukės – gali sukelti didelės žalos nuo turto sugadinimo iki žmogaus sužalojimo.

Tokias plėveles itin mėgsta ir jaunos, vaikus auginančios, ir vyresniais artimaisiais besirūpinančios šeimos. Jomis apkljuotos stiklinės pertvaros, durys, langai ar kiti stikliniai paviršiai dužimo atveju apsaugo žmogų nuo sužalojimo, nes suskilęs stiklas ne subyrės, o liks prilipęs ant plėvelės.

Apsauginės stiklo plėvelės pagal Lietuvos higienos normos HN 15:2003 reikalavimus naudojamos ir su maisto ruošimu susijusiose įmonėse, kurios įpareigotos apsaugoti maisto produktus nuo stiklo šukių visoje maisto gamybos grandinėje: nuo pašarų, lesalų gamybos, maisto gamy-

bos ir sandėliavimo iki pakavimo, transportavimo, prekybos ir maitinimo.

Geopolitiniame kontekste tapo aktuali ir SAFETY SHIELD programa, kai apsauginės plėvelės komponuojant su papildomu rėmų sutvirtinimu pasiekama apsauga nuo sprogo padarinių.

Grožiui ir privatumui interjere

Stiklo dengimas matine plėvele saugo ir edvės privatumą. Šia plėvele užklijuotas stiklas atrodo tarsi padengtas smėliu ir tampa nepermatomas iš abiejų pusių, nors praleidžia šviesą. Matinės stiklo plėvelės – idealus sprendimas, siekiant garantuoti privatumą gydymo įstaigose ir higienos patalpose – durims ir stiklo pertvaroms.

Stiklų dekoravimas plėvele išpjaustant pagyvina stiklo pertvaras ir taip suteikiama gyvumo ir išskirtinumo interjerui.

Stiklo plėvelės tarnauja ir stiklams ženklinti, kad žmonės neatsitrenktų į stiklines duris ir pertvaras. Šis būdas laikomas gerai matomu ir diskretišku (nereikia kitų perspėjimo ženklų).

Nuo rasojimo

Apsauginė plėvelė nuo rasojimo „Anti Fog“ – sprendimas stiklui, kuris pasidengia drėgmės, esančios patalpoje, kondensato ant stiklo lašelėmis dėl temperatūros skirtumo. Tokia plėvelė sumažina rasojimą, garantuoja nuolatinį stiklo skaidrumą ir matomumą.

Šios apsauginės plėvelės skirtos šaldytų ar atvėsintų maisto produktų vitrinoms, SPA ar vonios kambarių veidrodžiams, garinių pirčių stiklams, uždariems baseinams, taip pat bet kokiems stikliniams paviršiams, kurie lengvai rasoja.

Nuo blukimo

„UV Gard“ plėvelė yra skaidri, tačiau nelaidi UV spinduliams ir naudojama maksimaliai sumažinti interjero detalių ar daiktų vitrinoje blukimui, praleidžiant šviesą ir nekeičiant stiklų išvaizdos.

Dažniausiai ji naudojama paveldosaugos objektams ir muziejams, nes sulaiko 99 proc. UV spindulių, įleisdama į patalpas maksimalų šviesos kiekį.

2020 m. šios plėvelės buvo įvertintos ir reko-



menduotos JAV odos vėžio fondo kaip šios ligos prevencijos dalis, kad pavojingi saulės UVC spinduliai nepasiektų žmonių ir patalpos, ir yra šios ligos prevencijos strategijos dalis.

Visos MADICO® stiklų plėvelės:

- taupo energiją: žiemą šilumą atspindima atgal į patalpas, todėl sumažėja sąskaitos už šildymą;
- mažina karštį vasarą (atspindi iki 80 proc. saulės šilumos), tad mažėja išlaidos patalpų vėsinimui;
- saugo nuo blukimo baldus, sienas, grindis, nes sulaiko iki 99 proc. UV spindulių, sulėtindama baldų ir grindų blukimą;
- suvaldo šviesos srautą: sumažina erzinantį akinimą saulės spinduliais ir pagerina matomumą televizoriaus ir kompiuterio ekranuose;
- saugo nuo stiklo dūžio pasekmių: jei langas sudužtų, net ir plona plėvelė nuo saulės prilaiko skilusias stiklo šukes ir apsaugo nuo sužalojimo;
- tarnauja kaip fasado akcentas. Pasirinkus iš įvairių plėvelių atspalvių, galima suteikti pastatui ar biurui išskirtinumo ar tiesiog tvarkingą, išbaigtą vaizdą;
- tai ideali alternatyva pakabinamoms langų dangoms (užuolaidoms, roletams, kur kaupiasi dulksės ir erkutės, sukeliančios alergiją), nes plėvelės lengva prižiūrėti drėgnomis valymo priemonėmis, ir, jei reikia, paviršius gali būti lengvai dezinfekuojamas.

Patirtis padiktuoja geriausią sprendimą

Sukaupta ilgametė darbuotojų patirtis, dirbant su vienu kokybiškų medžiagų tiekėju MADICO, ir tarptautiniais sertifikatais grįstos plėvelių savybės, išbandytos praktikoje, garantuoja kiekvienam vartotojui tinkamiausią sprendimą, įrengiant apsauginės plėveles ant biurų, individualių namų langų ir durų ar dekoruojant ir ženklinant stiklo pertvaras ar atliekant įspėjamąjį ženklimą.

Plėvelių klijavimą gali atlikti viena iš mūsų profesionalių montavimo komandų bet kurioje Lietuvos vietoje, o ilgametė patirtis garantuoja maksimaliai operatyviai ir nepriekaištingai atliktą darbą.

Skaitytojai klausia, kaip elgtis patekus į vieną ar kitą situaciją, ko tikėtis ir ko neverta vairuojant ar remontuojant mechanines transporto priemones. Bandysime padėti. Jums rūpimus klausimus galite užduoti laiškuose.

Juos siųskite adresu: **UAB „Savaite“, Laisvės pr. 60, LT-05120 Vilnius** arba el. paštu **vuzusienis@savaite.lt**.

AUTOMOBILIO DURŲ NEDERĖTŲ TRANKYTI

Kadaise buvo teigiama, kad stipriai trankant automobilių „Moskvič“ ar „Žiguli“ duris lupasi kėbulo dažai, byra durų mechanizmai, persikreipia pačios durys. Vakaruose pagamintų automobilių durys užsidaro tyliai. Vis dėlto negi pernelyg stiprus durų uždarymas automobiliui visai nekenkia?

Jurgis iš Kaišiadorių

Vargu ar į kurį nors servisą buvo kreiptasi dėl per smarkiai varstytų durų padarytos žalos. Vieno serviso atstovas tik prisiminė, kad automobilio „Moskvič“ savininkas teigė, jog durų stiklas, kurį teko keisti, išbyrėjo per stipriai uždarančias duris. Mūsų kalbinti mechanikai svarstė, kad vakarietišku automobilių durys užsidaro tyliai todėl, kad jų geometrija yra tiksliai pritaikyta prie durų angų kontūrų. Apsauginiai apvadai – minkštesni, tvirtiau pritvirtinti, atidžiau surinkti duryse montuojami mechanizmai, be to, ir patys mechanizmai – kokybiškesni. Vis dėlto teorinė galimybė sugadinti kai kuriuos durų mechanizmus, pasak specialistų, egzistuoja.

Guminės automobilių durų apsaugos detalės sugeria smūgius, tad jei smūgiai – stiprūs, guma gali deformuotis, įtrūkti ar įplyšti. Kartais jos atsiklijuoja. Į automobilio saloną gali patekti dulkių ir drėgmės. Teoriškai dėl durų trankymo gali deformuotis stiklo keltuvas kreipiančiosios, turėtų gesti pats elektrinis keltuvas, jutikliai mechanizmo viduje, troselis, kuriuo pakeliamas ir nuleidžiamas stiklas. Dėl nepamatuoto durų trankymo greičiau nusidėvės durų užraktas, ypač svarbiausia jo detalė – kablų formos fiksatorius, užrakinantis duris. Kentės mikroschemos, kontroliuojančios signalizacijos ir salono apšvietimo sistemos darbą. Kai kuriais atvejais defor-

muosis vadinamasis durų slėgio jutiklis, fiksuojantis durų atidarymą ir uždarymą, tada rodmenų juostoje užsidegs indikatorius, įspėjančio apie klaidą, lemputė. Retsykiais automobilio elektronika gali pradėti skleisti signalą, kuris įprastomis sąlygomis nurodo, kad kurios nors durys liko pravertos.

PALIKTI BAKĄ BE DEGALŲ – NERACIONALU

Esu neįgalusis, gyvenu iš pašalpos, automobilis man atstoja prarastas kojas. Pašalpa – menka, tad taupau pinigus ir naudodamasis automobiliu. Pavyzdžiui, benzino piluosi tik tiek, kad jo man užtektų nuvažiuoti į numatytą objektą ir grįžti iš jo. Tačiau neseniai kaimynas mane perspėjo, kad laikyti automobilio degalų baką tuščią nėra racionalu. Neva tai kenkia, o remontas kainuos daug. Ar tai – tiesa?

Donatas iš Anykščių r.

Kaimynas – teišus. Mus konsultavę specialistai nurodė, kad vairuotojai turi stengtis, jog visais atvejais degalų liktų ne mažiau kaip ketvirtadalis bako, o geriausia, kad būtų pripilta pusė jo. Kiek degalų telpa bake, sužinosite pavartę automobilio techninį vadovą ar paskaičiavę pildamiesi degalus. Žinoma, nebūtina bake esančių degalų kiekio aiškintis šimto gramų tikslumu. Jei degalų bake bus litru ar dviem mažiau, nei rekomenduojama, nieko blogo neatsitiks.

Vargu ar bėda ištiks ir kojų kartą kitą palikus stovėti automobilį tuščiu baku. Tačiau jeigu bakas bus tuščias nuolat, nuostolių neišvengsite. Gali sugesti vienas ar du degalų siurbliai. Kodėl du? Kai kuriuose automobiliuose vienas siurblys montuojamas šalia bako, o kitas – jo viduje. Dyzeliniai automobiliai su tiesioginio įpurškimo sistema

„Common Rail“ du siurblius turi visi, antrasis, sumontuotas tarp bako ir purkštukų, vadinamas aukšto slėgio siurbliu. Degalų bako dugne visuomet yra nuosėdų. Kai virš jų telkšo tam tikras kiekis degalų, nuosėdos žalos nepridarys. Tačiau be skysčio jos išsausėja, kyla į viršų ir gali užkimšti degalų filtrą. Šio laiku nepakeitus, kyla rizika sugadinti vieną ar galbūt abu siurblius. Benziną ar dujas pumpuojantys siurbliai – jautresni nei dyzeliniai. Todėl dyzelinių automobilių agregatai gali likti sveiki, o nuosėdomis įprastai užkemšami purkštukai. Remontas, kaip žinoma, kainuoja.

Siurblių darbas tuščiaja eiga gali į degalų tiekimo sistemą pritraukti oro, o jis vėliau trukdo siurbti degalus. Sustabdytus automobilį ir užgesinus jo variklį, šis nebeužsiveda. Norint jį vėl užvesti, teks daug kartų sukiooti raktelį užvedimo spynelėje, alinti akumuliatorių ir starterį, kol pagaliau iš sistemos oras bus išstumtas, jei dar nebus nusėdusi baterija. Jeigu to daryti iki tol nesate bandę, geriau kvieskitės techninę pagalbą.

KURIS KELIO ŽENKLINIMAS YRA VIRŠESNIS?

Skaičiau, kad tada, kai vertikalojo kelio ženklavimo nurodymai prieštarauja horizontaliojo ženklavimo (baltos ar kitų spalvų linijos, rodyklės, užrašai ir kitokie simboliai ant važiuojamosios dalies) nurodymams, privalu paklusti pirmiesiems. Kaip yra iš tikrųjų?

Eduardas iš Skuodo r.



Vertikalusis kelio ženklavimas nėra viršesnis už horizontalųjį, nes jų funkcijos – skirtingos. Pauliaus Peleckio („BNS Foto“) nuotr.

Kiekvienas žmogus yra lobis

Šviesios mintys tamsiuoju metų laiku – su Gabriele Aušra Vasiliauskaite, seserimi benediktine, teologijos mokslų daktare, Vytauto Didžiojo universiteto dėstytoja, Jungtinių Amerikos Valstijų Šventojo Vincento koledžo vizituojančia profesore.

Birutė JANČIENĖ



„Žmonės junta artumo, šilumos, gero žodžio, apsikabinimo badą“, – sako sesuo Gabriele

– **Seserie Gabriele, vienuolystė – sąmoningas pasirinkimas ar paskata po kokių nors svarbių gyvenimo posūkių?**

– Vienuolystė – mano pašaukimas, kurį nešiojau nuo vaikystės. Baigdamą vidurinę mokyklą sąmoningai rinkausi ne šeimos, o vienuolystės kelią, ne režisūros studijas Lietuvos teatro ir muzikos akademijoje, o teologijos mokslus. Nors ir ne visai žinojau, kas tai yra. Supratau tik, kad tai apima visą žmogų: nuo gyvenimo prasmės paieškų neriant į dvasinę gelmę ir psichologinių santykių verpetus iki fiziologinių, medicininių aspektų. Nors nebuvau panaši į vienuolę pagal sukurtus ir įsivaizduojamus standartus. Judri, gyva, viskuo besidominti ir visur besisukanti. Su muzika ir šokiais.

– **Kaip ten tie sportiniai šokiai?..**

– Lietuvoje, įkūrus sporti-

nių šokių federaciją, pradėtos rengti sportinių šokių varžybos. Tokios įvyko ir Kybartuose, kur buvo išrinktos penkios poros ir išsiųstos į didįjį finalą Rusijoje. Tarp jų buvau ir aš. Svaiginantys potyriai? Žinoma! Tačiau vieną dieną tėvai pareiškė – daugiau nebešoksi. Kodėl? Nes sykį negrįžau namo, likau nakvoti pas giminaičius. Buvo vėlyvas metas, o pranešti tėvams tuo metu nebuvo kaip. Tačiau tik gerokai vėliau sužinojau tikrąją priežastį, kodėl man uždraudė šokti. Tėvai būgštavo, kad jei išleis į Rusiją, manęs nebepamatys...

– **Tačiau santykis su Dievu lydėjo nuo vaikystės?**

– Mano ryšys su Dievu buvo gilus ir gyvas. Bažnyčioje lankiausi nuo mažų dienų. Tėvai (tegul ir slapčia) eidavo į bažnyčią, seneliai taip pat buvo maldos žmonės. Močiutė mirė su rožiniu rankose. Buvau dvylikos metų,

kai mirė mano tėtis. Meldžiausi, kad nemirtų, bet mirė. Tuomet labai supykau ant Dievo, ir Dievas man tapo miręs. Nustojau lankyti bažnyčią, ėmiau maištauti prieš visus ir prieš viską.

– **Bet vėliau persigalvojote?**

– Atėjo naujas tikybės mokytojas kun. Viktoras Jurčiukonis. Ir paakino padiskutuoti apie gyvenimą. Sakiau: ačiū, nenoriu. Bažnyčios jaunimas „atsilupęs“, neturiu su jais apie ką kalbėti. Bet kunigas vis ragino atsigręžti į Dievą. Tuo metu buvau pakviesta į Kultūros kamerinį chorą. Sutikau čia nuoširdžiai besimeldžiančių žmonių. Ir vėl nusišypsojau Dievui. Juk mes ir nebuvo išsiskyre – tik susipykę. Kitaip tariant, draugai, žvelgę skirtingomis kryptimis. Susitakėme, aš priėjau išpažinties.

– **Jūsų gyvenime nutiko įvairių, sunkiai paaiškinamų akistatų su Dievu, o gal ir su angelu sargu?**

– Buvau priversta prašyti Dievo pagalbos. Nors netikėjau, kad jis mane išgirs. Bet jis išgirdo ir išklaušė. Kartą lipu į traukinį ir, vos užkeliau koją ant laiptelio, – durys užsidaro. Mane tarsi kažkas stumtelėjo, ir aš atsiduriu tarp traukinio ir aukštai esančios laukimo platformos. Žiema, slidus ledas, kaip iš ten išsikabroti? Girdžiu, kad traukinys tuoj tuoj pajudės ir... mane nuneš. Staiga lyg iš niekur išnyra vienuolio ranka. Nežinau, iš kur jis ten atsirado. Ir taip pat – kur jis ūmai dingo.

– **Supažindinkite su savo vardais – tuo, kurį davė tėvai, ir tuo, kurį gavote vienuolystėje?**

– Gimiau prieš aušrą, tėvai dovanavo Aušros (šviesą nešančiosios) vardą. Mama pasakojo po gimdymo lange išvydusi nuostabią aušrą, išdavusią mano vardą. Krikšto metu dovanų gavau šv. Onos vardą. Priimdama Šv. Tvirtinimo sakramentą pasirinkau Viktorijos vardą. O su vienuoliniu vardu buvo įdomi istorija. Mūsų bendruomenėje vardai, kai esi įvelkama į abitą ir tampa naujoke, pakeičiami. Per įvilktuves vyresnioji sesuo paskelbė, kad nuo šiol Dievui ir žmonėms būsiu sesuo Gabrie-

lė. Prieš tai man siūlė Serafinos bei kitų angelų ir arkangelų vardus, bet Gabrielės vardo tarp jų nebuvo. Pasirodo, šiuo vardu pasivadinusio sesuo buvo mirusi prieš kelerius metus. Kokį vardą rinktis? Atsiverčiau Bibliją ir prieš akis – arkangelas Gabrielius. Apreiškęs Mergelei Marijai Dievo įsikūnijimą. Tas vardas man – Dievo dovanotas ir visam gyvenimui. Gabrielės vardo svarbiausia reikšmė – Dievo žinios nešėja.

– **Apie jus norisi liudyti – skleidžianti šviesą. Iš kur ta visa kam laidi meilę?**

– Kai gyvenimą priimi kaip dovaną, pats tampa dovana. Ir nesvarbu, koks tas gyvenimas – sulaužytas, sunkus, džiaugsmingas ar pilnas šviesos, – jis yra dovana. Svarbu nebijoti susitikti pirmiausia su pačiu savimi, o po to – su Dievu.

– **Sesuo benediktinė, teologijos mokslų daktarė, dėstytoja, besirūpinanti Kaunui ir jo istorijai svarbių Šv. Mikalojaus (benediktinių) bažnyčios ir viso benediktinių vienuolyno ansamblio restauracija. Iš kur ta ugnis daryti gerus darbus?**

– Gyvenimas bendruomenėje yra ne tik maldos mokykla, bet ir santykių ekspertų ugdymo dirbtuvės. Taip, tai – molio dirbinių dirbtuvės, kuriose svarbiausias žiedėjas yra Dievas. Mes norime padėti kitiems, bet ne visada galime. Gerumas yra prisilietimas prie kito molio dirbinio, kaip tu jį sušildai. Geri darbai – tai paskatinimas padrašinti kitą molio dirbinį nebijoti būti savimi.

– **Kiekvienas mūsų kelyje sutiktas žmogus nėra atsitiktinis prašalaitis, tiesa?**

– Kiekvienas žmogus yra šventa istorija. Kiekvienas esame sukurtas pagal Dievo paveikslą ir panašumą. Vadinas, kiekvienas turime dievišką įspaudą. Mes esame Dievo rankos, kurios gali apkabinti, kojos, kuriomis galime prieiti prie kito, akys, kuriomis galime žavėtis ir tyrinėti savo ir kito pasaulį, mes esame Dievo Šypsena, kuri pradžiugina kitą bendrystės artumu ir įkvepia mylėti. Todėl kiekvienas



„Jaučiuosi savo vietoje. Ne egzistuoju, bet gyvenu ir kvėpuoju pilnais plaučiais“, – teigia veiklos ir energijos nestokojanti sesuo Gabrielė. Asmeninio albumo nuotr.

sutiktas žmogus nėra atsitikinis. Mes jį sutikome savo kelyje, kad lavintume Dievo pažinimą.

– **Nes kiekvienas sutiktasis yra pamoka, pavyzdžiui, benamis – asketiškesnio gyvenimo, ligonis – atjautos?**

– To, kad kiekvienas sutiktas žmogus yra pamoka, išmokau vaikystėje. Mama visada pamaitindavo vargšus, pasodindavo prie stalo. Kai užsukdavo čigonė su čigoniuokais, mama ne būsštaudavo, bet liepdavo atnešti ko nors skanaus, atriukti lašinių ir duonos. Niekada neišvarydavo, o su didžiule pagarba jiems duodavo to, ko jie tuo metu prašydavo. Tėvai mokė nesijuokti ir nesityčioti iš pavargėlių, mokė pagelbėti senoliams. Tos gyvenimo pamokos, t. y. sutikti žmonės, ruošia mus atjautai, empatijai, pakantumui. To kiekvienam iš mūsų prisireikia.

– **Ligonių lankymas – viena jūsų veiklos sričių. Skaudūs prisilietimai prie kenčiančių sielų ir kūnų?**

– Lengviau yra atjausti gulintį ligos patalę. Bet juk yra kitokių ligonių, juolab kenčiančių vidinius nematomus skausmus. Jiems taip pat reikia dėmesio ir artumo. Mes esame pakviesti į bendrystę. Kiekvienas žmogus nori mylėti ir būti mylimas. Trokšta būti išgirstas. Tad kiekvienas susitikimas su žmogumi (vienaip ar kitaip visi kuo nors sergame) yra išgirdimas ir klausymasis kenčiančiojo. Kai Mozė stovėjo prie degančio krū-

mo, Dievas pasakė, kad ši žemė šventa, ir liepė nusiauti batus. Kiekvienas turime nusiauti nusistatymų, etikečių, įsivaizdavimų batus – kad išgirstume, ką žmogus nori pasakyti, kuo pasidalyti, – su nuostaba ir meile įeiti į žmogaus vidinę šventovę.

– **Ar tiesa yra tokia – kiek savęs atiduodame, tiek mūsų ir lieka?**

– Sakytčiau, kad savęs dovanojimas veikia sinergijos principu. Kai darbuojamės su kitais ir kartu, matematinė logika negalioja. Jei sakome, kad du plius du yra keturi, tai šiuo atveju jau yra penki. Vadinasi, jei dovanuju savo laiką, talentus ir t. t., tai sugrįžta šimteriopai. Kiek savęs atiduodame, tiek mūsų lieka? Nesutikčiau. Mes esame vertingi jau dėl to, kad esame. Mūsų buvimas šioje žemėje turi išliekamąją vertę. Galima neturėti galimybės pagelbėti fiziškai. Tačiau net ir prikaustytam prie lovos galima būti tyliu misionieriumi, malda gelbėjančiu kitą žmogų.

– **Tačiau šiandien perkūniškoje skuboje jį susvetimėjimo šaltis, netgi artumo badas. Kodėl neretai vengiamės šilto žodžio ar jaukaus apsikabinimo?**

– Žmogus visada yra tikslas, o ne priemonė. Mūsų vartotojiška visuomenė pradėjo vartoti ir patį žmogų. Kas tai? Žmogaus orumo užmiršimas. Daug girdime apie teises, kiek mažiau – apie pareigas, bet pamiršome, kas yra žmogus ir kam jis pašauktas į šį pasaulį. Stengiamės daryti gerus darbus ir juos darome, pavyzdžiui, pervesdami pinigus Ukrainos kariams. Nuostabu. Tik, būna, pamirštame patį artimiausią, tą, kuris yra šalia. Ne be reikalo motina Teresė yra pasakiusi, kad didžiausia šių dienų liga yra vienatvė. Mums reikia žmogaus, kuris mus iš tikrųjų girdėtų. Klausymasis nėra ausinukai ant ausų ir bukas linkčiojimas. Klausyti – tai girdėti, išgirsti ir atliepti. Žmonės junta artumo, šilumos, gero žodžio, apsikabinimo badą.

– **Tikriausiai tenka pabūti išklausoja – svetimų likimu, skausmų bei nuopolių?**

– Per savo trumpą gyvenimą teko išgirsti daug istorijų, sklidinų skausmo, praradimų ir, žinoma, nuopolių. Išgirstu pasakojimų, kurių net sapne

nesusapnuotum. Žmogus gali būti išties žiaurus, piktas ir tulžingas. Reikia melstis už tą, kuris nepatyrė meilės. Skausmingiausios istorijos, kurias tenka girdėti vykstant Rachelės rekolkcijoms. Jose moterys ir vyrai yra kviečiami į susitaikymą su netektimi, tai – žmonės, patyrę negimusią vaikelių netektis arba norintys susitaikyti su savo vidiniu vaiku. Mūsų klinikinės pastoracijos komandos dėka atsirado kapelis šiluvoje, skirtas negimusiems vaikeliams.

– **Ar drąsiai žmonės atsivertė, o gal reikia turėti balažin kiek sielos raktų?**

– Kiekvienas sutiktas žmogus man yra lobis. Norėdami lobį pasiimti turime jį apkabinti. Taip prasideda Skrynios – žmogaus sielos – atvėrimo kelionė. Mano raktas, bent aš taip manau, yra nuoširdumas ir paprastumas.

– **Kaip išlaikyti empatiją žmogui, aplipusiam gličiausiais geiduliais ir tame pasiklydusiam?**

– Ir aš esu nusidėjėlė, taip pat nuklystu nuo pagrindinio kelio, kuris veda į Dievą. O nuodėmė yra nepataikymas į tikslą. Ir visi mes vienu ar kitu metu nepataikome, suklystame, padarome netinkamą pasirinkimą. Ir grožis yra tame, kad pargriuvusi, Dievo Gailėstingumo skalbykloje išskalbusi, t. y. atlikusi išpažintį, keliuosi ir einu, kur esu kviečiama ir siunčiama. Būti empatiška nereikia ypatingų pastangų. Svarbiausia leisti sau klysti – juk mes nesame Dievas.

– **Gabriele, neįsakyčiau niekada ir niekam nekyla pyktis? Tai – irgi labai svarbi emocija. Kaip jį paleidžiate?**

– Pykstu, dar ir kaip pykstu – ant savęs, draugų, savo šeimos narių, bendruomenės sesių... Pyktis nėra nei geras, nei blogas. Pyktis tampa nuodėme tada, kai iš emocijos perauga į veiksmus. Pykčio emocija atskleidžia, ką savyje turėtume patobulinti, nugludinti.

– **Ar leisite užsukti į savo kasdieną?**

– Kiekviena diena – nustebinsiu – prasideda vonios kambaryje. Iš tiesų pirmiausia yra malda. Vos prabudusi ištariu: „Labas, Jėzau! „Prausiantis irgi yra specialioji malda, kaip ir rengiantis abita. Dažniausiai rytais keliauju melstis į liturgines valandas, šv.

Mišias, po to – valanda, skirta asmeninei maldai. Vėliau – universitetas, vienuolynas, įvairūs susitikimai, pokalbiai. Į celę sugrįžtu apie pusę dešimtos vakaro. O sulig žadintuvo signalu – šeštą valandą ryto – prasideda dar viena nauja diena, pilna staigmenų, susitikimų su žmonėmis.

– **Celė yra jūsų asmeninė erdvė?**

– Tai – mano eremas, į kurį niekas negali patekti. Tai asmeninio buvimo su Dievu vieta. Mano celė yra arkangelo Gabrieliaus. Celėje pasitinka angelų karalystė – gausybė angelų skulptūrėlių, statulėlių. Turiu ir savo altorėlį. Man gera yra grįžti į celę ir joje būti.

– **Pakalbėkime apie vėją galvoje – norą, banaliai tariant, išsipinti plaukus. Juk būna?**

– O taip, tikrai būna ir to reikia. Jei nemoki pasileisti plaukų, nemokėsi ir jų susipinti. Dykumos vienuoliai išmintingai pasakė – nuolat įtempta virvė vieną akimirką ima ir nutrūksta. Svarbu rasti laiko pravėdinti galvą, pakeisti vietą – išeiti iš celės ir vienuolyno, antraip galima išprotėti. Juolab turint daug darbų, maldų ir atsakomybių. Šv. Benediktas savo reguloje pabrėžia pusiausvyrą – triskart aštuoni: aštuonios valandos, skirtos darbui (maldai), aštuonios – poilsui (skaitymui) ir aštuonios valandos miegui. Poilsio laiką skiriu plaukiojimui, gamtai, kelionėms, susitikimams su draugais.

– **Patvirtinkite arba paneikite, kad būti vienuole – lygu atsisakyti gyvenimo malonumų?**

– O kas yra gyvenimo malonumai? Tai, kas padaro žmogų laimingą. Vienuoliai yra tokie pat žmonės, kurie nori būti laimingi. Savo pašaukime. Jei taip nėra, vadinasi, kažkas yra ne taip. Vienuoliui didžiausias gyvenimo malonumas yra buvimas su Dievu ir malda visame kame.

– **Ar jaučiate save išpildžiusi, pripildžiusi ir išsipildžiusi?**

– Atsimenu, per įvilktuves, kurios nutiko prieš 21 metus,ėjau prie altoriaus su balta lelija rankose, kaip Jėzaus sužadėtinė. Tuomet išgyvenau laimės pilnatvę, tą jauseną – esu žmogus visiems. Iki šiol išgyvenu tą jauseną ir visur – vienuolyne, kituose savo darbuose – jaučiuosi savo vietoje. Ne egzistuoju, bet gyvenu ir kvėpuoju visais plaučiais.

„Papuošalas – tarsi prieskonis, neturintis užgožti asmenybės“



„Dirbu ramiai, darau „senoviškus“ papuošalus ar votus taip, kaip pati jaučiu“, – teigia Kristina Dulevičiūtė. Mildos Juknevičiūtės ir asmeninio albumo nuotr.

Netikėtas „Sidabryno“ atradimas

Su K. Dulevičiūte, kuri yra ir Lietuvos autorinės juvelyrikos kūrėjų asociacijos prezidentė, susitikome istoriniame kiemelyje Vilniaus senamiestyje, Pilies g. 32, kadaise vadintame Viktorijos, Renesanso ir kitais vardais, o pastaruoju metu jis žinomas kaip „Sidabrynas“.

Praejusių amžių romantika dvelkiančio kiemelio gale ir yra nedidelė juvelyrės studija, kurioje pilna gražių daiktų daikčių, įvairių puošmenų, kurios primena kai kuriuos kūrybingos ir dvasingos moters gyvenimo įvykius, parodas, susitikimus. Čia užklydusiam prašalaičiui gali pasirodyti visko per daug, o pati šeimininkė puikiai žino, kas, kur ir dėl ko... Viskas jai po ranka, ir erdvės tarsi prasiplečia, o kai atsiranda vienokia ar kitokia proga, Kristina surengia bendraminčių susitikimą. Čia vyksta pokalbiai apie kūrybą, klausomasi muzikos, aptariamos meno ir gyvenimo naujienos, taip pat tai yra proga pamatyti naujausius juvelyrės kurtus papuošalus.

K. Dulevičiūtė, daugiausia kurianti iš sidabro, „Sidabryne“ įsikūrė prieš keletą metų, galima sakyti, atsitiktinai. „Pavadinimą, kuris mane patraukė, sugalvojau ne aš. O atsitiko taip, kad kartą eidama į darbą Dailės akademijos galerijoje „Argentum“, kurioje dirbau po savo mokslų

ir klajonių, pamačiau vyrą, prie vartų kabinantį skelbimą, kad išnuomoja šias patalpas. Mikliai sureagavau – netrukus įsikėliau su visais savo sidabrais ir įsirengiau šią studiją“, – pasakoja moteris. Beje, kiemelio pastatai dar nuo sovietmečio buvo pritaikyti menininkų dirbtuvėms, nes čia buvo įsikūręs tuometis Dailės fondas.

K. Dulevičiūtės juvelyriniai dirbiniai paprastai šioje ar kitoje vietoje, kuriose teko dirbuotis, neužsibūna, nes jie iškeliauja ne tik į parodas. Juvelyrės darbų mylėtojai renkasi juos dovanoti artimiems žmonėms. Kai kurie darbai užsakomi Prezidento kanceliarijos ir dovanojami į Lietuvą atvykusiems aukšto rango svečiams. Pavyzdžiui, pašnekovė yra sukūrusi papuošalą buvusiai Vokietijos kanclerei Angelai Merkel.

Dvi ypatingos šventės

Progos apsilankyti „Sidabryno“ kiemelyje – čia pat, nes veikia juvelyrė Kristina rengiasi dviem ypatingoms šventėms, kurios prasidės gruodžio 6 dieną. Kuo ši diena ypatinga? „Jau treči metai gražia tradicija tapo tą dieną paminėti legenda tapusios Lietuvos didžiojo kunigaikščio Žygimanto Augusto žmonos Barbaros Radvilaitės, kuri vienintelė iš lietuvių buvo pripažinta karaliene, gimtadienį. Gruodžio 6-ąją švenčiama

Viena žymiausių Lietuvos juvelyrių vilnietė Kristina DULEVIČIŪTĖ savo darbą lygina su chemijos laboratorijoje vykstančiais reiškiniais. „Pirmiausia galvoje atsiranda idėja, kuri kristalizuojasi vaizduotėje, o kad įvyktų reakcija ir pavyktų rezultatas, reikia ne tik meistriškumo, bet ir katalizatorių, kuriais tampa artimos sielos žmonės, vertinantys mano kūrybą“, – teigia menininkė.

Giedrė MILKEVIČIŪTĖ

ir švento Mikalojaus, kuris nuo seno tapatinamas su Kalėdų Seneliu, diena. Tai – dvi progos, kurios gali sudominti vilniečius ir miesto svečius“, – aiškina menininkė.

Užsukusių į kiemelį dėmesį patrauks Kalėdų šventėms papuošta Dovanų siena. Ji kuriam laikui pakeis čia įprastai pavasarį atgimstančią Debesų sieną, kuri taip pavadinta dėl debesų primenančių veidrodinių akcentų. „Ant šios sienos kiekvienas galės palikti savo kalėdinę dovanėlę ir išsirinkti jam patikusią, kieno nors pakabintą anksčiau. Tokius šventinius mainus sumanyta atverti būtent per Šv. Mikalojaus, kurį daug kas vadina Kalėdų Seneliu, dieną ir tęsti iki Trijų karalių“, – pasakoja K. Dulevičiūtė.

Renginys Barbaros Radvilaitės gimtadienio proga vyks juvelyrės studijoje, kurioje bus surengta istorinės asmenybės atminimui skirtų kaklo papuošalų iš perlų paroda „Prisimink“. Ta proga profesorė Raimonda Ragauskienė primins Barbaros laiškus, po slaptų vedybų rašytus Žygimantui Augustui iš Radvilų pilies Dubingiuose, taip pat skambės violončelės muzika.

„Mane visada jaudino šios asmenybės tragizmas bei meilės ir trumpaamžiškumo drama, kuria domėjausi dar nuo mokyklos laikų. Juk ji – Lietuvos ir Lenkijos valdovo Žygimanto Augusto mylima žmona, vienintelė karū-



Papuošalai iš perlų, kuriuos kadaise dievino B. Radvilaitė, juvelyrė įkvepia originaliems autoriniams sumanymams

nuota lietuvaite. Mes tą karališką geną turėtume labiau saugoti, – įsitikinusi pašnekovė. – Argi ne smagu, kad Barbaros ir Žygimanto Augusto meilės istorija, nors ir buvusi trumpa, išliko gyva?“

Ėjimas sidabro keliu

Iš kokių mineralų ar metalų Kristinai mieliausia kurti papuošalus? „Mano arkliukas yra sidabras, iš kurio daugiausia kuriu. Taip pat man patinka auksavimas, kuris padeda bet kokiam dirbiniui suteikti sendinto daikto įvaizdį. Tai susiję su įdomiu cheminiu reiškiniu – galvanoplastika, – aiškina juvelyrė. – Tikriausiai esate girdėję apie grafą lietuvių Teodorą fon Grotusą (1785–1822), kuris ir išrado šį metodą. Jeigu jo gyvenamuoju metu būtų buvusi dalijama Nobelio premija, tai jis tikriausiai ją būtų gavęs.“

Kristinai patinka jungti sidabrą su auksu arba auksuoti

metalo paviršių, kad jis taptų tapybiškas. Juvelyrės kūrybos kelią galima atsekti pagal galerijų pavadinimus. „Kai dirbau Vilniaus dailės akademijoje, buvau su kolegėmis įkūrusi galeriją „Argentum“ (lotyniškas sidabro pavadinimas), tokiu pat pavadinimu esu įregistravusi ir viešąją įmonę, o kitais metais svajoju įkurti naują galeriją, kuri bus skirta mano gimtinės Žiemgalos renginiams ir istorijai garsinti, primins istoriją apie tai, kad paskutinė nugalėtų žiemgaliečių tvirtovė vadinta Sidabrės pilimi. Tai toks mano ėjimas sidabro keliu“, – šypsosi juvelyrė, apgalvestaujanti, kad pastaruoju metu sidabras nepelnytai primirštas, bet ji tiki, kad jo populiarumas sugrįš.

Ugnies magija ir išskirtinis plaktukas

„Šiais laikais juvelyrams į pagalbą ateina lazeris, kai kurie modernūs įrankiai, tačiau primityviausi ir labiausiai reikalingi yra plaktukas, kaltukas, ir žinoma, ugnis. Man patinka ta su ugnies stichija susijusi kūryba iš tauriųjų metalų. Kai pamatai, kad tavo fantazija virto nuostabia, o kartais tiesiog kerinčia realybe, pagalvoji, kad visa tai galima vadinti magija“, – tikina pašnekovė.

Kristina prisiminė keistą įvykį. Kažkur skubėdama ji paliko neužrakintas dirbtuvės duris, o kai grįžo, pamatė, kad durys atidarytos, o raktai – visai kitoje vietoje. „Iš pradžių ištiko šokas, pamaniau, kad vagys išnešė brangius pusgaminius, pavogė dar ką nors, bet labiau rūpėjo ne tos brangenybės, o tai, ar liko dar nuo studijų pirmojo kurso



K. Dulevičiūtės sukurti votai įprasmina dėkingumą už svarbius gyvenimo įvykius ir sveikatą

mano pamėgtas plaktukas, – kvatoja juvelyrė. – Jis senas, bet man labai svarbus, nes patogus laikyti ir dirbti. Aš jį pirkau iš vieno meistro Panevėžio turguje. Beje, juvelyrų globėjas šventasis Eligijus vaizduojamas taip pat su plaktuku rankose.“

Kelio pradžia – Telšiuose

Paklausta apie juvelyrikos kelio pradžią, moteris trumpai susimąsto: jos gyvenimo kelias apskritai buvo sudėtingas, vingiavo iš vieno miesto į kitą, o darbai keitėsi. Gyvendama su tėvais Pasvalyje ji mokėsi Petro Vileišio gimnazijoje. Dar trečioje klasėje mergaitė pareiškė, kad bus dailininkė ir stos į arčiausiai esančią Telšių aukštesniąją taikomosios dailės mokyklą. Pasirodo, jai didelį įspūdį darė gimnazijos koridoriuose kabantys žymių šalies dailininkų Petro Kalpoko, Antano Žmuidzinavičiaus, Sofijos Veiverytės, Leonardo Gutausko, Gražinos Didelytės paveikslai. Taip pat įtakos turėjo ir dailės būrelio mokytoja Nerutė Čiukšienė – pastebėjusi, kad mergaitė patinka medžiagiškumas, skatino ją kurti keramiką. „O ko tik aš pati nenorėjau išmėginti? Traukė studijuoti ir teisę, paskui galvojau apie sociologiją, geologiją, prancūzų kalbą, bet dvyliktoje klasėje niekam nesakiusi nunešiau dokumentus į tą Telšių taikomosios dailės mokyklą, kuri vėliau tapo Vilniaus dailės akademijos filialu“, – pasakoja Kristina.

Anot jos, buvo visokių momentų, kad net norėjo mesti mokslus, nes susidomėjo pranciškonų vienuolynu Pakutuvėnuose, lankėsi Kretingoje, domėjosi katalikų bendruomenės „Gyvieji akmenys“ veikla Kaune, dievoieška ją nuvedė pas Tėvą Stanislovą į Paberžę. Jai visada patiko atlaidai, o ypač vykstantys mamos tėviškėje Lauksodyje.



Gyvenimo pamokos

„Metalo plastikos meistrė“ – įrašas Telšiuose gautame diplome jos savininkės pernelyg nedžiugino, nes, anot jos, priminė sovietmetį. Tad pašnekovė neskubėjo įsidarbinti, o patraukė į dvasinę kelionę pas Betliejaus seseris į Prancūziją, o iš ten – į Palaiminimų bendruomenę.

„Dvasinėje kelionėje svetur nusprendžiau, kad metas grįžti į Lietuvą ir bandyti stoti į universitetą studijuoti psichologijos, tačiau pavėlavau į stojamuosius. Tada pasirinkau gyventi Palangoje ir padirbėti gaminant gintaro papuošalus, tačiau šis darbas manęs nesužavėjo, o draugai, kurių turėjau nemažai, vis ragino važiuoti į Vilnių“, – pasakoja K. Dulevičiūtė.

Atvykusi į sostinę Kristina užsiregistravo Darbo biržoje. Jai buvo pasiūlyta padirbėti Valakupių reabilitacijos centre – ji mokė juvelyro amato judėjimo negalią turinčius žmones. „Visko buvo, tačiau nepakėlusio tokio darbo krūvio, išėjau. Galiausiai atsidūriau ten, kur ir traukė širdis, – Vilniaus dailės akademijos galerijoje, 13 metų dirbau parodų kuratore ir pati kūriau“, – prisimena juvelyrė.

Kūryba – ir darbas, ir poilsis

Juvelyrė Kristina atvirauja, kad jai geriausias poilsis – kai susitinka su žmonėmis, kurie vertina jos kūrybą, ir kartu aptaria kokį nors užsakymą. „Man, žinoma, patinka ruošti kokius nors parodai, keliauti ar diskutuoti su kolegomis apie juvelyrinką, bet tiesiogio dievinu tą laiką, kai sėdžiu viena dirbtuvėlėje ir esu visa savo esybe pasinėrusi į kokį nors kūrinį žmogui, kuris man – ne vien tik užsakovas. Štai dabar viena šeima, su kuria seniai bendrauju, užsakė anūkei sukurti originalų papuošalą. Tik

ne viskas einasi sparčiai, kaip norėtūsi. Vis dėlioju, svarstau, koks ornamentas ar simbolis geriausiai tinka, nes juvelyrinis papuošalas neretai tampa ne tik asmenine, bet ir šeimos relikvija. Esu perfekcionistė, dažnai pergalvoju kelis projektus, kad išsirinkčiau labiausiai tinkamą“, – sako K. Dulevičiūtė.

Kristinos pažįstami ir artimi žmonės būtent pas ją užsako ir votus – sakralius padėkos ženklus, (lotyniškai *votum* – auka, noras, pažadas, ženklas, kuris kabinamas ant šventų paveikslų, išreiškiant padėką už patirtas malones, maldas). Pasak juvelyrės, su voto užsakovu užsimezga visai kitoks santykis, nes dėkojimas yra labai galingas dalykas.

„Jeigu žmonės vieni kitiems daugiau dėkotų, nebūtų to beprotiško vienas kito niekinimo, lipimo per galvas, pavydo“, – tikina juvelyrė. Šią relikviją tinka dovanoti svarbių įvykių: vestuvių, jubiliejų, krikštynų – progomis. Tai – tuščiaidurė relikvija, ir kokią padėką ar kitą intenciją į ją įdėsite, kiekvieno asmeninis reikalas. Čia visu gyliu atsiveria žmogaus esybė, jo būseną ir lūkesčiai iš to, kuris gimė Kūčių naktį. Kalėdos – stebuklo ir laimėjimo šventė, todėl votas būtų labai sviri dovana bet kam. Juvelyrė atskleidžia, kad turi susikūrusi ir savo votą, kuris yra jos mėgstamiausias papuošalas. „Kai ateis laikas, padovanosiu jį bažnyčiai“, – sako moteris.

Juvelyrė pamini dar vieną relikviją, kurią jai paliko močiutė, – prosenelės iš vilnos pintą rožinį. Jos nuomone, tikintys žmonės neretai nesureikšmina rožinio prasmės, nes jiems tinka bet koks, kad ir paprasčiausias iš plastikinių karoliukų.

„Atėjo laikai, kai į viską žiūrima paviršutiniškai. Mane labai įkvėpė Radvilos Našlaitėlio rožinis, kurį mačiau Radvilų giminei skirtoje ekspozicijoje. Tada ir pagalvoju, koks rožinis turėtų būti svarbus kiekvienam tikinčiajam. Teko jų matyti iš gintaro, sidabrinų, bet galėtų būti ir auksinių. Tai priklauso ir nuo žmogaus gyvenimo būdo ir piniginės istorio“, – svarsto moteris.

Tiesa, juvelyrė sako pastebinti, kad, palyginti su sovietmečiu, nedaug yra likę žmonių, kuriems svarbios šeimos relikvijos.



Ir šiemet nuo gruodžio 6 d. „Sidabryno“ kiemelyje bus įrengta Kalėdų dovanėlių mainų siena

Aidas Giniotis: „Visos mano veiklos veda į teatrą“

Nors Aidas GINIOTIS šiandien turi įvairiausias veiklas, jis dažniausiai atpažįstamas kaip Keistuolių teatro kūrėjas, kur dvasinio peno jau 35-erius metus semiasi ir vaikai, ir suaugusieji, ir patys aktoriai. „Jei būčiau tik aktorius, vaidinantis vaikams, būčiau jau išprotėjęs“, – kitus savo pasirinkimus pateisina jis.

Laimius STRAŽNICKAS

– Praėjusį kartą kalbinau jus atšventusį 40-ąjį jubiliejų, šį kart – 60-metį. Ar jums laikas greitai bėga?

– Greitai. Ir kuo toliau, tuo greičiau. Kaip sako mano broliukas, kai rogutės į kalniuką – tai labai lėtai, o kai nuo kalniuko – labai greitai.

– Amžiaus skaičiai jus gąsdina?

– Aš žiūriu į juos kaip į biologinį faktą, o daugiau kokių nors moralinių spazmų neįsivaizduoju. Visą gyvenimą man būna dienu, kai norisi skristi, bet būna ir kai norisi pasislėpti nuo visų.

– Gal jubiliejui buvote išsikėlęs kokį nors svarbų tikslą?

– Prieš kokias dvi savaites jubiliejaus proga nusprendžiau pasidovanoti ypatingą dovaną – su sūnumi nuvažiuoti į Jungtinę Karalystę – per Liverpulį į Mančesterį ir pažiūrėti Polo Makartnio koncertą, nes nuo vaikystės esu bitlomanas. Bilietai jau užsakyti, nakvynės rezervuotos, laukia pažintis su Liverpuliu ir gyvas P. Makartnio koncertas. Manau, kad per tiek metų nusipelniau tokių išpūdžių.

– Kas per tuos 20 metų įvyko reikšmingiausio jūsų gyvenime?

– Reikėtų viską atsukti atgal, nors nesu dėmesingas savo kūrybos sekėjams. Be abejo, turėčiau paminėti teatro laboratoriją

„Atviras ratas“ – tai neabejotinai yra vienas didžiausių mano džiaugsmų. Per tą laiką pasaulį išvydo jau trečia studentų laida, ir mano pedagoginė veikla tęsiasi toliau. Taip pat pastatyta nemažai spektaklių. Dar buvau apdovanotas ordino „Už nuopelnus Lietuvai“ Riterio kryžiumi. Negaliu sakyti, kad pradėjo sektis ar daug blogiau, – tiesiog viskas tekėjo sava vaga.

– Nepaisant to, kad dabar turite daug įvairių veiklų, ar nesijaučiate nutolęs nuo Keistuolių teatro, kurį su bendraminčiais įkūrėte prieš 35 metus?

– Ne, kaip tik sakyčiau, pastaraisiais metais yra mano aktyvus laikotarpis Keistuolių teatre. Labai daug širdies tam reikalui atiduodu. Buvo metas, kai daugiau širdies buvau palikęs „Atvirame rate“, o dabar su naujų aktorių įsiliejimu daugiau dėmesio reikiu Keistuolių teatrui.

– Kuo skiriasi dabartiniai „keistuoliai“ nuo anų laikų „keistuolių“?

– Kalbant apie asmenis, yra didelių pasikeitimų. Mano kartos žmonės jau mažiau vaidiname ir galbūt daugiau atsidedame bendresniam vairavimui ir jaunimo įtraukimui. Bet šiaip mes visą laiką buvome keistas teatras, kuris bandydavo ką nors naujo ir netikėto. Manau, kad ši



„Neįsipaunioti į rutinas man padeda tai, kad turiu ne vieną veiklą“, – sako aktorius, režisierius, kompozitorius, dainų kūrėjas ir atlikėjas, teatro pedagogas Aidas Giniotis. Elenos Krukonytės nuotr.

dvasia yra gana gabi ir gyva. Turiu omenyje ne pirmąją, o ateinančias kartas – yra žmonių, kurie pritapo, kurie nori kurti gana nelengvomis sąlygomis, su visišku atsidavimu, atsakomybe ir supratimu. Ir tai yra labai džiugu.

– Kas jums yra Keistuolių teatras?

– Pirmiausia tai alternatyvi aktorių saviraiška, originalus požiūrio kampas, tai teatras, kuris be dialogo su žiūrovais yra neįmanomas, o visa kita jau pasakys žiūrovai. Yra labai daug žmonių, kurie žino, kas yra Keistuolių teatras, kartais geriau nei mes patys.

– Ar tokį teatro kelią įsivaizdavote jį kurdamas?

– Visiškai neįsivaizdavau to kelio, atrodė, kad kūrėme tai, kas tą dieną gerai ir smagu, bet iš esmės kūrimas to, kas tau smagu ir gera – ar tai džiaugsmas, ar skausmas, kuris tave lydi gyvenime, – jis visą laiką toks ir buvo čia ir dabar. Dėl to nepajutau, kad būtume ar išsisėmę, ar per daug subrendę, ar nesubrendę, – tiesiog gyvenom taip, kaip norėjosi. Ir tai yra didžiausias plusas, dėl ko iki šiol man neatšibosta dirbti Keistuolių teatre.

– Iki šiol jūs esate teatro direktorius?

– Aš esu direktorius, kuris simboliškai prižiūri, kad ko nors nepadarytume labai negerai, beveik ne direktorius, o dvasinis revizorius. Nors aš pasirašinėju visus dokumentus, yra labai daug žmonių, kurie tą naštą neša kartu, – tikrai nesu vienvaldis.

– Prie jūsų pavardės rašoma

labai daug titulų: aktorius, režisierius, kompozitorius, dainų kūrėjas ir atlikėjas, teatro pedagogas, profesorius. O kuris jų jums mieliausias?

– Pastaruju metu daug mažiau ir suvokiau, kad visi tie mano žingsniai, kuriuos žengiu, susiję su vienu – aš esu teatro kūrėjas. Man patinka kurti teatrą – tokį, koks yra Keistuolių, ar tokį kaip „Atviras ratas“. Net kituose teatruose statydamas spektaklį kuriu tarsi atskirą teatrą.

– Kaip ir kodėl atsirado „Atviras ratas“?

– Tai buvo visai kitokia teatrinė kalba, kitoks žanras, tai, ko Keistuolių teatre net nebandom daryti, o pradėjau bandyti su studentais. Taip gimė kitokia raiška, kuri būtų galėjusi gyvuoti ir Keistuolių teatro repertuare, jeigu būtume ją integravę. Bet ji buvo tokia savita, kad norėjosi kažko savitiško, su kitokiu žiūrovu. Ir mes tai padarėme, nors žmonės dabar dirba ir Keistuolių teatre, ir „Atvirame rate“, susiformavusiame iš kurso, kuriam vadovavo Vladas Bagdonas ir aš.

– Šiais laikais lengviau įkurti teatrą?

– Ir taip, ir ne. Mes tiesiog turėjome mažiau konkurentų, mažiau informacijos šaltinių, iš kurių žiūrovai gautų įvairių nuomonių, informacijos, reklamos. Šiais laikais jos tiek apstu, kad žmogus gali pasimesti nežinodamas, su kuo turi reikalą ir ką pamatys atėjęs į spektaklį. Kita vertus, tais laikais nebuvo jokių paramos fondų, mes turėjome

verstis iš nieko, vienintelės pajamos buvo žiūrovų bilietai.

– **Kiek jūsų darbe yra pasiaukojimo žiūrovams ir savi-realizacijos ambicijų?**

– Aš nevadinčiau to pasiaukojimu žiūrovams. Aš tikiu, kad teatras turi išskirtinę kultūrinę misiją ir tai ne vien profesija ar pragyvenimo būdas. Manau, kad žiūrovai mums reikalingi ir mes pas juos einame. Kartais jie būna vampyrai, bet ir mes turbūt atsakome tuo pačiu – norime, kad jie mus girdėtų ir klausytų. Nevadinčiau to pasiaukojimu, vadinčiau noru būti išgirstam, suprastam. O asmeninės ambicijos? Na, kad jos niekur neveda. Ambicija gal tinka labai jauniems. Aišku, kai baigiau akademią,

mas toks, apie kurį visi sako: „Koks puikus spektaklis“, „Kaip aktoriai gražiai vaidina“...

– **Koks buvo paskiausias jūsų spektaklis?**

– „Turkio spalvos monstras“. Kol kas jokios naujo spektaklio repeticijos nevyksta. Po paskutinės premjeros neėmiau jokio darbo, galvojau, kad šį semestrą su studentais dirbsime prie V. Šekspyro ištraukų, o paskui žiūrėsiu. Kartais mėgstu pabaigęs vieną darbą atsisėsti, pasijusti išsivalęs, švarus ir tada pradėti vėl svajoti. Ateina labai tikslios ir labai geros mintys. O kai darbas veja darbą, pasijunti įsipainiojęs į rutinos pančius.

– **O kaip renkatės pjeses, kurias norėtumėte statyti?**

tys, tik jauno žiūrovo spektaklis yra trumpesnis, tai laiko prasme mažiau sugaišti laiko. Aš niekada nežiūrėjau į vaikišką spektaklį atmetinai, kaip į chaltūrą. Jei ką nors kuriu vaikams, stengiuosi, kad man būtų įdomu. Buvo pertrauka, kai ilgai nestačiau vaikams. Nenorėjau. Teatras nėra fabrikėlis, kuriame miršta kūrybos džiaugsmas.

– **Kokiu principu savo spektakliams atsirenkate aktorius?**

– Priklauso nuo medžiagos. Apskritai labiausiai mėgstu tuos, kurie yra aktyvūs, nebijo oponentų, nelaukia režisieriaus sprendimo, patys daug daro. Bet kadangi Keistuolių teatre daug mano mokinių, jie tai moka ir kartais labai nustemba patekę

davome filmuoti filmus, ir studentų kursus rinkome. „Keistuolių“ specifika tuo ir gera, kad mes nenusibostame patys sau.

– **Ar šiandien dažnai užlipate į sceną kaip dainininkas?**

– Buvo jubiliejinis koncertas, kuriame dainavau beveik tris valandas su kitais. Užlipu, gal net dažniau nei kaip aktorius. Dabar vaidinu nedaug – tik „Geltonų plytų kelyje“ ir „Varne“. Ir nesiveržiu, nes pilna aktorių, kurie tai daro gerai, geriau už mane. Tegul, čia jų pagrindinė profesija. O aš – režisierius, kuris sukuria kūrybinę erdvę kitiems, taip pat ir pedagogas su ta pačia funkcija.

– **Kai pavargstate nuo kūrybos, kam labiausiai norisi atsiduoti?**

– Sėdu prie dėlionių, kompiuterinių žaidimų... Labai banalu, bet taip yra. Kai keliauji, labai atitrūksti ir pailsi. Nesvarbu, kur, bet svarbu žengti iš namų bent jau 50 kilometrų.

– **Ar sūnų Igną apsaugojote nuo scenos?**

– Ne, jis studijuoja vaidybą. Aš jo baisiai neatkalbinėjau ir tikrai neverčiau rinktis tokios profesijos. Bet jis kūrybiškas, muzikuoja, jam patinka būti scenoje. Tai jo gyvenimas, tegul bando, juolab kad vaidybos, režisūros, aktorystės studijos yra labai įdomios, brandinančios ir praplečiančios žmogaus mąstymą.

– **Ar jau žinote, ką reikšmingo norėtumėte nuveikti per kitą dešimtmetį?**

– Nežinau, kitą savaitę sugalvosiu. Dabar – Šekspyras su studentais, mintyse daug kas kirba, reikės atsidaryti stalčiuką ir peržiūrėti, prisiminti... O gal sukursime filmą – paskutinę „Brėmeno muzikantų“ dalį, kuriam scenarijus jau seniai parašytas. Dar noriu dainų kompaktinį diską išleisti. Lauksiu, kas bėsis, tam ir atidarysiu.

– **Ko dar jums trūksta iki visiškios laimės?**

– Aš gimiau su laimės marškinėliais lapkričio 17-ąją. Mane Dievulis mylėjo, manau, kad man sekėsi. Dėl to esu laimingas. Galvodamas apie ateitį, labiausiai noriu, kad visokios institucijos kuo mažiau mums trukdytų, o leistų kurti ir gyventi ramiai. O kitokia laimė – kad žiūrovai eitų ir žiūrėtų. Bet manau, kad viskas priklauso nuo mūsų pačių.



Keistuolių teatrui atiduota labai daug širdies. Vaidmuo spektaklyje „Brėmeno muzikantai“



Su kurso draugais, o vėliau – ir kolegomis. Asmeninio albumo nuotr.

buvau jaunas, matyt, turėjau ambicijų – tu nori, kad tave žinotų, nori būti populiariesnis, kad tave pamatytų garbūs teatraliai. Taip, tada būni ambicingas, bet paskui tiesiog dirbi, ir didžiausia laimė ne tai, kiek tave pastebi, o kiek tau malonu tai daryti. Dėl to mane kuo toliau, tuo labiau džiugina ne pats rezultatas, o būtent procesas. Jei šiais bėgimo laikais mes turime galimybę kokių tris mėnesius, o gal ir pusę metų, statyti spektaklį, analizuoti, repetuoti nevarant arklių, tai yra iš tikrųjų be galo didelis profesinis malonumas.

– **Teatras yra režisieriaus ar visos trupės balsas?**

– Režisierius turi didelę atsakomybę, bet tikiu sena išmintimi, kad režisierius turi ištirpti spektaklyje. Man nuostabi režisūra yra tuomet, kai viskas puikiai sueina į visumą: ir scenografija, ir kostiumai... Gal pasirodysiu senamadiškas, bet man labai patinka, kai rezultatas pasiekia-

– Atvirai pasakysiu, dar nuo jaunystės iš akademijos laikų mano stalčiukuose sukaupta daug medžiagos, kuri laukia savo eilės. 2014 m. pastačiau spektaklį „Apie žmogų, nužudžiusį gulbę“. O jį įkvėpė 1994 m. spaudoje pasirodžiusi žinutė, kad Kauno zoologijos sode žmogus nužudė gulbę ir ją suvalgė. Išsikirpau tą žinutę ir įsidėjau į bloknotelį. Praėjo keliolika metų ir išėjo spektaklis.

– **Koks žanras jums patraukliausias?**

– Iš tikrųjų tragikomedija. Man malonu, kai džiaugsmas, skausmas, juokas ir ašaros keičia vienas kitą, man patinka emociniai kalnėliai. Tai liečia ir dramaturgiją, ir vaidybą, ir režisūrą. Aš pats negaliu ilgai žiūrėti labai rimtų dalykų, juoktis ilgai irgi neįmanoma, gal dar net baisiau.

– **Kam kurti sunkiau: jaunam ar brandžiam žiūrovui?**

– Teatriniai, dramaturginiai, režisūriniai dėsniai yra tie pa-

į valstybinį teatrą, kur kitokios tradicijos, kur be režisieriaus repeticijos nevyksta.

– **Kas sunkiausia yra režisieriaus darbe?**

– Sunkiausia yra atsakomybė, plika akimi nepastebima. Man didžiausia kančia yra žiūrėti savo spektaklį. Anksčiau buvo lengviau, o dabar fizinės ir moralinės kančias patiriu, kai matau, kai spektaklyje kas nors blėsta, gęsta ar aktorius nevaidina taip, kaip turėtų vaidinti. Jei kas mane tada filmuotų, išeitų juokinga komedija, kaip režisierius vaiposi žiūrėdamas savo spektaklį.

– **Ar turint tiek veiklų yra pavojus įsipainioti į rutinos pančius?**

– Man padeda tai, kad turiu ne vieną veiklą, nors visos jos veda į tą patį teatrą. Jei būčiau tik aktorius, vaidinantis vaikams, jau būčiau išprotėjęs. Dėl to mes ir keisdavomės – vaidindavom ir koncertuodavome, ir sugalvo-



Pasitinkant advento laikotarpij

Ypatingas dėmesys – namų jaukumui

Žurnalistė, televizijos laidų vedėja Rūta Lapė tvirtina, kad namų šv. Kalėdoms dar neprasidėjus adventui nepuošia. Moters nuomone, tai padarius labai anksti gali dingti šventiškumo ir sakralumo jausmas – juk akys per daugiau nei mėnesį prieš puošmenų pripranta ir švenčių laukimas per tą laiką tarsi išgaruoja. „Be to, dirbant televizijoje advento laikotarpis būna intensyvus – turime laidas parengti kiek anksčiau ir nudirbti darbų į priekį. Filmavimai per didžiąsias metų šventes nevyksta, taigi tą laisvą savaitę galime laiką leisti su šeimos nariais. Mano vaikai

džiaugiasi šokoladiniais advento kalendoriais, o atradusi galimybę eglutę įtaisysiu namų terasoje. Kai ją su žibančiomis lemputėmis apsninga, pro langą matome ypač gražų vaizdą, tai tampa pačia gražiausia dekoracija. Mažai to, taip namuose sutaupome vietos. Kasmet stengiuosi minimaliai atnaujinti šventinių puošmenų atsargas, nors neslėpsiu, kad parduotuvėse matomi vaizdai išties traukia akį. Kai kurie mano turimi žaisliukai yra labai seni – palaikau tvarumo idėją, juolab kad kasmet tas pačias dekoracijas galima panaudoti kitaip, kitose erdvėse“, – dėstė R. Lapė.

Rūta kiekvienais metais perka Kalėdų gėlę vadinamą puošniausiąją karpažolę, tad ji savo raudonais žiedais puikiai papuošia namus. Jaukumas juose žurnalistei – labai svarbus, tam moteris skiria ypatingą dėmesį, ypač šaltuoju sezonu.

„Gruodžio mėnesį, kad ramia širdimi sėstume prie Kūčių stalo, reikia pagyventi didesniu tempu. Kiekvieną savaitę atiduodu visuomeninę duoklę, lankausi įvairiuose renginiuose, o tai taip pat užima laiko. Šventinė tematika renginiuose jau juntama, man tai suteikia įkvėpimo ir galimybę dar stipriau patirti



didžiųjų švenčių laukimą. Taigi, kalbant apskritai, advento laikotarpis yra skirtas namų jaukumui kurti ir šių metų darbams pabaigti“, – atkreipė dėmesį pašnekovė.

Pasninkauti nepavyksta

Grupės „El Fuego“ narys Paulius Bagdanavičius teigia žinantis, kad per keturias savaites iki šv. Kalėdų trunkantį advento laikotarpį pagal senąsias tradicijas siūloma susilaikyti nuo triukšmingų pasilinksminimų, pieno produktų ir mėsos vartojimo, tačiau atvirauja, kad pasninkauti šiuo laikotarpiu jam sudėtinga: koncertų gruodžio mėnesį atlikėjas turės net 20, o keliaujant tenka dažnai sustoti degalinėse, tad neretai jose įsigyjama tokio

maisto, kuris nebūtinai tinka adventui.

Kokiomis nuotakomis vyras pasitinka prieššventinį laiką, ar jau puošia namus? „Šventinėmis namų puošmenomis gruodžio mėnesį visuomet pasirūpina žmona. Gruodžio pradžioje namuose papuošiame eglutę, taip pat pakabiname vainiką, o vaikai nekantriai laukia, kol galės mėgautis šokoladinio advento kalendoriumi. Jeigu tokio kalendoriaus neslėptume, gali būti,



kad visi skanumynai būtų suvalgyti per dieną. Beje, mūsų dukra Paulina kaip tik ruošiasi Pirmajai

Komunijai, tad šiuo laikotarpiu į bažnyčią tenka nueiti dažniau. Taip pat prieššventiniu laikotarpiu aktyviai koncertuojame su grupe. Mūsų atliekamos dainos yra klasikos kūriniai, kuriantys šventinę, proginę nuotaiką, tad gruodį vykti į turą po Lietuvą pasirinkome neatsitiktinai. Be to, šventinės nuotakos pasisėmiamie iš kiekvieno koncerte apsilankančio žmogaus. Juolab kad miestai, kuriuos aplankome, jų gatvės gruodį jau būna papuošti dekoracijomis, įžiebtos būna ir eglės – šie vaizdai tikrai nuteikia šventiškai“, – pabrėžė P. Bagdanavičius.



Junta švenčių laukimo džiaugsmą

Dainininkas Karolis Akulavičius gruodį namuose praleidžia mažiau laiko, todėl šventinę nuotaiką juose pradeda kurti lapkričio pabaigoje. Pasak vyro, jam norisi anksčiau pajusti advento dvasią, pabūti su šeima, vaikais, o tai jam geriausiai pavyksta padaryti būtent laiką leidžiant namuose.

„Žinoma, koncertuodami su kolega švenčių laukimo džiaugsmą taip pat pajuntame, ypač bendraudami su publika,

matydami žmonių šypsenas, atsipalaidavimą, pozityvumą. Kalbant apie kalėdines puošmenas, mano mama gamina rankų darbo vainikus, tad jais mes puošiamė židinį ir kitas namų erdves. Kalėdinis kėnis irgi jau užsakytas – šventinę dvasią į namus norėjome įsileisti kuo anksčiau. Be to, žmona šiuo metu laukiasi trečiosios mūsų atžalos, tad jai nėra taip lengva pasirūpinti visais namų kampais. Nors esame tikinti šeima, išskirtinių advento

tradicijų nesilaikome, tačiau į bažnyčią per Kalėdas nueiname. Beje, turiu idėją kitais metais suorganizuoti dovaną gimtosios Akmenės bažnyčiai. Norime nekomerciniais tikslais padovoti jaukų koncertą savo krašto žmonėms“, – planais dalijosi K. Akulavičius.

Kalbėjosi Eglė ANDRUŠKEVIČIŪTĖ, Pauliaus Bagdanavičiaus ir Karolio Akulavičiaus asmeninių albumų bei Andriaus Ufarto nuotr.

Asmeniškasis projektas

Žurnalistas, keliautojas ir TV laidų vedėjas Orijus Gasanovas parašė pirmąją savo knygą. „Orijaus kecionės. Receptai“ – taip pavadinta knyga, kurioje, pasak jos autoriaus, susijungia trys jo meilės: kelionės, maistas ir fotografija. „Joje rasite mano pasakojimų ir nuotraukų iš labiausiai lietuvių lankomų šalių. Ir svarbiausia – ten atrastų receptų. Tai knyga tiems, kas mėgsta valgyti. Tokiems kaip aš“, – teigė O. Gasanovas.

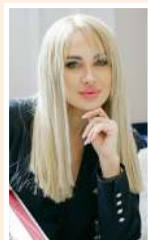
Garsaus keliautojo knyga šiuo metu jau yra pasiekusi spaustuvę, o pirmieji ją įsigijusieji gaus ir ypatingą dovaną.

Gailisi vairavęs neblaivus

Vilniaus miesto apylinkės teismas pradėjo nagrinėti bylą dėl aktorius Ramūno Cicėno, kuris rugsėjį įkliuvo girtas prie vairo. Kaltinamasis pripažino savo kaltę ir tikino, kad gėrė naktį ir ryte jautėsi galintis vairuoti. Tačiau tokiais žodžiais suabejojo prokuroras, įtaręs, kad jis sako netiesą, rašo *delfi.lt*.

R. Cicėnas buvo sustabdytas rugsėjo 8 d., 10 val. 50 min., Valakampiuose. Vyrui, sėdusiam prie „VW Tuareg“ vairo, nustatytas 1,55 promilės girtumas, kitu pūtimu – 1,74 promilės. Pagal Baudžiamąjį kodeksą, kai vairuotojui nustatomas didesnis nei 1,51 promilės girtumas, jam gresia bauda arba areštas, arba laisvės atėmimas iki vieno metų. Taip pat įprastai tokiais atvejais konfiskuojamas ir automobilis kaip nusikaltimo padarymo priemonė. „VW Tuareg“, prie kurio vairo sustabdytas R. Cicėnas, priklauso jo partnerei aktoarei Rimantei Valiukai. Automobilį jie pirkė kartu.

Teisėja priminė ir kitą atvejį, kai R. Cicėnas 2011 m. girtas sukėlė avariją, ir teiravosi, kodėl vėl sėdo neblaivus prie vairo, nors už tai jau buvo baustas. Aktorius į šį klausimą neatsakė, pratylėjo. 2011 metais jis girtas įsirežė į šviesoforą vienoje Vilniaus sankryžoje. Tąkart jam nustatytas 2,06 promilės girtumas. Aktoriui buvo 4 metams atimta teisė vairuoti, jis turėjo sumokėti 4,5 tūkst. litų baudą.



Švenčia skyrybas

Skyrybų proga – prabangi dovaną sau: taip save nusprendė palepinti pagaliau oficialiai išsiskyrusi verslininkė, dainininkė, vizažo meistrė ir savo vardo grožio namų įkūrėja Oksana Pikul, įsigijusi naujutėlį automobilį, rašo *delfi.lt*. Nauju pirkiniumi garsi moteris pasidžiaugė pasidalydama keliomis džiaugsmingomis akimirkomis socialiniuose tinkluose.

Moteris teigė, kad nuo šiol gatvėmis ji riedės su „Mercedes Benz E400“ hibridiniu automobiliu. „Aš esu praktiška moteris, tad iš esmės rinkausi ir praktišką automobilį. Tai yra hibridas – elektra ir benzinu varomas automobilis. Jį galima ir įkrauti, o pasibaigus energijai jis persijungia į benzininį. Tai yra naujusias modelis, labai patogus“, – džiaugėsi O. Pikul.

Įvykus oficialioms skyryboms su garsiu krepšininku Simu Jasaičiu, apie savo emocijas Oksana pasakojo atvirai: „Ši data man bus svarbi ir įsimintina, nes tapau teisiškai išsiskyrusia moterimi...“ – teigė O. Pikul.

Kitoks pasaulis ant bangos

Ekstremalaus projekto „LNK iššūkis. Pagauk bangą!“ dalyvių treneris Rokas BAKSTYS teigia, kad banglentės dažniausiai žmones pakeri sunkiai nusakomu pojūčiu, patiriamu skrodžiant bangos paviršiumi.

– Ar yra skirtumas, kur mokytis čiuožti banglente – uždara baseine ar atviroje jūroje?

– Baseine turbūt lengviausia išmokyti čiuožti banglente, bet, aišku, yra ir kitų niuansų – mes patys nepasigauname bangos, ką reikia padaryti vandenyne. Baseine kone per vieną sesiją galima pasiekti tai, ką pradėdamas jūroje sugaištum visą sezoną.

– Sutinkate, kad banglenčių sportas – daug rizikingesnis nei, pavyzdžiui, krepšinis?

– Manau, kad kiekviena sporto šaka turi savų rizikų. Čia negali prognozuoti savo santykių su gamta. Tačiau turėdamas įgūdžių gali tai daryti saugiai, nors banglenčių sportas ir laikomas ekstremaliu.

– Kodėl žmonės žavi si tokiu „ekstrymu“?

– Mano manymu, nepabandęs to nesuprasi. Tik pasigavęs bangą supranti, koks tas jausmas nepakartojamas, ir jo norisi dar ir dar. Taip paskui ir vaikaisi jį visą gyvenimą.

– Banglentėms vienos vietos tinka ir Baltijos, ir Viduržemio jūra?

– Viduržemio jūra nėra populiari norint užsiimti šia veikla, ten geriau plaukioti jachta. Geriausiai tinka vandenynai. Jūroje skrosti banglente galima, tačiau ne visada yra tam tinkamos sąlygos – viskas priklauso nuo dugno reljefo.

– Kokia banga yra tobula?

– Nedrįščiau įvardyti,



Dane Gillet nuotr.

kokia ji. Kokią pasigauni, kokia čiuožti, ta ir tobula. Tiesiog laukiama gerų sąlygų, kuriomis susidarytų tavo mėgstamo dydžio banga. Vienam jos reikia 10 metrų aukščio, kitam – 2–3 metrų. Nuo bangos aukščio priklauso ir čiuožimo stilius, ir disciplinų skirtumai – yra trumpų ir ilgų lentų disciplinos, kur vyrauja visiškai skirtingas čiuožimo stilius ir reikia visiškai skirtingų bangų: vienur – plokštesnių, kitur – aštresnių.

– Ar galima banglenčių meno išmokyti savarankiškai?

– Visą galima išmokyti savarankiškai, bet turbūt dešimt kartų ilgiau tenka mokytis. Norint išmokyti greičiau ir apsisaugoti nuo traumų, pasisemti naudingos patirties, išvengti neigiamos informacijos, su kuria susiduriama mokantis savarankiškai, geriausia eiti į mokyklą ar kursus. Tai leidžia sparčiau tobulėti.

– Kokios savybės labiausiai padeda mokantis?

– Jėga ir koordinacija – pagrindiniai dalykai. Iš būdo savybių?.. Gal lengviau tiems, kurie moka

iš savęs pasijuokti, nebijo kristi, klysti, nes tai – raktas į progresą.

– O kam geriau nė nepradėti?

– Galbūt tiems, kurie yra patyrę pečių ar stuburo traumą.

– Kuo jus patį užkabi- no šis sportas?

– Pojūtis, kai pasigauni bangą ir čiuožti, yra nepakartojamas. Viduje tave užlieja nuoširdus, tyras džiaugsmas. Tuo užsiimu jau aštuntus metus.

– Ar sunku mokytis LNK projekto dalyvius?

– Tai – mano darbas, treniruoju jau daug metų. Matyti skirtumas tarp žmonių, kurie jau yra ragavę šio sporto, ir tų, kuriems nėra tekę susidurti. Nepasakyčiau, kad man šis darbas būtų sunkus. Kadangi mes pirmieji Šiaurės Europoje turime dirbtinių bangų baseiną, daug dalykų ir patys mokomės.

– Ar dalyviai smarkiai progresuoja?

– Kai kurie dalyviai progresuoja akivaizdžiai, labai gerai klauso nurodymų, puikiai junta savo kūną. Yra džiuginančių pavyzdžių.

Laimius STRAŽNICKAS

Vanda Statkevičienė: „Juozukas – išlaukta likimo dovana“

JUOZAS STATKEVIČIUS



Vanda Statkevičienė per sūnaus Juozo Statkevičiaus kolekcijų pristatymus dažniausiai pasipuošia jo kurtais drabužiais. Gretos Skaraitienės (BNS Foto“) nuot.

– Ar paprasta būti talentingo ir garsaus sūnaus mama?

– Sūnus visada buvo, yra ir liks mano vaikas. Na, o Juozo Statkevičiaus statusas įpareigoja: nesugniužti, būti pasitempusiai. Nors aš visada tokia – kas rytą pasigražinu: susišukuojau plaukus, pasiryškinu blakstienas, lūpas. Ir tik tuomet imuosi veiklos – nesvarbu, einu į parduotuvę ar skiojuosi virtuvėje. Dėmesio iš svetimų žmonių sulaukiu sočiai. Po Juozo kolekcijos pristatymo – juolab. Einu „Akropolio“ koridoriais, o nepažįstami žmonės labinasi, dėkoja už šaunų sūnų, giria jo talentą. Ir aš dėkoju kiekvienam už gerą žodį, už Juozo triūso įvertinimą, už supratimą ir pagarbą. Menui, mada, subtiliam skoniui. Šiltas dėmesys, be abejo, maloniai suvirstina širdį. Juozukas visada mane ragina nepamiršti nusišypsoti ir padėkoti. O kaipgi kitaip! Būna, Palangoje einam su Juozu, panelės tik kumšteli viena kitai į pašoną, girdi, Statkevičius eina. Paprašo nusifotografuoti.

Būti Lietuvą pasaulyje garsinančio sūnaus mados guru Juozo Statkevičiaus mama – užuovėja šešėlyje? Nieko panašaus! Tviskanti šiluma drauge su sodriu motinos meilės prieskoniu. Sielų nesuriši tvariausiais siūlais. Kaip ir neįpūsi elegancijos bei inteligencijos pajautos. Jautriai ir švelniai apie mamos mylimą Juozuką – su ponija Vanda STATKEVIČIENE.

Birutė JANČIENĖ

– Turbūt mados karalius nekuba su kiekvienu sutiktuojam daryti asmenukės?

– Ką jūs! Juozukas niekada neatsisako. Jeigu žmogui norisi, jeigu jam svarbu – kodėl gi ne? Juozas nėra išpuikęs ir labai myli žmones. Būna, ir mane kviečia drauge nusifotografuoti. Bet aš jau nelendu į kadra – lai jaunimas fotografuojasi.

– Iš kur ta jūsų su sūnumi sielų artuma?

– Juozelis – ilgai lauktas, mylimas ir išmylėtas vaikas. Aš visada stengiausi būti šalia. Kad ir kur eičiau ar važiuočiau. Visada klausdavau, ar nori kartu. Juozukas – meno žmogus nuo mažumės. Jo rankose nuolat buvo pieštukas ir popieriaus lapas pašonėje. Tėtis norėjo, kad sūnus drauge eitų į garažą, taisyti automobilį, mokyti vairuoti. Tačiau Juozukui tai nerūpėjo.

– Užtat jis buvo sukūręs ko- ne 300 atvirukų, tiesa?

– Kas tik juos pamatydavo, negalėjo atsistebėti! Štai, būdavo, piešia merginą. Visos smulkmenos nupieštos: blakstienytės, antakiukai, nagučiai, bateliai. Viskas preciziškai išstobulinta. Juozukas visada turėjo savo pasaulį, kuriame jam tiko ir patiko būti. Jo vaikystė buvo graži.

– Ko nepasakysi apie jūsų vaikiškas dienas, kurios išties ne rožėmis klotos?

– O, taip! Sunki ir vargana buvo mano vaikystė. Buvau trejų, kai mirė mama, aštuonerių –

kai žuvo tėtis... Mane augino giminaičiai. Nuo trylikos metų dirbau įvairius darbus. Visokių sunkumų patyriau... Nebuvau nei išlepusi, nei tinginė. Įsidarbinau tuomečiame Kauno šilko kombinate. Ten išdirbau net 48 metus. Pamenu, triūšiau eksperimentiniame ceche. Buvau brigadininkė. Margindavome audinius. Vienus dažus pildavome ant kitų, tuomet maišydavome trečią spalvą. Patiko tokie bandymai, naujų raštų kūrimas ant balto audinio. Kenksmingas, varginantis darbas? Praverdavome langus, nereikėjo dirbti naktimis. Nenorėčiau skųstis.

– Jūsų namai ir Kaune, ir Palangoje?

– Vėsiuoju metų laikų gyvenu Kaune, Juozas – Vilniuje, o vasaras leidžiame prie jūros. Seniai ten įsigijome būstą, tad mielai kvėpuojame pajūrio oru klausydamiesi ramaus pušų šnaresio. Man patinka vaikštinėti smėlėtais krantais, klausyti bangų mūšos. Ir dar labai mėgstu gaminti ir lepinti svečius gardžiais patiekalais.

– Stebint Juozo viešinamus jūsų kulinarinius šedevrus, seilės kaupiasi burnoje. Ponia Vandos virtuvei abejingų, ko gero, nėra?

– Sukiotis virtuvėje – mano aistra. Didelė, netgi labai. Nevalgau jokių pusgaminių. Viską ruošiu pati. Ir verdu, ir kepu, ir troškinu, kaip tik sugalvoju. Laidu turiu pakankamai. Nesėdžiu

prie televizoriaus ir nežiūriu jokių serialų. Nepatinka! Štai filmas kino teatro salėje – kas kita. Mėgstu teatrą, muziką.

– Dar nepabėkite nuo maisto gaminimo. Apie ponios Vandos Statkevičienės kepamą keksą sklando legendos. Išduokite bent dalelę paslapties.

– Viskas prasidėjo nuo viešnagės pas ponus Almą ir Valdą Adamkus. Tuomet prezidentas V. Adamkus buvo išrinktas pirmajai kadencijai. Juozukas sako: „Mama, iškepk savo keksą, keliausime į svečius.“ Adamkų namuose viešėjo ir ponios Almos mama. Ragauja ji to keksą ir stebisi, esą tokio pat skanauja ir būdama Amerikoje. Istorija paprasta. Kekso receptą man išdavė už Atlanto gyvenusi teta, kuri, pasirodo, bičiuliavosi su ponios Almos mamyte ir vaišino ją savo gardėsiu. Šventų Kalėdų dienomis su Juozu aplankysime prezidentą Turniškęse ir būtinai su mano keptu keksu.

– Puikiai gaminate, turite legendinį receptą, bet kartkartėmis pasiguodžiate, kad sūnus pavargęs, sublogęs? Mados grandas mažai valgo?

– Oi, kai tik Juozelis aplanko namus, prikepu lietinių su grybais, barščių su šonkauliukais išverdu, bulvių plokštainį kepu – ruošiu viską iš eilės. Tuo sykiu pavalgo. Dar lauktuvių įdedu. Būtų arčiau, kasdien šiltų



„Man Juozukas yra puikiausias ir nuostabiausias sūnus. Rūpestingas, supratingas, dosnus, gerasirdis“, – džiaugiasi ponija Vanda

patiekalų gaminčiau. Siūlau si, atvešiu į Vilnių. Juozukas piestu šoka – girdi, mama, netrukdyk. Užtat kai tik atvyksta į Kauną arba būname Palangoje, stengiuosi privalgydinti. Skundžiasi, esą būnant pas mamą mikliai pilvukas užauga.

– **Et, ta mamų meilė! Nepaiso nei gyvenamosios vietos, nei bėgančių metų!..**

– Nuo mažens visada ruošdavau šilto maisto, mokiau tvarkingai sukabinti drabužius, po pamokų persirengti, iki pavakarės pasiausti kieme. Mūsų namuose visada galiojo nerašytos taisyklės. Juozo nereikėjo ieškoti pakiemiais. Sutartu laiku jis visuomet grįždavo namo. Dienotvarkė buvo sustyguota. Kai per pertraukas bendraklasiai šaudydavo iš timpų, Juozukas paišydavo kur nors įsitaisęs. Paklusnus vaikas, nekėlęs problemų.

– **Ir į ką gi panašus Lietuvos mados genijus – labiau į mamą ar į tėtį?**

– Greičiausiai į savo proprosenelį iš mano mamytės pusės. Nepamenu tiksliai jo pavardės. Gyveno jis Prancūzijoje ir buvo dailininkas. Genų kombinacijos nuspėjamos – ima ir prasimuša nežinia į kurią kartą.

– **O kokia Juozo vardo istorija?**

– Po gimdymo jaučiausi silpna, o vaiko vardą reikėjo registruoti greitai. Sakau vyrui, eik ir užrašyk, kokį sugalvosi. Kad tik būtų lietuviškas. Mindaugas, Algirdas ar Kęstutis. Ir ką sau manote? Grįžta mano sutuoktinis Juozas su naujiena – namuose augs mažasis Juozukas, kurio ir abu seneliai – Juozapai. Galvoju, Dieve, kiek čia tų Juozų aplinkui! O ir kaip mažiuką šiuo vardu šauksiu: „Juozai, grįžk namo, Juozai parbėk pietų!“ Nei šis, nei tas. Bet ilgainiui pripratau. Kartą registruoju poliklinikoje, o seselė pasidžiaugė, girdi, koks gražus ir rimtas vardas, ir prie pavardės puikiai dera: Juozas Statkevičius. Pamalonino širdį. Kažkada paklausiau sūnaus: „Vaikeli, kaip tau tas vardas?“ Sako,

puikus! Ir labai patinka. Apšidžiaugiau, nes vis pagalvodavau, galbūt keikсноja tėvus už tokią dovaną.

– **Štai kokia istorija! Ponia Vanda, o kaip su moters metais? Pasak J. Statkevičiaus, po septyniadešimties teirautis moters metų – blogo skonio ženklas? Na, jau jei mados guru taip tvirtina...**

– Juokinga. Pokštas. Neseniai spaudoje parašė, kad man septyniadešimt. Mirk iš juoko! Juozas taip paminėjo, žurnalistai taip ir parašė. Draugės ėmė šaipytis, kad maivausi. O aš patvirtinau Juozo žodžius – po septyniadešimt nereikia klausiti moters metų. Ne slėpti metus, o tik apie juos nesiteirauti. Aš džiaugiuosi, kad esu dar pakankamai sveika, energinga, kad atmintis nešlubuoja, kad dar daug ką noriu pamatyti.

– **Tikriausiai rūpinatės ne tik išoriniu, bet ir vidiniu grožiu? Ir visai ne tas pats, ką valgote?**

– Patikėkite, valgau viską, ko įsigėdžiu. Štai suspirginu lašinukų, pasiruošiu naminių taukų. Užsitepu ant juodos duonos riekės, dar česnakais pagardinu ir sušveičiu. Skanumėlis! Mano kraujo tyrimai kol kas puikūs. Galbūt geri genai manyje užkoduoti.

– **Graži ir jaunatviška. Žavi ir linksma. Ar po vyro mirties nebandėte kurti naujų santykių?**

– Neslėpsiu, buvo besisukiojančių aplinkui, panorusių asistuoti, lydėti į renginius. Bet man jų nereikia! Vyras ir vaiko tėvas prieš dvylika metų išėjo į nebūtį. Duokite man ramybę! Juozas niekad neprieštaravo naujoms mano draugystėms, tačiau nenoriu. Ir man patinka taip gyventi. Pati sau esu karalienė.

– **O kaip su apranga? Ar ponia Vanda vilki tik sūnaus kurtus drabužius?**

– Žinoma, kai kolekcijų pristatymai, įvairūs renginiai ir panašiai, būtinai puošiuisi Juozuko drabužiais. Turiu ne vieną jo kurtą kostiumėlį ir suknelę. Esu labai patenkinta. Ir tinka, ir patinka. Ir Juo-

zukas pasiūlo spalvą ar siluetą, kitą kartą ir pati ką nors sugalvoju. Pastabų iš sūnaus irgi nesulaukiu – kad skarelė ne tokia ar rankinė nedera. Matyt, turiu skonio pajautą. O žinote, kas smagiausia? Juozas, būna, klausia: „Mama, kas tau padarė makiažą, koks kirpėjas plaukus dažė?“ Nuščiūva išgirdęs, kad pati gražinausi. Man puikiai pavyksta. Seniai šių subtilybių išmokau. Būdavo, kai dirbau fabrike, penktadieniais visas bendradarbes gražindavau, visos likdavo patenkintos. Juokdavosi, kad atlieka grožio procedūras pas Vandą. Patikėkite, aš niekada nesilankiau jokiam grožio salone. Tik pas kirpėją apsikirpti ir pas pedikiūromanikiūro meistrę.

– **Ar skaitote komentarus apie sūnų? Juk būna įvairiausių nuomonių...**

– Ir skaitau, ir neskaitau. Pasakysiu viena – man nesvarbu, ką žmonės šneka. Užsiauginau labai storą odą ir visos piktos replikos – kaip vanduo nuo žąsies. Man Juozukas yra puikiausias ir nuostabiausias sūnus. Rūpestingas, supratingas, dosnus, geraširdis. Vis teiraujasi: „Mama, gal norėtum to ar ano?“. Aš visko turiu su kaupu. Man išties nieko netrūksta.

– **Tikriausiai nepraleidote nė vieno sūnaus kolekcijos pristatymo?**

– Be abejo. Važiuoju ir į Paryžių, ir į kitus Europos miestus. Lankausi visuose spektakliuose, kuriuose jis kūrė rūbus. Man svarbu, įdomu. Juozo draugai yra ir mano draugai. Bendraujame, susimatome.

– **Ar tikite, kad mūsų dienas laimina Dievas, Visata ar kitos aukštesnės jėgos?**

– Tikrai taip. Ir mano Juozukas yra tikintis. Kai jam sunku, būtinai užsuka į bažnytelę, uždega žvakutę, paprašo Aukščiausiojo palaimos. Visada prieš Juozo kolekcijos pristatymą nueinu į bažnyčią – pasimelsti už gerus žmones ir už Juozo sėkmę. Dalinuosi geru linkėjimu ir pati to gerumo gaunu su kaupu.

„Auksiniu liūtu“
Venecijos bienalėje
apdovanotas
DAINUOJANTIS
PAPLŪDIMYS

Saulė ir jūra

2024 m.
gruodžio 12–15 d.
VILNIAUS
TAKSI PARKE

bilietai.lt

• → 2024 ← •

KALĖDOS SOSTINĖJE

PROGRAMA

KALĖDŲ EGLĖ

Katedros aikštė

2024 m. lapkričio 29 d. –

2025 m. sausio 6 d.

Kalėdų eglės įžiebimo šventė –
lapkričio 29 d., 19.00 val.

KALĖDŲ MIESTELIS

Katedros aikštė

2024 m. lapkričio 29 d. –

2024 m. gruodžio 29 d.

KALĖDŲ TRAUKINUKAS

Vilniaus senamiestis

2024 m. lapkričio 29 d. –

2025 m. sausio 6 d.

TARPTAUTINĖ KALĖDŲ

LABDAROS MUGĖ

Vilniaus rotušė

2024 m. lapkričio 30 d., 12.00 val.

VILNIAUS LEDAS

Rotušės aikštė

2024 m. lapkričio 30 d. –

2025 m. sausio 26 d.

KAIMYNŲ KALĖDOS

Vilniaus miestas

2024 m. gruodžio 1–21 d.

KALĖDŲ SKAMBESYS

PREZIDENTŪROJE

Prezidento rūmų vidinis kiemas

2024 m. gruodžio 1–22 d.

VILNIAUS TARPTAUTINĖ

KALĖDŲ EGLUTĖ

Europos aikštė

2024 m. gruodžio 6 d. –

2025 m. sausio 6 d.

KALĖDINIS BĖGIMAS

Vinco Kudirkos aikštė

2024 m. gruodžio 7 d.

KALĖDINIS DIZAINO SKVERAS

Vinco Kudirkos aikštė

2024 m. gruodžio 18–22 d.

AKCIJA „MALTIEČIŲ SRIUBA“

Katedros aikštė

2024 m. gruodžio 18 d., 17.00 val.

NAUJIEJI METAI

Katedros aikštė, Vilniaus varpinė

2024 m. gruodžio 31 d., 22.00 val.

TRYS KARALIAI

Aušros vartai – Katedros aikštė

2025 m. sausio 6 d., 16.00 val.



KALEDOSSOSTINEJE.LT





Prieš 160 metų MIRĖ SIMONAS DAUKANTAS

1864 m. gruodžio 6 d. Papilėje (Akmenės r.) mirė istorikas, švietėjas, tautinio atgimimo žadintojas Simonas Daukantas. Gimė 1793 m. spalio 28 d. Kalviuose (Skuodo r.). Žemaičių valstiečių sūnus pirmųjų mokslo žinių sėmėsi mokyklose Kretingoje ir Žemaičių Kalvarijoje.

Degė noru mokytis ir pėsčias per visą Lietuvą atėjo į Vilnių, kur mokėsi gimnazijoje, studijavo universitete. Dirbo tarnautoju Rygoje, vėliau – Sankt Peterburge, kur daug laiko skyrė Lietuvos Metrikos tyrinėjimams. Surinko gausybę medžiagos apie Lietuvos istorinę praeitį. Svarbiausi pirmojo lietuviškai rašiusio istoriko veikalai – „Darbai senųjų lietuvių ir žemaičių“, „Istorija žemaitiška“, „Būdas senovės lietuvių, kalnėnų ir žemaičių“ ir „Pasakojimas apie veikalus lietuvių tautos senovėje“. S. Daukantas taip pat rinko tautosaką, šiam darbui sutelkęs pusšimčio talkininkų būrį, vertė iš kitų kalbų ir pats rengė patarimų valstiečiams knygeles. Rašė gyvai, su didele meile vaizduodamas gimtosios šalies praeitį bei kovotojus už laisvę. Liko viengungis, rūpinosi giminaičiais. Buvo silpnos sveikatos (pakenkė ir ilgalaikis uolus darbas šaltame archyve). 1859 m. grįžo į gimtąją Žemaitiją, kur sutiko savo gyvenimo saulėlydį.

Prieš 100 metų MIRĖ KAZIMIERAS BŪGA

1924 m. gruodžio 2 d. Karaliaučiuje mirė vienas žymiausių lietuvių kalbininkų, profesorius Kazimieras Būga. Gimė 1879 m. lapkričio 6 d. Pažiegėje (Zarasų r.). Mokėsi Dusetose, Zarasuose, Sankt Peterburge. Įstojo į Sankt Peterburgo dvasinę akademiją, tačiau mokslus metė. Vertėsi atsitiktiniais darbais, dirbo meteorologijos observatorijoje, teikė privačias pamokas. 1903 m. tapo teologo ir kalbininko, dvasinės akademijos profesoriaus Kazimiero Jauniaus sekretoriumi. 1905-aisiais įstojo į Sankt Peterburgo universitetą, studijavo filologiją. Baigęs studijas, dirbo Sankt Peterburgo, Permės, Tomsko universitetuose, tobulinosi Karaliaučiaus universitete. Labai daug dėmesio skyrė etimologijai, tyrinėjo hidronimus. Gana tiksliai nustatė, kokiose teritorijose praityje gyveno baltai, paliko itin reikšmingų publikacijų apie baltų genčių ryšius su slavais ir germanais, iš vienu kalbų į kitas patekusių skolinius. 1920 m. grįžęs į Lietuvą, organizavo Lietuvių kalbos žodyno leidybą, sukauptė 617 tūkst. kortelių žodyno kartoteką. Mirė nuo ūminės ligos, sulaukęs vos 45-erių. Palaidotas Kaune.



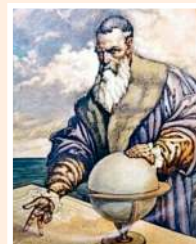
Prieš 140 metų GIMĖ VACLOVAS BIRŽIŠKA

1884 m. gruodžio 2 d. Vieksniuose (Mažeikių r.) bajorų šeimoje gimė visuomenininkas, teisininkas, bibliografas, publicistas, kultūros istorikas, karininkas, profesorius Vaclovas Biržiška. Vyresnis jo brolis Mykolas Biržiška tapo žymiu literatūros istoriku, Vasario 16-osios Akto signataru. Jaunesnis brolis Viktoras Biržiška buvo matematikas, visuomenės veikėjas. Vaclovas mokėsi namuose, pasirengęs įstojo į Šiaulių gimnaziją. Maištavo prieš mokiniams privalomas stačiatikių pamaldas, platino draudžiamą lietuvišką spaudą. 1903 m. įstojo į Sankt Peterburgo universiteto Gamtos fakultetą, bet netrukus perstojo į Teisės fakultetą. Taip pat lankė istorijos, etnografijos paskaitas. Įsitraukė į Lietuvos socialdemokratų partiją, 1905 m. dalyvavo Didžiajame Vilniaus seime. Dirbo teisininku Vilniuje ir Šiauliuose. Buvo aktyvus visuomenininkas, rūpinosi archyvų, bibliotekų tvarkymu. 1911–1912 ir 1914–1917 m. tarnavo Rusijos imperijos kariuomenėje. Bolševikų buvo suimtas, vos nesusaudytas. Trumpai dirbo Vinco Mickevičiaus-Kapsuko bolševikinėje Lietuvos vyriausybėje, už tai buvo suimtas, kalintas Lukiškių kalėjime. 1919–1920 m. dirbo lietuviškose Vilniaus mokyklose, vadovavo universiteto bibliotekai. 1920 m. kaip pulkininkas leitenantas pradėjo tarnybą Lietuvos kariuomenėje, dėstė karo mokykloje ir Aukštuosiuose karininkų kursuose Kaune. Vadovavo Vinco Kudirkos liaudies universitetui. Nuo 1922-ųjų dėstė Lietuvos (nuo 1930 m. – Vytauto Didžiojo) universitete, 1940–1941 m. – ir Vilniaus universitete. Buvo Lietuviškosios enciklopedijos redaktorius, tapo Lietuvos bibliotekininkų draugijos pirmininku. 1944 m. pasitraukė į Vokietiją, 1949 m. – į Jungtines Amerikos Valstijas, kur dirbo Kongreso bibliotekos konsultantu. Mirė 1956 m. sausio 6 d. Voterberyje, Konektikuto valstijoje.



Prieš 430 metų MIRĖ GERARDAS MERKATORIUS

1594 m. gruodžio 2 d. Duisburge (Vokietijoje) mirė flamandų kartografas ir geografas Gerardas Merkatorius. Gimė 1512 m. kovo 5 d. Riupelmondėje (Belgijoje). Studijavo Leveno universitete (dab. Belgijoje), kur jo mokytoju tapo geografas, kartografas ir graveris Gema Frizijus. G. Merkatorius kartu su savo mokytoju kūrė žemėlapius, gaublius, gamino optinius ir astronominius prietaisus. 1537 m. padarė šešių dalių Palestinos žemėlapi, o 1538 m. – pasaulio žemėlapi, pelniusi jam tarptautinę šlovę. Užsakymai pasipylė vienas po kito, tačiau garsiam kartografiui pretenzijų turėjo grėsmingoji inkvizicija – apkaltino jįerezija. Gelbėdamasis G. Merkatorius persikėlė gyventi į Vokietiją, Duisburgo miestą. Čia jis toliau labai sėkmingai dirbo, išleido 15 lapų Europos žemėlapi, Europos regionų žemėlapius, o 1585–1595 m. – trijų dalių Europos žemėlapių rinkinį – atlasą (pirmasis pavartojo šį terminą). Šiame atlase yra ir atskiras Lietuvos žemėlapis.



Prieš 40 metų BOPALĄ IŠTIKO TRAGEDIJA

1984 m. gruodžio 3 d. Indijos Bopalo mieste (Madja Pradešo valstijoje) įvyko viena baisiausių technogeninių katastrofų pasaulio pramonės istorijoje. Kompanijai „Union Carbide“ priklausiusioje chemijos gamykloje buvo gaminamas tais laikais populiarus insekticidas (chemikalas žalangiems vabzdžiams naikinti) sevinas. Trūkus vieno iš jo gamybai naudotų komponentų – metilozocianato – rezervuaro sklendei,



per pusantros valandos į atmosferą pateko 42 tonos šio itin pavojingo chemikalo. Nuo dingas debesis užklojo miesto kvartalus. Iš-

kart žuvo daugiau nei 3 tūkst. žmonių, dar mažiausiai 15 tūkst. mirė vėliau dėl sunkių pakenkimų sveikatai. Nukentėjusiesiems buvo sužaloti plaučiai, kepenys, inkstai, kiti vidaus organai, pažeistos imuninė ir nervų sistemos. Tūkstančiai žmonių apako. Iš viso sužalojimų patyrė iki 600 tūkst. asmenų. Katastrofa, paminta indiškąja Hirosima, ilgam apnuodijo aplinkinių vietovių žmones. Nelaimė tęsiasi iki šiol – kasmet gimsta šimtai vaikų, turinčių įvairių formų negalią, lemtą tų vietovių taršos ir žalos, padarytos šių vaikų tėvų sveikatai.

Jonas Žemaitis – karininkas, tesėjęs priesaiką iki galo

Lapkričio 26 d. sukako 70 metų, kai Maskvoje, Butyrkų kalėjime, buvo sušaudytas Lietuvos laisvės kovos sąjūdžio (LLKS) kūrėjas ir jo Tarybos prezidento pirmininkas, partizanų generolas Jonas Žemaitis-Vytautas, neretai vadinamas ketvirtuoju Prezidentu. Lietuvos kariuomenės karininkas iki galo tesėjo savo priesaiką ir visada tikėjo savo šalies laisve.

Manvydas VITKŪNAS

„Aš, kaip ir kiti mano bendraminčiai, manau, kad Sovietų Sąjunga savo ginkluotomis pajėgomis įsiveržė į mūsų šalį... Ši sovietinės vyriausybės žingsnis laikau neteisėtu. Visus pagrindžio, kurio dalyviu aš buvau, veiksmus, nukreiptus prieš sovietinę valdžią, aš laikau teisingais ir nelaikau nusikalstamais. Tik noriu pabrėžti, kad, kiek man teko vadovauti Lietuvos kovotojų už laisvę kovai, aš stengiausi, kad ši kova laikytųsi humanizmo principų... Jokių žvėriškumų aš neleidau... Koks bus teismo sprendimas – man žinoma. Aš vis tiek manau, kad kova, kurią aš vedžiau devynerius metus, duos rezultatų“ – tokie buvo paskutiniai J. Žemaičio žodžiai, kai sovietai jį teisė Maskvoje prieš septynis dešimtmečius.

Pienininko sūnus

Būsimasis partizanų vadas gimė Palangoje Jono ir Petronėlės Žemaičių šeimoje 1909 m. kovo 15 d. Tai buvo trečiasis šeimos susilauktas vaikas. Žemaičiai dar augino dukrą Kotryną, o sūnelis Petras mirė mažas. Tėvas buvo tarnautojas grafų Tiškevičių dvare Palangoje. Būsimojo partizano seneliai gyveno kitur: tėvo tėvai – Kiaulininkų kaime netoli Šiluvos (dab. Raseinių r.), o mamos tėvai – Lomžoje (Lenkijoje). Šiame tolimame mieste atsidūrė ir Žemaičių šeima – geras pienininkystės specialistas

svainio buvo pakviestas dirbti vietinėje pieno perdirbimo įmonėje. Lomžoje prabėgo būsimojo partizano ankstyvoji vaikystė.

1917 m. Žemaičiai parvažiavo į Lietuvą, apsistojo Kiaulininkų kaime, tačiau netrukus persikėlė į Raseinius. Verstis buvo sunku – kraštą buvo nusiaubęs Pirmasis pasaulinis karas, sunkiai tvėrėsi atsikurianti Lietuvos valstybė. Kurį laiką tėvas šeimai duoną pelnė platindamas prekes, vėliau tapo senelių prieglaudos ūkvedžiu. Tik 1922 m. J. Žemaitis vyresnysis vėl užsiėmė mėgstamu darbu – pienininkyste, tapo pažangiosios gyvulininkystės instruktoriumi. Tuo metu sūnus Jonas ir duktė Kotryna mokėsi Raseinių gimnazijoje. Nors tėvas ragino Jonuką taip pat tapti pienininku, jaunas Žemaitis, baigęs šešias gimnazijos klases, išvyko į Kauną ir 1926-aisiais įstojo į Karo mokyklą.

Mokėsi Prancūzijoje

Treji studijų metai Karo mokykloje prabėgo greitai. Visada norėjęs tapti artilerininku, J. Žemaitis šią savo svajonę įgyvendino: tapo 2-ojo artilerijos pulko karininku, tarnavo Kėdainiuose.

Kaip rašė J. Žemaičio biografinėje apybraižoje „Žuvusiųjų Prezidentas“ jo marti Nijolė Gaškaitė-Žemaitienė, „1935 m. 2-asis artilerijos pulkas buvo perkeltas į Klaipėdą. Pajūris nuo vaikystės traukė J. Žemaitį. Gal dėl to, kad



Lietuvos kariuomenėje J. Žemaitis tarnavo artilerijos daliniuose

Palangoje buvo gimęs, Kretingoje gyveno tėvas, sesuo vasaros atostogas praleisdavo Palangoje, o gal traukė pati jūra – jos galybė ir laisvė. Vėliau Jūros vardu jis pavadino savo sukurta partizanų sritį, o partizaninei korespondencijai ne kartą parinko su jūra susijusius slaptažodžius: „Baltija“, „Vakarų vėjas“ ir pan.“

1936-aisiais J. Žemaitis laimėjo konkursą ir išvyko mokytis į Prancūzijos Fontenblo artilerijos mokyklą. 1938 m. grįžo į Lietuvą ir tęsė tarnybą 2-ajame artilerijos pulke Kėdainiuose. Tuo metu Europoje jau tvenkėsi karo debesys – Vokietija aneksavo Austriją, pradėjo agresiją prieš Čekoslovakiją, o netrukus atplėšė nuo Lietuvos Klaipėdą. Vis įtemptesnė padėtis buvo prie Lietuvos ir Lenkijos demarkacijos linijos.

Okupacija suskaldė šeimą

1939 m. J. Žemaitis buvo perkeltas tarnauti į Šiaulius. Čia džiaugsmingai su kariais klausėsi transliacijos iš Vilniaus, grąžinto į Lietuvos sudėtį ir pasitikusio įžengiančią Lietuvos kariuomenę. Netrukus, 1940 m., okupacijos įvykiai klostėsi labai sparčiai. Politinės šalies vadovybės sprendimas nesipriešinti iki šiol sulaukia nevienareikšmiškų vertinimų. Kariuomenė,

neabejotina, būtų įvykdžiusi ir kitokį įsakymą bei stojusi į kovą su okupantais. Tačiau viskas susiklostė kitaip. Lietuvos kariuomenė buvo inkorporuota į Raudonosios armijos sudėtį kaip 29-asis teritorinis šaulių korpusas. Pradėta sovietizacija, lietuviški daliniai permesti į rytinę Lietuvos dalį. Taip Knygų rūmų darbuotoją Eleną Valionytę vedęs ir šeimą ką tik sukūręs J. Žemaitis atsidūrė Lentvaryje, o 1941 m. gegužę, palikęs ten besilaukiančią žmoną, su savo pulku išvyko į Varėnos poligoną. Čia kariai sutiko Antrąjį pasaulinį karą. Daliniams buvo įsakyta trauktis į Sovietų Sąjungos gilumą, bet lietuviai masiškai atsilikdavo nuo savo dalinių ir neketino tarnauti okupantams. J. Žemaitis buvo vienas iš jų. Netrukus J. Žemaitį sukrėtė žinia, kad sovietai į atšiauriąją Komiją prieš pat karo pradžią ištrėmė jo seserį Kotryną Juškienę su vyru eigučiu Rapolu ir trimis 3–5 metų vaikais. Savo sesers jis daugiau niekada nepamatė.

Tarnauti vokiečiams J. Žemaitis taip pat neketino. Pasitraukęs iš karo tarnybos, su šeima apsistojo Kaune, dirbo Energetikos valdyboje. 1941 m. pabaigoje Žemaičiams gimė sūnus Jonas Laimutis. Šeima persikėlė į kaimą netoli Šiluvos, J. Žemaitis dirbo žemės ūkio kooperatyvo vedėju. Jau vokiečių okupacijos metais jis įsitraukė į rezistencinę veiklą: platino antinacinę spaudą, būrė vyrus į generolo Povilo Plechavičiaus vadovaujamą Vietinę rinktinę. 1944-aisiais buvo paskirtas šios rinktinės 310-ojo bataliono vadu. Prasidėjus antrajai sovietinei okupacijai, J. Žemaitis kurį laiką slapstėsi, nes, vos sugrįžus sovietams, NKVD karininkai ėmė jo ieškoti. Rusai suėmė žmoną Eleną, tačiau ši tvirtino nežinanti, kur yra jos vyras (esą, gal žuvs, o gal pasitraukęs į Vakarų), ir po aštuonių dienų buvo paleista. Vėliau ji dar kartą buvo suimta, sugebėjo iš stribių būstinės pabėgti ir, pasiėmusi sūnų, pasitraukė į Kauną. J. Žemaitis nusprendė prisijungti prie partizanų, atsiveikino su tėvais. Jų kadaise laimingas gyvenimas subyrėjo į šipulius.

Gabus vadas

1945 m. liepos 22 d. Virtukų miško kautynėse J. Žemaitis ga-

vo pirmąjį kovos krikštą. Tame mūšyje žuvo net 15 partizanų, o jų kūnus sovietų budeliai išniekino Raseinių aikštėje.

J. Žemaitis buvo aktyvus, veiklus partizanų vadas. Jis rūpinosi būrių organizavimu, naujų žmonių pritraukimu į kovotojų gretas. Partizanai rūpinosi ne tik bunkeriais, bet ir gynybai pritaikytomis įtvirtintomis stovyklavietėmis su apkasais, labai apgalvotai įrengtais kulkosvaidžių lizdais. Viena tokia didelė įtvirtinta partizanų stovyklavietė buvo įrengta netoli Tytuvėnų.

Karininko patirtis ir gebėjimas tinkamai vadovauti kariams mūšio metu lėmė, kad daugybėje kautynių partizanams pavykdavo padaryti priešams didelių nuostolių, o patiems sulaukti daug mažesnių. Liepos mėnesį čekistams puolant minėtą stovyklą prie Tytuvėnų, partizanai nukovė šešis priešus ir antra tiek sužeidė, o patys neteko tik vieno kovotojo. Keliasdešimčiai partizanų persekioti buvo mėsota 1,7 tūkst. rusų kareivių, tačiau mūšiškaie sugebėjo pasitraukti.

1946 m. Kaune mirė J. Žemaičio žmona Elena. Po mamos laidotuvių vos penkerių Laimutį priglaudė globėjai.

Ketvirtasis Prezidentas

1947-aisiais J. Žemaitis buvo išrinktas Kęstučio apygardos vadu. Bandydamas centralizuotai vadovauti partizanams, 1948 m. įkūrė Jūros (Vakarų Lietuvos) sritį ir tapo pirmuoju jos vadu. Netrukus J. Žemaitis, pasirinkęs Vytauto slapyvardį, ėmėsi organizuoti bendrą visos Lietuvos partizanų vadovybę. 1949-ųjų vasarį vykusio partizanų vadų suvažiavimo metu buvo įkurtas LLKS. J. Žemaitis-Vytautas vienas išrinktas LLKS Tarybos prezidiumo pirmininku. Vasario 16 d. jam buvo suteiktas partizanų generolo laipsnis.

LLKS Tarybos deklaracijoje buvo įtvirtinta, kad „atstacius Lietuvos Nepriklausomybę ligi susirenkant Seimui Lietuvos Respublikos Prezidento pareigas eina LLKS Tarybos prezidiumo pirmininkas“. Todėl J. Žemaitis dažnai vadinamas ketvirtuoju Prezidentu (po Antano Smetonos, Aleksandro Stulginskio ir Kazio Griniaus). 2009 m. Seimas pripažino, kad nuo 1949 m. vasario 16 d. LLKS Tarybos deklaraci-



Lietuvos partizanų Vakarų srities vadovybė. Antras iš kairės – J. Žemaitis

jos priėmimo iki mirties 1954 m. lapkričio 26 d. J. Žemaitis buvo kovojančios su okupacija Lietuvos valstybės vadovas, faktiškai vykdęs Respublikos Prezidento pareigas.

Lietuvos partizanai tapo tarpukario Lietuvos kariuomenės tąša. Jie kiek įmanydami stengėsi dėvėti lietuviškas karines uniformas ar panašią aprangą, atitinkamus skiriamuosius ženklus. Priekaištaujantieji Lietuvos kariuomenei dėl „pasidavimo 1940 m. be šūvio“ turėtų nepamiršti, kad partizaninis karas nuplovė šią gėdą. Be to, nederama pamiršti ir Lietuvos kariuomenės kovų 1918–1920 m. su bolševikais, bermontininkais ir lenkais. Jei tada mūsų kariuomenė nebūtų apgynusi besikuriančios Lietuvos valstybės, nebūtume turėję ir nepriklausomos tarpukario Lietuvos Respublikos.

1951 m. J. Žemaitį ištiko bėda – insultas. Pusiaus paralyžuotas, nevaldydamas kairės rankos ir kojos, partizanai pusantų metų išgulėjo drėgname bunkerio Šimkaičių miške (Jurbarko r.). Jį slaugė Elena Palubekaitė, vėliau – Marijona Žiliūtė. 1953-aisiais šiek tiek pagerėjus sveikatai, J. Žemaitis vėl ėmėsi vado pareigų. Deja, jo bunkeris buvo išduotas. Įmetę granatą su nervus paralyžuojančiomis dujomis, čekistai J. Žemaitį suėmė gyvą. Jis buvo laikomas Vilniaus KGB kalėjimo rūsiuose, tardomas, vėliau netgi nuskraidintas į Maskvą. Ten jį tardė pats Lavrentijus Berija. Tačiau J. Žemaitis kategoriškai atsisakė dirbti okupantams, liko ištikimas karininko ir partizanų vado priesaikai. Malonės Lietuvos partizanų vadas neprašė. Vienintelis jo prašymas

buvo leisti prieš mirtį susitikti su sūnumi. Visgi sovietų budeliai buvo ciniški – užuot leidę pamatyti vaiką, jie J. Žemaičiui atnešė jo nuotrauką, kur Laimutis buvo tyčia nufotografuotas segintis tarybinio pionieriaus ženklelyje.

1954 m. lapkričio 26 d. J. Žemaitis buvo sušaudytas Maskvos Butyrkų kalėjime. Jo kūnas sudegintas, o pelenai suberti į bendrą sovietų režimo aukų kapą. Lietuvos Respublikos Prezidento dekretu 1997 m. J. Žemaitis buvo apdovanotas Vyčio Kryžiaus ordino Didžiuoju kryžiumi, o 1998-aisiais jam suteiktas dimisijos brigados generolo laipsnis. Generolo J. Žemaičio vardu yra pavadinta Lietuvos karo akademija.

Simbolinio kapo idėja

Generolo J. Žemaičio palaikai atsidūrė grupiniame kape (tiksliau, palaikų užkasimo duobėje). Būtų labai prasminga Vilniaus Antakalnio kapinėse, Prezidentų panteone, įrengti simbolinį generolo kapą ir pastatyti antkapinį paminklą (kenotafą) – taip pagerbti vieno iškiliausių Lietuvos laisvės kovotojų atminimą.

Dėl sovietų ir nacių okupacijų Lietuva neteko šimtų tūkstančių savo sūnų ir dukterų. Dalies jų, žuvusių kovose ar tremtyje, nužudytų ir užkastų masinėse kapavietėse ar atokiose vietose Lietuvoje ir toli nuo jos, palaikai niekada nebus rasti ir pagarbiai perlaidoti. Sėkmingos palaikų radimo istorijos yra gana retos, netgi išskirtinės (kaip kad nutiko su iškilių partizanų Adolfo Ramanausko-Vanago, Juozo Vitkaus-Kazimieraičio, Antano Kraujelio-Siaubūno palaikais). Jei kovose su okupantais žuvę ar

suinti ir nužudyti asmenys buvo užkasti Lietuvoje, šansų aptikti jų palaikus yra. Deja, J. Žemaičio atveju tokių šansų nėra, kaip ir daugybės kitų po Rusijos teritoriją išsibarsčiusių nužudytų ar nuo išsekimo, ligų mirusių mūsų tautiečių. Tik nedidelė dalis jų dar praėjusio amžiaus pabaigoje buvo rasti ir pagabenti į Tėvynę. Kai kurių kitų asmenų artimieji, bendražygiai įrengė bent simbolinius kapus.

Simboliniame generolo J. Žemaičio-Vytauto kape galėtų būti užkastos kapsulės su žemėmis iš Palangos (J. Žemaičio gimtinės), buvusios Karo mokyklos teritorijos, Virtukų miško Kelmės rajone (pirmųjų kautynių vietos), Minaičių Radviliškio rajone (Lietuvos partizanų sričių ir apygardų atstovų suvažiavimo ir LLKS įsteigimo vietos) ir Šimkaičių miško Jurbarko rajone (paskutinio bunkerio ir generolo suėmimo vietos). Kapą Prezidentų panteone greta generolo A. Ramanausko-Vanago kapo galėtų vainikuoti antkapinis paminklas su generolo J. Žemaičio-Vytauto biustu.

Taip pat svarstyti galimybę suprojektuoti, bet dar neįrengtą svarbią Vilniaus miesto gatvę, kuriai kol kas suteiktas Šiaurinės gatvės pavadinimas, pavadinti generolo J. Žemaičio garbei. Gali kilti klausimas, ar toks pavadinimas nebūtų perteklinis, juoba kad prie Krašto apsaugos ministerijos yra J. Žemaičio aikštė. Tikrai nebūtų, nes minėta aikštė neturi nė vieno adreso, daugiau yra naudojama kaip automobilių stovėjimo aikštelė, o jos vardą pabrėžia tik prie ministerijos stovintis paminklas J. Žemaičiui.



Paminklas partizanų generolui J. Žemaičiui prie Krašto apsaugos ministerijos. „BNS Foto“ nuotr.

Tuva – nepriklausoma valstybė, akimirksniu tapusi Rusijos dalimi



Tuvos gamta – didinga, o gyventojų tankis čia tesiekia du žmones kvadratiniam kilometre

Jei reikėtų įvardyti žinomiausią mūsų laikų tuvi, ne vienas paminėtų Sergejų Kužugetovičių Šoigu – dar neseniai buvusį Rusijos gynybos ministrą, liūdnai pagarsėjusį vieną ištikimiausių diktatoriaus Vladimiro Putino parankinių, jau beveik tris dešimtmečius užimantį aukštą pareigą Rusijos valdančiojoje kligoje. Įdomu, kad iš tiesų jo pavardė turėjo būti ne Šoigu, o Kužugetas, bet kai 1921 m. gimė jo tėvas, valdininkas dokumentuose supainiojo vardą ir pavardę.

Visgi ne vien kruvinu armijos generolu (beje, jis niekada netarnavo kariuomenėje) yra garsi Tuva, plotu pustrėčio karto didesnė už Lietuvą. Šis regionas, daug kuo panašus į kaimyninę Mongoliją, – tikras gamtos ir istorijos lobynas.

Sukilo prieš užkariautojus

Tuviai – negausi tiurkų tauta. Apytiksliais duomenimis, jų gali būti apie 320 tūkst. Kiek mažiau nei 300 tūkst. tuvių gyvena Rusijoje, daugiausia – Tuvoje (iš viso šiame regione yra apie 330 tūkst. gyventojų). Tuvių dar galima sutikti Mongolijoje, Kinijoje, labai retai – kitose šalyse. Ši tauta ištikimai saugo savo kalbą ir kultūrą, daugelis jos atstovų puikiai kalba gimtąja tuvių kalba.

Vienas įdomiausių tuvių kultūros elementų – gerklinis dainavimas, taip pat laikomas mongolų, buriatų, tibetiečių ir

kai kurių kitų budizmą išpažįtančių tautų paveldu. Tai ištisai įspūdingas potyris ausims, nunešantis klausytoją į Centrinės Azijos stepes ir kalnus.

Tuviai mėgsta nacionalines sporto šakas – jojimą, šaudymą iš lanko ir churešo imtynes, nuo seno rengia ne tik merginų, bet ir vaikinių grožio konkursus (atitinkamai vadinamus dangyna ir tažy). Garsėja tuvių meistrai, drožiantys iš kaulo ir rago, o šachmatų figūrėlės čia gali turėti ir nacionalinių bruožų. Tautinių drabužių tuviai taip pat neišsižadėjo, dažnai juos dėvi švenčių (įskaitant vestuves), tradicinių sporto šakų varžybų metu. Tuviai ar tuvė tautinius drabužius gali apsilikti ir kuria nors kita išskirtine proga, pavyzdžiui, eidamas (-a) atsiimti aukštojo mokslo diplomą.

Kas gi lėmė, kad tuviai išsaugojo savo tapatybę, rusų skaičius Tuvoje – santykinai nedidelis, vos 15 proc. (mažiau nei Latvijoje ar Estijoje), o rusų kalbą kaimuose gyvenantys tuviai moka dažniausiai silpnai? Pirmiausia – išskirtinė šio regiono istorija. Sovietinės Rusijos dalimi Tuva tapo tik 1944 m. Iki tol daugelį amžių tuviai gyveno gana savarankiškai. Šios žemės VI–VIII a. priklausė Tiurkų kaganatui, vėliau jas valdė uigūrai, kirgizai, o 1207 m. Tuvą užkariavo didysis mongolų karvedys Čingischanas.

Prieš 3–4 šimtmečius tuviai priėmė Tibeto budizmą, ir jis padarė

Sibiro pietuose prie sienos su Mongolija esanti Tuva – išskirtinis Rusijos regionas. Iki 1944 m. ji buvo nepriklausoma valstybė, o vėliau Josifo Stalino sprendimu tapo ne tik Sovietų Sąjungos, bet ir iškart Rusijos dalimi, nors galėjo pretenduoti tapti atskira sąjungine respublika. Dabar itin egzotiška Tuva dažniausiai minima kaip vienas skurdžiausių ir kriminaliniais nusikaltimais pagarsėjusių Rusijos regionų.

Manvydas VITKŪNAS



Tuvių tautiniai kostiumai – ryškūs, o tradicijos – labai įdomios

didžiulę įtaką jų kultūrai. XVIII a. šiose žemėse kuriam laikui įsigalėjo Džungarų chanatas, o netrukus valdžią perėmė Mandžiūrija (dabartinės Kinijos šiaurės rytų dalis). Prieš jos valdžią tuviai ne kartą buvo sukilę, rėmė džungarus. Mandžiūrai išnaikino apie du trečdalius ar net tris ketvirtadalius džungarų, kliuvo ir tuviams. O pastarasis jų sukilimas prieš mandžiūrus vyko 1884–1885 m. Vietos gyventojai neapsikentė valdžios savivalės, skurdinimo, naminių gyvulių atėmimo. Mandžiūrai sukilimą numalšino, 43 aktyviausius jo dalyvius kankino ir nužudė, o jų galvas paliko Tuvoje iškėlę ant baslių.

Belocarskas tapo Kyzylu

XIX a. į Tuvos žemes ėmė skverbtis rusų kolonistai. Tačiau tai vyko labai lėtai. Visgi rusai

plėtė savo politinę įtaką, traukė į savo pusę, kartais ir papirkinėjo vietos kunigaiškščius – nojonus – ir netgi budistų lamas. Taip pavyko suformuoti prorusišką frakciją tuvių visuomenėje. Greta jos buvo palaikančiųjų tuvių žemių įtraukimą į Mongolijos sudėtį arba Tuvos nepriklausomybę. Galiausiai, dėl revoliucijos nusilpus Kinijai (Mandžiūrija buvo jos dalis), dar nesustiprėjus iš jos valdžios ką tik išsivadavusiai Mongolijai, Tuvoje laimėjo prorusiška frakcija. Grupė nojonų ir lamų 1912 m. paprašė, kad Tuva būtų globojama Rusijos. Sankt Peterburgas maloniai priėmė tokį pasiūlymą, Tuvoje buvo suformuotas Rusijos protektoratas, žinomas kaip Urianchajaus kraštas, o galiausiai Nikolajus II 1914 m. netgi pažadėjo tuviams pastatyti sostinę ir ją simboliškai pava-



Pagoda Tuvos sostinės Kyzlylo centre. Budizmo tradicijos čia – stiprios



Priėmę budizmą, tuviai išsaugojo ir šamanizmo tradicijas

dino Belocarsku („baltojo caro“ garbei). Šis miestas 1918-aisiais, žlugus carizmui Rusijoje, tuvių buvo pervadintas Chem Beldiru – Upių Santaka, mat čia į vieną Jenisiejaus upę susilieja Didysis ir Mažasis Jenisiejai. 1926 m. jau nepriklausomos Tuvos valdžia dar kartą pervadino miestą ir suteikė jam dabartinį Kyzlylo („raudonas“) pavadinimą.

Po 1917 m. spalio perversmo Rusijoje ir Pirmojo pasaulinio karo Tuvoje kurį laiką tvyrojo suirutė. Čia veikė Rusijos baltųjų vyriausybės, vadovaujamos admiralo Aleksandro Kolčiako, daliniai, o vėliau įsiveržė ir bolševikai, ir Kinijos bei Mongolijos pajėgos. Ypač kliuvo rusų kolonistams. Nemažą dalį jų sudarė buvę katorgininkai. Sukilę tuviai degino rusų kaimus. Kelečius metus krašte vyravo visiškas chaosas, o valdžia priklausė tiems, kurie tą akimirka toje vietoje buvo stipresni.

Galų gale 1921 m. buvo paskelbta Tuvos Liaudies Respublikos nepriklausomybė. Ją pripažino tik Sovietų Sąjunga ir Mongolija. Kinija reikė į šį karštą savo pretenzijas, o dauguma pasaulio valstybių tuo metu taip pat palaikė Kinijos (tada ji, skirtingai nei Sovietų Sąjunga, nebuvo komunistinė) poziciją.

Taikynis – tikėjimas

Tuvos valstybingumo tėvas buvo vieno nojono arklininko sūnus Mongušas Bujan-Badyrgas, tapęs nojono įsūniu. Buvo išsilavinęs, gerai išmanė budizmą, mokėjo tibetiečių, kinų, mongolų ir rusų kalbas. Kai 1908 m. įtėvį už nepaklusnumą carui derybų metu nunuodijo rusų kazokai, šešiolikmetis vaikiną tapo klanu vadu. Greitai pelnė autoritetą visoje Tuvoje. Buvo

vienas iš rusofilų, 1912 m. pasirašiusių prašymą carui dėl Tuvos globos. O štai 1921 m. jis jau atsidūrė nepriklausomos Tuvos šalininkų priešakyje. M. Bujan-Badyrgas buvo paskirtas pirmuoju Tuvos Liaudies Respublikos ministru pirmininku, šias pareigas ėjo du kartus. Jo vadovavimo laikais Tuvoje nusistovėjo savitas valstybės modelis – kai kurie sovietiniai sprendimai puikiai derėjo su valstybės palankumu budizmui. Šalis turėjo ir mažytę kariuomenę (apie 500 žmonių), daugelis joje tarnavusiųjų buvo kavaleristai. Iš Sovietų Sąjungos buvo gautos kelios tanketės.

Sovietų Sąjungoje įsigalėjus J. Stalinui, represijos atsirto ir iki Tuvos. 1929 m. M. Bujan-Badyrgas buvo suimtas, apkaltintas kontrrevoliuciniais banditiškais veiksmais ir po trejų metų kalinimo sušaudytas. Kartu sušaudytas ir pirmąjį šalies vadovą premjero kėdėje pakeitęs Dondukas Kularas. 1930-aisiais valdžią perėmė penki Maskvoje parengti „tikri revoliucionieriai“, baigę studijas Komunistiniame Rytų darbininkų universitete. Jie buvo paskirti Tuvos liaudies komisaris. Tiesiogiai palaikomi J. Stalino, liaudies komisaris surengė valymą valdžiusioje Tuvos liaudies revoliucinėje partijoje, ėmėsi kolektyvizacijos (ūkio pagrindą sudarė klajoklinė gyvulininkystė) ir paskelbė, kad šalyje būtina sunaikinti budizmą ir šamanizmą. Šioje srityje „pažanga“ buvo itin greita: 1929 m. Tuvoje buvo 25 budistų vienuolynai, apie 4 tūkst. lamų ir šamanų, o po dvejų metų liko vienas vienuolynas, 15 lamų ir 725 šamanai.

Skurstantis regionas

Kai prasidėjo Vokietijos ir Sovietų Sąjungos karas, Tuva tapo

išteklių šaltiniu Raudonajai armijai. Be to, Tuva kaip valstybė pati paskelbė karą Vokietijai. Iš Tuvos į Sovietų Sąjungą kaip pagalba buvo išginta iki pusės milijono arklių, iki 750 tūkst. galvijų ir avių, buvo gabenama vilna, kailiai, mėsa, slidės (pagaminta 52 tūkst. porų), pirštinės (numegzta 19 tūkst. porų), medus, konservai, vaškas ir daugybė kitų dalykų. Kyzylas Maskvai perdavė ir savo aukso fondą.

Į Sovietų Sąjungą iš Tuvos buvo siunčiami ir kariai. Tuvoje ir apskritai Rusijoje labai pabrėžiamas tuvių indėlis į Sovietų Sąjungos pajėgumus. Beje, liūdnoji statistika ta, kad dabartiniame Rusijos kare prieš Ukrainą jau žuvo kur kas daugiau tuvių nei per Antrąjį pasaulinį karą.

1944 m. Tuvos suverenitetas, kad ir dalinis, kad ir labai ribotas, buvo galutinai panaikintas. Rugpjūčio 17 d. pagal Kremliaus komandą Tuvos Mažasis Churalas (parlamentas), „savanoriškai“ pasiprašė į Sovietų Sąjungos sudėtį. J. Stalinas nesismulkinio ir Tuvą įtraukė tiesiai į Rusijos sudėtį kaip autonominę sritį (1961 m. ji pertvarkyta į autonominę respubliką). Dalis istorikų įsitikinę, kad skubų sprendimą lėmė Tu-

voje aptikti urano telkiniai.

Iki Sovietų Sąjungos griūties Tuvoje vis gausėjo atvykėlių iš kitų regionų, bet 1991 m. padėtis dramatiškai pasikeitė. Per trumpą laiką apie 20 tūkst. rusų ir kitų tautybių žmonių paliko Tuva. Prie to prisidėjo ir nemėnkos dalies tuvių antirusiškos nuotaikos (visgi nepriklausomos Tuvos istorija nebuvo pamiršta!), ir prasidėjęs kriminalinių gaujų siautėjimas, ekonominė suirutė.

Tuva, išsiskirianti nuostabią gamta, – viena mažiausiai urbanizuotų Rusijos dalių. Net pusė gyventojų dirba gyvulininkystės sektoriuje. Čia gausu išteklių – be urano, kasama akmens anglių, aukso, geležies ir kitų rūdų. Visgi regionas, tolimas ir švėtimas Maskvai, valdomas korumpuoto vietinio elito, nugrimzdė į ekonominį ir socialinį dugną ir neretai tituluojamas nesaugiausia, vargingiausia Rusijos regionu. Čionai nesaugu, labai daug gyventojų smarkiai geria, vyrauja nedarbas. Depresyvus regionas – puiki vieta gauti karių, kaip patrankų mėsos, V. Putino vykdomam karui Ukrainoje. O dar prieš 80 metų Tuva buvo, kad ir iš dalies, nepriklausoma valstybė...



Regione akivaizdus iš Tuvos kilusio S. Šoigu asmenybės kultas. Jo vardu netgi vadinamos gatvės

Apkalbos griaua tarpusavio santykius

Daugelis žmonių gyvena savo gyvenimą ir jiems neįdomu, nėra laiko žiūrėti pro rakto skylutę į kitų vargus ir džiaugsmus. Tačiau tiems, kurie neskiria pakankamai dėmesio savo kasdienybei, tikslams, sąmoningumo ugdymui, kuriems trūksta pozityvumo, vis knieti sužinoti, kas vyksta kitų kiemuose. Kaip apkalbos veikia žmonių santykius ir kaip derėtų elgtis su jomis susidūrus?

Dalia VALENTIENĖ



Paskalų nešiotojai nėra mėgstami kitų žmonių, be to, apkalbos neretai sugrįžta bumerangu

Visiškai išvengti kalbų apie kitus turbūt neįmanoma – žmonių bendruomenėje normalu pasidalyti informacija vieniems apie kitus, pasidžiaugti kitų sėkme, tačiau apkalbos niekuo teigiamu nekvepia, jose daugiau pikto ir negatyvaus. Pasak psichologės Eglės Biliūnienės, mūsų gyvenime vyraujančios apkalbos yra vienas pikčiausių ir blogiausių įpročių. „Kai kalbame apie kitus žmones iš gerosios pusės, tai lyg ir nėra apkalbos, o pasidžiaugimas kitų sėkme, pergale, bet jeigu pokalbis linksta į piktdžiugą, norą pakenkti tam žmogui, skleisti negatyvią informaciją apie jį, tada prasideda žmogaus menkinimas, būtent tai vadiname apkalbomis. Neretai piktdžiugiškai apkalbame neigiamas kitų žmonių savybes arba poelgius. Pasitaiko atveju, kai žmonės apkalbami dėl savo religinių įsitikinimų, vertybių, ki-

tokios nuomonės. Tada atsiranda nesantaika tarp apkalbėtojo ir apkalbamo žmogaus. Be to, apkalboms plintant informacija neretai iškraipoma, ji pakenkia apšnekamo žmogaus reputacijai ir gali lengvai virsti šmeižtu. Nors daugeliui žmonių klausantis neigiamų šnekų apie kitus palengvėja, nes jie pasijunta tobulesni, visgi tai – prastas būdas kelti savivertę ir grįsti ją save lyginant su kitais. Beje, nukenčia ne tik apkalbamas žmogus, bet ir patys apkalbėtojai: jie tampa pikti, o ilgainiui – ir nemėgstami kitų. Mintimis apie apkalbas savo viduje maitiname blogį ir savo sąmonę bei širdį teršiamo kartėliu ir juo neišvengiamai apsinuodijame“, – teigia pašnekovė.

Apkalbėtojo portretas

Žmonės apkalba vieni kitus dėl įvairių priežasčių. Apkalbos

gali kilti ir iš natūralių žmogiškos prigimties poreikių – komunikuoti ir dalytis informacija, tačiau neigiamame kontekste jos atskleidžia apkalbėtojo nesaugumą, bandymą konkuruoti ar net manipuliuoti. Paprašyta nupiešti apkalbinėtojo portretą, psichologė įvardija keletą esminių bruožų – tai žmogus, stokojantis savigarbos ir savivertės, nes menkindamas kitus bando padidinti savo vertę. „Piktybiniam apkalbėtojui būdinga nepatenkinti jo vidiniai poreikiai, jam kažko stinga, galbūt jaučiasi neįvertintas ir nepriimtas. Jis apkalba kitus siekdamas pasijusti geresnis, pranašesnis. Žemindami kitus, apkalbėtojai tikisi pakelti savo vertę, ypač jei patys jaučiasi silpni, neužtikrinti. Taip jie stengiasi užmaskuoti savo trūkumus ir sulaukti dėmesio, palaikymo iš kitų. Pažeminę kitą, apkalbėtojas tarsi pakyla aukščiau to pažeminto žmogaus. Bet toks efektas klaidingas ir laikinas – menkindamas kitą, greitai pats pasijunta prastai, nes suvokia, kas yra kas. Tas, kuris yra apkalbamas, neretai irgi supranta, kad apkalbinėtojas tik siekia patenkinti savo pripažinimo poreikį, galbūt nežino, kad savivertę galima pakelti kitais būdais. Apkalbėtojui taip pat būdingas egocentriškumas – žmogui atrodo, kad jis yra svarbiausias, o kiti ne tokie svarbūs, ir tą nesvarbumą bando pabrėžti per apkalbas. Apkalbėtojas gali būti saldžialiežuvis, gali mokėti labai gražiai bendrauti, priėti prie kitų, taip bendraudamas gali apie jus daug sužinoti, o paskui panaudoti tą informaciją prieš jus“, – dalijasi mintimis psichologė E. Biliūnienė.

Apkalbų priežastys

Viena dažniausių – pavydas. Žmonės apkalba tuos, kuriems pavydi sėkmės, talento, išvaizdos ar santykių. Pasakodami nuotrupas apie kitų gyvenimą, apkalbėtojai dažniausiai bando sumenkinti kitų pasiekimus, kad

jie atrodytų ne tokie įspūdingi arba vertingi.

Apkalbos kartais naudojamos ir kaip socialinis įrankis, siekiant sustiprinti savo poziciją grupėje. Apkalbėdami kitus žmones bando formuoti grupės nuomonę apie tam tikrą asmenį dažnai tam, kad sumažintų konkurenciją arba sustiprintų savo, kaip „informacijos šaltinio“, vaidmenį. Tai ypač pastebima darbo aplinkoje ar grupėse žmonių, kuriems svarbus įvertinimas pagal socialinę hierarchiją.

Kartais apkalbos yra kaip manipuliacijos priemonė. Skleidžiant neigiamą informaciją apie kitą žmogų siekiama kontroliuoti situaciją, paveikti kitų nuomonę arba sutrukdyti apkalbamam žmogui pasiekti tam tikrus tikslus. Tai gali būti ir sąmoningas bandymas pakenkti kito reputacijai.

Psichologės manymu, dažnai kitus apkalbame tiesiog iš tuštybės, nes neturime apie ką daugiau šnekėtis. Kai kuriems žmonėms apkalbos yra būdas užpildyti laisvą laiką, ypač jei jaučiasi nuobodžiaujantys. Dar kitiems apkalbos gali tapti tiesiog pramoga, intriguojantis užsiėmimas, kuriantis dramą ir aplinkinius įtraukiantis į diskusijas.

Kai kada apkalbos kyla iš asmeninio nusivylimo ar neigiamų emocijų. Žmonės gali apkalbėti kitus, nes nori išlieti savo pyktį, nusivylimą ar stresą. Šnekėdami apie kitus jie perkelia dėmesį nuo savo problemų ir iškrauna emocijas nukreipdami jas į kitus asmenis.

Kartais apkalbos tampa būdu užmegzti santykius su kitais žmonėmis. Kalbant apie trečią, kartu nesantį, asmenį sukuriamas bendrumo jausmas – „mes prieš jį“. Nors šis ryšys grindžiamas neigiamu kontekstu, žmonės daug negalvodami taip stengiasi užmegzti ar stiprinti ryšį su kitais grupės nariais.

Paskalų nešiotojai nėra mėgstami

Nors apkalbėtojai siekia tam tikrų tikslų – nuo savivertės pakėlimo iki socialinės kontrolės, ilgainiui toks elgesys pradeda kenkti ne tiek jiems patiems, kiek jų santykiams su kitais. Apkalbos kuria nepasitikėjimą, skatina konfliktus, bendravimas tampa nenuoširdus ir paviršus-

tiniaškas. Apkalbėtojai gali pasiekti trumpalaikį pasitenkinimą, tačiau ilginiui jų reputacija ir santykiai su aplinkiniais labai nukenčia. Paskalų nešiotojai nėra mėgstami. Dažniausiai jie praranda pasitikėjimą.

„Jeigu sužinai, kad draugas tave apšnekėjo, supranta, ateityje jau nepatikėsi kokios nors savo paslapties, nes žinai, kad jos neišsaugos arba tave apjuodins kalbėdamas su kitais. Į artimą aplinką tokių žmonių nebe norima įsileisti. Pastaruoju metu pastebiu, kad ir žinomi nuomonės formuotojai neretai žarsto negatyvią informaciją apie kitus, nors jie yra sekami, gerbiami ir mylimi. Man dažnai kyla klausimas – kodėl, kaip galima apie kitus negatyviai kalbėti, ir visiems viskas gerai? Juk nėra vienas tokių draugų artimoje aplinkoje tikrai nenorime turėti. Jeigu tu bendrauji su žmogumi, kuris kitus apkalba, supranti, kad ir tave kitiems jis gali apkalbėti. Jei su manimi kalbi apie mums pažįstamą trečią asmenį neigiamai, vadinasi, būdamas su kitais apie mane taip pat ką nors blogo pasakys“, – sako psichologė.

Kaip sustabdyti apšnekėtojus?

Jeigu apkalbos jums nepriimtinos ir nenorite girdėti, kaip kas nors apkalba kitus, teks apkalbėtoją stabdyti arba pačiam pasišalinti iš jo draugijos. Apkalbos miršta, jeigu jų neklausoma. „Pirmiausia, norint savo ausis apsaugoti nuo apkalbų, jas reikėtų stabdyti, galbūt pasakyti, kad „kalbame apie žmogų, kurio dabar čia nėra“. Taip sakdami ne tik apginsime tą žmogų, bet ir pelnysime kitų, kartu esančių, žmonių pagarbą. Būtų puiku, jei apkalbėtojai užtektų vienos mandagios pastabos, deja, ne visada to pakanka. Jeigu apkalbančiojo nesustabdo viena pastaba ar pasakymas, kad apie tai nenorite dabar kalbėti, ir žmogus vis tiek tęsia nemalonų pokalbį, derėtų tą patį labai aiškiai pakartoti kelis

kartus. Sąmoningas žmogus tai galiausiai supras, bet yra ir tokių, kurių jokios pastabos neveikia. Tuomet, jei norime būti sąžiningi patys sau, derėtų baigti pokalbį, atsiprašyti ir nueiti“, – pataria psichologė E. Biliūnienė.

Dažnu atveju tiek filtruojant savo pokalbius, tiek bendraujant su nepageidaujama „informatoriais“, gali praversti daugeliui žinomas pasakojimas apie tris Sokrato sietus. „Kartą vienas žmogus atėjo pas Sokratą ir paklausė:

– Ar žinai, ką man apie tave papasakojo tavo draugas?

– Palauk, – sustabdė jį Sokratas, – pirmiausia tai, ką nori pasakyti, persijokim per tris sietus. Pirmas – tiesios sietas. Ar tu įsitikinęs, kad tai tikrai tiesa?

– Ne, aš tik girdėjau taip šnekant.

– Taigi, tu nežinai, tiesa tai ar ne. Tada persijokim per antrąjį – gerumo – sietą. Ar nori pasakyti apie mano draugą ką nors gera?

– Ne, priešingai.

– Taigi, – tęsė Sokratas, – tu ketini man pasakyti apie jį kai ką bloga, nors nežinai, ar tai tiesa. Išmėginkime dar ir trečiąjį – naudos – sietą. Ar man tikrai būtina išgirsti tai, ką nori pasakyti?

– Ne, tai nėra būtina.

– Taigi, – apibendrino Sokratas, – iš to, ką norėjai pasakyti, nėra nei tiesos, nei gerumo, nei naudos. Kam tada tai sakyti?“

Kaip reaguoti į apkalbas?

Vieni pradeda klausinėti aplinkinių, ką apkalbėtojas sakė, aiškintis, teisintis, kiti pačiam apkalbėtojai puola į atlapus dėl to, kad skleidžia paskalas. Kuklesnieji tokiais atvejais izoliuojasi, ima šalintis ne tik apkalbėtojo, bet ir kitų, kurie galėjo girdėti paskalas.

Psichologės teigimu, ne visose situacijose galima pritaikyti vienodas atsako strategijas. „Jei aš esu pakankamai stiprus ir žinau, kad kitas žmogus adekvatus, galiu jam pasakyti, kad girdėjau, jog apie mane kalbi taip ar anaip, noriu

paklausti, iš kur tu tai žinai, ar tai tiesa, pareikšti, kad man nepatinka kalbos apie mane. Tai rodytų, kad esate atviras su tuo žmogumi, sakote tiesiai, be užuolankų. Apkalbėtojo reakcijos gali būti įvairios: jis gali meluoti, kad neapkalba, tikinti, kad nieko nesakė. Bet apkalbėtas žmogus, kreipęsis tiesiogiai į paskalų nešiotoją, jaučiasi tvirtas ir teisingas – juk žino, koks yra iš tikrųjų, jam nereikia patvirtinimo, kad yra geras ar ypatingas, apkalbėtojo kuždesiai už jo nugaros nelabai ką reiškia. Tačiau jei žmogaus savvertė labai priklauso nuo to, ką apie jį galvoja kiti, jam baisu aiškintis, kad dar labiau visko nesugadintų. Elgesys labai priklauso nuo to, kokia yra žmogaus, į kurį buvo nukreiptos apkalbos, nuomonė apie save. Kita vertus, galima to nesureikšminti, nes greičiausiai suprantate, kad apkalbėtojas neturi apie ką daugiau šnekėti, nemoka kitaip savo vertės pasikelti. Čia galima padėti tašką – tegul apkalbėtojas kalba, ką nori, žmonės žino, koks aš esu. Pažiūrėkite, kiek internete galima rasti piktų komentarų. Jeigu į kiekvieną piktą komentarą būtų reaguojama, mokytojai nebegalėtų mokyti, gydytojai – gydyti“, – sako pašnekovė.

Visgi iš patirties žinome, kad žodžiai – galinga jėga: jie mus veikia, kad ir kokie stiprūs būtume. Žmogus, kurį apkalba draugai ar kolegos, jaučiasi išduotas, nevertinamas ir astumtas. Toks elgesys gali sugriauti net stipriausius santykius, nes apkalbamas žmogus praranda pasitikėjimą aplinkiniais. Jis gali pradėti abejoti savo vertingumu, jaustis nesaugus kolektyve ar tarp draugų. Apkalbos sukelia izoliacijos jausmą – apkalbamas žmogus gali pradėti vengti tų, kurie, jo manymu, dalyvauja šiose diskusijose. Tai ilginiui ne tik pablogina tarpusavio santykius, bet ir gali paveikti asmens psichologinę savijautą, sukelti nerimą ar net depresiją. Todėl galvokime, ką, kam ir kodėl sakome.

KAMPARO ALIEJUS

Vietiniam skausmui malšinti

Raumenų skausmui mažinti

Sausgyslių ir sąnarių uždegimui gydyti

Tinkamas kompresams, įtrinimams

GERINA KRAUJOTAKĄ IR MEDŽIAGŲ APYKAITĄ



KAMPARO ALIEJUS. 100 mg/ml odos tirpalas. 30 ml. Nereceptinis vaistinis preparatas. Veikliosios medžiagos: 1 ml odos tirpalo yra 100 mg raceminio kamparo. Indikacijos: vaisto vartojama vietiniam skausmo malšinimui esant raumenų, sausgyslių ar sąnarių uždegimui. Vartojimas: vartoti ant odos. Skaudamą vietą 2-3 kartus per dieną reikia gerai įtrinti 10 – 15 ml odos tirpalo ir pamasažuoti. Kontraindikacijos: alergija kamparui arba bet kuriai pagalbinei šio vaisto medžiagai. Specialūs įspėjimai: vaisto negalima vartoti ant atvirų žaizdų, egzemos, pažeistos, šlapiojančios ar suskaldėjusios odos, šalia akių bei ant gleivinių. Nepatariama jo vartoti ūminiu ligos laikotarpiu. Kad būtų išvengta toksinio poveikio, juo negalima tepti didelių odos plotų, pateptos vietos uždengti orui nepralaidžiais tvarščiais. Pajutus stiprų dirginimą arba skausmą, odą reikia nuplauti šiltu vandeniu su muilu ir vaisto toliau nevartoti. Nerekomenduojama vartoti vaikams, nes duomenų apie saugumą ir veiksmingumą nepakanka.

Cholesterolio koncentracijos norma – ne visiems vienoda

Kas antra mirtis Lietuvoje ištinka dėl širdies veiklos ar kraujotakos sistemos sutrikimų. Apie vieną iš kardiovaskulinių ligų rizikos veiksnių – kraujagysles kemšantį cholesterolį, siektinas jo normas ir galimybes reguliuoti jo lygį kalbamės su Vilniaus universiteto ligoninės Santaros klinikų Kardiologijos ir angiologijos centro gydytoja kardiologe prof. Jolita Badariene.

Ramutė ŠULČIENĖ



Prof. J. Badarienės teigimu, padidėjusi cholesterolio kiekį būtina reguliuoti, nes tai yra svarbus širdies ir kraujagyslių ligų rizikos veiksnys

„Šiandien jau labai aiškiai žinome, kad padidėjusi blogojo cholesterolio koncentracija yra pagrindinė aterosklerozės priežastis. Aterosklerozės vystymąsi ypač skatina organizme rudenantis nors ir nedidelis uždegimas. Cholesteroliumi kaupiantis, sumažėjus kraujagyslių spindžiui, kraujas neprateka, formuojasi trombai ir gali ištikti infarktas, insultas ar kitos širdies ir kraujagyslių ligos. Esminis žingsnis siekiant stabdyti aterosklerozę, t. y. kraujagyslių kimšimąsi, yra mažinti blogojo cholesterolio koncentraciją“, – pabrėžia prof. J. Badariene.

Pratinkimės prie mažų ribų

Pašnekovė aiškina, kad yra skiriamos keturios cholesterolio frakcijos: bendrasis cholesterolis, mažo tankio lipoproteinų (MTL) cholesterolis, didelio tankio lipoproteinų (DTL) cholesterolis ir trigliceridai. Vertinant

cholesterolio koncentraciją, svarbiausia yra žinoti ne bendrą kiekį, o mažo tankio lipoproteinų cholesterolio, vadinamo blogoju cholesteroliumi, koncentraciją. Būtent jis lyg rūdys vamzdžiuose nusėda ant kraujagyslių sienelių ir skatina aterosklerozės vystymąsi.

Kokios yra blogojo cholesterolio normos ir kokia riba turėtų kelti susirūpinimą? Prof. J. Badarienė atkreipia dėmesį, kad visiems žmonėms vienodos mažo tankio lipoproteinų cholesterolio normos nėra: ji priklauso nuo įvairių veiksnių, tokių kaip amžius ir kiti rizikos veiksniai, pavyzdžiui, gretutinės ligos. „Jei pacientas priklauso didelės rizikos grupei, blogojo cholesterolio koncentracija turėtų neviršyti 1,8 mmol/l. Dar mažesnė riba leistina labai didelės širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupei priskiriamoms asmenims. Jeigu teko patirti miokardo infarktą, priešinfarktinę būklę, insultą ar buvo atlikta širdies kraujagyslių keitimo operacija ar plėtimo procedūra, rekomenduojama sumažinti blogojo cholesterolio koncentraciją daugiau nei perpus nuo pradinės ribos ir ji neturėtų viršyti 1,4 mmol/l“, – dėsto gydytoja.

Kaip teigiama naujausiose Europos kardiologų rekomendacijose, kuo daugiau ir greičiau sumažinsime mažo tankio lipoproteinų cholesterolio kiekį ir kuo ilgiau vyraus maža jo koncentracija – tuo geriau.

Svarbu anksti pradėti gydymą

Asmuo – nenutukęs, nerūko, sveikai maitinasi, sportuoja, bet cholesterolio kiekis – per didelis ir galbūt jau yra aterosklerozinių pokyčių. Ar įmanomas toks scenarijus?

„Taip, viena iš priežasčių gali būti paveldimumas: kai kurie žmonės turi genetiškai paveldėtą didesnę cholesterolio koncentraciją ir susiduria su didesne rizika sirgti širdies ir kraujagyslių ligomis. Šeiminiis paveldimumas nustatomas, jeigu artimam gimnainičiui yra anksti nustatyta (vyrams – mažiau nei 55 metų, moterims – mažiau nei 60 metų) širdies vainikinių, smegenų ar periferinių arterijų liga arba yra įvykusių staigių mirčių. Jei asmens šeimoje yra tokių atvejų ir jo blogojo cholesterolio kiekis viršija 5 mmol/l, jam galima įtarti šeiminei hipercholesterolemijai. Apskritai asmenys, kurie leidžia gausiam kiekiui blogojo cholesterolio ilgai cirkuliuoti kraujyje, patiria žymiai didesnę riziką, kad juos ištiks kardiovaskulinis įvykis. Taigi kuo anksčiau pradėsime mažinti padidėjusią cholesterolio koncentraciją, tuo didesnė tikimybė, kad bus stabilizuota aterosklerozė. Moksliniai duomenys rodo, kad mažo tankio lipoproteinų cholesterolio kiekio sumažinimas 1 mmol/l santykinę aterosklerozinės širdies kraujagyslių ligos riziką po pirmųjų metų sumažina beveik 10 proc., po antrųjų – 16 proc., po trečiųjų – 20 proc. ir vos 1,5 proc. kiekvienais paskesniais metais. Tai byloja, kaip svarbu gydymą pradėti kuo anksčiau“, – teigia kardiologė.

Cirkuliuoja be simptomų

Pasak prof. J. Badarienės, padidėjusi cholesterolio koncentracija dažniausiai neduoda jokių signalų. „Maždaug du trečdaliai žmonių nejunta simptomų. Dėl to padidėjusi cholesterolio koncentracija, kaip ir hipertenzija, vadinama tyliąja žudike. Tačiau



Norint sužinoti tikslias reikšmes, reikia atlikti lipidogramą – ji parodo blogojo ir gerojo cholesterolio bei trigliceridų kiekį kraujyje

dalis asmenų, dažniausiai paveldėjusių hipercholesterolemiją, gali pastebėti ligą išduodančius geltonus ruoželius aplink akis, alkūnes, kelius ir kitose vietose“, – aiškina pašnekovė.

Padidėjęs cholesterolio kiekis, gydytojos teigimu, yra užgyvenamas: metams bėgant cholesterolio koncentracija kraujyje tendencingai didėja. Pavyzdžiui, vos gimusio kūdikio kraujyje bendrojo cholesterolio aptinkama vos 0,5–1 mmol/l. „Amžiaus veiksnys – labai didelis, o lyties veiksnys nėra kuo nors ypatingas: padidėjęs cholesterolio kiekis nustatomas panašiai moterims ir vyrams. Kitaip statistika dėliojasi, kai vertiname aterosklerozinės širdies kraujagyslių ligos paplitimą. Moteris iki menopauzės nuo šios ligos iš dalies apsaugo moteriškieji hormonai, o štai vyrai atsiduria didesnės rizikos grupėje. Tačiau po menopauzės, pasikeitus hormonų pusiausvyrai, rizika moterims taip pat smarkiai išauga. Deja, tendencija tokia, kad moterų sergamumas kartais netgi lenkia vyrų“, – pabrėžia prof. J. Badariene.

Mitybos įtaka – ne itin didelė

Kardiologė atkreipia dėmesį, kad mes, kaip tauta, neturime genetiškai didesnio polinkio į padidėjusią cholesterolio koncentraciją kraujyje, tačiau turime nemažai gyvenimo ir mitybos įpročių, kurie skatina ją didėti. Visų pirma paminėtina,

kad vartojame daug gyvūninės kilmės riebalų. „Biomedicinos mokslų instituto mokslininkė, genetikė Alina Urnikytė yra nustčiusi labai įdomų dalyką – pasirodo, mūsų populiacijoje stipriai vyrauja genas, atsakingas už riebalų virškinimą. T. y. lietuviai pasižymi ypatybe laisvai virškinti riebalus. Galbūt, jei sunkiai virškintume riebalus, jų nenorėtume ir turėtume mažiau širdies veiklos ir kraujotakos sistemos sutrikimų“, – apie mitybos reikšmę ligų prevencijai dėsto gydytoja.

Visgi mitybos įtaka, jau esant padidėjusiam cholesterolio kiekiui ir norint jį sumažinti, nėra tokia didelė, kaip kartais manoma. „Moksliniai tyrimai rodo, kad dieta blogojo cholesterolio kiekį padeda sumažinti tik apie 20 proc. Todėl bet kokių atvejų, skiriama vaistų ar ne, rekomenduojama keisti gyvenimą: daugiau judėti, sveikiau maitintis, mesti rūkyti. Kita vertus, svarbu suprasti, kad vien šių priemonių užtenka tik mažos rizikos pacientams, kurių blogojo choleste-

rolio koncentracija yra padidėjusi nežymiai. O tiems žmonėms, kurie priklauso didelės širdies ir kraujagyslių ligų rizikos grupei ar turi kitų rizikos veiksnių, pasikliauti vien mitybos pokyčiais nėra atsakinga“, – tvirtina prof. J. Badariene.

Net ir nedideli pokyčiai – reikšmingi

Populiariausi vaistai, mažinantys cholesterolio koncentraciją, – statinai. Taip pat yra kitų vaistų, kurie gali būti derinami su statiniais. „Suprantu, kad kai kuriems žmonėms gali būti sunku vartoti vaistus neįjungiant jokių simptomų. Vertėtų žvelgti gerokai toliau: šių vaistų vartojimo tikslas yra ne tik sumažinti cholesterolio koncentraciją iki normos, bet ir stabilizuoti jau vykstantį aterosklerozės procesą bei taip sumažinti riziką susirgti širdies ir kraujagyslių ligomis. Paprastaiariant, vaistai, kuriuos vartojate šiandien, padeda apsaugoti nuo insulto ar infarkto po keliolikos metų“, – aiškina gydytoja kardiologė.

Tyrimai rodo, kad, sumažinus blogojo cholesterolio koncentraciją vos 1 mmol/l, aterosklerozinės širdies kraujagyslių ligos riziką galima sumažinti iki 22 proc., mirčių nuo širdies ir kraujagyslių ligų skaičius mažėja apie 20 proc., o insultų dažnis – 17 proc. Gydytoja pabrėžia, kad vaistus, reguliuojančius cholesterolio lygį, būtina vartoti reguliariai, svarbu nenutraukti jų vartojimo, kai rodikliai pagerėja.

Vaistinėse apstu maisto papildų cholesterolio kiekiui kraujyje reguliuoti. Ar galime jais pasikliauti? Pasak pašnekovės, maisto papildai nėra vaistai: galbūt jie turės poveikį sveikiems asmenims, kurių cholesterolio koncentracija yra nežymiai padidėjusi, tačiau priklausant didelės ir labai didelės rizikos grupei vartoti vaistus – būtina. Prof. J. Badariene taip pat paneigia mitą apie aspirino naudą: „Šis vaistas cholesterolio kiekiui kraujyje įtakos nedaro. Jis skiriamas tik esant labai aiškioms indikacijoms, o padidėjusi cholesterolio koncentracija nėra viena iš jų.“

Lenktynės su liga

Apie tris dešimtmečius kardiologijos srityje dirbanti medikė tvirtina pastebinti, kad gyventojų sąmoningumas didėja: stengiamasi prevenciškai išsirtinti sveikatą, daugiau judėti, sveikiau maitintis. „Nustačius širdies ir kraujagyslių ligas sukeliančius rizikos veiksnius, dalis pacientų tikrai stengiasi juos koreguoti, pavyzdžiui, reguliuoja cholesterolio kiekį vaistais ar mityba, meta rūkyti ir pan. Noriu priminti, kad visi gyventojai nuo 40 iki 60 metų gali nemokamai dalyvauti širdies ir kraujagyslių ligų prevencijos ir ankstyvosios diagnostikos programoje. Ji apima ir cholesterolio ištyrimą. Dėl dalyvavimo šioje programoje reikia kreiptis į savo šeimos gydytoją“, – teigia prof. J. Badariene.

Pasak gydytojos, paveldimam žino apie šeiminį paveldimumą, serga cukriniu diabetu ar turi kitų rizikos veiksnių, lipidograma turėtų būti atliekama anksčiau, nelaukiant amžiaus ribos, tinkamos dalyvauti prevencinėje programoje.

Reklama

Susirgote onkologine liga? POLA suteiks Jums reikalingą pagalbą

„Kaip dar galėčiau gauti pagalbą, susirgusi onkologine liga, sužinojau iš savo draugės. Jau kuris laikas ji turėjo POLA kortelę, džiaugėsi gaunamais patarimais, mažesnėmis išlaidomis, tuo, kad kažkam rūpi. Kai prireikė man pačiai, jau žinojau, kur kreiptis. Savo mieste susitikau su POLA savanore, ji man išrašė POLA kortelę, patarė sekti naujienas pola.lt, paskambinti POLA pacientų gidams, pasikalbėti. Buvo nedrąsu, bet pabandžiau. Kaip nuoširdžiai pabendrauvome! Pajutau, kad mano problemos kažkam rūpi, kad kalbėjimas padeda sumažinti nerimą. Be to, dar ir sutaupau: perku autobuso bilietus 80 proc. pigiau, taip pat vaistus, akinius su nuolaida. Ačiū už šią pagalbą“, – sako onkologine liga serganti Danguolė.

Lietuvoje onkologinė liga kasdien nustatoma apie 50 asmenų. Pateikus onkologinės ligos diagnozę patvirtinantį dokumentą, Pagalbos onkologiniams ligoniams asociacija (POLA)

visiems onkologiniams pacientams išduoda POLA kortelę, kuri liudija priklausymą POLA organizacijai. Ši kortelė padeda sumažinti dėl ligos išaugusią finansinę naštą, o nežinant, kaip elgtis tam tikrose situacijose, suteikia galimybę konsultuotis su POLA specialistais: dietologais, psichologais, teisininkais. Pagalbą telefonu taip pat teikia POLA savanoriai pacientų gidai, pasirenkę pasidalyti asmenine gyvenimo išgirdus onkologinės ligos diagnozę patirtimi (apima per 20 onkologinės ligos lokalizacijų). Pacientų gidai gali padėti ne tik atrasti pusiausvyrą užklupus nežinia, įkvėpti kasdienybėje ir suteikia vilties, bet ir pataria, kaip išspręsti praktinius gyvenimo klausimus, pvz., išmokos, nedarbingumo nustatymo procedūros, paaiškina, kokią pagalbą gali suteikti POLA. Pacientų gidų kontaktus rasite svetainėje www.pola.lt bei onkologijos gydymo centruose pakabintuose skelbimuose. Emocinė

būseną stiprinti padeda POLA partnerių kultūros įstaigų dovanojami kvietimai nemokamai apsilankyti renginiuose. POLA kortelės turėtojai nuolat gauna aktualią informaciją el. paštu, yra kviečiami į seminarus, mokymus, gauna edukacinių leidinių. Pacientų navigacijos svetainėje www.priesvezi.lt skelbiama svarbiausia informacija pagal ligos kelio etapus – apsilankykite.

Su POLA kortele priklausoma: 160 POLA partnerių nuolaidų svarbioms prekėms ar paslaugoms. Pacientai aktyviai naudojami 80 % nuolaida viešojo transporto bilietams (kelionei tolimojo, vietinio ar reguliaraus susisiekimo autobusais, traukiniais, reguliaraus susisiekimo laivais ir keltais). 15 % nuolaida vaistams, ~20 % – diagnostiniams tyrimams, iki 75 % – optikos prekėms, nuolaidos odontologo paslaugoms, apgyvendinimui ir kt. Visas nuolaidų sąrašas – svetainėje adresu www.pola.lt.

Kaip gauti POLA kortelę? Neriboto galiojimo POLA kortelę galima užsisakyti internetu www.pola.lt (siuntimo išlaidos – 5 Eur), kortelė išsiunčiama nurodytu adresu. 40 Lietuvos miestų kortelę nemokamai galima gauti iškart – pas POLA kortelės savanorius (sąrašas interneto svetainėje arba tel. 8 650 56 151).

Lietuvos Respublikos
socialinės apsaugos
ir darbo ministerija



POLA
Pagalbos onkologiniams
ligoniams asociacija

Kad prieš vėžį
laimėtum
GYVENIMAS

POLA kortelė

POLA
Pagalbos onkologiniams
ligoniams asociacija



Visos POLA paslaugos teikiamos nemokamai, kad ir toliau galėtume jas teikti, kviečiame paremti siunčiant SMS trumpuoju numeriu 1408 (suma 5 Eur), lėšų pavedimu į POLA sąskaitą LT 63 7044 0600 0779 8055; kas mėnesine arba vienkartinė parama www.pola.lt/paremkite. Kad prieš vėžį laimėtum gyvenimą!

Tinkamai naudojami akiniai tarnaus ilgiau

Blogiau matančiam akiniai – itin svarbus daiktas, be jų gali strigti darbai, kilti sunkumų apsiperkant parduotuvėse, sudėtinga orientuotis gatvėje, įžiūrėti autobuso numerį, neįmanoma vairuoti. Kad akiniai kuo ilgiau tarnautų, svarbu tinkamai juos naudoti ir prižiūrėti.

Dalia VALENTIENĖ



Blogai matančiam žmogui akiniai – tarsi antros akys, todėl labai svarbu juos tinkamai prižiūrėti

Blogiau matantiems žmonėms akiniai visada yra ant nosies arba po ranka, kad prireikus galėtų užsidėti. Jie tampa kasdienio gyvenimo palydovu tiek darbe, tiek vairuojant ar užsiimant kitomis veiklomis. Tačiau netinkama akinų priežiūra gali lemti greitą jų nusidėvėjimą ar net regėjimo pablogėjimą. Akiniai nėra pigūs, todėl naudinga išgirsti keletą patarimų, kaip juos tinkamai užsidėti, nusiimti, valyti, žinoti, kaip akinų rėmelius veikia temperatūrų skirtumas.

Optometrininkas Matas Tamkvaitis apie klaidas, kurias neretai daro akinų savininkai, sužino, kai jie ateina tikėdamiesi pagalbos: suremontuoti netikėtai sulūžusius akinius, pakeisti lęšius, kai jie susibraižo ir trukdo matyti, atsisuko ar iškritę rėmelio varžtelis. „Kai paaiškinu, kad vienos ar kitos problemos buvo galima išvengti atsisakius kelių netinkamo naudojimo įpročių, žmogus nustemba, kad į tai anksčiau neatkreipė dėmesio, apie tai nepagalvojo. Akiniai –

subtilus daiktas, ne kepurė, jie nesunkiai pažeidžiami, tad kartais, visai to nežinodami ir nenorėdami, jiems pakenkiame. Akinius ir iš dėklo reikia mokėti išimti, ir nuo nosies nusiimti, ir užlenkti kojeles, ir padėti į vietą. O juk dažnas akinius pavalo kokio nors drabužio skvernu, ir tik vėliau pamato problemą. Tada nusimena, kad vėl teks patuštinti piniginę“, – pasakoja regėjimo korekcijos specialistas.

Akiniams nepatinka karštis

Optometrininkas atkreipia dėmesį, kad derėtų žinoti apie temperatūrų kaitos poveikį akiniams.

„Nederėtų įlįsti pernelyg arti orkaitės užsidėjus akinius, kai norite patikrinti, ar pyragas iškepė, šilumos gūsis gali jiems pakenkti. Taip pat nepatarčiau akinius dėvintiems žmonėms sėdėti pernelyg arti degančios židinio liepsnos. Akiniams gali pakenkti net plaukų džiovintuvas. Į pirtį, ypač sauną, nereikėtų

eiti su akiniais, taip pat negalima jų plauti karštu vandeniu. Nuo karščio ne tik rėmeliai gali išsikraipyti, bet ir lęšiai įtrūkti. Varsą negalima akinų palikti prie automobilio priekinio lango, kai lauke karšta, nežinia, ką sugrįžę rastumėte. Kai kuriais atvejais rėmelių geometriją galima atkurti, bet tikrai ne visada“, – sako pašnekovas.

Pašnekovo teigimu, šaltuoju metų laikų butuose įjungus šildymą reikėtų atkreipti dėmesį į tai, kur paliekame akinius. „Namuose įjungtos šildymo sistemos neretai būna po rašomaisiais stalais, o neatsakingai padėjus akinius arti šilumos šaltinio, jų rėmeliai gali persikreipti“, – teigia specialistas.

Ką daryti, kad akiniai nerasotų?

Dar viena šalčio sezono problema, su kuria susiduria nuolat nešiojantieji akinius, – lęšių rasojimas įėjus į šiltą patalpą iš lauko žiemos metu. Taip nutinka todėl, kad patalpoje oras šiltesnis nei akinų lęšių paviršius, tad natūraliai ant jų susidaro smulkus kondensatas, padengiantis visą stiklo paviršių.

Internete galima rasti įvairiausių liaudiškų patarimų, kaip rasojimo išvengti, tačiau optometrininkas M. Tamkvaitis pataria akiai visais jais nesivadovauti. „Pavyzdžiui, kai kurie dalijasi patarimu ant akinų lęšių užtepti dantų pastos lašelį, išsklaidyti jį per visą lęšio paviršių, palaukti, kol išdžius, ir kruopščiai nuvalyti servetėle. Gal akiniai ir mažiau rasos, taip patariama žiemą nuvalyti automobilių veidrodėlius, kad jie nepasidengtų kondensatu, tačiau lęšių stiklai pernelyg jautrūs tokiems eksperimentams, netgi tie, kurie įvardijami kaip atsparūs braižymui. Dantų pastoje yra abrazyvinių dalelių, kurios lieka ir vėliau valant braižo stiklą, ir po kurio laiko jis gali pasidaryti pusiau matinis. Be to, dažniausiai ir pačios pastos nepavyksta visiškai nuvalyti,

jos lieka plyšiuose tarp rėmelio ir lęšio. Todėl šio būdo tikrai nerekomenduočiau“, – sako optometrininkas.

Pašnekovas priduria, kad netinkamos akiniams valyti ir kitos buityje naudojamos priemonės – langų valymo skystis ar glicerolis. Nors jomis patepti akinų stiklai galbūt kurį laiką ir nerasos, lęšiams gali būti pakenkta. Buitinėse priemonėse neretai yra itin didelė spirito koncentracija, o tai netinka akinų stiklams.

Vienas iš efektyvių būdų išvengti akinų lęšių rasojimo – įtrinti juos muiluotu vandeniu arba skutimosi putomis. Ištepkite muiluotu vandeniu arba skutimosi putomis abi lęšių puses, palikite kelias minutes, o tada nuvalykite muilą ar putas mikropluošto šluoste. Likučiai suformuoja skaidrią apsauginę plėvelę, kuri neleidžia drėgmei patekti ant lęšių ir susidaryti kondensatui. Žinoma, nuo rasojimo geriausia būtų naudoti specialias priemones, kurių galima įsigyti optikose.

Beje, nederėtų akinų ilgam palikti šaltyje, pavyzdžiui, automobilyje, per naktį. Paėmę juos ir užsidėję patalpoje, kurį laiką negalėsite gerai matyti, nes akiniai rasos.

Užsidėti ir nusiimti – abiem rankomis

Akiniams neretai pakenkia ir tai, kaip juos padedame nusiimti. Daugelis žmonių skubėda-

Beje...

AKINIŲ BŪKLĘ SVARBU REGULIARIAI TIKRINTI

Akinius būtina ne tik reguliariai valyti, bet ir apžiūrėti, ar jie techniškai tvarkingi. Svarbu pastebėti, ar neatsilaisvino varžteliai, ar lęšiai nekliba, o prireikus nunešti specialistams, kad suveržtų, palenktų kojeles ar kitaip suremontuotų. Ne mažiau svarbu pasitikrinti ir regėjimą. O gal jūsų regėjimas pakito ir reikalingi kiti akiniai? Regėjimą, užsidėjus turimus akinius, specialistai rekomenduoja pasitikrinti bent kartą per metus.

mi linę palikti akinius bet kur – automobilyje, rankinėje ar net ant lovos, kai kurie juos įmeta į kuprinę. Dėl to rėmeliai gali deformuotis ar net sulūžti, o lęšiai – nepataisomai susibraižyti.

Blogas įprotis ir neapdairiai akinius padėti lęšiais žemyn ant stalo ar kito paviršiaus. Kai akiniai paliekami lęšiais į apačią, jie lengvai susibraižo.

„Akiniams būtinas dėklas. Tai padeda apsaugoti lęšius ir rėmelius nuo mechaninių pažeidimų. Geriausia pasirinkti kietą dėklą, kuris apsaugos akinius net ir tada, jeigu juos numesite.

Noriu atkreipti dėmesį, kad labai svarbu taisyklingai nusiimti ir užsidėti akinius. Juos derėtų nuimti abiem rankomis, kad išvengtumėte kojelių deformacijos. Jei akinius kaskart nusiimate viena ranka, tik laiko klausimas, kada akinų rėmelis praras simetriškumą. Kai kurie mėgsta akinius pasikelti ant kaktos ar net užsidėti ant viršugalvio, ypač tada, kai akiniai skirti tik skaityti ar dirbti kompiuteriu. Kai reikia nueiti į kitą kambarį kažko pasiimti, žmogus pakelia akinius aukščiau ir eina. Taip uždėti akiniai gali ir nukristi, sudužti, bet dažniausiai dėl to atsilaisvina, išsiplečia akies centro, nuslenka žemyn“, – sako regėjimo korekcijos specialistas ir pataria tiems, kam tenka dažnai nusiimti ir užsidėti akinius, įsigyti akinų grandinėle.

Nevalykite drabužių skvernu

Viena iš dažniausiai pasitaikančių klaidų – akinų valymas drabužiais, popieriniu virtuviniu rankšluosčiu reljefiniu paviršiumi ar tiesiog ranka. Tai gali būti greitas sprendimas, tačiau taip valydamas akinų lęšius subraižysite ir netrukus pro juos matysite blogiau. Akiniai turėtų būti valomi specialiomis mikropluošto šluostėmis ir specialiais akinų valikliais. Tai padės ne tik išlaikyti juos švarius, bet ir išvengti subraižymo. Jei specialių priemonių tą minutę neturite, galima panaudoti drungną vandenį ir švelnų muilą.

Svarbu ir tinkamai nusausinti akinius, tam nederėtų naudoti šiurkštaus rankšluosčio, geriausia netrinant, tik priglaudžiant nusausinti švelnia kosmetine popierine servetėle.

Užgyti žaizdoms padės taukės

Vaistinėmis taukėmis buvo gydoma nuo žilos senovės. Liaudies medicina jas laiko vienomis iš veiksmingų vaistažolių, naudojamų kaulų lūžiams, žaizdoms, sumušimams, išnirimams, iššutimams gydyti.



Vaistinių taukių veikliosios medžiagos greitina audinių regeneraciją ir skatina kaulų lūžių gijimą

Gydamosios savybės

Vaistinių taukių preparatai pasižymi uždegimą ir skausmą malšinančiu, mikrobus naikinančiu, kraujavimą stabdančiu, žaizdas gydančiu poveikiu. Šių augalų svarbiausia savybė yra ta, kad veikliosios medžiagos greitina audinių regeneraciją ir skatina kaulų lūžių gijimą. Taukės tirpdo žaizdų išskyras ir skystina pūlius, jų preparatais gydomos infekcinės ir alerginės odos ligos, furunkulai, pėdų įtrūkimai, iššutimai, vabzdžių įkandimai. Šaknų gleivės apsaugo virškinamąjį traktą nuo mechaninio pažeidimo ir cheminio dirginimo, todėl taukės gali būti vartojamos skrandžio ir dvylikapirštės žarnos opaligei gydyti.

Taukių preparatais taip pat gydomas venų uždegimas, viduriavimas, reumatas, prostatos išvešėjimas, parodontozė. Taukės šiek tiek laisvina užkietėjusius vidurius, mažina padidėjusį cukraus kiekį kraujyje, tirština kraują.

Liaudies medicinoje vaistinių taukių antpilai ir nuovirai vartojami plaučių, skrandžio ir žarnyno ligoms gydyti, tačiau vidiniai vartojimui skirtus taukių preparatus reikia gerti itin atsargiai ir tik trumpą laiką, nes augalas, ypač jo žaliosios dalys, yra nuodingos. Gerti vaistinių taukių preparatų negalima nesusitarus su gydytoju. Taukių preparatų negalima gerti nėščioms ir žindančioms moterims, vaikams.

Taukių nuovirai ir antpilai

■ Nuoviras kompresams: 10 g susmulkintų taukių šaknų užpilkite stikline verdančio vandens, pakaitinkite pusvalandį verdančio vandens vonelėje, paskui nukoškite. Nuovirą naudokite kompresams gydant kraujosruvas, sumušimus, suspaudimus.

■ Nuoviras skalavimams: šaukštą susmulkintų vaistinių taukių šaknų užpilkite puse litro verdančio vandens, pavirkite 3–5 min. ant mažos ugnies, uždenkite ir palikite valandą, paskui nukoškite. Sergant parodontoze, stomatitu ar pūlinėmis dantų ligomis šiltu nuoviru skalaukite burną 3 ar 4 kartus per dieną.

■ Antpilas kompresams: 2 šaukštelių susmulkintų taukių šaknų užpilkite 300 ml šalto virinto vandens, uždenkite ir palikite 8 val., paskui nukoškite. Šaknis pakartotinai užpilkite stikline verdančio vandens, uždenkite ir palikite 10–15 min., paskui nukoškite. Abu antpilus sumaišykite. Šio antpilo kompresai dedami lūžus kaulams, stipriai susitrenkus, padeda ir nuo venų varikozės.

■ Spiritinis antpilas: 20 g susmulkintų taukių šaknų užpilkite stikline degtinės ir palikite 2 savaites, paskui nukoškite. Antpilas naudojamas kompresams (jei oda jautri, atskieskite vandeniu) lūžus kaulams, susitrenkus. Antpilas veiksmingai malšina skausmą.

Tepalai ir kompresai

Sužeidimus, kaulų lūžius, podagros bei reumato pažeistas vietas, suskilinėjusius kulnus, nudegimus bei iššutimus gydykite vaistinių taukių tepalu. 2 šaukštus susmulkintų šviežių taukių šaknų gerai sumaišykite su 2 šaukštais nesūdytų kiaulių taukų. Šiuo tepalu ištepkite gydomas vietas, šiltai apriškite. Šis tepalas tiks ne tik jums, bet ir jūsų augintiniams. Tepalą laikykite šaldytuve.

Taukių lapų kompresai malšina sąnarių skausmus, padeda patempus raiščius, patyrus išnirimus. Kompresus dėkite naktį. Kompresams tinka švieži, plikyti, šaldyti arba džiovinti tau-

kių lapai. Šviežius lapus nuplaukite, iškočiokite kočėlu, uždėkite ant skaudamos vietos ir apriškite. Ant gydomos vietos galite dėti ir plikytų lapų kompresą: taukių lapus nuplaukite, nuplikykite verdančiu vandeniu, dar šiltus uždėkite ant skaudamos vietos ir apriškite. Galite dėti lapų tyrelės kompresus: taukių lapus užpilkite verdančiu vandeniu, sutrinkite į tyrelę ir ant skaudamo sąnario uždėkite dar šiltos tyrelės kompresą. Dažnai toks kompresas padeda numalšinti skausmą per naktį.

Galite pasidaryti ir taukių šaknų kompresą. 2 ar 3 šaukštus susmulkintų taukių šaknų užpilkite nedideliu kiekiu vandens arba pieno, pavirkite 5–7 min. ant mažos ugnies ir susukite į marlę. Tokius kompresus dėkite ant vočių, skaudamų sąnarių ar kaulų lūžių vietų.

Odos sveikatai

■ Milteliai žaizdų kraujavimui stabdyti: taukių šaknų milteliais pabarstykite kraujuojančias žaizdas ir apriškite. Gydomuosius tvarsčius keiskite kas 2 ar 3 valandas, kaskart žaizdas praplaudami žąsinių sidabražolių antpilu: šaukštą susmulkintų žąsinių sidabražolių šaknų užpilkite stikline verdančio vandens, palikite 20–30 min., paskui nukoškite. Taip gydykitės, kol žaizda nustos kraujuoti.

■ Tyrelė įsisenėjusioms opoms ir nudegimams gydyti: taukių šaknis išvirkite ir sugrūskite. Tyrelės dėkite ant įsisenėjusių žaizdų. Tam pačiam tikslui galite naudoti ir taukių žolę arba šviežias jų sultis. Ir šaknis, ir žolę galima maišyti su kiaulių taukais.

Parengė Remigija ZINKEVIČIENĖ

Kruopos – nebrangus vertingas produktas



Nors dažniausiai iš kruopų verdama pusryčių košė, jas galima integruoti į įvairius patiekalus

Neretai manoma, kad kruopos – tai angliavandeniai, nuo kurių tik svoris auga, todėl kai kurie žmonės vengia jas vartoti. Tačiau augalinio maisto dietistė, integralios terapijos praktikė Elena Kundrotaitė paneigia šį mitą ir sako, kad kruopų nereikėtų atsisakyti, nes jos suteikia mūsų organizmui vertingų maistinių medžiagų: „Kruopos yra vertingas angliavandenių, skaidulų, baltymų, vitaminų ir mineralų šaltinis. Pavyzdžiui, jose gausu B grupės vitaminų, kurie svarbūs energijos gamybai ir nervų sistemos veiklai; magnio, kuris padeda palaikyti raumenų ir nervų sistemos funkcijas; geležies, svarbios kraujo gamybai. Kruopose taip pat yra antioksidantų, kurie neutralizuoja pavojingus laisvuosius radikalus ir neleidžia vykti oksidacijos procesams; fitonutrientų, kurie padeda apsaugoti organizmą nuo uždegiminių procesų ir lėtiniių ligų. Skaidulos, esančios kruopose, gerina virškinimą, mažina cholesterolio kiekį kraujyje ir palaiko sveiką žarnyno mikroflorą.“

Paklausta, kurių mūsų raciono dalį galėtų užimti kruopų patiekalai, pašnekovė teigia, kad kruopos turėtų sudaryti apie 25–35 proc. kasdien suvartojamų kalorijų, priklausomai nuo individualių poreikių ir fizinio aktyvumo. „Jos gali būti vartojamos kasdien, tačiau svarbu užtikrinti kruopų įvairovę, kad organizmas gautų kuo daugiau skirtingų maistinių medžiagų. Pavyzdžiui, vieną dieną rinkitės grikius, kitą – avižas, trečią – ru-

Daugelis žmonių, ypač pasirinkusių augalinę mitybą, į kasdienį savo racioną įtrauka kruopas. Jų įvairovė šiandien didžiulė, kruopos naudojamos ne tik košei ar sriubai virti, bet ir kitiems patiekalams gaminti. Tačiau ar visos kruopos vienodai vertingos? Kaip jas išsirinkti ir paruošti, kad išlaikytų naudingas maistines medžiagas?

Dalia ALEKNIENĖ

duosius ryžius, bolivines balandas ar sorgus“, – pataria augalinės mitybos dietistė.

Pasirinkimo kriterijai

Nuo seno lietuviai vartojo kvietines, miežines, perlines bei grikių kruopas, o vaikams košę virdavo iš manų. Šiandien daug kas atranda ar jau atrado „naujojišką“ kruopas: vis populiareesnės tampa bolivinės balandos, burnočiai, bulguras ir kt. Parduotuvėse kruopų pasirinkimas išties gausus. Kokiais principais vadovautis jas renkantis, į ką atkreipti dėmesį? Augalinės mitybos dietistė E. Kundrotaitė vardija pagrindinius kriterijus.

■ **Maistinė vertė.** Rinkitės kuo mažiau perdirbtas kruopas, pavyzdžiui, viso grūdo ar viso grūdo produktus, nes juose išlaikytas didesnis skaidulų, vitaminų ir mineralinių medžiagų kiekis. Pavyzdžiui, viso grūdo avižas vietoj greitai paruošiamų avižinių dribsnių, ruduosius ar juoduosius ryžius vietoj baltųjų.

■ **Kilmė ir kokybė.** Atkreipkite dėmesį į kruopų kilmę ir ekologiskumą – tai gali sumažinti pesticidų ar cheminių medžiagų likučių šiame produkte riziką.

■ **Toleravimas.** Jeigu netoleruojate glitimo, rinkitės kruopas be glitimo, tokias kaip bolivinės balandos, soros, sorgai, burnočiai, grikių, kukurūzų kruopos ar rudieji ryžiai.

■ **Tikslas.** Pavyzdžiui, sportuojantiems ar fiziškai aktyviems žmonėms gali būti naudingi avižiniai dribsniai, nes jie suteikia kur kas daugiau energijos, o norintiems sumažinti cukraus kiekį kraujyje labiau tiktų grikių ar perlinės kruopos.

■ **Įvairovė.** Kuo didesnė kruopų įvairovė, tuo didesnė tikimybė, kad gausite visų organizmui reikalingų maistinių medžiagų. Taip pat nebijokite pajvairinti savo racioną spalvomis – jei neragavote, išmėginkite raudonuosius ryžius ar juodąsias bolivines balandas. Kaip anksčiau rašėme, sveikatai palankūs produktai mūsų šalyje žymimi „Rakto skylutės“ ženklu, tad ir kruopų derėtų ieškoti su šiuo simboliu ant pakuočių.



Pasak augalinio maisto dietistės Elenos Kundrotaitės, kruopas reikėtų rinktis kuo įvairesnes, kad organizmas gautų visų reikalingų maistinių medžiagų

Kaip tinkamai apdoroti?

Bene dažniausiai iš kruopų gaminama pusryčių košė, nes suteikia ilgalaikį sotumo jausmą. Tai padeda išvengti nuolatinio užkandžiavimo dienos metu. Tačiau kruopomis galima puikiai papildyti ir įvairius patiekalus, pavyzdžiui, gaminti kruopų blynelius, maltinukus, įvairiausius troškinius, taip pat kruopomis tinka pagardinti ir sutirštinti sriubas, paruošti maistingas sa-

lotas ar apkepus. Kaip tinkamai apdoroti kruopas prieš naudojant gaminiui?

Pasak dietistės E. Kundrotaitės, daugelį kruopų, ypač ankštinius (lęšius), verta mirkyti 6–8 val.: „Tai sumažina fitatų kiekį, pagerina mineralinių medžiagų įsisavinimą, palengvina virškinimą ir sutrumpina virimo laiką. Tokių kruopų kaip avižos ir grikių išvis nereikia virti – galite užmerkti prieš naktį ir ryte jau mėgautis sočiais maistingais pusryčiais.“ Specialistė atkreipia dėmesį, kad prieš virimą kruopas reikia gerai nuplauti šiltu tekančiu vandeniu, kad pašalintume dulkes ar likusius teršalus. Stambias kruopas prieš plaunant dar galima ir perrinkti, kad nebūtų sugedusių, pakeitusių spalvą, nes jos gali sugadinti paruoštą valgį. Sorų kartumui pašalinti maisto gamybos technologai rekomenduoja kruopas nuplauti, užpilti verdančiu vandeniu, palaikyti 5 min., tada nupilti. Tai pakartoti 2–3 kartus, kol neliks baltos spalvos skysčio. Ryžius taip pat reikia gerai perplauti, kol neliks balto skysčio.

Nuplautos kruopos dažniausiai sudedamos į verdantį vandenį, o jeigu yra išbrinkintos, jas galima užpilti verdančiu vandeniu.

„Naudokite tinkamą vandens ir kruopų santykį, kad išvirusios kruopos būtų malonios konsistencijos. Virimo metu nerekomenduojama dėti per daug druskos, nes ji gali sulėtinti kruopų minkštėjimo procesą. Jei norite išsaugoti maistines medžiagas, gardinkite jau išvirusias kruopas – įberkite mėgstamų prieskonių, įpilkite šlakelį aliejaus ir pan.“, – sako E. Kundrotaitė.

Ji akcentuoja, kad kruopų patiekalai bus palankūs sveikatai, jeigu jų nepersaldinsite, nepersūdysite, nepridėsite per daug riebalų, pavyzdžiui, sviesto (nors yra posakis, kad sviestu košės nepagadinsi).

Maistingos ir sveikos

Pasiteiravus, kokios kruopos maistingumu yra pačios palankiausios mūsų sveikatai, auga-

linio maisto dietistė E. Kundrotaitė vardija grikius, bolivines balandas, avižas, burnočius, sorgus ir soras.

„Bolivinės balandos (*Chenopodium quinoa*) yra puikus visaverčių baltymų šaltinis, turintis vieną geriausių aminorūgščių profilių. Be to, jose gausu magnio, geležies ir skaidulų. Galima paruošti saldžiai ir sūriai, tad tinka įvairioms progoms. Taip pat galite jas išmirkę sumalti ir kepti blynus ar duoną. Man labai patinka kepti lęšių ir boliviinių balandų paplotėlius: reikia paimti lygiomis dalimis raudonųjų lęšių ir boliviinių balandų, kruopas išmirkinti ir sumalti. Pagardinusi prieskoniais, viską sumaišau ir iš gautos masės formuoju blynus ar tortilijas, kepu keptuvėje“, – dalijasi dietistė.

Kuo pasižymi daugelio mėgstami grikių? – klausiu pašnekovės. „Grikiuose yra daug rutino – antioksidanto, kuris labai naudingas kraujagyslėms, nes padeda stiprinti kraujagyslių sienelės ir mažinti kapiliarų laidumą. Grikiuose gausu skaidulų, tad jie yra puikus pasirinkimas cukraus kiekio kraujyje stabilu-

mui palaikyti, kadangi turi mažą glikemini indeksą, – teigia augalinės mitybos žinovė. – Grikių yra puikus augalinių baltymų šaltinis, turintis visas būtinas aminorūgštis, įskaitant liziną.“

Kaip vertingas kruopas E. Kundrotaitė pamini ir avižas: „Jose gausu beta gliukanų, kurie mažina cholesterolio kiekį ir padeda palaikyti širdies sveikatą. Avižose yra daug B grupės vitaminų (ypač B₁, tiamino), svarbių nervų sistemai; taip pat magnio, geležies, cinko ir mangano, kurie prisideda prie kaulų stiprumo, imuninės sistemos ir energijos apykaitos.“

Burnočiai (*Amaranthus*), anot dietistės, yra aukštos kokybės visaverčių baltymų šaltinis: „100 g šių kruopų yra apie 14 g baltymų, taip pat visas nepakeičiamų aminorūgščių rinkinys. Burnočiai išsiskiria didele kalcio ir geležies koncentracija, taip pat skaidulomis, kurios gerina virškinimą. Burnočių kruopytės puikiai tinka košėms, apkepams ar net desertams gaminti.“

Daug kam turbūt mažiausiai yra girdėti sorgai – miglinių (*Poaceae*) šeimos, sorgo genties

Ar žinote, kad...

■ Tinkamiausia kruopų laikymo temperatūra yra 18–20 °C, taip pat sausa ir tamsi vieta.

Grūdinių produktų kokybė vertinama jusliniu būdu. Kvapas turi būti malonus, skonis nepakitęs, be kartaus ar rūgštoko prieskonio, negali turėti pelėsių, puvimo, padususio kvapo ar skonio. Spalva turi būti būdinga tam tikrai kruopų, dribsnių rūšiai nepakitusi. Šie produktai taip pat negali būti pažeisti kenkėjų. Jei juntamas pašalinis ar pelėsių kvapas, apkartęs skonis, matoma pasikeitusi spalva, jų vartoti nerekomenduojama.

■ Kruopų nepatariama laikyti šalia stiprų kvapą turinčių maisto produktų, nes jos lengvai sugeria pašalinius kvapus. Geriausiai suberti į sandarius indelius, kitaip gali užpulti maistinės kandys.

■ Nors kruopos yra ilgo galiojimo produktai ir pasenusios dauguma jų netaps kenksmingos, nereikėtų jų prikaupti namuose. Pirma, kruopų visada galima nusipirkti, antra, laikomos pernelg ilgai, jos kietėja, praranda skonio savybes.

kultūriniai grūdai (kai kurios jų veislės auginamos ne tik maistui). „Sorgų kruopos neturi gliutimo, tad jas drąsiai gali įtraukti į savo racioną glitimo netoleruojantys žmonės. Soruose yra daug skaidulų, kurios gerina virškinimą ir mažina uždegiminius procesus organizme. Taip pat jie pasižymi B grupės vitaminų gausa, kas suteikia energijos ir stabilizuoja cukraus kiekį

kraujyje, – pasakoja augalinės mitybos dietistė E. Kundrotaitė. – Kitos panašiu pavadinimu kruopos – soros – taip pat neturi glitimo. Jos yra švelnaus skonio, lengvai virškinamos, puikiai tinka ne tik tiems, kurie netoleruoja glitimo, bet ir kurių skrandis jautrus. Sorų kruopose gausu magnio, kuris padeda mažinti stresą, palaikyti raumenų funkciją; taip pat geležies.“



Nes kilmė yra svarbi

SEAFOOD
FROM
NORWAY



Troškintų kopūstų variantų – daugybė: nuo sočių mėsiškų iki lengvų vegetariškų

Kopūstai – vienos seniausių daržovių, sulaukusių visų laikų ir įvairių tautų tyrinėtojų dėmesio. Filosofai ir istorikai, medikai ir virėjai paliko daugybę informacijos apie naudingąsias šių neįmantrių, bet skanių daržovių savybes. Užuominų apie jas galima rasti Pitagoro, Katono ir Avicenos darbuose. Senovės graikai ir romėnai manė, kad kopūstai – tai vaistas, galintis išgydyti beveik visas ligas. Tikėta, kad kopūstai gali numalšinti galvos skausmą, įveikti įvairias vidaus ligas, nemigą, o senovės graikai juos laikė blaivybės simboliu.

Viduržemio jūros regione kopūstai auginami daugiau nei 4,5 tūkst. metų. Legenda byloja, kad kadaise Jupiteris – aukščiausiasis romėnų dievas, dangaus valdovas, dievų ir žmonių tėvas, – bandydamas išsiaiškinti dvi viena kitai prieštaraujančias pranašystes, taip kamavosi, kad dėl didelės įtampos vis apsipildavo prakaitu. Keli stambūs prakaito lašai nuriedėjo dievų tėvo veidu ir nukrito ant žemės, o iš jų ir išaugo kopūstai...

Gerokai prieš prasidedant mūsų erai kopūstus augino ir egiptiečiai. Šios daržovės buvo įprastas darbininkų, stačiusių vienus didžiausių pasaulio stebuklų – Egipto piramides, valgis, o valdant galingajam faraonui Ramziui II kopūstai ne tik laikyti skaniu patiekalu – buvo pripažintos ir jų naudingosios savybės.

Kada kopūstai paplito Lietuvoje, tiksliai nežinoma, tačiau Dusburgiečio kronikoje, kur aprašomos XIII a. prūsų kovos su kryžiuočiais, pasakojama, kad, pamatę kryžiuočius valgant kopūstus, prūsai tik kraipė galvas ir stebėjosi, kaip atėjūnai gali valgyti žolę. Tačiau šiandien šios

Troškinti kopūstai: patiekalas – vienas, variantų – daugybė

Vienos dažniausiai šaltuoju metų laiku mūsų vartojamų daržovių – baltagūžiai kopūstai. Renkamės juos ne tik dėl mažos kainos. Kopūstai – vertingos ir daugelio mėgstamos daržovės, iš kurių galima pagaminti daugybę patiekalų. Troškinti kopūstai – vienas iš jų.

Greta POŠKUTĖ

daržovės mūsų šalyje neabejotinai yra vienos populiariausių.

Sveikatai palankus pasirinkimas

Kopūstų patiekalai – ne tik maistingi, bet ir labai palankūs sveikatai. Nuo senų laikų vertinama kopūstų savybė slopinti uždegimą. Juose esantys antioksidantai gali sumažinti riziką susirgti ūminėmis ar lėtinėmis ligomis.

Šios daržovės padeda mažinti cholesterolio kiekį kraujyje ir stiprinti kraujagyslių sienelės, gali padėti reguliuoti gliukozės ir insulino kiekį kraujyje bei sumažinti diabeto atsiradimo riziką. Dėl didelio kiekio vitamino K kopūstai padeda stiprinti kaulus, o dėl seleno, vitamino C ir A bei kitų antioksidantų gali sulėtinti senėjimo procesus.

Verta paminėti ir kopūstų naudą virškinimui. Šių daržovių sultys skatina skrandžio rūgščių skyrimąsi, o tai padeda įveikti virškinimo problemas. Na, o raugintų kopūstų nauda organizmui – dar didesnė: be visų kitų šioms daržovėms būdingų gerųjų savybių, rauginti kopūstai pasižymi probiotikų – gerųjų bakterijų, padedančių palaikyti tinkamą žarnyno mikroflorą ir stiprinti imunitetą, – ir prebiotikų, laikomų jų maisto šaltiniu, gausa.

Maža to, kopūstai – nekaloringos daržovės, tačiau jose gausu skaidulų, suteikiančių sotumo pojūtį. Tad iš šių daržovių pagaminti patiekalai – puikus pasirinkimas

kiek norintiesiems sulieknėti, tiek tiems, kurie rūpinasi savo sveikata.

Kitokie priedai – kitoks ir patiekalas

Kopūstai – maistingos ir nesunkiai paruošiamos daržovės, tinkamos daugybei patiekalų. Iš jų ir su jais gaminamos salotos, verdamos sriubos, balandėliai. Kopūstai tinka ir įvairiems apkepams, jais gali būti įdaromi blynėliai, koldūnai, pyragėliai, pyragai... Šaltuoju metų laiku itin populiarius patiekalus – troškinti kopūstai. Pagaminti juos – greitai ir nesudėtinga, be to, pasirenkant skirtingus priedus, kaskart galima turėti vis kitokį patiekalą – tiek mėsišką, tiek vegetarišką.

Dažniausiai troškinti renkame baltagūžius kopūstus – tiek šviežius, tiek raugintus, tačiau troškinti galima ir raudongūžius. Troškindami kopūstus įprastai dedame ir svogūnų bei morkų, gardiname pomidorų pasta ar grietine, visgi variantų, kaip pajvairinti šį patiekalą, yra daugybė. Mėgstantieji sočiau pavalyti troškina kopūstus su dešrelėmis, šonkauliais ar kitokia mėsa, norintieji lengvesnio patiekalo apsiriboja daržovėmis – paprikomis, pomidorais, moliūgais, bulvėmis. Tačiau sočius troškintus kopūstus galima pagaminti ir be mėsos, o tai itin aktualu prasidėjus pasninkui. Pajvairinkite patiekalą pupelėmis, lęšiais, grybais, džiovintomis slyvomis ar razinomis ir

turėsite gardų bei sotų pasninko valgį. Be to, kaskart vis kitokį, todėl nenusibostantį.

Kad nenuviltų

Troškinti kopūstai bus skanesni, jei patiekalui gaminti skirtas daržoves apkepsite. Svogūnus supjaustykite pusžiedžiais, morkas sutarkuokite ir apkepkite, o tik tada dėkite kopūstus. Kepdami galite sumaišyti kokybišką sviestą su aliejumi – patiekalo skonis bus švelnesnis ir subtilus. Dėl pikantiškumo prieš kepdami į aliejų galite įmesti aitriosios paprikos ankštį ir ją šiek tiek pakepinti. Tada papriką išimkite ir troškinkite kopūstus su kvapiu aliejumi. Jei mėgstate valgyti aštriai, papriką galite pakepti smulkintą ir su ja troškinti kopūstus. Kartais siūloma kartu su kopūstais daržovėmis apkepti ir kopūstus. Toks patiekalas bus tikrai skanus, bet riebesnis.

Prieš pradėdami troškinti kopūstus, įprastai į juos įpilama šiek tiek vandens ar sultinio. Vietoj vandens galite įdėti pomidorų ar šiek tiek pasaldintos pomidorų pastos. Tačiau tokiu atveju būtina nuolat stebėti, ar kopūstai nesvylla. Jeigu matote, kad skysčio nepakanka, įpilkite šlakelį vandens, net jei recepte jo nenurodyta.

Troškintiems kopūstams gardinti labiausiai tinka juodieji ir kvapieji pipirai, laurų lapai, kmynai ir čiobreliai, kai kas dar mėgsta įspausti česnakų. Tai – klasikiniai komponentai. Išradingesnės šeiminkės kopūstus gardina grūstomis kalendromis, kuminais, muskatais. Pamėginkite paeksperimentuoti ir jūs.

Paruoštus kopūstus galima apibarstyti tarkuotu sūriu ir pašauti į orkaitę, kad sūris išsilydytų ir paskrustų. Gaminant patiekalus iš kopūstų svarbiausia išsaugoti visas jų naudingąsias savybes. Jeigu jums svarbu ne tik skonis, bet ir nauda, kopūstų netroškinkite per ilgai, be to, atminti, kad tinkamai išvirtais kopūstai laikomi tuomet, kai šio proceso metu jų ir deguonies sąveika būna kuo mažesnė. Tokiu atveju kopūstuose gana gerai išlieka vitaminas C, dalis jo patenka į nuovirą. Šviežiems žieminiams kopūstams pagaminti užteks pusvalandžio, o raugintiems dėl juose esančių rūgščių prireiks daugiau laiko – 50–60 min.

Pasotins ir sušildys

Troškinti kopūstai su kiauliena ir obuoliais

Pusė vidutinio dydžio baltagūžio kopūsto, 400 g kiaulienos kumpio, 2 rūgštūs arba saldžiarūgščiai obuoliai, 40 g džiovintų slyvų, svogūnas, 4 šaukštai saldaus sojų padažo, druskos, maltų juodųjų pipirų, aliejaus.

Kopūstą supjaustykite, sudėkite į gilų dubenį, užpilkite sojų padažu ir patrinkite rankomis, kad suminkštėtų. Mėsą supjaustykite nedideliais kubeliais, svogūną – pūsžiedžiais. Kiaulieną pasūdykite, pabarstykite pipirais ir pakepkite keptuvėje su aliejumi kartu su svogūnais, tada sudėkite į troškintuvą. Toje pačioje keptuvėje trumpai apkepkite obuolių skilteles, sudėkite ant mėsos ir užberkite šiek tiek pipirų. Ant viršaus suberkite į kelias dalis supjaustytas slyvas. Į tą pačią keptuvę sudėkite kopūstus ir maišydami kepkite 5–7 min., perdėkite į troškintuvą, įberkite druskos ir pipirų, uždenkite dangčiu ir troškinkite ant vidutinės kaitros 30–40 min. Prieš patiekdami išmaišykite.

Troškinti kopūstai su moliūgais

0,5 kg baltagūžių kopūstų, 300 g moliūgų, morka, svogūnas, 3 česnakų skiltelės, 2 laurų lapai, 1,5 šaukštelio pomidorų pastos, 100 ml vandens, 50 ml aliejaus, druskos, maltų juodųjų pipirų, mėgstamų prieskonių.

Kopūstus supjaustykite juostelėmis, moliūgus – maždaug 1–1,5 cm kubeliais, svogūną – pūsžiedžiais, morką sutarkuokite, česnakus susmulkinkite. Gilioje kep-

tuvėje įkaitinkite aliejų, suberkite svogūnus ir česnakus, pakepinkite, kol pasklis česnakų aromatas. Sudėkite morkas ir kepkite vis pamaišydami 5 min. Suberkite moliūgus, išmaišykite ir kepkite 5–7 min. Tada sudėkite kopūstus, sulipkite vandeniu praskiestą pomidorų pastą, pagardinkite pipirais, mėgstamais prieskoniais, pasūdykite. Uždenkite keptuvę dangčiu ir troškinkite 15 min. ant mažos kaitros. Baigdami troškinti daržoves, įmeskite laurų lapus, išmaišykite, nukaiskite ir palikite pastovėti 5–10 min.

Troškinti kopūstai su lęšiais ir dešrelėmis

Pusė baltagūžio kopūsto, stiklinė žaliųjų lęšių, 4 rūkytos dešrelės, svogūnas, morka, 0,5 skardinės konservuotų pomidorų savo sultyse, 3 česnakų skiltelės, petražolių, druskos, maltų juodųjų pipirų, alyvuogių aliejaus.

Lęšius išvirkite, kaip nurodyta ant pakuotės. Svogūną ir česnakus smulkiai supjaustykite, morką sutarkuokite. Puode įkaitinkite alyvuogių aliejų, suberkite svogūnus, česnakus ir morkas ir kepkite ant vidutinės kaitros 5–8 min. Kopūstą supjaustykite, irgi suberkite į puodą, pasūdykite, pagardinkite pipirais, supilkite pomidorus, uždenkite ir troškinkite ant mažos kaitros 20–25 min. Puodą nukaiskite, suber-

kite lęšius ir susmulkintas dešreles, išmaišykite ir pašaukite į 180 °C orkaitę 10–15 min. Patiekite apibarstę kapotomis petražolėmis.

Troškinti kopūstai su grikiomis

0,5 kg baltagūžių kopūstų, 100 g grikių, svogūnas, morka, 2 česnakų skiltelės, 3 šaukštai alyvuogių aliejaus, šaukštelis pomidorų pastos, druskos, maltų juodųjų pipirų.

Kopūstus supjaustykite, sudėkite į gilų dubenį, įberkite šiek tiek druskos ir palikite, kad išsiskirtų sulčių. Grikius išvirkite. Svogūną smulkiai supjaustykite, česnakus sukupokite ir kartu pakepinkite gilioje keptuvėje su alyvuogių aliejumi. Morką sutarkuokite, suberkite į keptuvę su svogūnais ir česnakais, patroškinkite. Ten pat sudėkite kopūstus ir supilkite išsiskyrusias sultis. Padidinkite kaitrą ir kepkite maišydami, kol kopūstai suminkštės. Tada sumažinkite kaitrą, sukrėskite pomidorų pastą, įberkite druskos ir pipirų, išmaišykite. Suberkite virtus grikius, darkart išmaišykite ir vis pamaišydami troškinkite 5–10 min.

Troškinti kopūstai su pievagrybiais ir paprikomis

0,5 kg baltagūžių kopūstų, 300 g pievagrybių, 2 pomidorai, didelė paprika, svogūnas, šaukštelis cukraus,

alyvuogių aliejaus, druskos, maltų juodųjų pipirų.

Kopūstus supjaustykite juostelėmis. Negiliame puode įkaitinkite 2 šaukštus aliejaus, suberkite kopūstus, įpilkite šiek tiek vandens ir troškinkite 20 min. Pievagrybius apvirkite pasūdytame vandenyje, supjaustykite ir sudėkite į puodą su kopūstais. Svogūną supjaustykite pūsžiedžiais, papriką – juostelėmis. Svogūnus pakepinkite keptuvėje su aliejumi 3 min., tada suberkite paprikas ir kepinkite dar 5 min. Pomidorus panardinkite į verdantį vandenį, nulupkite ir susmulkinkite minkštima. Sudėkite į kepamas daržoves ir viską kartu troškinkite 7 min. Tada perdėkite į puodą su kopūstais ir pievagrybiais, pasūdykite, pagardinkite pipirais, suberkite cukrų ir troškinkite 10 min.

Troškinti kopūstai su pupelėmis ir vištiena

Nedidelis baltagūžis kopūstas, skardinė konservuotų raudonųjų pupelių, vištos krūtinėlė, svogūnas, morka, 2 šaukštai pomidorų pastos, krapų, druskos, maltų pipirų mišinio, aliejaus.

Pupeles nuplaukite ir nuvarvinkite vandenį. Svogūną supjaustykite kubeliais, morką sutarkuokite ir pakepinkite keptuvėje su aliejumi. Vištos krūtinėlę susmulkinkite ir apkepkite. Kopūstą smulkiai supjaustykite, 5 min. pavirkite pasūdytame vandenyje, nukoškite. Visus produktus sumaišykite puode. Supilkite vandeniu (1:1) praskiestą pomidorų pastą, pasūdykite, pagardinkite pipirais ir troškinkite ant mažos kaitros 20–30 min. Pagardinkite smulkintais krapais.

Troškinti rauginti kopūstai su malta vištiena

400 g raugintų kopūstų, 150 g maltos vištienos, 80 g svogūnų, 70 g pomidorų padažo (nebūtina), 2 šaukštai alyvuogių aliejaus, druskos, maltų juodųjų pipirų.

Svogūnus supjaustykite kubeliais, suberkite į įkaitintą gilią keptuvę su aliejumi ir kepkite ant vidutinės kaitros vis pamaišydami 2–3 min. Tada sudėkite maltą vištieną ir kepkite 4–5 min. nuolat maišydami. Sukrėskite pomidorų padažą ir troškinkite 4–5 min. Sudėkite nuspauštus raugintus kopūstus, pasūdykite, pagardinkite pipirais ir išmaišykite. Jei reikia, įpilkite šiek tiek vandens, uždenkite dangčiu ir troškinkite ant mažos kaitros retkarčiais pamaišydami 25–30 min., kol kopūstai taps norimo minkštumo.

Troškinti rauginti kopūstai su džiovintomis slyvomis

0,5 kg raugintų kopūstų, morka, svogūnas, d5 džiovintos slyvos, 2 šaukštai pomidorų pastos, 2 šaukštai aliejaus, druskos, maltų juodųjų pipirų.

Svogūną supjaustykite mažais kubeliais, morką sutarkuokite. Keptuvėje įkaitinkite aliejų ir pakepinkite svogūnus, tada suberkite morkas ir pakepkite dar porą minučių. Sudėkite pomidorų pastą ir nuspauštus raugintus kopūstus, sumažinkite kaitrą. Jei reikia, įpilkite šiek tiek vandens. Uždenkite dangčiu ir troškinkite apie pusvalandį retkarčiais pamaišydami. Džiovintas slyvas supjaustykite į keletą dalių, suberkite į kopūstus, pasūdykite, pagardinkite pipirais ir išmaišykite. Uždenkite ir troškinkite dar apie 15 min.



Advento vainikas – ir jūsų namuose



„Net tada, kai dar nežinau, kur panaudosiu vieną ar kitą žolyną, jeigu ranka tiesiasi prie jo, pasiimu, o vėliau pats žolynas padiktuoja, ką iš jo galima sukurti“, – sako tautodailininkė Jorė Jurgita Treinytė

Metų ratui besisukant

„Esu gimusi per Žolinę, gal todėl taip mėgstu augalus ir iš jų gaminu įvairius dalykus, – šypsosi pašnekovė. – Man kiekvienas augalas yra ypatingas. Net tada, kai dar nežinau, kur panaudosiu vieną ar kitą, jeigu ranka tiesiasi jo link, jei jis sudžiūvęs nesutrumpa, pasiimu, nešu namo, o vėliau pats žolynas padiktuoja, ką iš jo galima sukurti.“

Vienus darbus Jurgita kuria Kaziuko mugei, kitais džiugina prieš Velykas. Metų ratui besisukant, tautodailininkės darbai vis kiti. Po Kalėdų J. Treinytė pasiners į šiaudinių žaisliukų, sodų, gamybą, o prieš adventą populiariausiu gaminiu tampa advento vainikai. „Žolynus vainikams ruošiu iš anksto. Juos truputį palaikau, padžiovinu, o paskui suku į ratukus. Tai yra vainikų pagrindas. Vedu įvairias edukacijas kultūros centruose, tad išdalinu juos visiems norintiems, ir drauge kuriame advento vainikus“, – sako pašnekovė.

Advento reikšmė

Advento pradžia laikomas gruodžio mėnesio pirmasis sekmadienis. Šiais metais jis su

Kaišiadorių – Lietuvos kultūros sostinės 2024 m. – ambasadorė, tautodailininkė, amatininkė Jorė Jurgita Treinytė gyvena gamtos ritmu. Pašnekovė renka įvairius žolynus, iš kurių vėliau gimsta išskirtiniai kūriniai – kiekvienam metų laikui, kiekvienai kalendorinei šventei savas. Štai ir dabar ji darbuojasi kurdama advento vainikus ir moko juos pinti visus norinčiuosius.

Ivona JAROSLAVCEVIENĖ

taps su pirmąja gruodžio diena. Krikščionybėje šis laikotarpis žymi laiką iki Jėzaus gimimo. Pagonybės laikais tai buvo žiemos saulėgrįžos laukimas. „Bet kokiu atveju adventas yra rimties ir susikaupimo, to stebuklingo virsmo, ilgesnių ir šviesesnių dienų, naujo gimimo stebuklo laukimo laikas. Advento metui pagamintas vainikas įgyja simbolinę reikšmę. Kiekvieną sekmadienį uždegdami po naują žvakę iš keturių, išskleidome vis daugiau tamsos, nes artėja stebuklo, šviesos laikas“, – pasakoja J. Treinytė.

Tradiciskai ant vainiko buvo degamos trys violetinės ir viena rožinė žvakelė. Violetinė išreiškia atgailą ir grįžimą pas Viešpatį, rožinė – džiaugsmą dėl tuoj gimšančio Jėzaus. Dėl to rožinė žvakė uždegama trečiajį advento sekmadienį, skirtą džiaugsmui. Pirmoji žvakė vadinama Pranašo arba Vilties, antroji – Betliejaus arba visiems skirto Išganymo žvakė. Trečioji yra Paimenų arba Džiaugsmo, o ketvirtoji – Angelų arba Meilės žvakė.

Suriškite patys

Jurgita pasakoja, kad vainiko pagrindą gali sudaryti nužydėjusios smilgos, išlukštenti žirniai ar pupos, sudžiūvusi ilga žolė, vynuogienojai, aviečių stagarai, diamedis. „Iš turimos medžiagos apvyniodami siūlu supiname ilgą, storą juostą. Tokio storumo, kokį norime turėti advento vainiką. Ją perlenkiame suformuodami vainiką ir sutvirtiname surišdami siūlu.

lapeliai. Taip pat atkreipkite dėmesį į tai, jog sidabrinė eglė yra patvaresnė už mūsų tradicinę žaliaskarę“, – atkreipia dėmesį J. Treinytė.

Beje, pašnekovė įspėja, kad dirbant su spygliuočiais rankas pravartu saugoti, tad mūvėkite pirštines.

Papuoškite augalais

Vainikas pinamas pluoštelį šakelių glaudžiant prie pagrindo, siūlu pritvirtinami koteliai. Antru pluošteliu rišamas norimas papuošimas: džiovinti augalai ar dar nesušalusios gudobelės ar šermukšnių uogos. Tada – vėl žaliųjų šakelių pluoštas ir t. t. „Pinkite viena kryptimi, kol užpildysite ratą. Viršūnes palikite laisvas. Kotelių rišimo vieta paslepia nauju pluošteliu. Kai ratelis bus pabaigtas, apžiūrėkite, kur trūksta augalų, ir

Vainiko pagrindui taip pat tinka naudoti lankščias beržų, karklų, gluosnių šakas, kurias taip pat reikėtų sulenkti ir sutvirtinti į ratuką. Jeigu nieko neturite po ranka, vainiko pagrindą galima daryti ir iš glamžyto popieriaus, tačiau gamtinės medžiagos tam tinka kur kas labiau“, – pataria tautodailininkė.

Advento vainikai pagal gamimo būdą gali būti dvejopi: pirmuoju atveju vainiko pagrindas ar jo dalis padengiama pririštomis šakelėmis, o tada tvirtinami papuošimai, antruoju – papuošimai klijuojami tiesiog ant pagrindo.

„Puošti advento vainikus gyvomis eglėmis ar pušų šakelėmis yra tradiciška, tačiau jei namuose šilta, per mėnesį iki švenčių laukimo spygliai nubyrės. Siūlyčiau puošimui naudoti kėnį. Taip pat tinka tujų ar kadagių, kukmedžių šakelės, buksmedžių



Jurgitos kurtas elnias devyniaragis drauge su ja keliavo po visą Lietuvą



Natūraliai spalvoti vainikų papuošimai – šermukšnių uogytės, oranžiniai dumplūnių burbulai, džiovintos apelsinų riekelės ir kt. Autorės ir asmeninio albumo nuotr.

papildykite papuošimais. Tinka kraujažolės, karšulių žiedynai, eglių ar pušų kankorėžiai. Eglių kankorėžius riškite įsprausdami siūlą į jo žvynelius, o pušų kankorėžius siūlu užkabinkite už apatinių mažųjų „dantukų“. Tuomet siūlo beveik nesimato“, – sako J. Treinytė.

Jeigu rinksitės Advento vainiką ne apipinti žolynais, o klijuoti, jums prireiks ir karštų klijų pistoleto, tačiau dalį papuošimų vis tiek riškite siūlu. „Pirmiausia priiriškite ar priklijuokite didesnes detales, o paskui į tarpus – vis mažesnes. Tik nedideli riešutukai, geltonos katpėdėlės, gilės, kaštonai. Tokie vainikai ilgamažiai, tad jeigu tinkamai sutvirtinsite, po švenčių galėsite saugiai paslėpti, o kitais metais ir vėl naudoti. Jeigu kokias nors detales ir nukris, ją lengvai pakeisite nauja“, – pataria tautodailininkė.

Beje, klijuojamų vainikų pagrindą labai gražu pirmiausia papuošti samanomis. Jų gabalus priiriškite prie pagrindo siūlu, kuris minkštose samanosose pasislėps ir nesimatys. Tiesa, vainiko apačios samanomis dengti nereikia.

Ar vainikai su samanomis gali išsilaikyti iki kitų metų? Pasak J. Treinytės, gali, tik svarbu juos laikyti sausiame tamsoje. Samanos gali šiek tiek pakeisti spalvą, pagelsti, tačiau tai vainiko nesugadina.

Žiemiškos spalvos

Mėgstantieji spalvas gali naudoti spalvotus augalus arba blyškesnius nupurkšti dirbtiniu šerkšnu, greitai džiūstančia įvairių spalvų emale. „Kalėdoms ir adventui labai tinka žalia ir raudona spalvos. Žiemos charakterį atspindi balta ir sidabrinė. Iškilmingumo suteiks auksinė. Taip pat savo kalėdinio žavesio suteikia raudona“, – sako J. Treinytė.

Vis dėlto pašnekovė teigia, kad pindami advento vainiką turime išlaikyti saiko jausmą. „Spalvų ir formų neturi būti daug ir skirtingų. Advento vainikas simbolizuoja laukimą, rimtį, tad jis turi būti nuosaikus. Galite derinti kelias spalvas, kelis skirtingus augalus, kurie atsikartoja. To pakaks, kad vainikas būtų išskirtinis“, – užtikrina tautodailininkė.

Natūraliai spalvoti vainikų papuošimai – šermukšnių uogytės, oranžiniai dumplių

burbulai, sudžiovintos apelsinų riekelės, iš mandarinų ar žaliųjų citrinų žievelių galima prikarpinti žvaigždučių ir jas išdžiovinti, o iš klevo lapų galima susukti rožes. Žvakės, kuriomis puošite vainiką, taip pat gali būti jūsų pasirinktų spalvų, nebūtinai tradicinės. Svarbiausia, kad tai bus jūsų rankomis kurtas advento vainikas, o jeigu jį kursite su vaikais, visa šeima, dar ir graži tradicija, švenčių laukimui suteikianti ypatingą prasmę.

„Važiudama po Lietuvą dažnai girdžiu, kad žmonės neturi laiko, vis bėga, skuba, tad vainiko pynimas yra galimybė kiek stabtelėti, susimąstyti. Beje, atkreipiau dėmesį, kad vaikams labai patinka ne tik rišti ar puošti vainikus, bet ir degti žvakutes, į jas žiūrėti. Metas, kai advento vainikas stovi ant stalo, o šeima drauge susėda pietums ar vakarienei, gali būti šeimos tradicija, ypač jeigu kitu laiku esame pratę valgyti po vieną, paskubomis“, – sako J. Treinytė.

Elnias devyniaragis

Kalėdinėse lietuvių liaudies dainose minimas atbėgantis elnias. Ant jo devynių ragų ugnis dega, kalviai kala saulę, kurią įmetus į dangų prasideda stebuklas – įvyksta gamtos virsmas ir saulę matome dažniau, dienos ima ilgėti. Pasakose elniai traukia ir Kalėdų senelio roges.

J. Treinytė visus metus keliauvo po Lietuvą vesdama žolynų pynimo, sodų, šiaudinių eglutės žaisliukų vėrimo, verbų, advento vainikų, margučių marginimo, popieriaus karpymo ir kitų lietuviškų dirbinių gamybos edukacinius užsiėmimus. Kartu su ja keliauvo ir jos sukurtas elnias, nešantis žinią apie Kaišiadoris – Lietuvos kultūros sostinę 2024.

Norintieji aplankyti Jurgitos fotoparodą „Elnias devyniaragis“ nuo gruodžio 9 d. kviečiami į Kaišiadorių turizmo ir verslo informacijos centrą, kur bus eksponuojamos nuotraukos iš visos Lietuvos. Elnias ėjo per sniegą, laikė saulę savo raguose, mirkė kanopas Baltijos jūroje... Visos šios akimirkos atsiskleis ir parodoje. O gal ji jus įkvėps po advento vainiko imtis elnio devyniaragio rišimo? J. Treinytė tikina, kad ir tai yra visai nesudėtinga. Tereikia noro ir trupučio laiko.

BLACK FRIDAY JUODASIS PENKTADIENIS

(akcija galioja iki gruodžio 6 d.)

Jokių nuolaidos kodų – viskas iš karto iki **-50% PIGIAU!**

**GERIAUSIOS
ŠERLOKO HOLMSO
IR DAKTARO DŽONO
H. VATSONO ISTORIJOS**



BLACK FRIDAY
RLK 39,99 €
24,48 €
-38% PIGIAU

**KATALIKIŠKAS DARBO
KALENDORIUS 2025 M.**



AUKSU
ĮSPAUSIME
JŪSŲ
VARDĄ!

BLACK FRIDAY
RLK 49,99 €
27,98 €
-44% PIGIAU

**DIDŽIOJI LIETUVOS
IDOMYBIŲ KNYGA**

DIDŽIOJI VIRĖJA



BLACK FRIDAY
RLK 79,99 €
39,99 €
-50% PIGIAU

AUKSU
ĮSPAUSIME
JŪSŲ
VARDĄ!



BLACK FRIDAY
RLK 128,99 €
68,98 €
-46% PIGIAU

**GRAFAS
MONTEKRISTAS**



BLACK FRIDAY
RLK 89,99 €
53,98 €
-40% PIGIAU

AUKSU
ĮSPAUSIME
JŪSŲ
VARDĄ!

RLK – rekomenduojama leidyklos kaina
GERIAUSIOS LEIDYKLOS KAINOS TIK TELEFONU ARBA INTERNETU:

+370 640 34 448 (I-V 9.00–17.00)
www.obuolys.lt, pagalba@obuolys.lt



LRT TV	LNK	TV3	BTV	Lietuvos rytas	TV1
6.00 LR himnas. 6.02 Tai kur toliau? 7.00 (Ne)emigrantai. 8.00 Išaušus dieni X. 8.30 Sveikatos sezonas. 9.00 Labas rytas, Lietuva. 12.00 „Lietuvos galiuos“ pilietinių iniciatyvų konkurso laureatų apdovanojimai. Tiesioginė transliacija iš Prezidentūros (gestų k.). 13.00 „Gyvybės metai Afrikoje“. 13.50 „Agata Kristi. Mįslingos žmogžudystės“. 15.30 Žinios. Orai (gestų k.). 15.45 Sveikinimų koncertas. 17.30 Beatos virtuvė. 18.30 Žinios. Sportas. Orai (gestų k.). 19.00 Pakvaišę dėl ratų. 19.30 Stilius. 20.30 Panorama. 20.52 Sportas. Orai. 21.00 Myliu Lietuvą. 22.40 Veiksmo f. „Mirtis palauks“. D. Britanija, JAV, 2021. N-14 1.20 Drama „Nerti į gyvenimą“. Vokietija, 2019. 2.50 Drama „Valdžia“. 5.05 „Gyvybės metai Afrikoje“.	6.00 „Gelbėtojai“. 7.00 „Kempiniukas Plačiakelnis“. 7.25 „Tomas ir Džeris“. 7.45 Animac. f. „Šuniškas pokštas“. 9.30 Komedija „Turtuolis Ričis“. JAV, 1994. 11.20 Veiksmo f. „Spidas Reiseris“. Vokietija, Australija, JAV, 2008. 14.05 Drama „Amerikos numylėtinis“. JAV, 2021. 16.20 Komedija „Bukas ir Bukesnis“. JAV, 1994. 18.30 Žinios. 19.20 Sportas. 19.27 Orai. 19.30 Kaukės. 22.00 Komedija „Mafia Mamma“. D. Britanija, Italija, JAV, 2023. N-14 24.00 Komedija „Labas, mes Mileriai“. JAV, 2013. N-14 2.10 Muzikinis f. „Taip gimė žvaigždė“.	6.00 Animac. serialas „Galingieji reindžeriai. Dinozaurų įniršis“. 6.30 „Tai – ponis“. 7.00 „Transformeriai. Žemės kibirkštis“. 7.30 „Tegyvuoja karalius Džiuljenas. Tremtyje“. 8.00 „Simpsonai“. 9.00 Kviečiame daktarą! 9.30 Gyvūnų pasaulis. 10.00 Vytauto ferma. 10.30 Pasidaryk pats. 11.00 Gero savaitgalio receptas. 11.30 Kotrynos burtai. 12.00 Šviežios idėjos su LIDL. 12.02 „Laukinės Australijos paslaptys“. 13.10 Komedija „Pukios atostogos“. JAV, 1988. 15.00 Šviežios idėjos su LIDL. 15.02 Komedija „Netikra vienuolė 2“. JAV, 1993. 17.20 Kas po kiek? 18.30 TV3 žinios. 19.30 Žaidimas „galvOK“. 22.00 Drama „Žalioji mylia“. JAV, 1999. N-14 2.05 Veiksmo f. „Atsakomasis smūgis“. D. Britanija, JAV, 2018. N-14 4.00 Trileris „Gimta-dienio tortas“.	6.00 „Reali mistika“. 8.00 „Pričiupom!“ 8.30 Metas veikti. 9.00 „Kas namie šeimininkas?“ 10.00 „Ekspedicijos su Stivu Bakšelu“. 11.10 „Daiktų gaivintojai“. 12.15 „Įžymybių lenktynės aplink pasaulį“. 13.35 „Kas namie šeimininkas?“ 14.05 Ekstrasensų mūšis. 16.30 Betsafe–LKL čempionatas. Mažeikių „M Basket-De-lamode“–Vilniaus „Rytas“. Tiesioginė transliacija. 19.00 Betsafe–LKL čempionatas. Klaipėdos „Nep-tūnas“–Utenos „Uniclub Bet – Juven-tus“. Tiesioginė transliacija. 21.15 Trileris „Užtarėjas“. JAV, 2021. N-14 23.25 Amerikietiškos imtynės NXT. 1.30 Veiksmo f. „Apgultis“. 3.15 „Įžymybių lenktynės aplink pasaulį“. 4.30 Žinios.	5.00 „Reali mistika“. 6.00 „Išsižadėjimas“. 8.00 Dok. f. „Nenusakomai brangus laikas“. 8.30 Partizanų keliais. 9.00 Lietuviškai. 9.30 Mano vieta. 10.00 Skanus gyvenimas. 10.30 Sveikatos formulė. 11.00 Švarūs miestai. 11.30 Būsto anatomija. 12.00 „Prokuroro ėjimas“. 14.00 „Teisingumo agentai“. 16.00, 18.00, 20.00, 22.30 Žinios. Orai. 16.30 Lietuvos muziejai. 17.00 Pirmi kartai. 17.30 Gyvenimas versle. 18.30 Bušido ringas. 19.00 „Paranormalūs atvejai 911“. 20.20 „Senis“. 23.30 Prokuroro ėjimas“. 1.30 „Teisingumo agentai“. 3.30 „Paranormalūs atvejai 911“. 4.10 Dok. f. „Nenusakomai brangus laikas“. 4.35 Partizanų keliais.	6.10 Merės patiekalai. Lengva ir skanu. 6.40 „Sapnų gaudytojas“. 8.00 „Tyrėjai. Aukso vardu“. 10.00 „Sesers Bonifacijos paslaptys“. 11.00 „Dešimčia metų jaunesni“. 12.00 Džemis Oliveris. Susitikimas per Kalėdas. 13.05 „Didžioji Gordonos kelionė“. 14.15 Merės patiekalai. Lengva ir skanu. 14.45 „Keičiu žmoną“. 15.45 „Auksinis berniukas“. 17.45 „Lemties paslaptys“. 18.45 „Žiniuoonio sugrįžimas“. 19.45 „Al (Aukštas intelektas)“. 21.00 Detektyvas „Vera. Tiesos kaina“. D. Britanija, 2021. N-14 22.55 „Nebylus liudijimas“. 1.10 Komedija „Vieną kartą Holivude“. JAV, D. Britanija, Kinija, 2019. N-14 4.20 Pasirinkę Lietuvą. 4.45 XXI amžiaus laida.

„NETIKRA VIENUOLĖ 2“

15.02. TV3 Muzikinė komedija. ** Naktinio klubo žvaigždė, kadaise likimo valia pradėjusi vienuolės gyvenimo etapą, dabar itin reikalinga bendruomenės mokyklai, su kurios mokiniais nė viena tikra vienuolė nebesusitvarko. . . **JAV, 1993.** Rež. B. Djukas. Vaidina Tomas Gotšalkas, Maiklas Džeteris, Džeimsas Kobernas.

„BUKAS IR BUKESNIS“

16.20. LNK Komedija. *** Nevykėlis limuzino vairuotojas Loidas ir bukalgalvis jo draugužis Haris leidžiasi ieškoti moters, oro uoste palikusios lagaminą. Netikėtai paaiškėja, kad lagaminas kimšte prikimštas pinigų. . . **JAV, 1994.** Rež. P. Farelis. Vaidina Džimas Keris, Loren Holis, Džeimas Danielsas.

„UŽTARĖJAS“

21.15. BTV Veiksmo trileris. ** Džimis – buvęs profesionalus snaiperis. Šlovingą karjerą palikęs užnugaryje, šiandien vyras mėgaujasi ramia kasdienybe ir gyvenimu rančioje. Ramybė baigiasi JAV ir Meksikos pasienyje sutikus sieną bandantį kirsti paauglį, tapusį įtakingos nusikaltėlių

gaujos taikiniu. Užstojęs vaikį, Džimis įsivelia į katės ir pelės žaidimą, kuriame išgyventi gali tik vienas. . . Ar jam padės kadaise įgyti įgūdžiai? **JAV, 2021.** Rež. R. Lorencas. Vaidina Katerina Vinik, Liamas Nisonas, Teresa Ruiz.

„MAFIA MAMMA“

22.00. LNK Veiksmo komedija. ** Kristinai būtinai reikia poilsio nuo savo sumauto gyvenimėlio. Jos viršininkas – tikra seksistinė kiaulė. Maža to, ji visai neseniai užtiko savo vyrą, besimylintį virtuvėje su gražuole dainininke. Kai viskas slysta iš rankų, pats likimas atsiunčia Kristinai ženklą – senelį, kurio ji niekada nebuvo mačiusi. Tiesa, senelis mirė, ir ji netikėtai tapo turtinga Italijos mafijos boso imperijos paveldėtoja. Įkalbėta geriausios draugės, kad Italija, saulė, vynas, makaronai, gražūs vyrai ir seksas yra tai, ko dabar jai labiausiai reikia, Kristina susikrauna lagaminus ir atsiduria kitoje žemyno pusėje. **D. Britanija, Italija, JAV, 2023.** Rež. K. Hardvik. Vaidina Monika Belučė, Sofija Nomvet, Toni Kolet.

„ŽALIOJI MYLIA“

22.00. TV3 Kriminalinė drama. **** Polas Edžkombas dirba kalėjime ypatingojo bloko, vadinamo

„žaliąja mylia“, kur paskutines dienas gyvena nuteistieji myriop, prižiūretoju. Gyvenimas čia lekia greitai, tačiau tvarkingai. Viskas pasikeičia, kai laukti mirties baismės atvyksta Džonas, nuteistas už dviejų mergaičių išniekinimą ir nužudymą. Polas pradeda nujauti, kad jis – nepaprastas žmogus. . . **JAV, 1999.** Rež. F. Darabontas. Vaidina Maiklas Klarkas Dankanas, Deividas Morsas, Tomas Henksas.

„MIRTIS PALAUKS“

22.40. LRT televizija Veiksmo. *** Ypatingasis Didžiosios Britanijos vyriausybės agentas Džeimsas Bondas mėgaujasi užtarnautu poilsiu. Tačiau net jei Bondas ir paliko praeitį, praeitis dar nepaliko jo. Sulaukęs netikėto CŽV kolegos ir bičiulio Felikso Leiterio skambučio, agentas 007 susitaria susitikti, nors nujaučia, kad geruoju tai nesibaigs. Ir išties Feliksas paprašo jo pagalbos aiškinantis, kur ir kuriomis aplinkybėmis dingio mokslininkas ir išradėjas Valdo Obručėvas. Negalėdamas atsakyti draugui, Bondas ima sekėti dingusiojo pėdsakais, ir labai greitai praeitis jį pasiveja. **D. Britanija, JAV, 2021.** Rež. K. Dž. Fukunaga. Vaidina Danelis Kreigas, Lėja Seidu, Ramis Malekas.

TV6

6.00 „Pragaro kelias“. 7.00 „Nuodėmių miesto motorai“. 8.00 „Kitas pasaulis. Brazilija“. 9.30 Statybų gidas. 10.00 Autopilotas. 10.30 Gazas dugnas. 11.00 „Patagonija. Gyvenimas pasaulio pakraščiuje“. 12.00 „Mekongo paslaptys“. 13.05 „Atsargiai – šeima!“ 14.00 „Kietai kaip viny“. 15.00 „Skilusios kaukolės iššūkis“. 16.00 „Sandėlių karai“. 18.00 „Krovinių karai“. 18.30 „Vienas“. 20.00 „Paskutinis šokis“. 21.00 TV3 žinios. 22.00 Drama „Aušvico taturuotojas“. 23.10 Veiksmo f. „Už įstatymo ribų“. 1.15 Siaubo f. „Bijok jo vardo“. 3.10 Gero vakaro šou.

LRT PLIUS

6.00 LR himnas. 6.02 Sveikatos sezonas. 6.30 Beatos virtuvė. 7.25 Auksinis protas. 8.30 Gamtininko užrašai. 9.00 Sodininko kalendorius. 9.30 Gyvenk kaip galima švariau. 10.00 Kas geresnio, kaimyne? 10.30 Pahonia. Vytis. 11.00 Mes – ukrainiečiai. 11.30 Mūsų rusų gatvė. 12.00 Širdyje lietuvis. 13.00 Mokslo sriuba. 13.30 Atspindžiai. 14.00 Nepamirštas Vilnius. 14.10 Pasaulio biatlono taurė. Mišri estafetė. 15.15 Sporto akimirkos su LRT. 15.30 Kultūros diena. 16.00 Dok. f. „Vilniečiai. Albinas Purys“. 16.30 Sporto akimirkos su LRT. 16.40 Pasaulio biatlono taurė. Mišri pavienė estafetė. 18.00 Euromaxx. 18.30 Dok. f. „Jonas Žemaitis-Vytautas. Paskutinis noras“. 19.00 Legendos. Šiandien ir visados. 20.00 Čia – kinas. 20.30 Panorama (gestų k.). 21.00 Komedija „Aukšto blondino juodu batu sugrįžimas“. 22.20 „Ela Šion“. 23.50 Myliu Lietuvį. 1.20 Dok. f. „Jonas Žemaitis-Vytautas. Paskutinis noras“. 1.50 Dok. f. „Antanas Lukša. Brolio pažadas“. 2.45 Stilius. 3.40 Istorijos detektyvai. 4.35 Lietuvos tūkstantmečio vaikai. 5.30 Gustavo enciklopedija.

TV8

6.00 „Menų sala“. 6.30 „Slibinų dresuotojai. Pašėlusios gaudynės“. 7.00 „Gyvūnų manija“. 7.30 „Baterbyn kavinė“. 8.30 „Barbė. Undinė galia“. 10.00 „Meilės trikampis“. 12.00 Tavo augintinis. 12.30 Tik tai, kas tikra. 13.00 Džeimis ir 5 ingredientų Viduržemio jūros patiekalai. 14.00 „Renovacijų meistrai“. 15.00 „Apie vyrus ir pasaulį“. 16.00 „Ir turtuoliai verkia“. 17.00 „Gyvybės vanduo“. 18.00 Šviežios idėjos su LIDL. 18.02 „Midsomerio žmogžudystės“. 20.00 Labanakt, vaikučiai. 21.00 Drama „Mis Nepriklausoma“. 23.10 Komedija „Ko laukti, kai laukies“. 1.30 Drama „Gero gyvenimo receptas“. 3.25 „Stilingi jausmai“.

2TV

6.00 Amžini hitai. 9.00 Pabun2. 11.00 Nenuobo2. 16.00 Šok TikTok. 17.00 Pa2kim. 22.00 2LT. 24.00 2zgs. 2.00 DJ klubas. 3.00 2TV muzika.

INFO TV

6.00 Labas vakaras, Lietuva. 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 12.30 Info diena. 13.00 Labas vakaras, Lietuva. 15.00 Kas čia? 15.30 Gyvūnų pasaulis. 16.00 KK2 penktadienis. 17.30 KK2. 19.30 Miško atspalviai. 20.00 Atviros širdies fondas. 20.30 100 metų propagandos. 21.00 Ne'melas. 21.30 Lietuvos kodas. 22.00 Žinios. 23.00 „Didžiosios Britanijos pilių paslaptys“. 24.00 Dabar pasaulyje. Išvados. Žinios rusų k. 0.30 Miško atspalviai. 1.00 Gyvūnų pasaulis. 1.30 Šeškinės 20. 2.20 VIDO VIDE0. 4.00 Autopilotas.

„DELFI“ TV

6.00 Ūkininko Petro dienoraštis. 8.00 Čia – Lietuva. Įstabiais gamtos takais. 8.30 (Ne)matomi. 9.00 Sveikatos receptas. 9.30 Noriu tvaryti faktų. 10.00 Egzotiniai keliai. Beninas. 11.00 Orijaus kelionių archyvai. Graikija. 11.30 Orijaus kelionių archyvai. Kretos sala. 11.55 „Kenoloto“. 12.00 Šiandien kimba. 13.00 Poligonas. 13.30 Kitokios kelionės. 14.00 Kasdienybės herojai. 15.00 Orijaus kelionės. 16.00 Dulkėmis į finišą. 17.00 Speciali transliacija. Klaipėdos Kalėdų eglutės žiebigimo vakaras. 17.55 „Kenoloto“. 18.00 Orijaus kelionių ar-

chyvai. Hurgada. 19.00 Pas Editą. 19.30 Egzotiniai keliai. Petų Korėja. 19.55 „Eurojackpot“. 20.00 Legendinis žaidimas „Taip ir Ne“. 21.00 Nepatogūs klausimai. 22.30 „Jėga“ ir „Kenoloto“. 22.35 Orijaus kelionių archyvai. Kretos sala. 23.05 Orijaus kelionių archyvai. Lietuviškas kruizas. 0.05 Motorgalviai. 1.05 Skandalinga išpažintis. 3.05 Tiesiogiai „Ukraina 24“ žinios.

SPORT1

7.00 Frankfurto maratonas 2024. 9.50 Portugalijos futbolo lyga. „Benfica“ – „Porto“. 11.50 Dailusis čiuožimas. Kinija. Poros. Laisvoji programa. 13.10 Azijos čempionų lyga. „Al-Gharafa“ – „Al Nassr“. 15.10 Optibet ledo ritulio lyga. „7bet-Hockey Punks“ – „Energija“. 17.10 Greitasis čiuožimas. Pasaulio taurė. Kinija. 19.30 Vokietijos krepšinio lyga. „Academics Heidelberg“ – „Rostock Seawolves“ (tiesiogiai). 21.30 „One championship“. 22.30 Portugalijos futbolo lyga. „Sporting“ – „Santa Clara“ (tiesiogiai). 0.30 „One championship“.

INITV

6.00 Muzikos ekspresas. 7.00 Ukrainos naujienos. 10.30 Sostinės fenomenas. 10.55 Sodininko pasaulis. 11.20 Žvejo kelias su Ričardu. 11.45 Autopilotas. 12.10 Ūkininkas Jurgis. 12.35 Galim kartu. 13.00 Lietuva. Asmeniškai. 13.50 Išgirsk mano istoriją. 14.15 Riba. 15.10 Suprasti Rusiją. 15.35 Akimirkos taikinyje. 17.05 „Nota bene“. 17.30 Sveikinių koncertas. 18.05 Alfa taškas. 18.30 Valanda su kita Rūta. 19.30 Neteisingumo registras. 21.00 Veiksmo f. „Nerve: drąsos žaidimas“. 22.35 Komedija „Bilas ir Tedas gelbėja visatą“. 0.05 Veiksmo f. „Šaltas kraujas“. 2.00 Pajūrio istorijos. 2.30 AŽ kelionės. 2.55 Muzikos ekspresas.

BALTICUM TV

8.00 „Botų ferma“. 9.00 Alfa taškas. 9.30 Verslūs tėvai. 10.00 Suprasti Rusiją. 10.30 „Baudžiauninkė. Dabar arba niekada“. 12.30 „Amžiaus skirtumas“. 13.30 Savaitės interviu. 14.00 Ofiso dramos. 14.30 Sodininko pasaulis. 15.00 Nostra.lt RKL. Akmenės Sporto centras – Kauno „VDU“. 17.00 „Maištingoji princesė“. 19.00 „Mergina su persikais“. 20.00 „Baudžiauninkė. Dabar arba niekada“. 21.05 Vesternas „Broliai Sistersai“. 23.15 „Karpātų reindžeris“. 0.15 „Kraujo broliai“. 1.15 „Ikaitas“.

BALTICUM AUKSINIS

7.00 „Venecija nėra Italijoje“. 9.00 „Atsiminimai iš Italijos“. 11.00 „Svaigulys“. 13.00 „Gerasis daktaras“. 15.00 „Lietinga diena Niujorke“. 17.00 Drama „Viltis“. 19.00 „Karas su seneliu“. 21.00 „Slaptasis agentas“. 23.00 Trileris „Velnio šviesa“. 1.00 Trileris „Pražūtingos gėlmės“.

MARIJAMPOLĖS TV

8.00 Savaitgalis su muzika. 9.30 Automoto. 10.00 Skrendam. 10.30 Seku tau pasaką. 11.00 Grožio principai. 11.30 Augintinių studija. 12.00 Sodininko pasaulis. 12.30 Paveldas nesensta. 13.00 Suprasti Rusiją. 13.30 Atviras pokalbis. 14.30 Alfa.lt savaitės interviu. 15.00 4 kampai. 15.30 Pokalbiai tarp gelių. 16.00 Sveikinių koncertas. 16.30 Kūrybinės sferos. 17.00 Žvilgsnis giliau. 17.30 Susitikimai. 18.00 Finansų akademija. 18.30 Verslūs tėvai. 19.00 Prie baro. 19.30 Nepdiploatinis pokalbis. 20.20 Savaitgalis su muzika. 22.30 Programos pabaiga.

ETAPLIUS TV

8.00 Rinkis muziką. 9.30 Alfa taškas. 10.00 Seku tau pasaką. 10.30 Specialisto patarimai. 10.45 Sveikatos IQ. 11.00 Sodininko pasaulis. 11.30 Kada įkurtuvės? 12.00 Tėvams apie vaikus. 12.30 Tauro ragas. 13.00 Europos gidas. 13.30 Nepdiploatinis pokalbis. 14.30 Suprasti Rusiją. 15.00 Petro Šiaučiūno valanda. 16.00 Anądien Šiauliuose. 16.30 Verslūs tėvai. 17.00 Atspari visuomenė. 18.00 Susitikimai. 18.30 4 kampai. 19.00 Skrendam. 19.30 Savaitės aktualijos. 20.00 Moterims 45+. 21.00 Keturi kampai. 21.30 Rinkis muziką.

RTV INTERNATIONAL

7.00 Amerikos budintysis. 8.00 Animaciniai f. 10.00 Nauja apžvalga. 11.30 JAV: tokios aplinkybės. 12.00 Amerikietiška aplinka. 12.30 Redakcija. Speciali laida. 13.00 Mums reikia pasikalbėti. 14.00 Žinios. 14.30 Antropologas Drobyševskis +. 16.00 Žinios. 16.30 Legenda. 17.30 TV serialas „Sklifosovskis“. 21.15 Legenda. 21.30 Atostogos Alma Atoje. 22.00 Izraelis per savaitę. 23.00 Vaid. f. „Majoras“. 0.30 Sėdi ir važiuoji. 2.00 Academe G.

NASTOJAŠEJE VREMA

6.30 Nežinoma Rusija. Atkirsti nuo pasaulio. 7.00 „Beveik suaugę. Pūkuotos šeimos“. 8.00 Apie įvykį iš arti. 8.30 Kryžkelė. 9.00 Donbasas. Tikrovė. 9.30 Laukiame svečiuose. Ilto upės slėnyje. 10.00 Tikras kinas. „Beveik suaugę. Svajonės“. 12.00 „Beveik suaugę. Pūkuotos šeimos“. 13.00 Baltija. 13.30 Akiryte – Europa. 14.00 Keliai į laisvę. 14.30 Kryžkelė. 15.00 Žinios. 15.10 Tikras kinas. „Beveik suaugę. Svajonės“. 17.00 Laido ribos. 18.00 Mokslo miestai. 18.30 Baltija. Liaudies observatorija. 19.00 Interviu. 19.30 Įdėmiai stebėk. 19.45 Laida apie verslą. 20.00 Išvados. 20.30 Detalės. 21.00 Tikras kinas. „Kas liko iš miškų“. 22.00 Operatyvi atmintis. 23.00 Tikra istorija. 23.30 DW. Interviu. 24.00 Nežinoma Rusija. Atkirsti nuo pasaulio. 0.30 Baltija. 1.00 Detalės.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.35 Prarastieji Egipto lobiai. 7.15 Faraonas Tutanchamonas. Spalvotai. 8.00 Faraono Tutanchamono kapo praeikimas. 9.30 „Pagani“ automobilių gamyklos. 10.20 Mašinų viduje. Naftos bokšteliai. 11.00 Kitas megacunamis. 12.30 Raganos. Vokietija: raganų medžioklės užuomazgos. 14.00 Lėktuvų avarijų tyrimai. 15.30 Kitas megacunamis. 17.00 Žemės pjūvis. Žemės drebėjimo Sietle. 18.30 Faraono Tutanchamono kapo praeikimas. 20.00 Legendos apie piratus. Dž. Vordas ir H. Morganas. 21.30 Pagauti kontrabandininkus. Žmonės automobilio bagažinėje. 2.35 Nakties programa.

DISCOVERY

7.00 Kaip tai pagaminta? 9.00 Automobilių meistrai Maikas ir Edas. „Land Rover Discovery“. 10.00 Atgimę automobiliai. 12.00 Asfalto kaubojai. Nusikaltimo bendrininkai. 14.00 Restoratoriai. 16.00 Sodybos gelbėjimas. 18.00 Krabų žvejyba. 19.00 P. Šnabelio aukso kelias. Buliaus kraujas. 20.00 F. Dodžo aukso kasykla. 21.00 Susitikimas su ateiviais: tikrovė ar pramanai. 22.00 Dingę bylos. Minesotos laukinis žmogus. 23.00 Senienų medžiotojai. 24.00 Pagalba naujakuriams. 2.00 Senienų medžiotojai.

VIASAT HISTORY

6.20 „Prakeiktos kraujo linijos“. 7.35 „Nukryžiuotųjų kaulai“. 8.45 „Pompėja. Naujieji radiniai“. 9.55 „Slaptas Romos imperatorių gyvenimas su Mary Beard“. 11.15 „Svarbiausi Antrojo pasaulinio karo įvykiai spalvotai“. 16.30 „Reicho vadovai“. 19.50 „Fašistai ir masonai“. 22.00 „Antrojo pasaulinio karo šnipės“. 23.05 „Siaubo teisingumas“. 1.20 „Diktatorių iškilimas“. 2.25 „Senovės superstatiniai“.

LRT TV	LNK	TV3	BTV	Lietuvos rytas	TV1
6.00 LR himnas. 6.02 Čia – kinas. 6.30 Širdyje lietuvis. 7.30 Kultūros diena. 8.00 Šventadienio mintys. 8.30 Gyventi kaime gera. 8.55, 11.55, 15.25, 21.00 LRT Kalėdų kalendorius 2024. 9.00 Sodininko kalendorius. 9.30 Gamtininko užrašai. 9.55 „Tai bent Kalėdos“. 1 s. 10.00 Gustavo enciklopedija. 10.30 Lietuvos tūkstantmečio vaikai. 11.30 Čia dabar?! 12.00, 4.15 „Gyvųjų dinastijos“. 12.55 „Planeta Žemė“. 13.50 Maltiečių sriuba. 13.55 „Jaunasis Morsas“. 15.30 Žinios (gestų k.). 15.45 Istorijos detektyvai. 16.45 Duokim garo! 18.00 Savaitė su „Dviračio žiniomis“. 18.30 Žinios (gestų k.). 19.00 Langas į valdžią. 19.30 Savaitė. 20.30 Panorama. 21.05, 3.20 „Marija Antuanetė“. 22.00 Drama „Toli nuo skubančios minios“. 23.55 Veiksmo f. „Drąsiaširdis“. 1.35 Komedijs „Aukšto blondino juodu batu sugrįžimas“. 2.55 Langas į valdžią. 5.05 „Planeta Žemė“.	6.00 „Gelbėtojai“. 7.00 „Kempiniukas Plačiakelnis“. 7.30 „Tomas ir Džeris“. 7.40 Animac. f. „Linksmosios pėdutės 2“. 9.30 Nuotykių f. „Šnipų vaikučiai 2. Prarastų svajonių sala“. JAV, 2002. 11.30 Komedijs „Ciu-cikas“. JAV, 2003. 13.15 Komedijs „Turi mylėti šunis“. JAV, 2005. 15.15 Drama „Vyriškos ašaros“. JAV, 2021. 17.20 Teleloto. 18.30 Žinios. 19.20 Sportas. 19.27 Orai. 19.30 Lietuvos balsas. 21.45 Veiksmo f. „Plėšriosios paukštės ir fantastiškoji Harlė Kvin“. JAV, 2020. N-14 24.00 Trileris „Paranormalūs reiškiniai. Kraujo giminės“. JAV, 2021. S 1.55 Komedijs „Mafia Mamma“.	6.00 „Galingieji reindžeriai. Dinozaurų įniršis“. 6.30 „Tai – ponis“. 7.00 „Transformeriai. Žemės kibirkštis“. 7.30 „Tegyvuoja karalius Džiuljenas. Tremtyje“. 8.00 „Simpsonai“. 9.00 La Maistas. Iššūkis. 10.00 Pasaulis pagal moteris. 11.00 Svajonių sodai. 12.00 Šviežios idėjos su LIDL. 12.02 Dok. f. „Dramblių kaimenė ir aš“. 13.10 Komedijs „Ponia Dautfajė“. JAV, 1993. 15.50 Šviežios idėjos su LIDL. 15.52 Komedijs „Vienas namuose“. JAV, 1990. 18.00 Savi ratai. 18.30 TV3 žinios. 19.30 X Faktorius. 22.30 Veiksmo f. „Žudiko atsiminimai“. JAV, 2022. 0.50 Veiksmo f. „Greit ir įsiutę 8“. Japonija, Kinija, JAV, 2017. N-14 3.45 Drama „Mis Nepriklausoma“. D. Britanija, Prancūzija, 2020.	6.20 „Realisti mistika“. 7.30 „Kas namie šeimininkas?“ 8.00 Miško atspalviai. 8.30 Tauro ragas. 9.00 Baltijos galiūnų čempionatas. 10.00 Dok. f. „Kinijos gulbių ežeras“. 11.10 „Daiktų gaivintojai“. 12.15 „Įžymybių lenktynės aplink pasaulį“. 13.35 „Kas namie šeimininkas?“ 14.05 Ekstrasensų mūšis. 16.30 Betsafe–LKL čempionatas. Kauno „Žalgiris“–Jonavos „CBet“. Tiesioginė transliacija. 19.00 Betsafe–LKL čempionatas. Panevėžio „7bet-Lietka-belis“–Kėdainių „Nevėžis–Optibet“. Tiesioginė transliacija. 21.15 Trileris „Šerlokas Holmsas“. Vokietija, JAV, 2009. N-14 23.50 „Didysis turas“. 1.20 „Įžymybių lenktynės aplink pasaulį“. 2.35 „Realisti mistika“. 4.30 Žinios.	5.00 „Realisti mistika“. 6.00 „Išsižadėjimas“. 8.00 Kaip padėti sau. 8.30 Sveikatos formulė. 9.00 Skanus gyvenimas. 9.30 Svajonė kvadratu. 10.00 Ilgaamžiškumo gidas. 10.30 Aš – pretendentas. 11.00 Sveikatos kodas. 11.40 Sveikatos kodas. Televitrina. 12.00 „Prokuroro ėjimas“. 14.00 „Teisingumo agentai“. 16.00, 18.00, 20.00, 22.30 Žinios. Orai. 16.30 24/7. 17.30 Pusvalandis su Valatka. 18.30 Krepšinio pasaulyje. 19.00 „Paranormalūs atvejai 911“. 20.20 „Senis“. 23.30 „Prokuroro ėjimas“. 1.30 „Teisingumo agentai“. 3.30 „Paranormalūs atvejai 911“. 4.10 24/7.	6.10 Merės patiekalai. Lengva ir skanu. 6.40 „Sapnų gaudytojas“. 8.00 „Tyrėjai. Aukso vardu“. 10.00 „Sesers Bonifacijos paslaptys“. 11.05 „Aukštininkas ieško žmonos“. 12.10 Meno mėgėjai. Sicilija. 13.30 Sveikinimai. 15.45 „Aukštinis berniukas“. 17.45 „Lemties paslaptys“. 18.45 „Žiniuoio sugrįžimas“. 19.45 „Al (Aukštas intelektas)“. 21.00 Detektyvas „Malda ir teisingumas. Toks ilgas kelias“. Prancūzija, 2023. N-14 22.55 Komedijs „Blondinė ieško vyro“. JAV, 2011. N-14 1.05 Detektyvas „Vera. Tiesos kaina“. 3.00 Pasirinkę Lietuvą. 3.30 XXI amžiaus laida.

„VYRIŠKOS AŠAROS“

15.15. LNK Drama. ** Po to, kai žirgų augintojo ir Kentukio derbio nugalėtojo žmona ir vaikas nužudomi, vyras puola į depresiją ir liūdesį skandina alkoholyje. Vieną dieną ūkio investuotojas pasiūlo jam pasirinkti – būti atleidžiamam iš darbo arba važiuoti į Meksiką ir parvežti su buvusią žmoną gyvenantį sūnų. **JAV, 2021.** Rež. K. Istvudas. Vaidina Klintas Istvudas, Dvaitas Joakamas, Eduardas Minetas.

„VIENAS NAMUOSE“

15.52. TV3 Komedijs. *** Kai visa šeimynėlė išskrido į Paryžių švęsti Kalėdų, aštuonmetis pabudo ir suprato esantis paliktas visiškai vienas. O ką daryti, jei kaip tik per Kalėdas namą nusižiūrėjo pikti vagys? Gintis ir ginti namus! **JAV, 1990.** Rež. K. Kolambusas. Vaidina Makolis Kalkinas, Džo Pešis, Danielis Sternas.

„ŠERLOKAS HOLMSAS“

21.15. BTV Kriminalinis trileris. *** Garsiausias istorijoje seklys Holmsas kartu su artimiausiu draugu Watsonu stoja į kovą, reikalaujančią rimto fizinio ir protinio pasirengimo. Juk jų priešas kelia grėsmę visam Londonui... Naujasis Šerlokas Holmsas bus šiuolaikiškesnis, lankstesnių pažiūrų ir labiau linkęs rizikuoti. Be to, jis dažniau panaudos boksiningo įgūdžius ir gebėjimus valdyti špagą. **JAV, Vokietija, 2009.** Rež. G. Ričis. Vaidina Robertas Daunis jaun., Džudas Lo, Reičel Makadams.

„PLĖŠRIOSIOS PAUKŠTĖS IR FANTASTIŠKOJI HARLĖ KVIN“

21.45. LNK Veiksmo ir nuotykių. ** Nors, išsiskyrusi su Džokeriu, žavioji Harlė Kvin trumpam buvo pametusi gyvenimo prasmę, tamsūs debesys netrunka

prasisklaidyti, kai ji sutinka Kasandrą. Į Kasandros rankas patekęs ypatingas deimantas pavertė ją gyvu taikiniu. Šio brangakmenio ieško Romanas Sionis – vienas grėsmingiausių Gotamo nusikaltėlių, dar žinomas slapyvardžiu Juodoji Kaukė ir be gailės susidorojantis su visais, stojančiais jam skersai kelio. **JAV, 2020.** Rež. K. Jan. Vaidina Juenas Makgregoras, Džerni Smolet, Margo Robi.

„TOLI NUO SKUBANČIOS MINIOS“

22.00. LRT televizija Romantinė drama. *** Protinga ir išsilavinusi panelė Everdenė žavi daugelį vyrų: dėmesį jai rodo avių augintojas, pasiturintis kavalierius ir jaunas seržantas. Jauna moteris neigia savo jausmus, atsako saugumo, kurį suteiktų santuoka, ir išlaiko nepriklausomybę, kad galėtų toliau tvarkyti ūkį, kurį išgelbėjo nuo pražūties. Vis dėlto ji niekada nebūna viena. **D. Britanija, JAV, 2015.** Rež. T. Vinterbergas. Vaidina Keri Maligan, Matijas Šenertsas, Tili Vosberg.

TV6

6.00 „Pragaro kelias“. 7.00 „Nuodėmių miesto motorai“. 8.05 „Kitas pasaulis. Brazilija“. 9.30 Vienam gale kablys. 10.00 Praeities žvalgas. 10.30 E–gasas dugnas. 11.00 „Šimpanzių jaunikių prieglauda“. 12.00 Dok. f. „Vasara Aliaskoje“. 13.00 „Atsargiai – šeima!“ 14.00 „Kietai kaip vynas“. 15.00 „Skilusios kaukolės iššūkis“. 16.00 „Sandėlių karai“. 18.00 „Krovinių karai“. 18.30 „Vienas“. 20.00 Realybės šou „Palikti su milijonu dolerių“. 21.00 TV3 žinios. Sportas, orai. 22.00 NBA apžvalga. 22.35 NBA. Indianos „Pacers“ – Memfio „Grizzlies“. 1.05 Drama „Laukinė“. 3.40 Gero vakaro šou.

LRT PLIUS

6.00 LR himnas. 6.02 „Stebuklingoji Boružėlė“. 6.25 „Gigantozauras“. 6.50 „Padingtono nuotykių“. 7.00 „Henrieta“. 7.15 „Monstriukų mokyklėlė“. 7.30 „Bluji“. 7.45 „Stebuklingoji Boružėlė“. 8.10 „Alvinas ir patrakėliai burundukai“. 8.35 Animac. f. „Kaip prisijaukinti slibiną. Grįžimas“. 9.00 Atspindžiai. 9.30 Kelias. 10.00 7 Kauno dienos. 10.30 Tikėjimas ir gyvenimas. 11.00 Daugiau nei mokytojas. 11.30 Menora. 12.00 Šventadienio mintys. 12.30 Šv. Mišios. 13.45 Hanso Kristiano Anderseno pasakos. 14.45 „Bluji“. 15.00 Krepšinis. „Smart way MLKL“ čempionatas. Kauno „Aistės-LSMU“ – LCC tarptautinis universitetas. 17.00 „Nenugalimi“. 17.30 Atviras derinys. 18.00 Lietuvos olimpiečiai. Danutė Linkevičiūtė-Schmiedeck, lengvaatletė. 18.20 Pasaulio biatlono taurė. Moterys. 4 x 6 km estafetė. 19.45 „Padingtono nuotykių“. 20.00 Čia dabar?! 20.30 Panorama (gestų k.). 21.00 Žiemojimas su opera. Pasaulinių operų pristatymų ciklas. 21.30 Opera „Makbetas“. 24.00 Veiksmo f. „Mirtis palauks“. 2.40 Drama „Toli nuo skubančios minios“. 4.35 Dok. f. „Vilniečiai. Albinas Puryš“. 5.00 Hanso Kristiano Anderseno pasakos.

TV8

6.00 Tik tai, kas tikra. 6.30 „Slibinų dresuotojai. Pašėlusios gaudynės“. 7.00 „Ar žinai, kaip aš tave myliu?“ 7.30 „Baterbyn kavinė“. 8.30 „Barbė. Magijos galia“. 9.00 „Batuoto Katino nuotykių“. 9.30 „Šunychiai patroliai“. 10.00 „Meilės trikampis“. 12.00 Svajonių sodai. 13.00 Džeimis ir 5 ingredientų Viduržemio jūros patiekalai. 14.00 „Renovacijų meistrai“. 15.00 „Apie vyrus ir pasaulį“. 16.00 „Ir turtuoliai verkia“. 17.00 „Gyvybės vanduo“. 18.00 Šviežios idėjos su LIDL. 18.02 „Midsomerio žmogžudystės“. 20.00 Labanakt, vaikučiai. 21.00 Drama „Mama“. 23.40 Drama „Mis Nepriklausoma“. 1.45 Melodrama „27 valandos“. 3.30 „Stilingi jausmai“. 4.40 „Palikimas“.

2TV

6.00 2TV muzika. 11.00 Amžini hitai. 13.00 2TV muzika. 22.00 Savaitės TOP. 23.00 2TV muzika. 4.00 Sal2.

INFO TV

6.00 Žinios. 7.00 Brydės – Lietuvos dvarai. 7.30 KK2. 9.00 Nuo... Iki... 10.00 Bus visko. 11.00 Gyvųjų pasaulis. 11.30 „Didžiosios Britanijos pilių paslaptys“. 13.30 KK2 penktadienis. 15.00 Šeškinės 20. 16.00 Bus visko. 17.00 Nuo... Iki... 18.00 Bučiuoju. Rūta. 19.00 KK2. 20.00 Keliaujanti laiku. 20.30 Pabėgę nuo karo. 21.00 Piliėtis ir karas. 21.30 Lietuvos kodus. 22.00 Žinios. 23.00 „Didžiosios Britanijos pilių paslaptys“. 24.00 Baltijos galiūnų čempionatas. 1.00 KK2 penktadienis. 2.15 Bučiuoju. Rūta. 3.10 Šeškinės 20. 4.00 Autopilotas.

„DELFI“ TV

6.00 Ūkininko Petro dienoraštis. 8.00 Čia – Lietuva. Įstabiais gamtos takais. 9.00 Poligonas. 9.30 Šeimų virtuvė. 10.00 Egzotiniai keliai. Austrija. 11.00 Orijaus kelionių archyvai. Kaunas. 11.30 Orijaus kelionių archyvai. Tel Avivas. 11.55 „Kenoloto“. 12.00 Sekmadienio Šv. Mišių transliacija. 13.30 Pas Editą. 14.00 Legendinis žaidimas „Taip ir Ne“. 15.00 Ori-

jaus atostogos Lietuvoje. 16.00 Burėmis į Arkty. 17.00 Egzotiniai keliai. Austrija. 17.55 „Kenoloto“. 18.00 Orijaus kelionių archyvai. Turkija. 19.00 Jūs rimtai? 19.30 Savaitės kriminalai su J. Matoniu. 20.00 Kasdienybės herojai. 21.00 Nepatogūs klausimai. 22.30 „Jėga“ ir „Kenoloto“. 22.35 Orijaus kelionių archyvai. Tel Avivas. 23.35 Orijaus kelionių archyvai. Neapolis. 0.05 Nauja karta. 1.05 Skandalinga išpažintis. 3.05 Tiesiogiai „Ukraina 24“ žinios.

SPORT1

7.00 Azijos čempionų lyga. „Buriram United“ – „Kawasaki Frontale“. 9.00 „Al-Sadd“ – „Al Hilal“. 11.00 Greitasis čiuožimas. Pasaulio taurė. Kinija. 14.05 Dailusis čiuožimas. Kinija. Vyrų. Trumpoji programa. 15.30 Portugalijos futbolo lyga. „Sporting“ – „Santa Clara“. 17.30 Vokietijos krepšinio lyga. „Telekom Baskets Bonn“ – „Ratiopharm Ulm“ (tiesiogiai). 20.00 Portugalijos futbolo lyga. „Arouca“ – „Benfica“ (tiesiogiai). 22.00 Vokietijos krepšinio lyga. „Academics Heidelberg“ – „Rostock Seawolves“. 23.50 „One championship“. 3.20 Azijos čempionų lyga. „Al-Sadd“ – „Al Hilal“.

INIT TV

6.00 Muzikos ekspresas. 7.00 Ukrainos naujienos. 10.15 AŽ kelonės. 10.45 Šv. Mišios. 12.15 Pajūrio istorijos. 12.45 Sveikinimų koncertas. 13.20 Galim kartu. 13.45 Istorijos kodas. 14.40 Neteisingumo registras. 16.10 IQ kovos 2 prieš 2. 16.35 Alfa taškas. 17.25 Komentaras TV. 18.25 Valanda su kita Rūta. 19.25 Lietuvos dešimtukas. 21.00 Drama „Liepsnojantis horizontas“. 22.45 Veiksmo f. „Nerve: drąsos žaidimas“. 0.20 Iš savo varpinės. 1.50 Autopilotas. 2.15 Muzikos ekspresas.

BALTICUM TV

8.00 „Mergina su persikais“. 9.00 Savaitės interviu. 9.30 Ofiso dramos. 10.00 Atspari visuomenė. 11.00 Sodininko pasaulis. 11.30 Nediplomatinis pokalbis. 12.30 „Amžiaus skirtumas“. 13.30 Tiek politikos su R. Urbonaite. 14.30 Animac. f. „Mažojo Niko nuotykių“. 16.00 Laikykitės ten svečias Giedrius Savickas. 17.00 „Maištingoji princesė“. 19.00 „Botų ferma“. 20.00 „Baudžiauninkė. Dabar arba niekada“. 21.05 Vaid. f. „Šešėlių namai“. 23.05 Komedijs „Kol santuoka mus išskirs“. 1.05 Nediplomatinis pokalbis.

BALTICUM AUKSINIS

7.00 „Sutikau merginą“. 9.00 „Tavo draugija“. 11.00 „Galiu tik įsivaizduoti“. 13.00 „Kalno stebuklas“. 15.00 „Atostogos!“ 17.00 Trileris „Nevilties valanda“. 19.00 Animac. f. „Liepsnojanti širdis“. 21.00 „Kol laukiau tavęs“. 23.00 Trileris „Melori Kein. Prarasta kontrolė“.

MARIJAMPOLĖS TV

8.00 Savaitgalis su muzika. 10.00 Žvilgsnis giliau. 10.30 Šv. Mišių tiesioginė transliacija iš Marijampolės Šv. Jono Pauliaus II parapijos. 11.30 Geroji naujiena. 12.00 Savivaldybės aktualijos ir komentarai. 12.30 Marijampolės sportas. 13.00 Istorinės paralelės. 14.00 Ekonomika šiandien. 14.30 Atspari visuomenė. 15.00 Tvarumo ministerija. 15.30 Alfa.It savaitės interviu. 16.00 Sveikinimų koncertas. 16.30 Sveikatos laikas. 17.30 Skaitmeninė karta. 18.00 Ar ES tai gali? 18.30 Kūrybinės sferos. 19.00 Grožio principai. 19.30 Europos gidas. 20.00 Savaitgalis su muzika.

ETAPLIUS TV

8.00 Rinkis muziką. 10.00 Augtinių studija. 10.30 Savaitės aktualijos. 11.00 Verslūs tėvai. 11.30 Sodininko pasaulis. 12.00 Skrendam. 12.30 Žvilgsnis giliau. 13.00 Sveikatos laikas. 14.00 Moterims 45+. 15.00 Pokalbiai tarp gėlių. 15.30 Akmenės krašto naujienos. 16.00 4 kampai. 16.30 Tėvams apie vaikus. 17.00 Nediplomatinis pokalbis. 18.00 Istorinės paralelės. 18.30 Automoto. 19.00 Sodžius. 19.30 Savaitės aktualijos. 20.00 Finansų akademija. 20.30 Rinkis muziką.

RTV INTERNATIONAL

7.00 Ne ta koja. 8.00 Animaciniai f. 10.00 Izraelis per savaitę. 11.00 Pagaminta Izraelyje. 12.00 Redakcija. 13.00 Babuškinio respiratorius. Pokalbių laida. 14.00 Žinios. 14.30 Amerikietiška aplinka. 15.00 Jūs laikykitės. 16.00 Žinios. 16.30 Kas tai buvo? 17.30 TV serialas „Sklifosovskis“. 21.15 900 sekundžių. 21.30 Nauja apžvalga. 23.00 Naujų redakcija. 23.30 Paralelės. 24.00 Sėdi ir važiuoji. 1.30 Amerikietiškos istorijos. 2.00 Apie Aziją.

NASTOJAŠČEJE VREMIJA

6.30 Detalės. 7.00 Tikras serialas. „Aplenkiant laiką“. 8.00 Specialus reportažas. 8.30 Pagrindiniai veikėjai. 9.00 Krymas. Tikrovė. 9.30 Laukiama svečiuose. 10.00 Tikras kinas. „Beveik suaugę. Svajonės“. 12.00 Tikras serialas. „Aplenkiant laiką“. 13.00 Reporteris. 13.15 Laida apie verslą. 13.30 Ateitis šiandien. 14.00 Laiko ribos. 15.00 Tikras kinas. „Beveik suaugę. Svajonės“. 17.00 Žmogus turi teisę. 18.00 Gyvybės ženklai. 18.30 Spec. projektas. 19.00 Atviras pokalbis. 19.30 Galime paaiškinti. 20.00 Išvados. 20.30 Niujorkas, Niujorkas. 21.00 Tikras kinas. „Džojus“. 22.10 Tikras kinas. „Uzbekija. Dviratininkai“. 23.00 Schemos. Apie korupciją detalai. 23.30 Kryžkelė. 24.00 Gyvybės ženklai. 0.30 Atviras pokalbis. 1.00 Detalai.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.35 Inžinierių idėjos. 7.25 Didmiesčiai. Niujorkas ir Mumbajus. 9.00 Neįmintos Saulės mįslės. 9.45 „Hubble“ teleskopo kelionė. 10.40 Statybų inžinierių klaidos. 12.55 Pagauti kontrabandininkus. 14.00 Lėktuvų avarijų tyrimai. 16.20 Kovotojai su stichijomis. Audra. 17.20 Dešimt baisiausių stichinių nelaimių. 18.30 Cunamis: aplenkti vėją. 21.25 Ugnikalnio išsiveržimas, labiausiai nuniokojęs Amerikos žemyną. 22.10 Pragariskas karštis Prancūzijoje. 23.00 Žemės pjūvis. 1.15 Nelaimės liudininkai. 2.00 Audra. 2.45 Nakties programa.

DISCOVERY

7.00 Kaip tai pagaminta? 9.00 Automobilių meistrai Maikas ir Edas. „Jaguar E-Type“. 11.00 Klasikiniai automobiliai. 13.00 Senienų medžiotojai. 15.00 Užmiršta ir pradingę. 17.00 Automobilių meistrai Maikas ir Edas. 18.00 Užmiršta ir pradingę. 19.00 Restoratoriai. 20.00 Atgimę automobiliai. Ekonominis „Bandit“. 21.00 Paskui automobilių bėglius. 22.00 Patys geriausi automobiliai. Hečbekai. 23.00 Švedijos pasienio apsaugos ir muitinės tarnyba. 24.00 Europos didžiųjų sunkvežimių vairuotojai. 1.00 Švedijos pasienio apsaugos ir muitinės tarnyba. 2.00 Nuogi ir įbauginti.

VIASAT HISTORY

6.05 „Nukryžiuotųjų kaulai“. 7.20 „Slaptas Romos imperatorių gyvenimas su Mary Beard“. 8.35 „Atskleista istorija“. 10.45 „Diktatorių iškilimas“. 11.50 „Pompėja. Naujieji radiniai“. 15.30 „Pompėja. palaidotos Villa Giuiliana paslaptys“. 16.40 „Nukryžiuotųjų kaulai“. 17.45 „Kilimas ir kritimas. Esminiai Antrojo pasaulinio karo nulėmti pokyčiai“. 22.00 „Juodieji faraonai“. 23.05 „Peru. Čimu karalystės aukos“. 0.15 „Kilmė – Europa“. 1.20 „Antrojo pasaulinio karo šnipės“. 2.30 „Nusikaltimai pokario Vokietijoje“.

LRT TV	LNK	TV3	BTV	Lietuvos rytas	TV1
6.00 LR himnas. 6.02, 8.50, 13.00, 13.50, 16.15, 21.25, 23.55 LRT Kalėdų kalendorius 2024.	6.00 „Linksmųjų neklauzadų kinas. Kempiniukas Plačiakelnis“. 6.30 „Tomas ir Džeris“. 7.00 „Tu man gražiausia“. 8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. 10.00 „Kraujo gėlės“. 12.00 Vidurdienio žinios. 13.00 „Turtuolė varguolė“. 14.00 „Mažyte mano“. 15.00 „Kakava“. 16.00 Kas čia? 16.30 Labas vakaras, Lietuva. 18.30 Žinios. 19.20 Sportas. 19.27 Orai. 19.30 KK2. 20.00 Nuo... Iki... 21.00 „Rimti reikalai 7“. 21.30 Žinios. 22.20 Sportas. 22.27 Orai. 22.30 Trileris „Pavojingiausias žaidimas. APEX“. JAV, 2021. N-14 0.25 „Geriausios Los Andželes“. 1.30 Veiksmo f. „Plėšriosios paukštės ir fantastiškoji Harlė Kvin“. 3.35 „Volkeris, Teksaso reindžeris“.	6.00 Kas po kiek? 7.00 Vytaro ferma. 7.30 Savi ratai. 8.00 TV pagalba. 10.00 „Meilės sukuryje“. 11.00 „Laisvės svajos“. 12.00 Šviežios idėjos su LIDL. 12.02 „Berniukas“. 14.00 „Aistrų kasyklos“. 15.00 „Simpsonai“. 16.00 TV3 žinios. Orai. 16.30 Šviežios idėjos su LIDL. 16.32 TV pagalba. 18.30 TV3 žinios. Sportas, orai. 19.30 Speciali diskusijų laida. 21.00 „Moterys meluoja geriau“. 21.30 TV3 vakaro žinios. Sportas, orai. 22.30 Šviežios idėjos su LIDL. 22.32 Veiksmo f. „Komando“. JAV, 1985. N-14 0.20 „Rezidentas“. 1.25 „Švietimo lygintojai“. 2.30 „Pirmieji pasimatymai“. 3.35 „Ponia Fazilet ir jos dukterys“. 4.45 „Išprotėję kaimynai“. 5.10 „Rezidentas“.	6.00 „Mano virtuvė geriausia“. 7.20 „Teisingumo agentai“. 8.30 „Farų karai. Kyjivas“. 9.30 „Kodas“. 10.30 „Magaiveris“. 11.30 „CSI. Kriminalistai“. 12.30 „Šviežias kraujas“. 13.30 „Mano virtuvė geriausia“. 15.00 „Žemiau denio. Viduržemio jūra“. 16.00 „Kodas“. 17.00 „Magaiveris“. 18.00 „CSI. Kriminalistai“. 19.00 „Jūrų pestininkai“. 20.00 „Pirkėjų karai“. 20.30 „Pričiupom!“ 21.00 Veiksmo f. „Bado žaidynės“. JAV, 2012. N-14 23.50 Trileris „Šerlockas Holmsas“. 2.25 „Didysis turas“. 4.00 „Žemiau denio. Viduržemio jūra“. 5.00 Žinios.	5.00 Aš – pretendentas. 5.30 Ilgaamžiškumo gidas. 6.00 Kaip padėti sau. 06.30 24/7. 7.30 Krepšinio pasaulyje. 8.00 „Prokuroro ėjimas“. 9.00 „Realisti mistika“. 10.00 „Aleksandra“. 11.00 „Senis“. 12.30 Švarūs miestai. 13.00 Nauja diena. 14.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. 15.00 „Išsižadėjimas“. 16.00, 18.00, 20.00, 22.30 Reportažis. Orai. 16.30 Lietuva tiesiogiai. 17.00 Gyvenimas versle. 17.30 Pirmi kartai. 18.30 Laisvės TV valanda. 20.20 „Lota“. 23.00 Lietuva tiesiogiai. 23.30 „Vieno nusikaltimo istorija“. 0.30 „Išsižadėjimas“. 1.30 Nauja diena. 2.30 Gyvenimas versle. 3.00 Pirmi kartai. 3.25 „Aleksandra“. 4.10 Vyrų šešelyje. 4.35 „Neatrasta Rusija“.	6.00 „Nekaltieji“. 7.00 „Būk su manim“. 8.00 „Laukinė“. 8.30 „Akloji“. 9.00 „Lemties paslaptys“. 10.00 „Šeimos reikalai“. 11.00 „Tyrėjai. Aukos vardu“. 12.00 „Nusikalstami protai“. 13.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 14.00 „Visa menanti“. 15.00 „Anupama“. 16.30 „Pažadėtoji“. 17.00 „Laukinė“. 17.30 „Akloji“. 18.00 „Kriminalinių tyrimų skyrius“. 19.00 „Daktaras Hausas“. 20.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 21.00 Detektyvas „Aleksas Hugo. Ta, kuri atleidžia“. Prancūzija, 2018. N-14 23.05 Detektyvas „Malda ir teisingumas. Toks ilgas kelias“. 1.00 „Praktikantė“. 2.05 „Nekaltieji“. 3.00 „Lemties paslaptys“.

man rūpi rytojus NEMOKAMAI IŠVEŽAME SENĄ BUITINĘ TECHNIKĄ VISOJE LIETUVOJE
☎ 8 600 900 30 🌐 www.manrupirytojus.lt

„BADO ŽAIDYNĖS“
21.00. **BTV Mokslinės fantastikos.** *** Šiaurės Amerikoje atsiranda Panemo valstybė, turinti dvylika regionų. Kiekvienas regionas turi atsiųsti po merginą ir vaikiną į sostinę, kur šie dalyvauja žiauriuose bado žaidynėse. Ketnisa irgi patenka į žaidimą. Ji bando išlikti, grįžti namo ir visiems laikams sunaikinti žiauriąsias žaidynes. **JAV, 2012.** Rež. G. Rosas. Vaidina Stenlis Tučis, Vesas Bentlis, Dženifer Lorens.

„VIENAS ŠŪVIS. DVI KULKOS“
21.00. **TV6 Veiksmo komedija.** *** FTB agentė Sara Ešburn – itin ambicinga ir arogantiška moteris, nesutarianti su kolegomis. Jai paskiriama užduotis vyksti į Bostoną ir atskleisti, kas slypi po mįslingojo narkotikų mafijos vadeivos Larkino kauke. Bostone agentė gauna partnerę – jokių taisyklių nepaisančią pareigūnę Mulins. Dirbti nebus lengva, nes Ešburn veikia pagal instrukcijas, o Mu-

lins – pagal savo pačios taisykles. **JAV, 2013.** Rež. P. Feigas. Vaidina Sandra Bulok, Maiklas Makdonaldas, Melisa Makarti.

„KALĖDŲ NAMAS“
21.00. **TV8 Melodrama.** ** Ilgai svarstę ir abejoję, Felisė ir Bilas Mičelai pakviečia savo suaugusius sūnus švęsti Kalėdų drauge. Brendonas ir televizijos žvaigždė tapęs Maikas – reti svečiai tėvų namuose. Mičelai tikisi, kad, po ilgo laiko subūrę visą šeimą prie Kalėdų stalo, atkurs seniai pamirštą tradiciją. Tačiau suaugę vaikai turi savų rūpesčių... **Kanada, JAV, 2020.** Rež. M. Grosmanas. Vaidina Robertas Baklis, Ana Ajora, Tritas Viljamsas.

„PAVOJINGIAUSIAS ŽAIDIMAS. APEX“
22.30. **LNK Veiksmo trileris.** * Buvęs policininkas Tomas Melounas atlieka baumę iki gyvos galvos už nusikaltimą, kurio nepadarė. Jam pasiūloma galimybė iš-

eiti į laisvę, jeigu jis laimės slaptą žaidimą privačioje saloje būdamas grobiu penkiems itin turtingiems medžiotojams. Vienas po kito medžiotojai puola vieni kitus iš savanaukiškumo ir pasipiktinimo. Paskutinis gyvas medžiotojas Samuelis galiausiai pergudraujamas. Melounas išleidžiamas į laisvę, kad vėl susitiktų su savo šeima... **JAV, 2021.** Rež. E. Dreikas. Vaidina Briusas Vilisas, Koris Lardžas, Nilas Makdona.

„KOMANDO“
22.32. **TV3 Veiksmo trileris.** ** Buvęs specialusis agentas Džonas Matriksas gyvena ramų gyvenimą su dešimtmete dukrele. Tačiau vieną dieną ją pagrobia tremtyje gyvenantis buvęs vienas iš Lotynų Amerikos šalių diktatorių. Pagrobėjai reikalauja mainais nužudyti dabartinį šalies prezidentą. **JAV, 1985.** Rež. M. L. Lesterris. Vaidina Arnoldas Švarcenegeris, Rej Don Čong, Denas Hedaja.

TV6

5.40 „Pagrindinis įkaltis“. 7.30 „Kobra 11“. 8.30 Autopi-
lotas. 9.00 Gazas dugnas. 9.30 „Sandėlių karai“. 10.00
„Patagonija. Gyvenimas pasaulio pakraštyje“. 11.00
„Šviesoforas“. 12.00 „Kulinarijos meistras“. 13.00 „Nu-
dėmių miesto motorai“. 14.00 „Kobra 11“. 15.00 „Či-
kagos ugniagesiai“. 16.00 „Pagrindinis įkaltis“. 18.00
„Simpsonai“. 19.00 „Šviesoforas“. 20.00 Optimistinė lai-
da #išNamų. 21.00 Komedija „Vienas šūvis. Dvi kulkos“.
23.25 Trileris „Įkalintos po vandeniu“. 1.15 „Bošas“. 2.30
„Išlikimas“.

LRT PLIUS

6.00 LR himnas. 6.05 Širdyje lietuvis. 7.00 Kas ir kodėl?
7.30 Savaitė. 8.30 7 Kauno dienos. 9.00 Labas rytas, Lie-
tuva. 11.30 Gyvenk kaip galima švariau. 12.00 Legendos.
Šiandien ir visados. 13.00 Mokslo sriuba. 13.30 Kultūros
diena. 14.00 Sveikinimų koncertas. 15.35 „31-oji nuova-
da“. 16.20 „Hartlando užuovėja“. 17.05 Euromaxx. 17.20
Laba diena, Lietuva. 19.30 „Erdvės menas“. 20.30, 3.00
Panorama (gestų k.). 21.00, 3.30 Dienos tema (gestų k.).
21.20, 3.50 Sportas. Orai (gestų k.). 21.30 Vilnius Mama
Jazz 2024. 22.25 Klaipėdos pilies džiaz festivalis 2019.
23.15 Euromaxx. 23.30 Mokslo sriuba. 24.00 „Kalnų dak-
taras“. 0.45 „Palikimas“. 1.30 Dviraičio žinios. 2.00 Svarbi
valanda. 4.00 Stambiu planu. 5.00 Gyvenk kaip galima
švariau. 5.30 Langas į valdžią.

TV8

6.00 „Triukšmingi namai“. 6.30 „Krudžiai. Šeimos me-
dis“. 7.00 Džeimis ir 5 ingredientų Viduržemio jūros pa-
tiekalai. 8.00 Svajonių ūkis. 9.00 „Moters kerštas“. 10.00
„Prarastas pasitikėjimas“. 11.00 Melodrama „Ugninga
meilė“. 12.55 „Kraujo broliai“. 14.00 „Moteryų daktaras“.
15.00 „Likimo karuselė“. 15.30 „Lemties vingiai“. 16.30
„Lakšmės likimas“. 17.00 „Nusivylusios namų šeiminin-
kės“. 18.00 Šviežios idėjos su LIDL. 18.02 „Palikimas“.
20.00 Labanakt, vaikučiai. „Nauji Mikės Pūkuotuko nu-
otyčiai“, „Ančiukų istorijos“. 21.00 Drama „Kalėdų namas“.
22.55 „Palikimas“. 0.55 TV pagalba. 2.55 „Stilingi jaus-
mai“. 3.55 „Palikimas“.

2TV

6.00 Amžini hitai. 9.00 Pabun2. 11.00 Nenuobo2. 16.00
Šok TikTok. 17.00 Pagaminta Lietuvoje. 18.00 Pa2kim.
23.00 2zėgės. 4.00 Sal2.

INFO TV

6.00 Žinios. 7.00 Bus visko. 8.00 „Airijos pilių pasakoji-
mai“. 9.00 „Gajana“. 10.00 KK2. 12.00 „Kas žudikas?“
13.00 Vidurdienio žinios. 14.00 Kas čia? 14.30 KK2 penk-
tadienis. 16.00 „Gajana“. 17.00, 18.00, 19.30, 20.30, 0.30
Info diena. 17.30 Info komentarai su A. Mazėčiu. 18.30
„Kas žudikas?“ 20.00 Info komentarai su A. Mazėčiu.
21.00 „Airijos pilių pasakojimai“. 22.00 Labas vakaras,
Lietuva. 24.00 Dabar pasaulyje. Žinios rusų k. 1.00 Info
komentarai su A. Mazėčiu.

„DELFI“ TV

6.00 „Delfi“ diena. 7.00 Noriu tvaryti faktų. 7.30 Poligon-
as. 8.00 Motorgalviai. 9.00 Ūkininko Petro dienoraštis.
10.00 Egzotiniai keliai. La Gomera. 11.00 Orijaus ke-
lionių archyvai. 11.55 „Kenoloto“. 12.00 „Delfi“ diena.
13.00 Ugnikalnių takais. 14.00 Ūkininko Petro dienoraštis.
15.00 Zelandijos zigzagas su A. Valujavičium. 16.00
Pauliaus Samoškos nuotyčiai. 17.00 Egzotiniai keliai. La
Palma. 17.30 Egzotiniai keliai. Jordanija. 17.55 „Kenolo-
to“. 18.00 Orijaus kelionių archyvai. Budapeštas. 19.00
Dulkėmis į finišą. 19.30 Iš esmės. 20.00 Kitokios kelio-
nės. 20.30 Pas Editą. 21.00 Kasdienybės herojai. 22.00

Burėmis į Arktį. 22.30 „Jėga“ ir „Kenoloto“. 22.35 Ori-
jaus kelionių archyvai. 23.35 Nepatogūs klausimai. 1.05
„Delfi“ RU. 1.35 „Delfi“ diena. 2.35 Tiesiogiai „Ukraina
24“ žinios.

SPORT

7.40 Dailusis čiuožimas. Kinija. Laisvoji programa. 9.30
Optibet ledo ritulio lyga. „7bet-Hockey Punks“–„Energi-
ja“. 11.30 Greitasis čiuožimas. Kinija. 14.10 Portugalijos
futbolo lyga. „Arouca“–„Benfica“. 16.10 Vokietijos krep-
šinio lyga. „Telekom Baskets Bonn“–„Ratiopharm ulm“.
18.00 Azijos čempionų lyga. „Al Ahli“–„Esteghlal“ (tie-
siogiai). 20.00 „Al Nassr“–„Al Sadd“ (tiesiogiai). 22.45
Portugalijos futbolo lyga. „Porto“–„Casa Pia“ (tiesio-
giai). 0.50 „One championship“.

INIT TV

6.00 Muzikos ekspresas. 6.30 Ukrainos naujienos. 9.00
Istorijos kodas. 9.50 Nediplomatinis pokalbis. 10.35 Ri-
ba. 11.30 Neteisingumo registras. 13.00 Lietuvos de-
šimtukas. 14.35 Iš savo varpinės. 16.10 „Delfi“ diena.
17.00, 20.00 Žinios. 17.15 Komentarai TV. 18.15 Tik tai,
kas tikra. 18.40 AŽ kelionės. 19.05 „Nota bene“. 19.30
Suprasti Rusiją. 20.15 Valanda su kita Rūta. 21.15 Ko-
medija „Be šansų“. 23.20 Prie arbatos su Kęstučiu Skre-
biu. 23.50 Veiksmo f. „Nerve: drąsos žaidimas“. 1.25
Pajūrio istorijos. 1.55 Žvejo kelias su Ričardu. 2.20 Mu-
zikos ekspresas.

BALTICUM TV

8.00 „Botų ferma“. 9.00 Suprasti Rusiją. 9.30 „Mergina su
persikais“. 10.30 Savaitės interviu. 11.00 Nediplomatinis
pokalbis. 12.00 Laikykitės ten svečias G. Savickas. 13.00
Verslūs tėvai. 13.30 Komedija „Midltonas“. 15.20 Atspari
visuomenė. 16.20 „Baudžiauninkė. Dabar arba niekada“.
18.30 Laikykitės ten. 19.30 Alfa taškas. 20.00 „Maištin-
goji princesė“. 21.00 Vaid. f. „Elvis ir Niksonas“. 22.40 Lai-
kykitės ten. 23.40 „Maištingoji princesė“.

BALTICUM AUKŠINIS

7.00 „Geriausia, ką turiu“. 9.00 „Dingęs princas“. 11.00
„Krokodilas Dandis. Sugrįžimas“. 13.00 „Ilga istorija
trumpai“. 15.00 „Sventoji Džiudi. Teisingumas be sienų“.
17.00 „Avinai“. 19.00 „Vardų daina“. 21.00 Drama „Mūsų
draugas“. 23.05 „Šeima“. 1.00 „Kelnėse dar ne senelis“.

MARIJAMPOLĖS TV

7.30, 9.00, 11.00, 12.30, 18.30, 20.00, 22.00 Marijam-
polės TV žinios. 8.00 Verslūs tėvai. 8.30 Prie baro. 9.30
Alfa taškas. 10.00 „Delfi“ diena. 11.30 Grožio principai.
12.00 4 kampai. 13.00 Alfa taškas. 13.30 Istorinės para-
lelės. 14.30 „Delfi“ diena. 15.30 Nediplomatinis pokalbis.
16.30 Dienos klausimas. 17.30 Prie baro. 18.00 Skren-
dam. 19.00 Žvilgsnis giliau. 19.30 Susitikimai. 20.30 Al-
fa taškas. 21.00 „Delfi“ diena.

ETAPLIUS TV

7.30, 18.30, 20.00, 22.00 Infostudija. 8.00 Sodžius. 8.30
Alfa taškas. 9.00 Akmenės krašto naujienos. 9.30 Ra-
dviliškis šiandien ir rytoj. 10.00 Labas iš Kelmės. 10.30
Verslūs tėvai. 11.00 Moterims 45+. 11.30 Sodininko pa-
saulis. 12.00 Specialisto patarimai. 12.15 Gyvenu Eu-
ropoje. 12.30 Anądien Šiauliuose. 13.00 „Delfi“ diena.
14.00 Alfa taškas. 14.30 Savaitės aktualijos. 15.00 Die-
nos klausimas. 16.00 Petro Šiaučiūno valanda. 17.00 Eu-
ropos gidas. 17.30 Labas iš Kelmės. 18.00 Sveikatos IQ.
18.15 Specialisto patarimai. 19.00 Alfa taškas. 19.30 Su-
sitikimai. 20.00 Infostudija. 20.30 Specialisto patarimai.
20.45 Sveikatos IQ. 21.00 Finansų akademija. 21.30 Po-
kalbiai su Leonu Šniru.

RTV INTERNATIONAL

7.00 Žinios. 7.30 Paralelės. 8.00 Animac. filmai.
9.00 Jūs laikykitės. 10.00 Amerikietiškos istori-
jos. 10.30 Alma Atos istorijos. 11.00 Kas tai buvo?
12.00 Žinios. 12.30 Dok. f. „Uosis“. 13.30 Už slenk-
čio. 14.00 Žinios. 14.30 Redakcija. 15.30 Azija
šiandien. 16.00 Žinios. 16.30 TV serialas „Spąstai“.
18.30 Dobryševskis. Tiesiogiai. 18.45 Naujienos iš
Izraelio. 19.00 Naujienų laida. 20.00 Pagaminta
Izraelyje. 21.00 Už ką? 22.00 Jūs laikykitės. 23.00
JAV: tokios aplinkybės. 23.30 Azija šiandien. 24.00
TV serialas „Spąstai“. 1.00 Amerikos budintysis.
2.00 „Spąstai“.

NASTOJAŠČEJE VREMA

6.30 Niujorkas, Niujorkas. 7.00 Tikras serialas.
„Nugalint chaosą“. 8.00 Tikras kinas. „Džojus“. 9.10
Tikras kinas. „Uzbekija. Dviratininkai“. 9.55 Nau-
jienos. Azija. 10.00 Rytas. 10.30 Gyvybės ženklai.
11.00 Galime paaiškinti. 11.30 Kaip naudotis in-
formacijos šaltiniais. 11.45 Laida apie verslą. 12.00
Tikras serialas. „Nugalint chaosą“. 13.00 Žmo-
gus turi teisę. 14.00 Azija. 14.30 Spec. projektas.
15.00 Tai, kas svarbiausia. 15.30 Tikras kinas. Ti-
kras kinas. „Džojus“. 16.10 Tikras kinas. „Uzbeki-
ja. Dviratininkai“. 17.00 Tai, kas svarbiausia. 17.30
Pagrindiniai veikiantys asmenys. 17.45 Asmeninė
nuomonė. 18.00 Azija. 18.30 Ukrainoje. 19.00 Va-
karas. 20.00 Amerika. 21.00 Tikras kinas. „Saulės
ratas“. 23.00 Apie įvykį iš arti. 23.30 Tai, kas svar-
biausia. 24.00 Vakaras. 1.00 Amerika.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.50 Automobilių remontas. 7.20 Maisto fabrikas.
8.00 Nusausinti vandenynus. 9.35 Prakeiktų vie-
tų atlasas. 10.15 Raganų medžioklė. JAV, Švedija,
Škotija. 12.35 Prarastieji senovės Romos lobiai.
14.05 Lėktuvų avarijų tyrimai. 16.15 Prakeiktų vie-
tų atlasas. 17.00 Raganų medžioklė. JAV, Švedija,
Škotija. 19.15 Prarastieji senovės Romos lobiai.
22.15 Nusausinti vandenynus. Meksikos įlanka ir
Niujorko paslaptys. 23.50 M. van Zeler tiria kon-
trabandą. 1.20 Lėktuvų avarijų tyrimai. 2.45 Nak-
ties programa.

DISCOVERY

6.00 Senienų medžiotojai. 7.00 Automobilių
meistriai Maikas ir Edas. 9.00 Kaip atsiranda daik-
tai? 10.00 Seni geri daiktai. 11.00 Automobilių
meistriai Maikas ir Elvis. 12.00 Senienų medžio-
tojai. 13.00 Automobilių meistrai Maikas ir El-
vis. 14.00 Aukso kasyklos. 17.00 Pamesto bagažo
aukcionai. 17.30 Senienų medžiotojai. 18.00 Au-
tomobilių meistrai Maikas ir Antas. 19.00 Kaip tai
veikia? Miškų gaisrai ir kosmoso stotys. 19.30 Kaip
tai pagaminta? 20.00 Klasikiniai automobiliai. „Re-
no 5“. 21.00 E. Stafordo išgyvenimo šou. Mada-
gaskaras. 22.00 Nuogi ir įbauginti. 24.00 Krabų
žvejyba. 1.00 Senienų medžiotojai.

VIASAT HISTORY

6.00 „Mumijų paslaptys“. 7.10 „Uždrausta istorija“.
8.05 „Mirusiųjų balsai“. 9.00 „Mumijų paslaptys“.
10.00 „Požeminio pasaulio miestai“. 10.50 „Vatika-
nas – laikui nepavaldus popiežių miestas“. 11.55
„Diktatorių iškilimas“. 13.00, 19.55, 1.55 „Kilimas ir
kritimas: esminiai Antrojo pasaulinio karo nulem-
ti pokyčiai“. 14.05 „Slaptasis nacių mokslas“. 15.00
„Mirusiųjų balsai“. 15.55 „Požeminio pasaulio
miestai“. 16.50 „Mumijų paslaptys“. 17.50 „Vatika-
nas – laikui nepavaldus popiežių miestas“. 18.55
„Pasaulinis karas: 1914–1945 m.“. 21.00, 23.55,
2.55 „Jėzaus šeimos paslaptys“. 22.00 „Nacių žu-
dinių laukai“. 23.00 „Slaptasis nacių mokslas“. 0.55
„Slaptos nacių bazės“.

LRT TV	LNK	TV3	BTV	Lietuvos rytas	TV1
6.00 LR himnas. 6.02, 8.50, 13.00, 13.50, 16.15, 20.55, 23.55 LRT Kalėdų kalendorius 2024.	6.00 „Linksmųjų neklauzadų kinas. Kempiniukas Plačiakelnis“. 6.30 „Tomas ir Džeris“. 7.00 „Tu man gražiausia“. 8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. 10.00 „Kraujo gėlės“. 12.00 Vidurdienio žinios. 13.00 „Turtuolė varguolė“. 14.00 „Mažyte mano“. 15.00 „Kakava“. 16.00 Kas čia? 16.30 Labas vakaras, Lietuva. 18.30 Žinios. 19.20 Sportas. 19.27 Orai. 19.30 KK2. 20.00 Bus visko. 21.00 „Rimti reikalai 7“. 21.30 Žinios. 22.20 Sportas. 22.27 Orai. 22.30 Trileris „Skrydis“. JAV, 2012. N-14	6.00 „Moterys meluoja geriau“. 6.30 Speciali diskusijų laida. 8.00 TV pagalba. 10.00 „Meilės sūkuryje“. 11.00 „Laisvės svajos“. 12.00 Šviežios idėjos su LIDL. 12.02 „Berniukas“. 14.00 „Aistrų kasyklos“. 15.00 „Simpsonai“. 16.00 TV3 žinios. 16.30 Šviežios idėjos su LIDL. 16.32 TV pagalba. 18.30 TV3 žinios. Sportas, orai. 19.30 Miestas ar kaimas. 21.00 „Moterys meluoja geriau“. 21.30 TV3 vakaro žinios. Sportas, orai. 22.30 Šviežios idėjos su LIDL. 22.32 Trileris „Šmėkla“. JAV, 2022. N-14 0.25 „Rezidentas“. 1.25 „Sviesto lygintojai“. 2.30 „Pirmieji pasimatymai“. 3.40 „Ponia Fazilet ir jos dukterys“. 4.45 „Išprotėję kaimynai“. 5.10 „Rezidentas“.	6.00 „Mano virtuvė geriausia“. 7.20 „Teisingumo agentai“. 8.30 „Farų karai. Kyjivas“. 9.30 „Kodas“. 10.30 „Magaiveris“. 11.30 „CSI. Kriminalistai“. 12.25 „Šviežias kraujas“. 13.20 „Mano virtuvė geriausia“. 15.10 „Žemiau denio. Viduržemio jūra“. 16.05 „Kodas“. 17.00 „Magaiveris“. 18.00 „CSI. Majamis“. 19.00 „Jūrų pėstininkai“. 20.00 „Pirkėjų karai“. 20.30 „Pričiupom!“ 21.00 Trileris „Kraujas ir pinigai“. JAV, 2020. N-14 22.50 Veiksmo f. „Bado žaidynės“. 1.40 „Jūrų pėstininkai“. 2.40 Ekstrasensų mūšis. 4.35 100 metų propagandos. 5.00 Žinios.	5.00 Nauja diena. 6.00 „Senis“. 7.30 Skanus gyvenimas. 8.00 „Prokuroro ėjimas“. 9.00 „Realisti mistika“. 10.00 „Aleksandra“. 11.00 „Senis“. 12.30 Svajonė kvadratu. 13.00 Nauja diena. 14.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. 15.00 „Išsižadėjimas“. 16.00, 18.00, 20.00, 22.30 Reporteriai. Orai. 16.30 Lietuva tiesiogiai. 17.00 „Netikėtas teisingumas“. 18.30 „Senis“. 20.20 Serialas „Be tavęs“. 1 s. Ukraina, 2021. 21.25 „Aleksandra“. 23.00 Lietuva tiesiogiai. 23.30 „Vieno nusikaltimo istorija“. 0.30 „Išsižadėjimas“. 1.30 Nauja diena. 2.30 „Realisti mistika“. 3.25 „Aleksandra“. 4.10 Vyrų šešėlyje. 4.35 „Neatrasta Rusija“.	6.00 „Nekaltieji“. 7.00 „Būk su manim“. 8.00 „Laukinė“. 8.30 „Akloji“. 9.00 „Lemties paslaptys“. 10.00 „Šeimos reikalai“. 11.00 „Tyrėjai. Aukos vardu“. 12.00 „Nusikalstami protai“. 13.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 14.00 „Visa menanti“. 15.00 „Anupama“. 16.30 „Pažadėtoji“. 17.00 „Laukinė“. 17.30 „Akloji“. 18.00 „Kriminalinių tyrimų skyrius“. 19.00 „Daktaras Hausas“. 20.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 21.00 Detektyvas „Midsomerio žmogžudystės XXIV. Pasirengę puliti“ D. Britanija, 2023. 22.55 Detektyvas „Aleksas Hugo. Ta, kuri atleidžia“. 0.55 „Praktikantė“. 2.00 „Nekaltieji“. 2.55 „Lemties paslaptys“.



www.maltieciusriuba.lt

Kiek vertas *likęs* laikas?



Paremkite senolius

1415 – 10 €, 1601 – 5 €

„PRANAŠI POZICIJA“

21.00. TV6 Veiksmo trileris. *** Įvairių šalių vadovai susirenka pasirašyti JAV prezidento inicijuotos tarptautinės antiteroristinės sutarties. Ceremonija tampa teroro išpuolio arena. Nuaidi du šūviai, JAV prezidentas suklumpa ir aikštėje kyla panika. Dar nespėjusių atsikvošėti minią apkurtina sprogimų banga. Ne visiems išpuolis buvo toks netikėtas. . . **JAV, 2008.** Rež. P. Treivisas. Vaidina Denis Kveidas, Forestas Vaiteikeris, Metju Foksas.

„NEŠVILIO KALĖDŲ GIESMĖ“

21.00. TV8 Drama. ** Televizijos laidų prodiuseris dirbanti Vivjena tampa atsakinga už kalėdinės kantri muzikos laidos filmavimą. Čia bus pristatoma pagrindinė atlikėja Belinda ir naujokas muzikantas Aleksis. Paaikėja, kad Belindos muzikos prodiuseris ir jos koncertinės veiklos vadybininkas yra buvęs Vivjenos mylimasis Geivinas. Nei jis, nei Vivjena nedega noru vėl susitikti, juo labiau dirbti drauge. Tačiau čia į pagalbą atskuba mirusios Vivjenos globėjos

ir mokytojos Merlin dvasia. **JAV, 2020.** Rež. D. Wilkinson. Vaidina Vesas Braunas, Džesi Šram, Kikisas Bruksas.

„KRAUJAS IR PINIGAI“

21.00. BTV Trileris. ** Vienišas sergantis senukas Džimas Rydas užsidirba nelegaliai medžiodamas Meino miškuose. Vieną dieną vietoj gyvūno jis netyčia nužudo moterį ir jos krepšyje randa milijoną dolerių. Tačiau šie pinigai turi savininkus, ir savininkai nenori jų atiduoti kokiam nors sukčiui. **JAV, 2020.** Rež. Dž. Baras. Vaidina Kristen Hager, Markas Sivertsenas, Tomas Berendžeris.

„HERKUS MANTAS“

21.00. „LRT Plius“ Istorinis. **** Tai istorinė drama apie žymiausių prūsų sukilimo vadą Herkų Mantą. Jis užaugo įkalintas kryžiuočių ir, priėmęs krikščionišką tikėjimą, grįžo į Prūsiją padėti tėvynainiams ginti savo žemių bei savo tikėjimo. **Lietuva, 1972.** Rež. M. Giedrys. Vaidina Antanas Šurna, Eugenija Pleškytė, Algimantas Masiulis, Stasys Petronaitis.

„SKRYDIS“

22.30. LNK Trileris. *** Vipas yra lakūnas. Kartą jo pilotuojamas lėktuvas ima nevaldomai kristi. Vipas sugeba lėktuvą nutupdyti ir išgelbėja beveik visus keleivius. Žūsta tik šeši žmonės. Išėjusį iš ligoninės Vipą aplanko draugas Čarlis ir advokatas. Šis praneša, kad lakūno kraujyje buvo rasta alkoholio ir kokaino, o tai gresia daugybe metų nelaisvės. **JAV, 2012.** Rež. R. Zemeckis. Vaidina Denzelis Vasingtonas, Nadin Velaskes, Donas Čildas.

„ŠMĖKLA“

22.32. TV3 Trileris. * Profesionalių žudikų pasaulyje ši samdinė yra puikiai žinoma. Šmėklos slapyvardžiu prisidengianti Dilaila ilgus metus dirbo CŽV agente. Tačiau po tėvo mirties ji pasuka į nusikaltėlių pasaulį. Po daugelio metų moteris nutaria atkeršyti tėvo žudikui ir kreipiasi į savo mentorių Keilebą. Dabar du samdomi žudikai susivienys dėl vieno tikslo. **JAV, 2022.** Rež. Dž. Kijesas. Vaidina Džeimi King, Antonijus Banderasas, Tomis Flanaganas.

TV6

5.40 „Pagrindinis įkaltis“. 7.30 „Kobra 11“. 8.30 „Atsargiai – šeima!“ 9.00 E–gasas dugnas. 9.30 „Sandėlių karai“. 10.00 Optimistinė laida #išNamų. 11.00 „Šviesoforas“. 12.00 „Kulinarijos meistras“. 13.00 „Išlikimas“. 14.00 „Kobra 11“. 15.00 „Čikagos ugniagesiai“. 16.00 „Pagrindinis įkaltis“. 18.00 „Simpsonai“. 19.00 „Šviesoforas“. 20.00 Optimistinė laida #išNamų. 21.00 Veiksmo f. „Pranaši pozicija“. 22.50 „Komisaras Maltezė. Mafijos pėdsakais“. 23.55 „Bošas“. 2.15 „Išlikimas“.

LRT PLIUS

6.00 LR himnas. 6.05 Daiktų istorijos. 7.00 Kas ir kodėl? 7.30 LRT forumas. 8.30 Tikėjimas ir gyvenimas. 9.00 Labas rytas, Lietuva. 11.30 Kas geresnio, kaimyne? 12.00 „Erdvės menas“. 13.00 Atspindžiai. 13.30 Vilniečiai. Albinas Pūrys. 14.00 Duokim garo! 15.05 Sveikatos sezonas. 15.35 „31-oji nuovada“. 16.20 „Hartlando užuovėja“. 17.05 Nepamirštas Vilnius. 17.15 Pasaulio biatlono taurė. Vyrai. 15 km individualios lenktynės. Tiesioginė transliacija iš Kontiolahčio. 18.45 Laba diena, Lietuva. 19.30 „Erdvės menas“. 20.30, 3.00 Panorama (gestų k.). 21.00 Vaid. f. „Herkus Mantas“. 23.30 Kultūros diena. 24.00 „Kalnų daktaras“. 0.45 „Palikimas“. 1.30 Euromaxx. 2.00 Svarbi valanda. 3.30 Atspindžiai. 4.00 Stambiu planu. 5.00 Kas geresnio, kaimyne? 5.30 Savaitė su „Dviracio žiniomis“.

TV8

6.00 „Triukšmingi namai“. 6.30 „Krudžiai. Šeimos medis“. 7.00 „Apie vyrus ir pasaulį“. 8.00 Pasaulis pagal moteris. 9.00 „Moters kerštas“. 10.00 „Prarastas pasitikėjimas“. 11.00 Komedija „Kai laimė lydės, ar vargas suspaus“. 12.55 „Kraujo broliai“. 14.00 „Moterų daktaras“. 15.00 „Likimo karuselė“. 15.30 „Lemties vingiai“. 16.30 „Lakšmės likimas“. 17.00 „Nusivylusios namų šeimininkės“. 18.00 Šviežios idėjos su LIDL. 18.02 „Palikimas“. 20.00 Labanakt, vaikučiai. „Nauji Mikės Pūkuotuko nuotykiai“, „Ančiukų istorijos“. 21.00 Drama „Nešvilio Kalėdų giesmė“. 22.55 „Palikimas“. 0.55 TV pagalba. 2.55 „Stilingi jausmai“. 4.00 „Palikimas“.

2TV

6.00 Amžini hitai. 9.00 Pabun2. 11.00 Nenuoob2. 16.00 Šok TikTok. 17.00 Pasaulio Top 10. 18.00 Pa2kim. 23.00 Zzgės. 4.00 Sal2.

INFO TV

6.00 Žinios. 7.00, 17.00, 18.00, 19.30, 20.30, 0.30 Info diena. 7.30 Info komentarai su A. Mazėčiu. 8.00 „Airijos pilių pasakojimai“. 9.00 „Gajana“. 10.00 Labas vakaras, Lietuva. 12.00 „Kas žudikas?“ 13.00 Vidurdienio žinios. 14.00 Kas čia? 14.30 Nuov. . . Iki. . . 15.30 KK2. 16.00 Dok. f. „Vabzdžių pasaulis“. 17.30 Info komentarai su A. Mazėčiu. 18.30 „Kas žudikas?“ 20.00 Info komentarai su A. Mazėčiu. 21.00 „Airijos pilių pasakojimai“. 22.00 Labas vakaras, Lietuva. 24.00 Dabar pasaulyje. Žinios rusų k. 1.00 Info komentarai su A. Mazėčiu.

„DELFI“ TV

6.00 „Delfi“ diena. 7.00 7bet– Krepšinio zona. 8.00 Kasdienybės herojai. 9.00 Ūkininko Petro dienoraštis. 10.00 Egzotiniai keliai. La Palma. 10.30 Egzotiniai keliai. Jordanija. 11.00 Orijaus kelionių archyvai. Budapeštas. 11.55 „Kenoloto“. 12.00 „Delfi“ diena. 13.00 Ugnikalnių takais. 14.00 Ūkininko Petro dienoraštis. 15.00 Zelandijos zigzagas su A. Valujavičium. 16.00 Pauliaus Samoškos nuotykių. 17.00 Egzotiniai keliai. Kanarų salos. 17.55 „Kenoloto“. 18.00 Orijaus kelionių archyvai. Budapeštas. 19.00 Burėmis į Arktį. 19.30 Iš esmės. 20.00 Šeimų virtuvė. 20.30 Egzotiniai keliai. Afganistanas. 21.00 Orijaus atostogos Lietuvoje. 22.00

Dulkėmis į finišą. 22.30 „Jėga“ ir „Kenoloto“. 22.35 Orijaus kelionių archyvai. 23.35 Nepatogūs klausimai. 1.05 „Delfi“ RU. 1.35 „Delfi“ diena. 2.35 Tiesiogiai „Ukraina 24“ žinios.

SPORT1

7.00 „One championship“. 7.40 Greitasis čiuožimas. Kinija. 10.10 Portugalijos futbolo lyga. „Sporting“–„Santa Clara“. 12.10 Vokietijos krepšinio lyga. „Academics Heidelberg“–„Rostock Seawolves“. 14.00 Azijos čempionų lyga. „Al Ahli“–„Esteghlal“. 16.00 „Pakhtakor“–„Al Ain“ (tiesiogiai). 18.00 Portugalijos futbolo lyga. „Porto“–„Casa Pia“. 20.00 Azijos čempionų lyga. „Al Hilal“–„Al-Gharafa“ (tiesiogiai). 22.00 „Al Nassr“–„Al Sadd“. 0.10 „One championship“. 2.50 Greitasis čiuožimas. Kinija.

INIT TV

6.00 Muzikos ekspresas. 6.30 Ukrainos naujienos. 9.00 Sodininko pasaulis. 9.30 Ūkininkas Jurgis. 9.55 Paskutinė instancija. 11.35 IQ kovos 2 prieš 2. 12.25 Muzikos ekspresas. 13.15 Nediplomatinis pokalbis. 14.00 Pajūrio istorijos. 14.30 Prie baro. 14.55 Autopilotas. 15.20 „Delfi“ diena. 16.10 Neteisingumo registras. 17.00, 20.00 Žinios. 17.15 Neteisingumo registras. 18.00 Valanda su kita Rūta. 19.00 Žvelk giliau. 19.30 Alfa taškas. 20.15 Istorijos kodas. 21.15 Veiksmo f. „Džentelmenai“. 23.05 Valanda su kita Rūta. 0.05 Drama „Liepsnojančias horizontas“. 1.50 Sostinės fenomenas. 2.15 AZ kelionės. 2.40 Muzikos ekspresas.

BALTICUM TV

8.00 „Maištingoji princesė“. 9.00 Alfa taškas. 9.30 Laikykites ten. 10.30 Sodininko pasaulis. 11.00 „Botų ferma“. 12.00 „Maištingoji princesė“. 13.00 „Mergina su persikais“. 14.00 Savaitės interviu. 14.30 Komedija „Viskas dėl meilės“. 16.10 Animac. f. „Kalakutai. Atgal į ateitį“. 17.50 Ofiso dramos. 18.20 Skaidrinam 2024. 18.45 „Amžiaus skirtumas“. 19.15, 22.00 Tiek žinių. 19.30 Alfa taškas. 20.00 „Maištingoji princesė“. 21.00 „Kraujo broliai“. 22.15 „Baudžiauninkė. Dabar arba niekada“. 0.15 „Maištingoji princesė“.

BALTICUM AUKSINIS

7.00 „Avinai“. 9.00 „Vardų daina“. 11.00 „Jok, kaip mergina“. 13.00 „Šuo“. 15.00 „Mano eks žmona iš anapus“. 17.00 „Kreivas nameliūkštis“. 19.00 „Barb ir Star keliauja prie jūros“. 21.00 „Paslaptingas sodas“. 23.00 Komedija „Nepakeliamas milžiniško talento svoris“. 1.00 „Saugus prieglobstis“.

MARIJAMPOLĖS TV

7.30, 9.00, 11.00, 12.30, 18.30, 20.00, 22.00 Marijampolės TV žinios. 8.00 Žvilgsnis giliau. 8.30 Susitikimai. 9.30 Alfa taškas. 10.00 „Delfi“ diena. 11.30 Tvarumo ministerija. 12.00 Paveldas nesensta. 13.00 Alfa taškas. 13.30 Atviras pokalbis. 14.30 „Delfi“ diena. 15.30 Jjunkim šviesą. 16.00 Finansų akademija. 16.30 Dienos klausimas. 17.30 Žvilgsnis giliau. 18.00 Susitikimai. 19.00 Marijampolės sportas. 19.30 Suprasti Rusiją. 20.30 Alfa taškas. 21.00 „Delfi“ diena.

ETAPLIUS TV

7.30, 9.30, 11.00. 12.30, 18.30, 20.00, 22.00 Infostudija. 8.00 Paveldas nesensta. 8.30 Alfa taškas. 9.00 Susitikimai. 10.00 Akmenės krašto naujienos. 10.30 Finansų akademija. 11.30 Labas iš Kelmės. 12.00 Specialisto patarimai. 12.15 Gyvenu Europoje. 13.00 „Delfi“ diena. 14.00 Alfa taškas. 14.30 Ką Tu? 15.00 Dienos klausimas. 16.00 Pokalbiai su Leonu Šniru. 16.30 Moterims 45+. 17.30 Akmenės krašto naujienos. 18.00 Sveikato IQ. 18.15 Specialisto patarimai. 19.00 Alfa taškas. 19.30 Sodžius. 20.30 Specialisto patarimai. 20.45 Sveikato IQ. 21.00 Suprasti Rusiją. 21.30 Istorinės paralelės.

RTV INTERNATIONAL

7.00 Amerikos budintysis. 8.00 Animaciniai filmai. 9.00 Naujienų laida. 10.00 JAV: tokios aplinkybės. 10.30 Alma Atos istorijos. 11.00 Azija. Dėmesio centre. 12.00 Žinios. 12.30 Dok. f. „Lenktynės, kurios neįvyko“. 13.30 Neaprašyti sutvėrimai. 14.00 Žinios. 14.30 Sėdi ir važiuoji. 16.00 Žinios. 16.30 TV serialas „Spąstai“. 18.30 Paralelės. 19.00 Naujienų laida. 20.00 Mums reikia pasikalbėti. 21.00 Redakcija. Spec. laida. 21.30 Amerikietiškos istorijos. 22.00 Redakcija. 23.00 JAV: tokios aplinkybės. 23.30 Ekonomikos pradžiamokslis. 24.00 TV serialas „Spąstai“. 1.00 Amerikos budintysis. 2.00 „Spąstai“.

NASTOJAŠČEJE VREMIA

6.00 Laiko ribos. 7.00 Tikras serialas. 8.00 Tikras kinas. „Saulės ratas“. 9.55 Naujienos. Azija. 10.00 Rytas. 10.30 Apie įvykį iš arti. 11.00 Tikra istorija. 11.30 Ukrainoje. 12.00 Tikras serialas. 13.00 Archeologija. 14.00 Azija. 14.30 Ukrainoje. 15.00 Tai, kas svarbiausia. 15.30 Tikras kinas. „Saulės ratas“. 17.00 Tai, kas svarbiausia. 17.30 Interviu. 18.00 Azija. 18.30 Nežinoma Rusija. 19.00 Vakarai. 20.00 Amerika. 21.00 Tikras kinas. 23.00 Apie įvykį iš arti. 24.00 Vakarai. 1.00 Amerika.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.35 Automobilių remontas. 7.20 Maisto fabrikas. 8.00 Nusausinti vandenynus. Senovės majai ir Gintaro kambarys. 9.30 Himalajų mumijos. 10.15 Senovės kūnai. 11.40 Dingusios pabaisos. 13.55 Lėktuvų avarijų tyrimai. 16.15 Legendos apie piratus. F. Dreikas, B. Robertas, Dž. Vordas, H. Morganas. 22.15 Nusausinti vandenynus. Be pėdsakų. 23.45 M. van Zeler tiria kontrabandą. 1.15 Lėktuvų avarijų tyrimai. 2.45 Nakties programa.

DISCOVERY


6.00 Senienų medžiotojai. 7.00 Automobilių meistras Maikas ir Elvis. 9.00 Kaip tai veikia? 10.00 Seni geri daiktai. 11.00 Automobilių meistras Maikas ir Elvis. 12.00 Senienų medžiotojai. 13.00 Automobilių meistras Maikas ir Edis. 14.00 Švedijos pasienio apsaugos ir muitinės tarnyba. 16.00 Pamesto bagažo aukcionai. 18.00 Automobilių meistras Maikas ir Antas. 19.00 Kaip tai veikia? Šeimos automobilis, titanas ir laiškai. 19.30 Kaip tai pagaminta? Sienų tentai, vamzdiniai ir šoviniai. 20.00 Klasikiniai automobiliai. 21.00 Aukso karštligė. 22.00 Aukso karštligė. Milijonas dolerių. 23.00 Nežinoma ekspedija. Apstėti namai. 1.00 Senienų medžiotojai.

VIASAT HISTORY

6.20 „Uždrausta istorija“. 8.15 „D diena: 80-osios metinės“. 9.10 „Mumijų paslaptys“. 10.05 „Požeminio pasaulio miestai“. 11.00 „Jėzaus šeimos paslaptys“. 12.00 „Diktatorių iškilimas“. 13.05 „Kilimas ir kritimas: esminiai Antrojo pasaulinio karo nulemti pokyčiai“. 14.05 „Slaptasis nacių mokslas“. 15.05 „D diena: 80-osios metinės“. 16.05 „Požeminio pasaulio miestai“. 17.00 „Mumijų paslaptys“. 17.55 „Jėzaus šeimos paslaptys“. 18.55 „Pasaulinis karas: 1914–1945 m.“. 19.55, 2.05 „Kilimas ir kritimas: esminiai Antrojo pasaulinio karo nulemti pokyčiai“. 21.00 „Kas parašė Naujajį Testamentą?“. 22.00 „Senovės superstatiniai“. 23.05 „Slaptasis nacių mokslas“. 0.05 „Kas parašė Naujajį Testamentą?“. 1.10 „Slaptos nacių bazės“.

LRT TV	LNK	TV3	BTV	Lietuvos rytas	TV1
6.00 LR himnas. 6.02, 8.50, 13.00, 13.50, 16.15, 21.25, 23.50 LRT Kalėdų kalendorius 2024.	6.00 „Linksmųjų neklauzadų kinas. Kempiniukas Plačiakelnis“. 6.30 „Tomas ir Džeris“. 7.00 „Tu man gražiausia“. 8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. 10.00 „Kraujo gėlės“. 12.00 Vidurdienio žinios. 13.00 „Turtuolė varguolė“. 14.00 „Mažyte mano“. 15.00 „Kakava“. 16.00 Kas čia? 16.30 Labas vakaras, Lietuva. 18.30 Žinios. 19.20 Sportas. 19.27 Orai. 19.30 KK2. 20.00 Šeškinės 20. 21.00 „Rimti reikalai 7“. 21.30 Žinios. 22.20 Sportas. 22.27 Orai. 22.30 Trileris „Megalodonas. Grėsmė iš gelmių“. JAV, Kinija, 2018. 0.45 „Greitojo reagentimo būrys“. 1.45 Trileris „Skrydis“. 4.25 „Volkeris, Teksaso reindžeris“.	6.00 „Moterys meluoja geriau“. 6.30 Miestas ar kaimas. 8.00 TV pagalba. 10.00 „Meilės sukuryje“. 11.00 „Laisvės svajos“. 12.00 Šviežios idėjos su LIDL. 12.02 „Berniukas“. 14.00 „Aistrų kasyklos“. 15.00 „Simpsonai“. 16.00 TV3 žinios. Orai. 16.30 Šviežios idėjos su LIDL. 16.32 TV pagalba. 18.30 TV3 žinios. Sportas, orai. 19.30 Gero vakaro šou. 21.00 „Moterys meluoja geriau“. 21.30 TV3 vakaro žinios. Sportas, orai. 22.30 Šviežios idėjos su LIDL. 22.32 Nuotykių f. „Bado žaidynės. Strazdas giesmininkas. 2 dalis“. Vokietija, JAV, 2015. 1.25 „Svietio lygintojai“. 2.30 „Pirmieji pasimatymai“. 3.40 „Ponia Fazilet ir jos dukterys“. 4.45 „Išprotėję kaimynai“. 5.10 „Svietio lygintojai“.	6.25 „Mano virtuvė geriausia“. 8.30 „Farų karai. Kyjivas“. 9.30 „Kodas“. 10.30 „Magaiveris“. 11.30 „CSI. Majamis“. 12.30 „Šviežias kraujas“. 13.30 „Mano virtuvė geriausia“. 15.00 „Žemiau denio. Viduržemio jūra“. 16.00 „Kodas“. 17.00 „Magaiveris“. 18.00 „CSI. Majamis“. 19.00 „Jūrų pėstininkai“. 20.00 „Pirkėjų karai“. 20.30 „Pričiupom!“. 21.00 Trileris „Hana“. Vokietija, JAV, D. Britanija, 2011. N-14 23.15 Trileris „Kraujas ir pinigai“. 1.05 „Jūrų pėstininkai“. 2.05 „Žemiau denio. Viduržemio jūra“. 3.00 Ekstrasensų mūšis. 5.00 Žinios.	5.00 Nauja diena. 6.00 „Senis“. 7.30 Dok. f. „Nenusakomai brangus laikas“. 8.00 „Prokuroro ėjimas“. 9.00 „Realisti mistika“. 10.00 „Aleksandra“. 11.00 „Senis“. 12.30 Aš – pretendentas. 13.00 Nauja diena. 14.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. 15.00 „Išsižadėjimas“. 16.00, 18.00, 20.00, 22.30 Reporteriai. Orai. 16.30 Lietuva tiesiogiai. 17.00 „Netikėtas teisingumas“. 18.30 „Senis“. 20.20 „Be tavęs“. 21.25 „Aleksandra“. 23.00 Lietuva tiesiogiai. 23.30 „Vieno nusikaltimo istorija“. 1.30 Nauja diena. 0.30 „Išsižadėjimas“. 2.30 „Realisti mistika“. 3.25 „Aleksandra“. 4.10 Vyrų šešelyje. 4.35 „Neatrasta Rusija“.	6.00 „Nekaltieji“. 7.00 „Būk su manim“. 8.00 „Laukinė“. 8.30 „Akloji“. 9.00 „Lemties paslaptys“. 10.00 „Šeimos reikalai“. 11.00 „Tyrėjai. Aukos vardu“. 13.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 14.00 „Visa menanti“. 15.00 „Anupama“. 16.30 „Pažadėtoji“. 17.00 „Laukinė“. 17.30 „Akloji“. 18.00 „Kriminalinių tyrimų skyrius“. 19.00 Serialas „Čikagos ugniagesiai“. 1 s. JAV, 2018. 20.00 „Istatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 21.00 Detektyvas „Midsomerio žmogžudystės XXIV. Mirties klimatas“. D. Britanija, 2023. 22.55 Detektyvas „Midsomerio žmogžudystės XXIV. Pasirengę pulti“. 0.50 „Praktikantė“. 2.00 „Nekaltieji“. 2.55 „Lemties paslaptys“.

SAVAITĖ 2025 metų prenumerata „Perlo“ terminaluose parodant barkodą **59,00 Eur**
Išskyrus Maxima ir Norfa parduotuvėse.



97720299100112

„HANA“
21.00. **BTV Veiksmo trileris.** *** Paauglė Hana išsiskiria iš kitų bendraamžių. Ji – išterminga ir apdovanota kareivišku sumanumu. Mergaitė našlys tėvas, buvęs ČV agentas, augino vienas Suomijos tyruose, auklėjo kaip karį ir rengė būti geriausia... samdoma žudike. Šešiolikmetė Hana įsventinama į suaugusiųjų pasaulį – iš tėvo gauna pirmąją tikrą užduotį. Jai tenka vienai slapta keliauti per Europą ir slapstytis nuo ją medžiojančių agentų, kuriuos pasiuntė negailėstinga žvalgybos vadovė. Likus tik žingsniui iki tikslo, merginai iškilis šokiruojančių klausimų.
D. Britanija, 2011. Rež. Dž. Raitas. Vaidina Keit Blanset, Erikas Bana, Džonas Makmilanas.

„KIETAS RIEŠUTĖLIS“
21.00. **TV6 Veiksmo drama.** **** Policininkas Džonas Makleinas atvyksta į Los Andželą aplankyti seniai matytos žmonos Holės. Kol ji linksminasi kalėdiniame darbo vakarelyje, pastatą užgrobia teroristai, ir visi vakarėlio dalyviai paimami įkaitais. Nieko nelaukdamas Makleinas paskel-

bia karą nusikaltėliams. **JAV, 1988.** Rež. Dž. Maktirmanas. Vaidina Briusas Vilisas, Alanas Rikmanas, Boni Bedelia.

„KALĖDINIŲ EGLUČIŲ ALĖJA“
21.00. **TV8 Komediija.** *** Megė – talentinga pianistė, dainininkė ir dainų autorė. Tačiau, užuot koncertavusi, ji leidžia laiką mokydama muzikos miestelio vaikus. Virš tėvo parduotuvėlės įkurtoje klaseje Megė planuoja ir šventinius renginius, kurie pritrauktų kuo daugiau lankytojų į ištuštėjusią kalėdinių egļučių alėją. Tik suplūdus gausiems pirkėjų srautams gatvėlei negrėstų žlugimas. Megės tėvas drauge su kitais gatvėje įsikūrusiais prekeiviais susivienija dėl bendro tikslo. Jie turi įrodyti nekilnojamojo turto plėtojams, kad šioje gatvėje privalo likti parduotuvėlės, o ne iškilti nauji gyvenamieji namai. **JAV, 2020.** Rež. S. R. Monro. Vaidina Alicija Vit, Endriu V. Volkeris, Maiklas Skotas.

„MEGALODONAS. GRĖSMĖ IŠ GELMIŲ“
22.30. **LNK Veiksmo trileris.** ** Marianų įdubos gelmėje patyrusio naro Džono Teiloro ekspedicijos koman-

dą atakavo nežinomas gigantiškas plėšrūnas. Supanikavęs jūreivis jūros dugne paliko pusę savo įgulos, dėl to neteko darbo, vėliau iširo jo santuoka. Praėjus keleriems metams, avariją patiria kitos ekspedicijos laivas. Tarp jos narių – ir buvusis Džono žmona. Jų laivą užpuolė megalodonas – didžiausias kada nors Žemėje egzistavęs ryklys. Teiloras priverčiamas nugalėti vidines savo baimes ir vėl leistis į jūros gelmes. **JAV, Kinija, 2018.** Rež. Dž. Terteltaubas. Vaidina Bingbing Li, Klifas Kertisas, Džeisonas Steitemas.

„BADO ŽAIDYNĖS. STRAZDAS GIESMININKAS. 2 DALIS“
22.32. **TV3 Fantastinis veiksmo.** *** Ketnė Everdin, jau ne sykį kovojusi dėl savo gyvybės, tačiau negalinti pakęsti smurto ir mirties, pagaliau supras, kad nauja, tik šįkart dar nuožmesnė, kova – neišvengiama. Ne dėl savo pačios išlikimo, o dėl visos Panemo tautos jos stovį žūtibūtinę kovą, ir ši kova pranoks visas iki šiol vykusias bado žaidynes. **JAV, 2015.** Rež. F. Lorensas. Vaidina Dženifer Lorens, Džošas Hačersonas, Liamas Hemsvertas.

TV6

5.40 „Pagrindinis įkaltis“. 7.30 „Kobra 11“. 8.30 „Atsargiai – šeima!“ 9.00 Vienam gale kablys. 9.30 „Sandėlių karai“. 10.00 Optimistinė laida #IšNamų. 11.00 „Šviesoforas“. 12.00 „Kulinarijos meistras“. 13.00 „Išlikimas“. 14.00 „Kobra 11“. 15.00 „Čikagos ugniagesiai“. 16.00 „Pagrindinis įkaltis“. 18.00 „Simpsonai“. 19.00 „Šviesoforas“. 20.00 Optimistinė laida #IšNamų. 21.00 Veiksmo f. „Kietas riešutėlis“. 23.50 „Komisaras Maltezė. Mafijos pėdsakai“. 1.15 „Bošas“. 3.25 „Išlikimas“.

LRT PLIUS

6.00 LR himnas. 6.05 (Ne)emigrantai. 7.00 Kas ir kodėl? 7.30 Legendos. Šiandien ir visados. 8.30 Kelias. 9.00 Labas rytas, Lietuva. 11.30 Pahonia. Vytis. 12.00 „Erdvės menas“. 13.00 Gamtininko užrašai. 13.30 Euromaxx. 14.00 Vilnius Mama Jazz 2024. 14.55 7 Kauno dienos. 15.25 „Dainų šventės 2024“ akimirkos. 15.35 „31-oji nuovada“. 16.20 „Hartlando užuovėja“. 17.05 Nepamirštas Vilnius. 17.15 Pasaulio biatlono taurė. Moterys. 12,5 km individualios lenktynės. 18.55 Krepšinis. Europos taurė. Panevėžio „7Bet-Lietkabelis“ – Ankaros „Turk Telekom“. 21.00 „Nenugalimi“. 21.30 Muzikinė kelionė su „Ars Lituanica Trio“. 22.00 LRT PLIUS scena. 22.10 Tarptautinio festivalio „Shalom Culture & Music Festival“ uždarymo koncertas. 23.30 Čia – kinas. 24.00 „Kalnų daktaras“. 0.45 „Palikimas“. 1.30 Dviraičio žinios. 2.00 Svarbi valanda. 3.00 Širdyje lietuvis. 4.00 Stambiu planu. 5.00 Pahonia. Vytis. 5.30 Pakvaišė dėl ratų.

TV8

6.00 „Triukšmingi namai“. 6.30 „Krudžiai. Šeimos medis“. 7.00 „Apie vyrus ir pasaulį“. 8.00 Gyvųjų pasaulis. 8.30 Pasidaryk pats. 9.00 „Moters kerštas“. 10.00 „Prarastas pasitikėjimas“. 11.00 Melodrama „Pasiklydę Romoje“. 12.55 „Kraujo broliai“. 14.00 „Moteryų daktaras“. 15.00 „Likimo karuselė“. 15.30 „Lemties vingiai“. 16.30 „Lakšmės likimas“. 17.00 „Nusivylusios namų šeimininkės“. 18.00 Šviežios idėjos su LIDL. 18.02 „Palikimas“. 20.00 Labanakt, vaikučiai. 21.00 Komedija „Kalėdinių eglučių alėja“. 22.55 „Palikimas“. 0.55 TV pagalba. 2.55 „Stilingi jausmai“. 4.00 „Palikimas“.

2TV

6.00 Amžini hitai. 9.00 Pabun2. 11.00 Nenuo2. 16.00 Šok TikTok. 17.00 Lietuvos Top 10. 18.00 Pa2kim. 23.00 2zgės. 4.00 Sal2.

INFO TV

6.00 Žinios. 7.00, 17.00, 18.00, 19.30, 20.30, 0.30 Info diena. 7.30 Info komentarai su A. Mazėčiu. 8.00 „Airijos pilių pasakojimai“. 9.00 Dok. f. „Vabzdžių pasaulis“. 10.00 Labas vakaras, Lietuva. 12.00 „Kas žudikas?“ 13.00 Vidurdienio žinios. 14.00 Kas čia? 14.30 Bus visko. 15.30 KK2. 16.00 Dok. serialas „Tiesiog gyvūnai“. 17.30 Info komentarai su A. Mazėčiu. 18.30 „Kas žudikas?“ 20.00 Info komentarai su A. Mazėčiu. 21.00 „Airijos pilių pasakojimai“. 22.00 Labas vakaras, Lietuva. 24.00 Dabar pasaulyje. Žinios rusų k. 1.00 Info komentarai su A. Mazėčiu.

„DELFI“ TV

6.00 „Delfi“ diena. 7.00 Šeimų virtuvė. 7.30 Du šalti, vienas karštas. 8.00 Orijaus atostogos Lietuvoje. 9.00 Ūkininko Petro dienoraštis. 10.00 Egzotiniai keliai. Kanarų salos. 11.00 Orijaus kelionių archyvai. Budapeštas. 11.55 „Kenoloto“. 12.00 „Delfi“ diena. 13.00 Ugnikalnių takais. 14.00 Ūkininko Petro dienoraštis. 15.00 Zelandijos zigzagas su A. Valujavičium. 16.00 Pauliaus Samoškos nuotykių. 17.00 Egzotiniai keliai. Himalajai. 17.55 „Kenoloto“. 18.00 Orijaus kelionių archyvai. Budapeštas. 19.00 Dulkėmis į finišą. 19.30 Iš esmės. 19.55 „Eurojackpot“. 20.00 Ar galiu užėti? 20.30 Kitokios kelionės. 21.00 Orijaus kelionės. Kijotas. 22.00 Burėmis į Arktį. 22.30 „Jėga“ ir „Kenoloto“. 22.35 „Vi-

kingloto“. 22.40 Orijaus kelionių archyvai. 23.40 Nepatogūs klausimai. 1.10 „Delfi“ RU. 1.40 „Delfi“ diena. 2.40 Tiesiogiai „Ukraina 24“ žinios.

SPORT1

7.00 Azijos čempionų lyga. „Al-Gharafa“ – „Al Nassr“. 9.00 Rankinio čempionų lyga. „Magdeburg“ – „Barcelona“. 10.30 „Wisla Plock“ – „Fredericia Handboldklub“. 12.00 Azijos čempionų lyga. „Pakhtakor“ – „Al Ain“. VAKAR. 14.00 „Shanghai Port“ – „Gwangju“. 16.00 Rankinio čempionų lyga. „Sporting“ – „Dinamo Bucuresti“. 17.40 Azijos čempionų lyga. „Al Hilal“ – „Al-Gharafa“. 19.45 Rankinio čempionų lyga. „Industria Kielce“ – „Kolstad Handball“. 21.45 „HBC Nantes“ – „Magdeburg“ (tiesiogiai). 23.20 „One championship“. 1.10 Azijos čempionų lyga. „Al-Gharafa“ – „Al Nassr“.

INIT TV

6.00 Muzikos ekspresas. 6.30 Ukrainos naujienos. 9.00 Autopilotas. 9.25 Valanda su kita Rūta. 10.25 AŽ kelionės. 10.50 Žvejo kelias su Ričardu. 11.15 Akimirkos taikinyje. 12.45 Tik tai, kas tikra. 13.10 Drama „Zoologijos sodo prižiūrėtojo žmona“. 15.15 Ūkininkas Jurgis. 15.40 Prie arbatos su Kęstučiu Skrebiu. 16.10 „Delfi“ diena. 17.00, 20.00 Žinios. 17.15 Sąmoningumas su Leen. 18.30 Komentarai TV. 19.30 Alfa taškas. 20.15 Riba. 21.15 Paskutinė instancija. 22.55 Žvelk giliau. 23.25 Komedija „Be šansų“. 1.25 Drama „Liepsnojantis horizontas“. 3.10 Muzikos ekspresas.

BALTICUM TV

8.00 „Maištingoji princesė“. 9.00 Alfa taškas. 9.30, 12.15, 19.15, 22.00 Tiek žinių. 9.45 Ofiso dramos. 10.15 Atspari visuomenė. 11.15 „Maištingoji princesė“. 12.30 Skaidrinam 2024. 12.55 Nediplotatinis pokalbis. 13.55 Komedija „Mano stora amžinai bjauri draugė“. 15.45 Laikykites ten. 16.45 „Mergina su persikais“. 17.45 Verslūs tėvai. 18.15 Suprasti Rusiją. 18.45 „Amžiaus skirtumas“. 19.30 Alfa taškas. 20.00 „Maištingoji princesė“. 21.00 „Įkaitas“. 22.15 Trileris „Robotų žemė“. 0.15 „Maištingoji princesė“.

BALTICUM AUKSINIS

7.00 „Kreivas nameliūkštis“. 9.00 „Barb ir Star keliauja prie jūros“. 11.00 „Meilė yra meilė. Trys istorijos“. 13.00 „Merė Šeli – moteris, sukūrusi Frankenšteiną“. 15.00 Animac. f. „Mortadelas ir Filemonas prieš keistuolį Džimį“. 17.00 „Norėčiau būti čia“. 19.00 Animac. f. „Liepsnojanti širdis“. 21.00 „Paskutinis mūšis“. 23.00 Siaubo f. „Velnio šviesa“. 1.00 „Seni įpročiai“.

MARIJAMPOLĖS TV

7.30, 9.00, 11.00, 12.30, 18.30, 20.00, 22.00 Marijampolės TV žinios. 8.00 Marijampolės sportas. 8.30 Suprasti Rusiją. 9.30 Alfa taškas. 10.00 „Delfi“ diena. 11.30 O koks tavo CO₂ pėdsakas? 12.00 Sodninko pasaulis. 13.00 Alfa taškas. 13.30 Atviras pokalbis. 14.30 „Delfi“ diena. 15.30 Tėvams apie vaikus. 16.00 Talentai po priedanga. 16.30 Dienos klausimas. 17.30 Marijampolės sportas. 18.00 Suprasti Rusiją. 19.00 Savivaldybės aktualijos ir komentarai. 19.30 Ofiso dramos. 20.30 Alfa taškas. 21.00 „Delfi“ diena.

ETAPLIUS TV

7.30, 9.30, 11.00. 12.30, 18.30, 20.00, 22.00 Infostudija. 8.00 Ar ES tai gali? 8.30 Alfa taškas. 9.00 Sodžius. 10.00 Suprasti Rusiją. 10.30 Įjunkim šviesą. 11.30 Talentai po priedanga. 12.00 Specialisto patarimai. 12.15 Gyvenu Europoje. 13.00 „Delfi“ diena. 14.00 Nediplotatinis pokalbis. 15.00 Dienos klausimas. 16.00 Petro Šiaučiuo valanda. 17.00 Du bitai. 17.30 Sodžius. 18.00 Sveikatos IQ. 18.15 Specialisto patarimai. 19.00 Alfa taškas. 19.30 Radviliškis šiandien ir rytoj. 20.30 Specialisto patarimai. 20.45 Sveikatos IQ. 21.00 Ofiso dramos. 21.30 Ekonomika šiandien.

RTV INTERNATIONAL

7.00 Amerikos budintysis. 8.00 Animaciniai filmai. 9.00 Naujienų laida. 10.00 JAV: tokios aplinkybės. 10.30 Alma Atos istorijos. 11.00 Už ką? 12.00 Žinios. 12.30 Dok. f. „Pilnatis“. 13.30 Dvigubas kodas. 14.00 Žinios. 14.30 Antropologas Drobyševskis +. 16.00 Žinios. 16.30 TV serialas „Spąstai“. 18.30 Drobyševskis. Tiesiogiai. 18.45 Naujienos iš Izraelio. 19.00 Naujienų laida. 20.00 Jūs laikykites. 21.00 Legenda. 22.00 Kažkas ne taip, kaip reikėtų. 23.00 JAV: tokios aplinkybės. 23.30 Alma Atos istorijos. 24.00 TV serialas „Uostas“. 1.00 Amerikos budintysis. 2.00 „Spąstai“.

NASTOJAŠČEJE VREMIA

6.00 Archeologija. 7.00 Tikras serialas. 8.00 Tikras kinas. 9.30 Naujienos. Azija. 10.00 Rytas. 10.30 Apie įvykį iš arti. 11.00 Specialus projektas. 11.30 Nežinoma Rusija. 12.00 Tikras serialas. 13.00 Interviu. 13.30 „DW“ publicistikos laida apie ekologiją. 14.00 Azija. 14.30 Nežinoma Rusija. 15.00 Žinios. 15.30 Tikras kinas. 17.00 Tai, kas svarbiausia. Žinių laida. 17.30 Krymas. Tikrovė. 18.00 Azija. 18.30 Azija, 360 laipsnių. Kelionių laida. 19.00 Vakarais. 20.00 Amerika. 21.00 Tikras kinas. 23.00 Apie įvykį iš arti. 23.30 Tai, kas svarbiausia. 24.00 Vakarais. 1.00 Amerika.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.25 Automobilų remontas. 7.10 Maisto fabrikas. 7.55 Nusausinti vandenynus. Pranykę milžinai ir Kinijos jūros. 9.30 Didieji automobilių fabrikai. 12.35 Mašinų viduje. Naftos bokštelis. 13.20 Eurotunelio statybos. 14.05 Lėktuvų avarijų tyrimai. 20.00 Didieji statiniai. Madrido „Real“ stadionas. 20.45 Milžiniškos mašinos. Mamutas, atspausdintas spausdintuvu. 22.15 Nusausinti vandenynus. Kinų jūrų paslaptys. 23.50 M. van Zeler tiria kontrabandą. 1.15 Lėktuvų avarijų tyrimai. 2.45 Nakties programa.

DISCOVERY

6.00 Senienų medžiotojai. 7.00 Automobilių meistrai Maikas ir Antas. 9.00 Kaip atsiranda daiktai? 10.00 Senienų medžiotojai. 11.00 Automobilių meistrai Maikas ir Antas. 12.00 Seni geri daiktai. 13.00 Automobilių meistrai Maikas ir Elvis. 17.00 Seni geri daiktai. 17.30 Senienų medžiotojai. 18.00 Automobilių meistrai Maikas ir Edas. 19.00 Kaip tai veikia? 19.30 Kaip tai pagaminta? 20.00 Klasikiniai automobiliai. „Džensen“. 21.00 Paskui automobilių bėglis. 22.00 Švedijos pasienio apsaugos ir muitinės tarnyba. 23.00 Senienų medžiotojai. 24.00 Nuogi ir įbauginti. 1.00 Senienų medžiotojai.

VIASAT HISTORY

6.25 „Prakeiktos kraujo linijos“. 7.00 „Uždrausta istorija“. 7.45 „Senovės superstatainiai“. 8.50 „Mumijų paslaptys“. 9.50 „Požeminio pasaulio miestai“. 10.40 „Kas parašė Naujį Testamentą?“. 11.50 „Diktatorių iškilimas“. 12.50, 19.55, 2.05 „Kilimas ir kritimas: esminiai Antrojo pasaulinio karo nulemti pokyčiai“. 13.55 „Slaptasis nacių mokslas“. 14.55 „Senovės superstatainiai“. 16.00 „Požeminio pasaulio miestai“. 16.50 „Mumijų paslaptys“. 17.50 „Kas parašė Naujį Testamentą?“. 18.55 „Pasaulinis karas: 1914–1945 m.“. 21.00 „Kas parašė Bibliją?“. 22.00 „Antrojo pasaulinio karo šnipės“. 23.05 „Slaptasis nacių mokslas“. 0.05 „Kas parašė Bibliją?“. 1.10 „Slaptos nacių bazės“.

LRT TV	LNK	TV3	BTV	Lietuvos rytas	TV1
6.00 LR himnas. 6.02, 8.50, 13.00, 13.50, 16.15, 21.55, 23.50 LRT Kalėdų kalendorius 2024.	6.00 „Linksmųjų neklauzadų kinas. Kempiniukas Plačiakelnis“. 6.30 „Tomas ir Džeris“. 7.00 „Tu man gražiausia“. 8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. 10.00 „Kraujų gėlės“. 12.00 Vidurdienio žinios. 13.00 „Turtuolė varguolė“. 14.00 „Mažyte mano“. 15.00 „Kakava“. 16.00 Kas čia? 16.30 Labas vakaras, Lietuva. 18.30 Žinios. 19.20 Sportas. 19.27 Orai. 19.30 KK2. 20.00 Bučiuoju. Rūta. 21.00 „Rimti reikalai 7“. 21.30 Žinios. 22.20 Sportas. 22.27 Orai. 22.30 Trileris „Brangus krovynis“. Kanada, 2016. N-14 0.20 „Greitojo reagavimo būrys“. 1.20 Trileris „Megalodonas. Grėsmė iš gelmių“. 3.25 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. 4.20 Alchemija. 4.50 Kultūrinė dokumentika.	6.00 „Moterys meluoja geriau“. 6.30 Gero vakaro šou. 8.00 TV pagalba. 10.00 „Meilės sukuryje“. 11.00 „Laisvės svajos“. 12.00 Šviežios idėjos su LIDL. 12.02 „Berniukas“. 14.00 „Aistrų kasyklos“. 15.00 „Simpsonai“. 16.00 TV3 žinios. Orai. 16.30 Šviežios idėjos su LIDL. 16.32 TV pagalba. 18.30 TV3 žinios. Sportas, orai. 19.30 „Farai“. 21.00 „Moterys meluoja geriau“. 21.30 TV3 vakaro žinios. Sportas, orai. 22.30 Šviežios idėjos su LIDL. 22.32 Veiksma f. „Adrenalinas“. JAV, 2006. N-14 0.15 „Rezidentas“. 1.20 „Svietio lygintojai“. 2.25 „Pirmieji pasimatymai“. 3.30 „Ponia Fazilet ir jos dukterys“. 4.40 „Išprotėję kaimynai“. 5.05 „Rezidentas“.	6.00 „Mano virtuvė geriausia“. 7.20 „Teisingumo agentai“. 8.30 „Farų karai. Kyjivas“. 9.30 „Kodas“. 10.30 „Magaiveris“. 11.30 „CSI. Majamis“. 12.30 „Šviežias kraujas“. 13.30 „Mano virtuvė geriausia“. 15.00 „Žemiau denio. Viduržemio jūra“. 16.00 „Kodas“. 17.00 „Magaiveris“. 18.00 „CSI. Majamis“. 19.00 „Jūrų pėstininkai“. 20.00 „Pirkėjų karai“. 20.30 „Pričiupom!“ 21.00 Trileris „Įkaitų krizė“. JAV, 2014. N-14 22.50 Trileris „Hana“. 1.05 „Jūrų pėstininkai“. 2.05 „Žemiau denio. Viduržemio jūra“. 3.05 „Daiktų gaivintojai“. 5.00 Žinios.	5.00 Nauja diena. 6.00 „Senis“. 7.30 Partizanų keliais. 8.00 „Prokuroro ėjimas“. 9.00 „Realisti mistika“. 10.00 „Aleksandra“. 11.00 „Senis“. 12.30 Būsto anatomija. 13.00 Nauja diena. 14.00 „Vieno nusikaltimo istorija“. 15.00 „Išsižadėjimas“. 16.00, 18.00, 20.00, 22.30 Reportažis. Orai. 16.30 Lietuva tiesiogiai. 17.00 „Netikėtas teisingumas“. 18.30 „Senis“. 20.20 „Be tavęs“. 21.25 „Aleksandra“. 23.00 Lietuva tiesiogiai. 23.30 „Vieno nusikaltimo istorija“. 0.30 „Išsižadėjimas“. 1.30 Nauja diena. 2.30 „Realisti mistika“. 3.25 „Aleksandra“. 4.10 Vyrų šešelyje. 4.35 „Neatrasta Rusija“.	6.00 „Nekaltieji“. 7.00 „Būk su manim“. 8.00 „Laukinė“. 8.30 „Akloji“. 9.00 „Lemties paslaptys“. 10.00 „Šeimos reikalai“. 11.00 „Tyrėjai. Aukos vardu“. 12.00 „Čikagos ugniagesiai“. 13.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 14.00 „Visa menanti“. 15.00 „Anupama“. 16.30 „Pažadėtoji“. 17.00 „Laukinė“. 17.30 „Akloji“. 18.00 „Kriminalinių tyrimų skyrius“. 19.00 „Čikagos ugniagesiai“. 20.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 21.00 Detektyvas „Nusikaltimo vieta – Sarbriukenas. Miško valdovas“. Vokietija, 2021. N-14 22.55 Detektyvas „Midsomerio žmogžudystės XXIV. Mirties klimatas“. 0.50 „Praktikantė“. 2.00 „Nekaltieji“. 2.55 „Lemties paslaptys“.



„ĮKAITŲ KRIZĖ“
21.00. BTV Kriminalinis trileris. * Neįžengiamose Pietryčių Azijos džiunglėse teroristai pavogė medžiagą, skirtas cheminiam ginklui kurti. Kapitonas Rendalas Maksas ir jo jūrų pėstininkų komanda leidžiasi į teroristų paiešką. Kai Rendalas nukauna teroristų vadeivą, šio sūnus pagrobia jo dukterį. Dabar Rendalui tenka uždavinys išgelbėti savo dukrą ir sustabdyti teroristų atakas. **JAV, 2014.** Rež. B. Klaidas. Vaidina Markas Dakaskosas, Sofija Pernas, Tritis Viljamsas.

„EKSTRAORDINARIŲ DŽENTELMENŲ LYGA“
21.00. TV6 Veiksma. ** Neįtikėtinas technologijas valdantis blogis kelia grėsmę pasaulio saugumui. Kovai su nepaprastu priešu britų vyriausybė turi mobilizuoti ypatingą komandą – Džentelmenų lygą. Didelės, viską griaušančios karo mašinos juda per Rytų Europos mišio laukus. Siaubinga Anglijos imperijos permaina rodo, kaip visas pa-

saulis gali apsiversti aukštyn kojomis. Džentelmenų lygos nariai stoja į kovą su priešu. **JAV, Vokietija, Čekija, D. Britanija, 2003.** Rež. S. Noringtonas. Vaidina Šonas Koneris, Nasirudinas Šahas, Peta Vilson.

„SUSITIKIME PER KALĖDAS“
21.00. TV8 Melodrama. ** Kūčių vakaras, turėjęs atnešti Joanai didelį džiaugsmą, tampa tikru galvos skausmu. Jos sūnaus vestuvių planuotoja atsako vykdyti užsakymą, ir Joana turi pati suorganizuoti šventę. Visa laimė, kad į pagalbą moteriai atskuba jaunosios dėdė Bou. Rengdami vestuvių pokylį, Joana ir Bou supranta, kad jų praeitis yra susijusi, o ateitis gali būti šviesesnė, jei praeitį ją drauge. **JAV, 2020.** Rež. A. Bredli. Vaidina Katrin Bel, Markas Belamis, Lukas Bilykas.

„KOSTA BRAVA, LIBANAS“
21.33. „LRT Plus“ Drama. *** Šeima dėl tokios taršos nusprendžia palikti gimtąjį Beirutą ir išvyksta

į kalnus, kur beveik visiškai izoliacijoje gyvena natūrinio ūkio sąlygomis. Tačiau staiga valdžia pradeda statyti šiukšlyną prie pat naujojo namo tvoros. Sąvartynui didėjant, didėja įtampa šeimoje, ir dabar ji turi pasirinkti, ar saugoti savo idilę, ar grįžti į realybę, nuo kurios pabėgo. **Libanas, Prancūzija, Ispanija, Švedija, Danija, Norvegija, Kataras, 2021.** Rež. M. Akl. Vaidina Nadin Labaki, Jumna Marvan, Salehas Bakris.

„ADRENALINAS“
22.32. TV3 Kriminalinis veiksma. *** Samdomas žudikas Čevas sužino, kad jam suvirkštas Pekino kokteilis – nuodai, pradedantys veikti organizme sulėtėjus širdies ritmui. Kol nerastas priešnuodis, Čevo gyvybę gali palaikyti tik nesibaigiančios adrenalino dozės. Vadinasi, jis turi bėgti, plėsti vidury baltos dienos, įsivelti į muštynes. **JAV, D. Britanija, 2006.** Rež. M. Neveldainas. Vaidina Džeisonas Steitemas, Emi Smart, Efnenas Ramiresas.

TV6

5.35 „Pagrindinis įkaltis“. 7.30 „Kobra 11“. 8.30 „Atsargiai – šeima!“ 9.00 Praeities žvalgas. 9.30 „Sandėlių karai“. 10.00 Optimistinė laida #IšNamų. 11.00 „Šviesoforas“. 12.00 „Kulinarijos meistras“. 13.00 „Išlikimas“. 14.00 „Kobra 11“. 15.00 „Čikagos ugniagesiai“. 16.00 „Pagrindinis įkaltis“. 18.00 „Simpsonai“. 19.00 „Šviesoforas“. 20.00 Serialas „Gaujų karai. Karveliai“. 1 s. 21.00 Veiksmo f. „Ekstraordinarių džentelmenų lyga“. 23.15 Serialas „Maištautoja“. 1 s. 0.05 „Bošas“. 2.35 „Išlikimas“.

LRT PLIUS

6.00 LR himnas. 6.05 Tai kur toliau? 7.00 Kas ir kodėl? 7.30 Lietuva kalba. 8.30 Menora. 9.00 Labas rytas, Lietuva. 11.30 Mes – ukrainiečiai. 12.00 „Erdvės menas“. 13.00 Čia – kinas. 13.30 Tokie jie buvo... Aktorius Andrius Kaniava. 1998 m. 13.40 Tarptautinio festivalio „Shalom Culture & Music Festival“ uždarymo koncertas. 15.05 Muzikinė kelionė su „Ars Lituanica Trio“. 15.35 „31-oji nuovada“. 16.20 „Hartlando užuovėja“. 17.05 Euromaxx. 17.20 Laba diena, Lietuva. 19.30 Dok. f. „Europos parkas. Pradžia“. 20.30, 3.00 Panorama (gestų k.). 21.30 3 minutės iki kino. 21.33 Drama „Kosta Brava, Libanas“. 23.15 Euromaxx. 23.30 Gamtininko užrašai. 24.00 „Kalnų daktaras“. 0.45 „Palikimas“. 1.30 Atviras derinys. 2.00 Svarbi valanda. 4.00 Stambiu planu. 5.00 Mes – ukrainiečiai. 5.30 Gyventi kaime gera.

TV8

6.00 „Triukšmingi namai“. 6.30 „Krudžiai. Šeimos medis“. 7.00 „Renovacijų meistras“. 8.00 La Maistas. Iššūkis. 9.00 „Moters kerštas“. 10.00 „Prarastas pasitikėjimas“. 11.00 Melodrama „Aš su savimi“. 12.55 „Kraujo broliai“. 14.00 „Moterų daktaras“. 15.00 „Likimo karuselė“. 15.30 „Lemties vingiai“. 16.30 „Lakšmės likimas“. 17.00 „Nusivylusios namų šeimininkės“. 18.00 Šviežios idėjos su LIDL. 18.02 „Palikimas“. 20.00 Labanakt, vaikučiai. „Nauji Mikės Pūkuotuko nuotykių“, „Ančiukų istorijos“. 21.00 Melodrama „Susitikime per Kalėdas“. 22.50 „Palikimas“. 0.45 TV pagalba. 2.45 „Stilingi jausmai“. 3.50 „Palikimas“.

2TV

6.00 Amžini hitai. 9.00 Pabun2. 11.00 Nenuobo2. 16.00 Šok TikTok. 17.00 Pa2kim. 23.00 Zzgės. 4.00 Sal2.

INFO TV

6.00 Žinios. 7.00, 17.00, 18.00, 19.30, 20.30, 0.30 Info diena. 7.30 Info komentarai su A. Mazėčiu. 8.00 „Airijos pilių pasakojimai“. 9.00 „Tiesiog gyvūnai“. 10.00 Labas vakaras, Lietuva. 12.00 „Kas žudikas?“ 13.00 Vidurdienio žinios. 14.00 Kas čia? 14.30 Šeškinės 20. 15.30 KK2. 16.00 „Tiesiog gyvūnai“. 17.30 Info komentarai su A. Mazėčiu. 18.30 „Kas žudikas?“ 20.00 Info komentarai su A. Mazėčiu. 21.00 Dok. serialas „Lemtingas šūvis“. 22.00 Labas vakaras, Lietuva. 24.00 Dabar pasaulyje. Žinios rusų k. 1.00 Info komentarai su A. Mazėčiu.

„DELFI“ TV

6.00 „Delfi“ diena. 7.00 Ar galiu užėti? 7.30 Kitokios kelionės. 8.00 Orijaus kelionės. Kijotas. 9.00 Ūkininko Petro dienorastis. 10.00 Egzotiniai keliai. Himalajai. 11.00 Orijaus kelionių archyvai. Budapeštas. 11.55 „Kenoloto“. 12.00 „Delfi“ diena. 13.00 Ugnikalnių takais. 14.00 Ūkininko Petro dienorastis. 15.00 Zelandijos zigzagas su A. Valujavičium. 16.00 Pauliaus Samoškos nuotykių. 17.00 Egzotiniai keliai. Himalajai. 17.30 Egzotiniai keliai. Vietnamas. 17.55 „Kenoloto“. 18.00 Orijaus kelionių archyvai. 19.00 Burėmis į Arktį. 19.30 Iš esmės. 20.00 Motorgalviai. 21.00 Politikos chirurgija. 22.00 Dulkėmis į finišą. 22.30 „Jėga“ ir „Kenoloto“. 22.35 Orijaus kelionių archyvai. 23.35 Nepatogūs klau-

simai. 1.05 „Delfi“ RU. 1.35 „Delfi“ diena. 2.35 Tiesiogiai „Ukraina 24“ žinios.

SPORT1

7.00 Azijos čempionų lyga. „Buriram United“–„Kawasaki Frontale“. 9.00 Vokietijos krepšinio lyga. „Basketball Löwen Braunschweig“–„NINERS Chemnitz“. 10.50 Azijos čempionų lyga. „Al-Sadd“–„Al Hilal“. 12.50 Optibet ledo ritulio lyga. „Energija“–„Zemgale/LBTU“. 14.50 Rankinio čempionų lyga. „Industria Kielce“–„Kolstad Handball“. 16.20 Azijos čempionų lyga. „Shanghai Port“–„Gwangju“. 18.20 Rankinio čempionų lyga. „HBC Nantes“–„Magdeburg“. 19.45 „OTP Bank-Pick Szeged“–„Aalborg Handbold“ (tiesiogiai). 21.45 „Füchse Berlin“–„Sporting“ (tiesiogiai). 23.20 „One championship“. 2.20 Azijos čempionų lyga. „Buriram United“–„Kawasaki Frontale“.

INIT TV

6.00 Muzikos ekspresas. 6.30 Ukrainos naujienos. 9.00 Sostinės fenomenas. 9.25 Komentarai TV. 10.30 Iš savo varpinės. 12.00 Sveikinimų koncertas. 12.30 Sodininko pasaulis. 12.55 Pajūrio istorijos. 13.25 Veiksmo f. „Nelaisvėje“. 15.10 Valanda su kita Rūta. 16.10 „Delfi“ diena. 17.00, 20.00 Žinios. 17.15 Prie arbatos su Kęstučiu Skrebiu. 17.45 Riba. 18.40 IQ kovos 2 prieš 2. 19.05 Suprasti Rusiją. 19.30 Alfa taškas. 20.15 Akimirkos taikinyje. 21.45 Lietuvos dešimtukas. 23.20 Komedijs „Barb ir Star keliauja prie jūros“. 1.05 Komedijs „Be šansų“. 3.05 Muzikos ekspresas.

BALTICUM TV

8.00 „Maištingoji princesė“. 9.00 Alfa taškas. 9.30, 11.45, 19.15, 22.00 Tiek žinių. 9.45 Verslūs tėvai. 10.15 Suprasti Rusiją. 10.45 „Maištingoji princesė“. 12.00 „Baudžiauninkė. Dabar arba niekada“. 14.00 Sodininko pasaulis. 14.30 Ofiso dramos. 15.00 Drama „Vokiečių aviganis. Istorija apie žydų šunį“. 16.45 „Botų ferma“. 17.45 Nediplomatini pokalbis. 18.45 „Amžiaus skirtumas“. 19.30 Alfa taškas. 20.00 „Maištingoji princesė“. 21.00 „Karpātų reindžeris“. 22.15 „Kaitas“. 23.15 „Kraujo broliai“. 0.15 „Maištingoji princesė“.

BALTICUM AUKSINIS

7.00 „Norėčiau būti čia“. 9.00 „Liepsnojanti širdis“. 11.00 „Viskas, ko noriu“. 13.00 Trileris „Apgaulinga aistra“. 15.00 „Astridos Lindgren jaunystė“. 17.00 „Drakono gimimas“. 19.00 „Beveik mirtina“. 21.00 „Mano akių šviesa“. 23.00 „Milijardierių klubas“. 1.00 „Vestuvių metai“.

MARIJAMPOLĖS TV

7.30, 9.00, 11.00, 12.30, 18.30, 20.00, 22.00 Marijampolės TV žinios. 8.00 Savivaldybės aktualijos ir komentarai. 8.30 Ofiso dramos. 9.30 Alfa taškas. 10.00 „Delfi“ diena. 11.30 Ekonominiai pietūs. 13.00 Alfa taškas. 13.30 Atviras pokalbis. 14.30 „Delfi“ diena. 15.30 Tėvams apie vaikus. 16.00 Mokslas suprantamai. 16.30 Dienos klausimas. 17.30 Ne-diplomatini pokalbis. 19.00 Kūrybinės sferos. 19.30 Alfa.lt savaitės interviu. 20.00 Marijampolės TV žinios.k. 20.30 Alfa taškas. 21.00 „Delfi“ diena.

ETAPLIUS TV

7.30, 9.30, 11.00. 12.30, 18.30, 20.00, 22.00 Infostudija. 8.00 Labas iš Kelmės. 8.30 Alfa taškas. 9.00 Radviliškis šiandien ir rytoj. 10.00 Ofiso dramos. 10.30 Ekonomika šiandien. 11.30 Tvarumo ministerija. 12.00 Specialisto patarimai. 12.15 Gyvenu Europoje. 13.00 „Delfi“ diena. 14.00 Alfa taškas. 14.30 Tauro ragas. 15.00 Dienos klausimas. 16.00 Pokalbiai su Leonu Šniru. 16.30 Atviras pokalbis. 17.30 Skaitmeninė karta. 18.00 Sveikatos IQ. 18.15 Specialisto patarimai. 19.00 Alfa taškas. 19.30 Anądien Šiauliuose. 20.30 Specialisto patarimai. 20.45 Sveikatos IQ. 21.00 Alfa.lt savaitės interviu. 21.30 Žvilgsnis giliau.

RTV INTERNATIONAL

7.00 Amerikos budintysis. 8.00 Animaciniai filmai. 9.00 Naujienų laida. 10.00 JAV: tokios aplinkybės. 10.30 Alma Atos atostogos. 11.00 Akademija G. 12.00 Žinios. 12.30 „Žmonijos šaknis. Ištakų paieškos“. 13.15 Už slenkščio. 14.00 Žinios. 14.30 Sėdi ir važiuoji. 16.00 Žinios. 16.30 TV serialas „Uostas“. 18.30 Amerikietiškos istorijos. 19.00 Naujienų laida. 20.00 Redakcija. 21.00 Azija. Dėmesio centre. 22.00 Noriu paklausti. 23.00 JAV: tokios aplinkybės. 24.00 TV serialas „Uostas“. 1.00 Amerikos budintysis. 2.00 „Spąstai“.

NASTOJAŠČEJE VREMIA

6.00 Interviu. 6.30 Išvykę. 7.00 Tikras serialas. 8.00 Tikras kinas. 9.55 Naujienos. Azija. 10.00 Rytas. 10.30 Apie įvykį iš arti. 12.00 Tikras serialas. 13.00 Krymas. Tikrovė. 13.30 Pagaminta Vokietijoje. 14.00 Azija. 14.30 Azija, 360 laipsnių. Kelionių laida. 15.00 Tai, kas svarbiausia. 15.30 Tikras kinas. 17.00 Baltija. 17.30 Donbasas. Tikrovė. 18.00 Azija. 18.30 Žmogus žemėlapyje. 19.00 Vakaras. 20.00 Amerika. 21.00 Tikras kinas. 23.00 Apie įvykį iš arti. 23.30 Tai, kas svarbiausia. 1.00 Amerika.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.30 Automobilių remontas. 7.15 Maisto fabrikas. 8.00 Nusausinti vandenynus. Ispanų „Armada“. 8.50 Nusausinti vandenynus. „Titanikas“. 9.35 Pagauti kontrabandininkus. 14.00 Lėktuvų avarių tyrimai. 16.15 Pagauti kontrabandininkus. 22.15 Nusausinti vandenynus. „Titanikas“. 23.00 Nusausinti vandenynus. Londono paslaptys. 23.50 M. van Zeller tiria kontrabandą. 1.15 Lėktuvų avarių tyrimai. 2.45 Nakties programa.

DISCOVERY

6.00 Senienų medžiotojai. 7.00 Automobilių meistras Maikas ir Antas. 9.00 Kaip atsiranda daiktai? 10.00 Seni geri daiktai. 11.00 Automobilių meistras Maikas ir Antas. 12.00 Senienų medžiotojai. 13.00 Automobilių meistras Maikas ir Antas. 14.00 Aukso karštingė. 16.00 Išskantys opalų. 17.00 Dingsio bagažo aukcionai. 18.00 Automobilių meistras Maikas ir Antas. 19.00 Kaip tai pagaminta? 19.30 Kaip atsiranda daiktai? 20.00 Klasikiniai automobiliai. 21.00 Nežinoma ekspedicija. Apsėstas Savanos miestelis. 22.00 Klasikiniai automobiliai. 24.00 Nuogi ir įbauginti. 1.00 Senienų medžiotojai.

VIASAT HISTORY

6.25 „Prakeiktos kraujo linijos“. 7.00 „Uždrausta istorija“. 7.55 „D diena: 80-osios metinės“. 8.55 „Mumijų paslaptys“. 9.50 „Požeminio pasaulio miestai“. 10.45 „Kas parašė Bibliją?“. 11.50 „Diktatorių išlikimas“. 12.55 „Kilimas ir kritimas: esminiai Antrojo pasaulinio karo nulemti pokyčiai“. 14.00 „Slaptasis nacių mokslas“. 14.55 „D diena: 80-osios metinės“. 15.55 „Požeminio pasaulio miestai“. 16.50 „Mumijų paslaptys“. 17.45 „Kas parašė Bibliją?“. 18.55 „Pasaulinis karas: 1914–1945 m.“. 19.55 „Kilimas ir kritimas: esminiai Antrojo pasaulinio karo nulemti pokyčiai“. 21.00 „Biblijos medžiotojai“. 22.00 „Atskleista istorija“. 23.10 „Slaptasis nacių mokslas“. 0.10 „Biblijos medžiotojai“. 1.15 „Slaptos nacių bazės“. 2.10 „Kilimas ir kritimas: esminiai Antrojo pasaulinio karo nulemti pokyčiai“.

LRT TV	LNK	TV3	BTV	Lietuvos rytas	TV1
6.00 LR himnas. 6.02, 8.50, 13.55, 16.15, 21.25 LRT Kalėdų kalendorius 2024.	6.00 „Linksmųjų neklažadų kinas. Kempiniukas Plačiakelnis“. 6.30 „Tomas ir Džeris“. 7.00 „Tu man gražiausia“. 8.00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“. 10.00 „Kraujo gėlės“. 12.00 Vidurdienio žinios. 13.00 „Turtuolė varguolė“. 14.00 „Mažyte mano“. 15.00 „Kakava“. 16.00 Kas čia? 16.30 Labas vakaras, Lietuva. 18.30 Žinios. 19.20 Sportas. 19.27 Orai. 19.30 KK2 penktadienis. 21.00 Komedija „Pašėlę vyrukai amžiams“. JAV, 2020. N-14 23.35 Veiksmo f. „Deja vu“, JAV, 2006. N-14 2.00 Trileris „Anabelė 3“. JAV, 2019. S 4.05 Trileris „Brangus kroviny“.	6.00 „Moterys meluoja geriau“. 6.30 „Farai“. 8.00 TV pagalba. 10.00 „Meilės sukuryje“. 11.00 „Laisvės svajos“. 12.00 Šviežios idėjos su LIDL. 12.02 „Berniukas“. 14.00 „Aistrų kasyklos“. 15.00 „Simpsonai“. 16.00 TV3 žinios. Orai. 16.30 Šviežios idėjos su LIDL. 16.32 TV pagalba. 18.30 TV3 žinios. Sportas, orai. 19.30 Paramos projekto „Išsipildymo akcija“ koncertas. 2024. 23.00 Šviežios idėjos su LIDL. 23.02 Drama „Gerumo stebuklas“. Honkongas, JAV, 2017. 1.25 Drama „Žalioji mylia“. JAV, 1999. N-14	6.00 „Mano virtuvė geriausia“. 7.20 „Teisingumo agentai“. 8.30 „Farų karai. Kyjivas“. 9.30 „Kodas“. 10.30 „Magaiveris“. 11.30 „CSI. Majamis“. 12.30 „Šviežias kraujas“. 13.30 „Mano virtuvė geriausia“. 15.00 „Žemiau denio. Viduržemio jūra“. 16.00 „Kodas“. 17.00 „Magaiveris“. 18.00 „CSI. Majamis“. 19.00 Amerikietiškos imtynės RAW. 20.00 Amerikietiškos imtynės SmackDown. 21.00 Trileris „Jakudzos princesė“. Brazilija, 2021. N-14 23.10 Trileris „Įkaitų krizė“. 1.00 Dok. f. „Kinijos gulbių ežeras“. 2.10 „Žemiau denio. Viduržemio jūra“. 3.05 „Kas namie šeimininkas?“ 4.05 Pasirinkę Lietuvai. 5.00 Žinios.	5.00 Nauja diena. 6.00 „Senis“. 7.30 Pirmi kartai. 8.00 Laisvės TV valanda. 9.30 Gyvenimas versle. 10.00 Sveikatos formulė. 10.30 Skanus gyvenimas. 11.00 Ilgaamžiškumo gidas. 11.30 Lietuvos muziejai. 12.00 Sveikatos kodas. 12.30 Sveikatos kodas. Televitrina. 13.00 Nauja diena. 14.00 „Lota“. 16.00, 18.00, 20.00, 22.30 Reporteriai. Orai. 16.30 Pusvalandis su Valatka. 17.00 „Netikėtas teisingumas“. 18.30 „Senis“. 20.20 „Be tavęs“. 21.25 „Aleksandra“. 23.00 Būsto anatomija. 23.30 Pusvalandis su Valatka. 24.00 Laisvės TV valanda. 1.30 Nauja diena. 2.30 „Realistiška“. 3.25 „Aleksandra“. 4.10 Vyrų šešėlyje. 4.35 „Neatrasta Rusija“.	6.00 „Nekaltieji“. 7.00 „Būk su manim“. 8.00 „Laukinė“. 8.30 „Akloji“. 9.00 „Lemties paslaptys“. 10.00 „Šeimos reikalai“. 11.00 „Tyrėjai. Aukos vardu“. 12.00 „Čikagos ugniagesiai“. 13.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 14.00 „Visa menanti“. 15.00 „Anupama“. 16.30 „Pažadėtoji“. 17.00 „Laukinė“. 17.30 „Akloji“. 18.00 „Kriminalinių tyrimų skyrius“. 19.00 „Čikagos ugniagesiai“. 20.00 „Įstatymas ir tvarka. Specialiųjų tyrimų skyrius“. 21.00 „Nebylus liudijimas“. 23.15 Detektyvas „Komisaras van der Valkas. Magija Amsterdame“. 1.10 Detektyvas „Nusikaltimo vieta – Sarbriukenas. Miško valdovas“. 3.05 „Nekaltieji“. 4.00 „Lemties paslaptys“.




Techninė pagalba žiūrintiems nemokamą TV per anteną

Kam mokėti, jei gali televiziją žiūrėti nemokamai!

+370 5 200 15 15 pagalba@telecentras.lt

„PAŠĖLĘ VYRUKAI AMŽIAMS“
21.00. LNK Veiksmo komedija. *** Geriausios pašėlusių vyrų dienos – jau seniai praeityje. Maikas patiria vidurio amžiaus krizę. Niekaip nenorėdamas pripažinti, kad jaunystė jau praėjo, jis laksto sportiniais automobiliais, nuolat įsivelia į nepatogias situacijas ir purkštauja, priskirtas jaunų detektyvų grupei. Susitupėjęs, šeimą sukūręs ir policijos inspektoriumi tapęs Markusas vis dažniau pagalvoja apie pensiją. Tačiau kai paslaptingi nusikaltėliai imasi kėsintis į Maiko gyvybę, Markusas negali palikti bičiulio nelaimėje ir išlenda iš už saugaus inspektorius stalo. **JAV, 2020.** Rež. A. El Arbis, B. Falahas. Vaidina Martinas Lorensas, Vanesa Hadžens, Vilas Smitas.

„JAKUDZOS PRINCESĖ“
21.00. BTV Trileris. * Našlaitė jakudzos princesė sužino, kad yra pusės jakudzos sindikato paveldėtoja. Užmezgusi nerimą keliančią sąjungą su amnezija sergančiu nepažįstamu žmogumi, kuris tiki, kad jų abiejų likimus sieja senovinis kardas, Akemi turi pradėti karą su sindikato nariais, kurie nori jos mirties. **Brazilija, 2021.** Rež. V. Amorimas. Vaidina Masumi, Džonatanas Rysas Majersas, Cujošis Ihara.

„STREČAS“
21.00. TV6 Kriminalinė komedija. *** Nenusisekęs aktorius Strečas dirba limuzino vairuotoju Los Andžele. Herojaus gyvenime netrūksta nemalonumų: jį kamuoja priklausomybė nuo kvaišalų ir lošimų, o kai susiruošia pirštis merginai, ši jį palieka. Be to, vairuotoją susiranda grėsmingas Ignacijus ir pareiškia, kad 6 tūkst. dolerių skolą Strečas turi gražinti iki vidurnakčio. Vyrukas puola į nevirtį, bet jį pasiekia žinia, kad yra vienas turtuolis, kuris galėtų išgelbėti. Kaip seksis įvykdyti įmantraus kliento norus ir išsisukti nuo galvažudžių? **JAV, 2014.** Rež. Dž. Karnahanas. Vaidina Patrikas Vilsonas, Edas Helmsas, Džeimsas Badžas Deilas.

„PAGAUK IR PALEISK“
21.25. TV8 Romantinė komedija. ** Po staigios vyro mirties Grej netikėtai sužino faktų, kurie keičia jos idealų požiūrį į buvusį sutuoktinį. Jai tenka visai iš kitos pusės pamatyti žmogų, kurio ji nepažinojo taip gerai, kaip manė. Netrukus Grej pajunta, kad ją traukia vaikinai, kurį ji anksčiau laikė pačiu netinkamiausiu vyru. **JAV, 2006.** Rež. S. Grant. Vaidina Dženifer Garner, Timotis Olifantas, Kevinas Smitas.

„SAUGOKIS MAMOS“
21.30. „LRT Plus“ Drama. ** Beata ir Heningas – profesionalūs veterinarai. Deja, jūdvių sūnui nepavyko tapti veterinaru, bet jam patiko dirbti universitete mokslininku. Tačiau netekus darbo universitete pašlįjo ne tik profesiniai reikalai, bet ir santykiai su mylimąja. Pernelyg rūpestinga Martino mama sugalvoja, kaip parsivilioti sūnų namo. Į savo apgaulę Beata įtraukia ir sutuoktinį. Kol tėvas ir sūnus mėgina aiškintis sudėtingus santykius, mama imasi tvarkyti vienturčio profesinį ir asmeninį gyvenimą. Ar tai – tikrai geras sumanymas? **Vokietija, 2020.** Rež. M. Štoirenis. Vaidina Barbara Filip, Matijas Breneris, Sara Haneman.

„LINKOLNAS“
22.45. LRT televizija Biografinė drama. *** Filme spalvingai piešiamas laikotarpis, kai Abrahamas Linkolnas stengiasi padėti tašką pilietiniame kare, siekia panaikinti vergiją ir susiduria su niūriu visuomenės priešišku. Čia kasdienis prezidento gyvenimas nėra paprastas: būti tik prezidentu nepakanka. Reikia būti ir žmogumi. **JAV, Indija, 2012.** Rež. S. Spilbergas. Vaidina Danielis Dėjus-Luisas, Sali Fild, Deividas Straternas.

TV6

5.40 „Pagrindinis įkaltis“. 7.30 „Kobra 11“. 8.30 „Atsargiai – šeima!“ 9.00 Statybų gidas. 9.30 „Sandėlių karai“. 10.00 Optimistinė laida #išNamų. 11.00 „Šviesoforas“. 12.00 „Kulinarijos meistras“. 13.00 „Išlikimas“. 14.00 „Kobra 11“. 15.00 „Čikagos ugniagesiai“. 16.00 „Pagrindinis įkaltis“. 18.00 „Simpsonai“. 19.00 „Šviesoforas“. 20.00 „Fairai“. 21.00 Komedija „Strečas“. 22.55 Veiksmo f. „Pranaši pozicija“. 0.25 Veiksmo f. „Už įstatymo ribų“.

LRT PLUS

6.00 LR himnas. 6.05 Legendos. Šiandien ir visados. 7.00 Kas ir kodėl? 7.30 Vakare su Audriumi Giržadu. 8.30 Šventadienio mintys. 9.00 Labas rytas, Lietuva. 11.30 Mūsų rusų gatvė. 12.00 Dok. f. „Europos parkas. Pradžią“. 13.05 Širdyje lietuvis. 14.00 Myliu Lietuvą. 15.35 „31-oji nuovada“. 16.20 „Hartlando užuovėja“. 17.05 Nepamirštas Vilnius. 17.15 Pasaulio biatlono taurė. Vyrai. 10 km sprintas. Tiesioginė transliacija iš Kontiolahčio. 18.45 Sporto akimirkos su LRT. 19.00 Kultūros diena. 19.30 Dailusis čiuožimas. Tiesioginė transliacija iš Grenoblio. 20.30, 3.00 Panorama (gestų k.). 21.00, 3.30 Dienos tema (gestų k.). 21.20, 3.50 Sportas. Orai (gestų k.). 21.30 Drama „Saugokis mamos“. 23.00 Dok. f. „Jonas Žemaitis-Vytautas. Paskutinis noras“. 23.30 Gyvenk kaip galima švariau. 24.00 „Kalnų daktaras“. 0.45 „Palikimas“. 1.30 Pakvaišę dėl ratų. 2.00 Svarbi valanda. 4.00 Stambiu planu. 5.00 Mūsų rusų gatvė. 5.30 7 Kauno dienos.

TV8

6.00 „Triukšmingi namai“. 6.30 „Krudžiai. Šeimos medis“. 7.00 „Renovacijų meistras“. 8.00 Kviečiame daktarą! 8.30 Kotrynos burtai. 9.00 „Moters kerštas“. 10.00 „Prarastas pasitikėjimas“. 11.00 Melodrama „Meilės prognozė“. 12.55 „Kraujo broliai“. 14.00 „Moterų daktaras“. 15.00 „Likimo karuselė“. 15.30 „Lemties vingiai“. 16.30 „Lakšmės likimas“. 17.00 „Nusivylusios namų šeimininkės“. 18.00 Šviežios idėjos su LIDL. 18.02 „Palikimas“. 19.00 Labanakt, vaikučiai. „Kakė Makė“. 19.30 Animac. f. „Užsimaskavę šnipai“. 21.25 Komedija „Pagauk ir paleisk“. 23.55 „Palikimas“. 0.55 TV pagalba. 2.55 „Namas“. 4.00 „Palikimas“.

2TV

6.00 Amžini hitai. 9.00 Pabun2. 11.00 Nenuobo2. 16.00 Šok TikTok. 17.00 Pa2kim. 22.00 2LT. 24.00 Zzgės. 2.00 DJ klubas. 3.00 2TV muzika.

INFO TV

6.00 Žinios. 7.00, 17.00, 18.00, 19.30, 20.30, 0.30 Info diena. 7.30 Info komentarai su A. Mazėčiu. 8.00 „Lemtingas šūvis“. 9.00 „Tiesiog gyvūnai“. 10.00 Labas vakaras, Lietuva. 12.00 „Kas žudikas?“ 13.00 Vidurdienio žinios. 14.00 Kas čia? 14.30 Bučiuoju. Rūta. 15.30 KK2. 16.00 „Tiesiog gyvūnai“. 17.30 Investicija. 18.30 „Kas žudikas?“ 20.00 Investicija. 21.00 „Lemtingas šūvis“. 22.00 Labas vakaras, Lietuva. 24.00 Dabar pasaulyje. Žinios rusų k. 1.00 Investicija.

„DELFI“ TV

6.00 „Delfi“ diena. 7.00 Motorgalviai. 8.00 Politikos chiringijai. 9.00 Ūkininko Petro dienoraštis. 10.00 Egzotiniai keliai. Himalajai. 10.30 Egzotiniai keliai. Vietnamas. 11.00 Orijaus kelionių archyvai. 11.55 „Kenoloto“. 12.00 „Delfi“ diena. 13.00 Ugnikalnių takais. 14.00 Ūkininko Petro dienoraštis. 15.00 Zelandijos zigzagas su A. Valujavičium. 16.00 Pauliaus Samoškos nuotykių. 17.00 Egzotiniai keliai. Gran Kanarija. 17.55 „Kenoloto“. 18.00 Orijaus kelionių archyvai. 19.00 Nauja karta. 20.00 Pas Editą. 20.30 Egzotiniai keliai. Afganistanas. 21.00 Jūs rimtai? 21.30 Savaitės kriminalai su J. Matoniu. 22.00 Legendinis žaidi-

mas „Taip ir Ne“. 22.30 „Jėga“ ir „Kenoloto“. 22.35 Legendinis žaidimas „Taip ir Ne“. 23.05 Kitokios kelionės. 23.35 Nepatogūs klausimai. 1.05 „Delfi“ RU. 1.35 „Delfi“ diena. 2.35 Tiesiogiai „Ukraina 24“ žinios.

SPORT1

7.00 Greitasis čiuožimas. Kinija. 9.30 Portugalijos futbolo lyga. „Arouca“–„Benfica“. 11.30 Rankinio čempionų lyga. „OTP Bank-Pick Szeged“–„Aalborg Handbold“. 13.00 „Füchse Berlin“–„Sporting“. 14.30 „One championship“. 19.00 Tenisas. Jungtinė Karalystė. 21.00 Dailusis čiuožimas. Prancūzija. Laisvoji programa (tiesiogiai). 22.00 Tenisas. Jungtinė Karalystė. 0.10 „One championship“. 3.50 Greitasis čiuožimas. Kinija.

INIT TV

6.00 Muzikos ekspresas. 6.30 Ukrainos naujienos. 9.00 Prie baro. 9.25 Sąmoningumas su Leen. 10.45 Techninė profilaktika. 11.00 Muzikos ekspresas. 11.10 Komedija „Barb ir Star keliauja prie jūros“. 12.55 Paskutinė instancija. 14.35 Lietuvos dešimtukas. 16.10 „Delfi“ diena. 17.00, 20.00 Žinios. 17.15 Akimirkos taikinyje. 18.45 Ūkininkas Jurgis. 19.10 Prie arbatos su Kęstučiu Skrebiu. 19.35 Alfa taškas. 20.15 Valanda su kita Rūta. 21.15 Drama „Šešios minutės iki vidurnakčio“. 22.55 Veiksmo f. „Džentelmenai“. 0.45 Komedija „Bilas ir Tedas gelbėja visatą“. 2.15 Autopilotas. 2.40 Muzikos ekspresas.

BALTICUM TV

8.00 „Maištingoji princesė“. 9.00 Alfa taškas. 9.30, 12.45, 19.15, 21.40 Tiek žinių. 9.45 „Baudžiauninkė. Dabar arba niekada“. 11.45 „Maištingoji princesė“. 13.00 Laikykites ten. 14.00 Komedija „Pabėge monstriai“. 15.45 Drama „Laukinis gyvenimas“. 17.45 Sodininko pasaulis. 18.15 Savaitės interviu. 18.45 „Amžiaus skirtumas“. 19.30 Alfa taškas. 20.00 Drama „Saldžios Kalėdos“. 21.55 Drama „Tobulus apiplėšimas“. 23.40 „Karpatų reindžeris“. 0.40 Skaidrinam 2024.

BALTICUM AUKSINIS

7.00 „Drakono gimimas“. 9.00 „Beveik mirtina“. 11.00 „Venecija nėra Italijoje“. 13.00 „Atsiminimai iš Italijos“. 15.00 Trileris „Tavo draugija“. 17.00 „Sutikau merginą“. 19.00 „Bilas ir Tedas gelbėja visatą“. 21.00 Drama „Aukštalipio gyvenimas“. 23.00 „Slaptasis agentas“. 1.00 Trileris „Melori Kein. Prarasta kontrolė“.

MARIJAMPOLĖS TV

7.30, 9.00, 11.00, 12.30, 18.30, 20.00, 22.00 Marijampolės TV žinios. 8.00 Kūrybinės sferos. 8.30 Alfa.lt savaitės interviu. 9.30 Alfa taškas. 10.00 „Delfi“ diena. 11.30 Sveikatos laikas. 13.00 Alfa taškas. 13.30 Atviras pokalbis. 14.20 Gyvenu Europoje. 14.30 „Delfi“ diena. 15.30 Savi valdybės aktualijos ir komentarai. 16.00 Du bitai. 16.30 Dienos klausimas. 17.30 Kūrybinės sferos. 18.00 Alfa.lt savaitės interviu. 19.00 Verslūs tėvai. 19.30 Prie baro. 20.30 Alfa taškas. 21.00 „Delfi“ diena.

ETAPIUS TV

7.30, 9.30, 11.00, 12.30, 18.30, 20.00, 22.00 Infostudija. 8.00 Skaitmeninė karta. 8.30 Alfa taškas. 9.00 Anądien Šiauliuose. 10.00 Alfa.lt savaitės interviu. 10.30 Žvilgsnis giliau. 11.30 Tvarumo ministerija. 12.00 Specialisto patarimai. 12.15 Gyvenu Europoje. 13.00 „Delfi“ diena. 14.00 Alfa taškas. 14.30 Automoto. 15.00 Dienos klausimas. 16.00 Skrendam. 16.30 Atviras pokalbis. 17.30 Sodžius. 18.00 Sveikatos IQ. 18.15 Specialisto patarimai. 19.00 Alfa taškas. 19.30 Akmenės krašto naujienos. 20.30 Specialisto patarimai. 20.45 Sveikatos IQ. 21.00 Verslūs tėvai. 21.30 Keturi kampai.

RTV INTERNACIONAL

7.00 Amerikos budintysis. 8.00 Animaciniai filmai. 9.00 Naujienų laida. 10.00 JAV: tokios aplinkybės. 10.30 Alma Atos istorijos. 11.00 Azija. Dėmesio centre. 12.00 Žinios. 12.30 Dok. f. „Uzbekija. Pažvelgti už horizonto“. 13.45 Už slenksčio. 14.00 Žinios. 14.30 Ne ta koja. 16.00 Žinios. 16.30 TV serialas „Uostas“. 18.30 Amerikietiškos istorijos. 19.00 Naujienų laida. 20.30 Paralėlės. 21.00 Kas tai buvo? 22.00 Jūs laikykites. 23.00 JAV: tokios aplinkybės. 23.30 Alma Atos istorijos. 24.00 TV serialas „Uostas“. 1.00 Amerikos budintysis. 2.00 „Spąstai“.

NASTOJAŠČEJE VREMA

6.00 Interviu. 6.30 Gyvybės ženklai. 7.00 Tikras serialas. 8.00 Tikras kinas. 9.55 Naujienos. Azija. 10.00 Rytas. 10.30 Apie įvykį iš arti. 11.00 Spec. projektas. 11.30 Žmogus žemėlapyje. 12.00 Tikras serialas. 13.00 Donbasas. Tikrovė. 13.30 Interviu. 14.15 Žiūrėk įdėmiai. 14.30 Žmogus žemėlapyje. 15.00 Naujienos. Trumpai. 15.15 Tikras kinas. 17.00 Baltija. 17.30 Kryžkelė. 18.00 Azija. 18.30 Laukiame svečiuose. 19.00 Vakaras. 20.00 Amerika. 21.00 Tikras kinas. 23.00 Apie įvykį iš arti. 23.30 Tai, kas svarbiausia. 24.00 Vakaras. 1.00 Amerika.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.30 Automobilų remontas. 7.15 Maisto fabrikas. 7.55 Nusausinti vandenynus. Perl Harboras. 9.30 Apledėjusių kelių patroliai: chaosas, sunkiausi gelbėjimo atvejai. 14.00 Lėktuvų avarijų tyrimai. 16.15 Apledėjusių kelių patroliai. 21.30 Gyvenimas žemiau nulio. 23.40 M. van Zeler tiria kontrabandą. 1.10 Lėktuvų avarijų tyrimai. 2.35 Nakties programa.

DISCOVERY

6.00 Senienų medžiotojai. 7.00 Automobilų meistras Maikas ir Antas. 9.00 Kaip atsiranda daiktai? 10.00 Seni geri daiktai. 11.00 Automobilų meistras Maikas ir Antas. 12.00 Senienų medžiotojai. 13.00 Automobilų meistras Maikas ir Antas. 14.00 Asfalto kaubojai. 15.00 Ispanijos pasienio apsaugos tarnyba. 16.00 Švedijos pasienio apsaugos ir muitinės tarnyba. 17.00 Seni geri daiktai. 17.30 Pamesto bagažo aukcionai. 18.00 Automobilų meistras Maikas ir Antas. 19.00 Kaip tai pagaminta? Juodosios lėktuvų dėžės; garų turbinos; lenktyniniai automobiliai. 19.30 Kaip atsiranda daiktai? 20.00 Klasikiniai automobiliai. „Porsche 914“. 21.00 Ispanijos pasienio apsaugos tarnyba. 22.00 Švedijos pasienio apsaugos ir muitinės tarnyba. 23.00 Paskui automobilį bėglius. 24.00 Nuogi ir įbauginti. 1.00 Senienų medžiotojai.

VIASAT HISTORY

6.25 „Prakeiktos kraujo linijos“. 7.10 „Atskleista istorija“. 8.15 „Lobių paslaptys su Betane Hiuges“. 9.15 „Senovės superstatiniai“. 10.20 „Biblijos medžiotojai“. 11.25 „Diktatorių iškilimas“. 12.35 „Antrasis pasaulinis karas: Imperijos kaina“. 13.35 „Slaptasis nacių mokslas“. 14.35 „Atskleista istorija“. 15.40 „Senovės superstatiniai“. 16.50 „Lobių paslaptys su Betane Hiuges“. 17.50 „Biblijos medžiotojai“. 18.55 „Pasaulinis karas: 1914–1945 m.“. 19.55 „Antrasis pasaulinis karas: Imperijos kaina“. 21.00 „Biblijos medžiotojai“. 22.00 „Konkistadorai: iškilimas ir žlugimas“. 23.00 „Slaptasis nacių mokslas“. 24.00 „Biblijos medžiotojai“. 1.05 „Slaptos nacių bazės“. 2.00 „Antrasis pasaulinis karas: Imperijos kaina“.

LRT RADIJAS

Žinios savaitgalį – 24.00, 1.00, 2.00, 3.00, 4.00, 5.00, 6.00, 7.00, 8.00, 8.30, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00.

ŠEŠTADIENIS, LAPKRIČIO 30 D.

5.05 Su aušra. 5.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Rytas su muzika. 6.30 Gamta – visų namai. 7.05 Ryto garsai. 9.05 Kultūros savaitė. 11.05 Tuzinas. 12.10 Pakartot. 13.05 Lietuvos diena. 14.05 Mažoji studija. 15.05 Atrask Lietuvą. 16.05 Šviesi ateitis. 16.30 Draugystė veža. 17.05 PIN kodas. 17.33 Gera girdėti. 18.10 Daiktiniai įrodymai. 19.05 Sveikinimų raitas. 20.05 Vakarų pasaka. Kelly Barnhill. „Mergaitė, atsigerusi mėnulio“. Skaito N. Varnelytė. 20.23 Gera girdėti. 20.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 21.05 Čia ir dabar. 22.10 Žvaigždės žiūri j žemę. 22.50 Vakarų lyrika. A. Bendoriūtė skaito E. Karnauskaitės eiles. 23.05 Žvaigždės žiūri j žemę. 23.58 LR himnas. 0.05 Kultūros savaitė. 2.05 Pakartot. 3.05 Muzika. 4.05 Atrask Lietuvą.

SEKMADIENIS, GRUODŽIO 1 D.

5.05 Su aušra. 5.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Rytas su muzika. 6.30 Vienartinė planeta. 7.05 Ryto garsai. 9.05 Pas Nemirą. 10.05 Pažinimai. 11.05 Radijo dokumentika. 11.30 Gera girdėti. 13.05 Lietuvos diena. 14.05 Mažoji studija. Kultura ir religija. 14.30 Sugyvenimai. 15.05 Už Vilniaus. 15.35 Gera girdėti. 16.05 Lėto maisto kultūra. 16.30 Nenušaujami siužetai. 17.05 Kelionė laiku. 18.10 Gyvenimo citrinos. 19.05 DUK. 19.30 Gera girdėti. 20.05 Vakarų pasaka. Kelly Barnhill. „Mergaitė, atsigerusi mėnulio“. Skaito N. Varnelytė. 20.23 Gera girdėti. 20.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 21.05 Diagnostė: gyvenimas. 21.33 Žvaigždės žiūri j žemę. 22.50 Vakarų lyrika. A. Bendoriūtė skaito E. Karnauskaitės eiles. 23.05 Žvaigždės žiūri j žemę. 23.58 LR himnas. 0.05 Muzika. 1.05 Lėto maisto kultūra. 1.30 Muzika. 4.05 Draugystė veža. 4.33 Muzika. *Žinios šokiadieniais* – 24.00, 1.00, 2.00, 3.00, 4.00, 5.00, 5.30, 6.02, 6.30, 7.00, 7.30, 8.00, 8.30, 9.00, 9.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00.

PIRMADIENIS, GRUODŽIO 2 D.

5.05 Su aušra. 5.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Gimtoji žemė. 6.30 Ryto garsai. 9.05 LRT Aktualijų studija. 10.05 10–12. 12.12 Tuzinas. 13.05 Lietuvos diena. 14.05 Čia ir dabar. 15.05 Muzikos istorijos. 16.05 Laida rusų k. 16.30 Vienartinė planeta. 17.05 60 minučių. 18.12 Nenušaujami siužetai. 18.40 Gera girdėti. 19.05 Kelionė laiku. 20.05 Vakarų pasaka. Kelly Barnhill. „Mergaitė, atsigerusi mėnulio“. Skaito N. Varnelytė.

20.23 Gera girdėti. 20.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 21.05 Radijo dokumentika. 21.30 Žvaigždės žiūri j žemę. 22.50 Vakarų lyrika. S. Bagaliūnas skaito G. Dabrišiaus eiles. 23.05 Žvaigždės žiūri j žemę. 23.58 LR himnas. 0.05 Čia ir dabar. 1.05 Tuzinas. 2.05 Muzikos istorijos. 3.05 Nenušaujami siužetai. 3.33 Muzika. 4.05 Vienartinė planeta. 4.33 Muzika.

ANTRADIENIS, GRUODŽIO 3 D.

5.05 Su aušra. 5.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Gimtoji žemė. 6.30 Ryto garsai. 9.05 LRT Aktualijų studija. 10.05 10–12. 12.12 Pas Nemirą. 13.05 Lietuvos diena. 14.05 Radijo byla. 15.05 Mūza ant peties. 16.05 Laida rusų k. 16.30 Aukso amžius. 17.05 60 minučių. 18.12 Diagnostė: gyvenimas. 18.45 Gera girdėti. 19.05 Kelionė laiku. 20.05 Vakarų pasaka. Kelly Barnhill. „Mergaitė, atsigerusi mėnulio“. Skaito N. Varnelytė. 20.24 Gera girdėti. 20.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 21.05 Žvaigždės žiūri j žemę. 21.30 Eurolygos krepšinio turnyras. Belgrado „Partizan Nis“ – Kauno „Žalgiris“. 23.30 Žvaigždės žiūri j žemę. 23.58 LR himnas. 0.05 Radijo dokumentika. 0.30 Muzika. 1.05 Pas Nemirą. 2.05 Mūza ant peties. 3.05 Diagnostė: gyvenimas. 3.33 Muzika. 4.05 Aukso amžius. 4.33 Muzika.

TREČIADIENIS, GRUODŽIO 4 D.

5.05 Su aušra. 5.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Gimtoji žemė. 6.30 Ryto garsai. 9.05 LRT Aktualijų studija. 10.05 10–12. 12.12 Pažinimai. 13.05 Lietuvos diena. 14.05 Istorijos perimetrai. 15.05 Man patinka džiazas. 16.05 Laida rusų k. 16.30 Kaip jautiesi? 17.05 60 minučių. 18.12 Už Vilniaus. 18.45 Gera girdėti. 19.05 Kelionė laiku. 20.05 Vakarų pasaka. Kelly Barnhill. „Mergaitė, atsigerusi mėnulio“. Skaito N. Varnelytė. 20.23 Gera girdėti. 20.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 21.05 Atrask Lietuvą. 22.12 Žvaigždės žiūri j žemę. 22.50 Vakarų lyrika. A. Bendoriūtė skaito V. Collonos eiles. 23.05 Žvaigždės žiūri j žemę. 23.58 LR himnas. 0.05 Istorijos perimetrai. 1.05 Pažinimai. 2.05 Man patinka džiazas. 3.05 Už Vilniaus. 3.35 Muzika. 4.05 Kaip jautiesi? 4.33 Muzika.

KETVIRTADIENIS, GRUODŽIO 5 D.

5.05 Su aušra. 5.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Gimtoji žemė. 6.30 Ryto garsai. 9.05 LRT Aktualijų studija. 10.05 10–12. 12.12 Daiktiniai įrodymai. 13.05 Lietuvos diena. 14.05 Svarbus pokalbis. 14.30 Čempionų pietūs. 15.05 Muzikos savaitė. 16.05 Laida rusų k. 16.30 Dešimt balų. 17.05 60 minučių. 18.12 Sugyvenimai. 18.40 Gera girdėti. 19.05 Kelionė laiku. 20.00 Eurolygos krepšinio turnyras. Kauno „Žalgiris“ – Stambulo „Anadolu Efes“. 22.12 Žvaigždės žiūri j žemę. 22.50 Vakarų lyrika. A. Bendoriūtė skaito V. Collonos eiles. 23.05 Žvaigždės žiūri j žemę. 23.58 LR himnas. 0.05 Svar-

bus pokalbis. 0.30 Čempionų pietūs. 1.05 Daiktiniai įrodymai. 2.05 Muzikos savaitė. 3.05 Sugyvenimai. 3.33 Muzika. 4.05 Dešimt balų. 4.33 Muzika.

PENKTADIENIS, GRUODŽIO 6 D.

5.05 Su aušra. 5.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Gimtoji žemė. 6.30 Ryto garsai. 9.05 LRT radijo ringas. 10.05 10–12. 12.12 Gyvenimo citrinos. 13.05 Lietuvos diena. 14.05 Kas ten dedasi? 15.05 Pasimatymas su muzika. 16.05 Laida rusų k. 16.30 PIN kodas. 17.05 60 minučių. 18.12 DUK. 18.30 Gera girdėti. 19.05 Kelionė laiku. 20.05 Vakarų pasaka. Pranas Mašiotas. „Senio pasaka“. Skaito J. Siparis. 20.21 Gera girdėti. 20.45 Mažoji studija. Dievo žodis. 21.05 Istorijos perimetrai. 22.12 Žvaigždės žiūri j žemę. 22.50 Vakarų lyrika. A. Šlepikas skaito savo eiles. 23.05 Žvaigždės žiūri j žemę. 23.58 LR himnas. 0.05 Kas ten dedasi? 1.05 Gyvenimo citrinos. 2.05 Pasimatymas su muzika. 3.05 DUK. 3.25 Muzika. 4.05 PIN kodas. 4.33 Muzika.

LRT KLASIKA

Žinios savaitgalį – 7.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 15.00, 16.00, 18.00, 23.00.

ŠEŠTADIENIS, LAPKRIČIO 30 D.

6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Vatikano radijas. 6.27 Intermezzo. 8.05 Šviesi ateitis. 8.35 Intermezzo. 9.05 Ryto retro. 10.05 Parodų rūmai. 10.45 Intermezzo. 11.05 Belcanto. 12.10 Euroradijo koncertas. Poznanės filharmonijos orkestrui diriguoja Łukasz Borowicz. Solistė Viviane Hagner (smuikas). Programoje Ludwigo van Beethoveno uvertiūra „Koriolanas“, Alexandro Tansmano Koncertas smuikui, Emilio Mlynarskio Simfonija op. 14 („Lenkija“). 14.00 Intermezzo. 14.30 Santara. Laida ukrainiečių k. 15.05 Detektyvo verta muzika. 16.00 Tretieji skersvėjai. 17.00 Aplink pasaulį per 50 minučių. 18.10 Operos vakaras. Giacomo Puccini 100-osios mirties metinėms – „Vilisis“ iš Miuncheno Printo Regento teatro. Dalyvauja Anita Hartig, Martin Muehle, Boris Pinchasovič, Bavarijos radijo choras ir orkestras, dirigentas Ivan Repušić. 21.00 Vakarų su knyga. Akvilina Cicėnaitė. „Anglų kalbos žodynas“. Skaito A. Vilutytė. 21.24 Vakarų andante. 22.00 Modus. 23.05 Vakarų lyrika. A. Bendoriūtė skaito E. Karnauskaitės eiles. 23.15 Klasikos koncertų salė. Koncerto „Vytautas Bacevičius ir lietuviško avangardo kontekstai“ įrašas iš koncertų salės „Organum“. Dalyvauja Gabrielius Alekna (fortepijonas; Lietuva, JAV). 0.25 Intermezzo. 1.15 Operos vakaras. Richardo Strausso „Capriccio“ iš Zalburgo festivalio. 4.05 Aplink pasaulį per 50 minučių. 5.05 Intermezzo.

SEKMADIENIS, GRUODŽIO 1 D.

6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Vatikano radijas. 6.27 Intermezzo. 8.05 Laikas kultūrai. 8.45 Intermezzo. 9.05 Nauja plokštelė. 10.05 Homo cultus. 11.05 Belcanto. 12.10

Musica sacra. 12.30 Šv. Mišios iš Vilniaus šv. vyskupo Stanislovo ir šv. Vladislavo arkikatedros bazilikos. Tiesioginė transliacija. 13.40 Intermezzo. 14.30 Santara. Laida baltarusių k. 15.05 Garso gėlės. 16.05 Pilno metro. 17.00 Džiazo pasažai. 18.10 Radijo teatras. Radijo serialas „Troškulys“. 18.32 Intermezzo. 19.00 Klasikos koncertų salė. Martha! Orkestrui „Orchestre de la Suisse Romande“ diriguoja Jonathan Nott. Solistė Martha Argerich (fortepijonas). Programoje Maurice'o Ravelio „Le Tombeau de Couperin“, Ludwigo van Beethoveno Koncertas fortepijonui Nr. 1 C-dur, Simfonija Nr. 8 F-dur. Koncertas Ženevoje. 21.00 Vakarų su knyga. Romain Gary. „Aušros pažadas“. Skaito R. Ramanauskas. 21.27 Vakarų andante. 22.00 Detektyvo verta muzika. 23.05 Vakarų lyrika. A. Bendoriūtė skaito E. Karnauskaitės eiles. 23.15 Klasikos koncertų salė. 10-asis festivalis „Šv. Jurgio meno sezonas“. Giedriaus Kuprevičiaus 80-mečiui koncerto „Amžinojo keliautojo dainos“ įrašas iš Marijampolės šv. Arkangelo Mykolo bazilikos. Giedriaus Kuprevičiaus kūrinius atlieka solistai: Kristina Zmailaitė (sopranas), Edmundas Seilius (tenoras), Žygmantas Galinis (baritonas) ir Lietuvos nacionalinis simfoninis orkestras. Dirigentas Modestas Barkauskas. 0.30 Intermezzo. 1.15 Džiazo pasažai. 2.15 Belcanto. 3.10 Euroradijo koncertas. Poznanės filharmonijos orkestrui diriguoja Łukasz Borowicz. Solistė Viviane Hagner (smuikas). Programoje Ludwigo van Beethoveno uvertiūra „Koriolanas“, Alexandro Tansmano Koncertas smuikui, Emilio Mlynarskio Simfonija op. 14 („Lenkija“). 5.00 Modus.

Žinios šokiadieniais – 7.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 15.00, 16.00, 18.00, 22.00.

PIRMADIENIS, GRUODŽIO 2 D.

6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Vatikano radijas. 6.27 Intermezzo. 7.05 Ryto allegro. 9.05 Intermezzo. 10.05 Šviesi ateitis. 10.35 Intermezzo. 11.05 Penkių epochų grojaraštis. 12.00 Pietų meto koncertas. Marcin Zdunic (violončelė), Liilianna Stawarz (klavesinas) atlieka Antonio Vivaldi koncertų ciklą „Metų laikai“. Koncertas Varšuvoje. 13.05 Garso ekspedicija. 14.00 Intermezzo. 14.30 Santara. Laida lenkų k. 15.05 Homo cultus. Žmogus ir miestas. 16.05 Pakeliui su klasika. 18.12 Sėsk j traukinį A. 19.00 Klasikos koncertų salė. Koncerto „Lietuviška rapsodija“ įrašas iš NF. Dalyvauja Dalia Kuznecovaitė (smuikas) ir Lietuvos nacionalinis simfoninis orkestras. Dirigentas Antoni Wit (Lenkija). 20.20 Intermezzo. 21.00 Vakarų su knyga. Romain Gary. „Aušros pažadas“. Skaito R. Ramanauskas. 21.30 L'estro armonico. 22.12 Euroradijo koncertas. Hallé orkestrui diriguoja Kahchum Wong. Programoje Benjaminio Britteno baletas „Pagodų princas“ siuita, Gustavo Mahlerio Simfonija Nr. 1 D-dur („Titanas“). Koncertas Mančesteryje. 23.52 Vakarų lyri-

ka. S. Bagaliūnas skaito G. Dabrišiaus eiles. 0.02 Šviesi ateitis. 0.35 Pakeliui su klasika. 2.30 Garso ekspedicija. 3.25 Penkių epochų grojaraštis. 4.20 Sėsk į traukinį A. 5.10 Intermezzo.

ANTRADIENIS, GRUODŽIO 3 D.

6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Vatikano radijas. 6.27 Intermezzo. 7.05 Ryto allegro. 9.05 Intermezzo. 10.00 Tretieji skersvėjai. 11.05 Penkių epochų grojaraštis. 12.00 Pietų meto koncertas. Styginių kvartetas „Béla Quartet“ atlieka Ludwigo van Beethoveno, Antono Weberno, George'o Crumbo kūrinius. Koncertas Sernjė (Šveicarija). 13.05 Nauja plokštelė. 14.00 Intermezzo. 14.30 Santara. Laida lenkų k. 15.05 Homo cultus. 16.05 Pakeliui su klasika. 18.12 Kitas laikas. 19.00 Klasikos koncertų salė. RAI nacionaliniam simfoniniam orkestrui diriguoja Daniele Rustioni. Solistas Francesco Piemontesi (fortepijonas). Programoje Mario Castelnuovo-Tedesco operos „Venecijos pirklys“ uvertiūra, Franzo Liszto Koncertas fortepionui Nr. 2 A-dur, Bėlos Bartoko Koncertas orkestrui. Įrašas iš Turino. 21.00 Vakaras su knyga. Romain Gary. „Aušros pažadas“. Skaito R. Ramanauskas. 21.30 L'estro armonico. 22.12 Euroradijo koncertas. „Hitcakerio vasaros muzikos dienos“. Styginių kvartetai „Chaos“, „Kuss Quartet“, Alexander Lonquich (fortepijonas) atlieka Jean-Féry Rebelio, György'o Ligeti'o, Johanno Sebastiano Bacho, Ludwigo van Beethoveno, Alfredo Schnittkės, Paulio Hindemitho, Ericho Wolfgango Korngoldo kūrinius. 23.52 Vakaro lyrika. V. Kochanskytė skaito A. Marčėno eiles. 0.02 Tretieji skersvėjai. 1.02 Pakeliui su klasika. 2.55 Nauja plokštelė. 3.50 Penkių epochų grojaraštis. 4.45 Sėsk į traukinį A. 5.30 Intermezzo.

TREČIADIENIS, GRUODŽIO 4 D.

6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Vatikano radijas. 6.27 Intermezzo. 7.05 Ryto allegro. 9.05 Intermezzo. 10.05 Tendencingai. 10.45 Intermezzo. 11.05 Penkių epochų grojaraštis. 12.00 Pietų meto koncertas. WDR simfoniniam orkestrui diriguoja Beat Furrer, Ilan Volkov. Solistė Noa Wildschut (smuikas). Programoje Beato Ferrero Koncertas smuikui, Franzo Schuberto Simfonija Nr. 4 c-moll („Tragiškoji“). Koncertas Dortmunde. 13.05 Įgarsintas vaizdas. 14.00 Intermezzo. 14.30 Santara. Laida lenkų k. 15.05 Homo cultus. 16.05 Pakeliui su klasika. 18.12 Sėsk į traukinį A. 19.00 Klasikos koncertų salė. Šveicarų kompozitorių kūrinių koncerto įrašas iš NF. Dalyvauja Valstybinis Vilniaus kvartetas, Mindaugas Bačkus (violončelė) ir Guoda Gedvilaitė (fortepijonas). Programoje Joachimo Raffo Styginių kvartetas Nr. 3 e-moll ir Pauliaus Juono Fortepijoninis sekstetas c-moll. 20.20 Intermezzo. 21.00 Vakaras su knyga. Romain Gary. „Aušros pažadas“. Skaito R. Ramanauskas. 21.30 L'estro armonico. 22.12 Euroradi-

jo koncertas. „Hitcakerio vasaros muzikos dienos“. Sharon Kam (klarnetas), fortepioninis trio „Sitkovetsky Trio“ atlieka Ludwigo van Beethoveno, Paulio Hindemitho, Maurice'o Ravelio kūrinius. 23.52 Vakaro lyrika. A. Bendoriūtė skaito V. Collonos eiles. 0.02 Tendencingai. 0.42 Pakeliui su klasika. 2.35 Įgarsintas vaizdas. 3.30 Penkių epochų grojaraštis. 4.25 Kitas laikas. 5.10 Intermezzo.

KETVIRTADIENIS, GRUODŽIO 5 D.

6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Vatikano radijas. 6.27 Intermezzo. 7.05 Ryto allegro. 9.05 Intermezzo. 10.05 Pilno metro. 11.05 Penkių epochų grojaraštis. 12.00 Pietų meto koncertas. Geneva Lewis (smuikas), Georgijs Osokins (fortepijonas) atlieka Johanneso Brahms'o, Edwardo Elgaro sonatas. Koncertas Londone. 13.05 Ars musica. 14.00 Intermezzo. 14.30 Santara. Laida lenkų k. 15.05 Homo cultus. 16.05 Pakeliui su klasika. 18.12 Kitas laikas. 19.00 Klasikos koncertų salė. Zalfeldeno džiazo festivalis: Sylvie Courvoisier „Chimaira“, Tomeka Reid Quartet – 3+3“. 21.00 Vakaras su knyga. Romain Gary. „Aušros pažadas“. Skaito R. Ramanauskas. 21.29 L'estro armonico. 22.12 Euroradijo koncertas. NDR Elbphilharmonie orkestrui diriguoja David Robertson. Solistas Pierre-Laurent Aimard (fortepijonas). Programoje Claude'o Debussy „Preljudas Fauno popietei“, Gustavo Mahlerio Adagio iš Simfonijos Nr. 10, George'o Gershvino „Variacijos „I Got Rhythm“ tema“. 23.52 Vakaro lyrika. A. Bendoriūtė skaito V. Collonos eiles. 0.02 Pilno metro. 0.55 Pakeliui su klasika. 2.50 Ars musica. 3.45 Penkių epochų grojaraštis. 4.40 Sėsk į traukinį A. 5.30 Intermezzo.

PENKTADIENIS, GRUODŽIO 6 D.

6.00 LR himnas. Žinios. 6.07 Vatikano radijas. 6.27 Intermezzo. 7.05 Ryto allegro. 9.05 Intermezzo. 10.05 Laikas kultūrai. 10.45 Intermezzo. 11.05 Penkių epochų grojaraštis. 12.00 Pietų meto koncertas. Ansambliui „Violoncellissimo“ diriguoja Marin Cazacu. Programoje muzika nuo baroko iki mūsų dienų. Koncertas Bukarešte. 13.05 Garso gėlės. 14.00 Intermezzo. 14.30 Santara. Laida lenkų k. 15.05 Intermezzo. 16.05 Pakeliui su klasika. 18.12 Sėsk į traukinį A. 19.00 Klasikos koncertų salė. Berlyno Vokietijos simfoniniam orkestrui diriguoja Maxim Emelyanychev. Solistė Patricia Kopatchinskaja (smuikas). 21.00 Vakaras su knyga. Romain Gary. „Aušros pažadas“. Skaito R. Ramanauskas. 21.30 L'estro armonico. 22.12 Euroradijo koncertas. Styginių kvartetą „Leonkoro Quartet“ atlieka Josepho Haydno, Albano Bergo, Felixo Mendelssohno kūrinius. Koncertas Vaidene (Vokietija). 23.52 Vakaro lyrika. A. Šlepikas skaito savo eiles. 0.02 Laikas kultūrai. 0.42 Pakeliui su klasika. 2.35 Garso gėlės. 3.30 Penkių epochų grojaraštis. 4.25 Kitas laikas. 5.10 Intermezzo.

ŠEŠTADIENIS, LAPKRIČIO 30 D.

TV3 PLUS

6.30 „Kapitonas Flintas ir piratai dinozaurai“. 8.00 „Meilės galia“. 11.00 Vaid. f. „Polis“. 12.30 „Daktaro Komarovskio mokykla“. 14.00 „Skaičius ar herbas?“ 16.00 „Ištekėjusi už mafijos“. 18.00 „Meilė iki mirties“. 20.10 „Moterys meluoja geriau“. 21.00 „Plutas“. 22.00 Trileris „Sąžiningas vagis“. 23.35 „Nepaprasta uoslė“.

VIASAT KINO

6.20 „Laukinė porėlė“. 8.00 „Be stabdžių“. 9.30 „Svajoklis Budis“. 10.55 „Bibliotekininkas: likimo ietis paieškos“. 12.30 „Puikybė ir prietariai“. 14.30 „Tikroji padėtis“. 16.35 „Trys įtemptos dienos“. 18.45 „Tvoros“. 21.00 „Puikybė ir prietariai“. 23.05 „Sancharjus“. 0.50 „Silpnybė“. 2.25 „Rufusas: stebuklingos šalies kronika“.

VIASAT KINO ACTION

6.15 „47 metrai: įkalintos po vandeniu“. 7.45 „Muškietininkas“. 9.25 „Transformeriai: išnykimo amžius“. 12.05 „Arktis“. 13.40 „Naujoji dukra“. 15.25 „Svaiginantis aukštis“. 17.10 „Transformeriai: išnykimo amžius“. 19.50 „Tolyn į tamsą. Žvaigždžių kelias“. 22.00 „Mirčių kolekcininkas“. 23.25 „Demonas viduje“. 1.00 „Anglas“. 2.30 „Viršukalnės karštligė“.

TRAVEL

7.00 Ryto programa. 8.00 Tirpstantys ledynai. 9.00 Lobių paieška. 11.00 Kuiperio povandeninė medžioklė. 13.00 Kodai ir konspiracijos teorijos. 15.00 Muziejaus paslaptys ir legendos. 17.00 Dingusiųjų paslaptys. 19.00 Vaiduoklių tauta. 21.00 Anomali teritorija. 22.00 Apsėsti namai. 24.00 Mitinių būtybių paieška. 1.00 Mirties bylos. 2.00 Nakties programa.

TV POLONIA

7.00 Panorama. 7.40 „M kaip meilė“. 8.30 Klausimai per pusryčius. 13.05 „Stebuklingas medis“. 13.45 „Kaip sakoma...“. 14.20 „Ir gėriui, ir blogiui“. 15.15 Sėkmės šansas. 16.15 Sėkmės šansas. 17.00 Kultūros PL. 18.00 TV ekspresas. 18.20 „M kaip meilė“. 19.10 „Skrendu paskui meilę“. 19.45 Laskowik&Malicki. 20.00 Geras pavadinimas. 20.30 Informacinė laida. 21.20 „Ranča“. 23.15 Geram vakarui – Krzysztof Zalewski. 0.10 TV ekspresas. 0.30 Taip grojama. 1.00 Panorama. 1.35 World News. 2.10 „Medalio verti išradimai“.

TV P1

6.30 „Paveldas“. 7.20 Baltos spalvos balansas. 8.00 Šv. Mišių transliacija. 8.40 Metas sode. 9.05 Metas sode. Ekstra. 9.20 Visa teisiai. 9.50 „Stulbinančios vietos“. 10.40 „Ranča“. 11.35 „Komisaras Aleksas“. 12.35 „Tėvas Mateušas“. 13.35 „Showdown“. 15.25 Okrasa lauko taisyklės. 16.00 Ūkininkas ieško žmonos. 17.05 „Paveldas“. 18.00 TV ekspresas. 18.20 Orai. 18.35 „Netikrumas“. 19.25 Prie ekrano. 19.40 Kokia tai melodija? 20.30 Informacinė laida. 21.20 „Profailerė“. 22.20 „Patriotų diena“. 0.35

„EnergacAMERIMAGE 2024“. 1.00 „Midway“. 3.25 „Paskutinis veiksmas“.

EUROSPORT

6.00 Jungtinės Karalystės snukerio čempionatas. 8.00 Slidinėjimas. Pasaulio taurė. 8.20 Snieglintės. Pasaulio taurė. 10.00 Slidinėjimas. Pasaulio taurė. 11.00 Šiaurės dvikovė. 12.15 Slidinėjimas. Pasaulio taurė. 14.15 Biatlonas. Pasaulio taurė. 15.00 Šiaurės dvikovė. Pasaulio taurė. 15.45 Slidinėjimas. 16.45 Kalnų slidinėjimas. Pasaulio taurė. 18.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga Amsterdame (tiesiogiai). 21.00 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato pusfinaliai (tiesiogiai). 0.30 Kalnų slidinėjimas (moterys). 1.30 Biatlonas. Pasaulio taurė. 2.30 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato pusfinaliai.

G03 SPORT1

7.00 Automobilių sportas. Japonijos ralis. 8.40 Šveicarijos ledo ritulio lyga. „Lausanne“ – „Davos“. 10.40 Europos krepšinio taurė. „Lietkabelis“ – „Venice“. 12.45 „Buducnost“ – „Wolves“. 14.50 Futbolas. LaLiga. „Barcelona“ – „Las Palmas“ (tiesiogiai). 17.00 Krepšinis. Eurolyga. „Žalgiris“ – „Baskonia“. 19.20 Futbolas. Bundeslyga. „Borussia“ – „Bayern“ (tiesiogiai). 21.50 Futbolas. LaLiga. „Valladolid“ – „Atletico“ (tiesiogiai). 24.00 Dviraičių sportas. Vokietijos turas. 1.00 Krepšinis. NBA. „Hawks“ – „Hornets“.

ANIMAL PLANET

7.00 Akiplėšos katės. 8.40 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 9.30 Alisos akvariumas. 10.25 Tijos pitbulių centras. 12.15 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 13.10 Akvariumas rykliams. 14.05 Tijos pitbulių centras. 15.00 Mums patinka šunys. 16.00 Sevensilio rykliai. 17.00 Tijos pitbulių centras. 18.00 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 19.00 Režisieriaus K. Smito akvariumas. 20.00 Kaip gyvūnai tai daro? Šikšnosparniai ir lamantinai. 21.00 Laukinė Australijos gamta. 22.00 Laukinė Meksikos gamta. 23.00 Aliaska. Šeima iš miško. 24.00 Tijos pitbulių centras. 1.45 Nakties programa.

VIASAT NATURE

6.20 „Laukiniai šunys: būrys prieš gaują“. 7.30 „Jorkšyro veterinarai“. 10.30 „Paslaptingosios Egipto banginių slėnis“. 11.25 „Milžiniai“. 12.15 „Gyvūnų odisėja“. 14.05 „Laukiniai kovotojai“. 15.45 „Gladiatoriai“. 17.30 „Laukinė Europos gamta“. 19.15 „Škotija: naujoji laukinė gamta“. 20.10 „Škotija: laukiniai metai“. 21.00 „Paslaptingosios Egipto banginių slėnis“. 21.55 „Milžiniai“. 22.45 „Gyvūnų odisėja“. 0.35 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 1.25 „Neįprastų gyvūnų klinika“. 2.10 „Išgelbėti laukinę Malavio gamtą“. 3.00 „Jorkšyro veterinarai“.

VIASAT EXPLORE

6.05 „Aukštumų dailidės“. 7.05 „Australijos aukso ieškotojai“. 7.55 „Lėktuvų katastrofos“. 8.55 „Paslėptos sienos: Arabija“. 9.55 „Australijos omarų medžiotai“. 12.45

„Australijos aukso ieškotojai“. 17.25 „Užsąrašas“ 22.00 „Karpis monstras“. 23.00 „Didžiulės inžinerijos klaidos“.

MEZZO

6.25 „Intermezzo“. 7.30 P. Guerero choreografija „Katedra“. 8.40 „Les Arts Florissants“ atlieka G. F. Hendelio kūrinį. 10.10 V. A. Mocarto Koncertą fortepijonui Nr. 20 groja D. Barenboimas. 10.40 „Intermezzo“. 11.00 2022 m. Paryžiaus operos konkursas. 13.00 D. Šostakovičiaus Simfoniją Nr. 10 atlieka Liucernos simfoninis orkestras. 13.55 „Intermezzo“. 14.30 Džiazas. 16.50 Džiazas. S. Rosenbergas. 17.45 „Intermezzo“. 18.30 R. Vagnerio, A. Berio ir A. Šoenbergo kūrinų koncertas. 19.55 Baritonas M. Gornė atlieka F. Šuberto „Žiemos kelionę“. 21.30 Dž. Pučinio opera „Madam Baterflai“. 23.50 H. Berliozio kūrinį atlieka sopranas V. Gens ir Monte Karlo filharmonijos orkestras. 1.30 V. A. Mocarto ir L. van Bethoveno kūrinų koncertas. 2.50 Nakties programa.

SEKMADIENIS, GRUODŽIO 1 D.

TV3 PLUS

6.30 „Kapitonas Flintas ir piratai dinozaurai“. 8.00 „Meilės galia“. 11.00 Melodrama „Paskutinės Kalėdos mokykloje“. 12.30 „Daktaro Komarovskio mokykla“. 14.00 „Skaičius ar herbas?“ 16.00 „Ištekėjusi už mafijos“. 18.00 „Meilė iki mirties“. 20.10 „Moterys meluoja geriau“. 20.30 Tavo horoskopas su Nagliu Šulija. 21.00 „Plutas“. 22.00 Drama „Ar galėsi kada nors man atleisti?“ 23.50 „Nepaprasta uoslė“.

VIASAT KINO

6.25 „Be stabdžių“. 7.50 „Basomis per grindinį“. 9.45 „Žavios vyrų širdys“. 11.30 „Trenneris Karteris“. 13.40 „Laukinė porėlė“. 15.20 „Be stabdžių“. 16.50 „Tristanas ir Izolda“. 18.50 „Mergina, verta milijono“. 21.00 „Metas žudyti“. 23.25 „Šaftas“. 1.00 „Debesų žemėlapis“. 3.50 „Paktas“.

VIASAT KINO ACTION

6.40 „Kriomiegas“. 8.35 „Išlikimas“. 10.10 „Svaiginantis aukštis“. 11.55 „Muškietininkas“. 13.35 „Karaliaus vardu. Požemių pasaulio sakmė“. 15.40 „Kriomiegas“. 17.35 „Griaustinio griausmas“. 19.10 „Žvaigždžių kelias: pirmasis kontaktas“. 21.00 „Meksikietis“. 23.00 „Mirčių kolekcininkas“. 0.25 „Mėlynoji bedugnė“. 1.50 „Anglas“.

TRAVEL

7.00 Ryto programa. 8.00 Mitinių būtybių paieška. 11.00 Nežinoma ekspedicija. 13.00 Mumijų tyrimas. 15.00 Vaiduoklių medžiotojas. 17.00 Neramios sielos. 19.00 Mitinių būtybių paieška. 21.00 Anomali teritorija. 22.00 Muziejaus paslaptys ir legendos. 24.00 Mitinių būtybių paieška. 1.00 Anapus pasaulio. 2.00 Nakties programa.

TV POLONIA

7.00 Panorama. 7.40 „M kaip meilė“. 8.30 Klausimai per pusryčius. 9.45 „Info tarnyba“. 12.00 „Polonija Mentoreloje“. 12.05 Dok. f. 12.45 „Polonija Mentoreloje“. 12.55 „Tarp žemės ir dangaus“. 13.00 Viešpaties

Angelas. 13.15 „Tarp žemės ir dangaus“. 13.45 „Polonija Mentoreloje“. 13.50 Sekmadienio žodis. 14.00 Šv. Mišios. 15.15 Futbolas. 18.00 TV ekspresas. 18.20 „M kaip meilė“. 19.10 „Kaip mus mato“. 19.40 „Duodu žodį. Maciej Orłoś“. 20.30 Informacinė laida. 21.20 „Winnų šeimos šimtmetis“. 22.15 „Su žvaigžde per pasaulį“. 23.10 „Teisė ir kumštis“. 1.00 Panorama. 1.35 World News. 2.10 Kultūros informacija.

TVPI

5.40 „Paveldas“. 6.30 Reporterio reikalas. 7.20 Lenkų@lenkų žodynas. 7.55 Sekmadienio žodis. 8.00 Šv. Mišių transliacija. 9.00 Savaitė. 9.30 „Ekumenizmas varšuvietiška“. 9.45 „Stulbinanti laukinė gamta žiemą“. 10.05 „Žmona australui“. 11.55 „Komisaras Aleksas“. 12.55 „Tarp žemės ir dangaus“. 13.00 Viešpaties Angelas. 13.15 „Tarp žemės ir dangaus“. 13.45 „Devintam danguj“. 14.05 Kartu su BBC. 15.10 „Konsulas 100“. 17.05 „Paveldas“. 18.00 TV ekspresas. 18.35 „Duodu žodį. Maciej Orłoś“. 19.40 Kokia tai melodija? 20.30 Informacinė laida. 21.20 „Žaidimas su šešėliu“. 22.20 „Ūkininkas ieško žmonos“. 23.20 „Energo-CAMERIMAGE 2024“. 23.45 „Anželika“. 1.45 „Patriotų dieną“. 4.10 Kokia tai melodija?

EUROSPORT

6.00 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato pusfinaliai. 8.00 Kalnų slidinėjimas. Pasaulio taurė. 9.20 Šiaurės dvikovė. 10.00 Olimpiadų galia. 10.15 Slidinėjimas. Pasaulio taurė. 11.35 Kalnų slidinėjimas. Pasaulio taurė. 13.30 Šiaurės dvikovė. Pasaulio taurė. 14.30 Olimpiadų galia. 15.15 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas (tiesiogiai). 18.10 Biatlonas. Pasaulio taurė. 19.45 Kalnų slidinėjimas. Pasaulio taurė. 21.00 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas (tiesiogiai). 24.00 Kalnų slidinėjimas. 1.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga.

GO3 SPORT1

7.00 Automobilių sportas. Sezono apžvalga. 7.50 Krepšinis. NCAA. 9.50 Futbolas. Bundeslyga. „Borussia“–„Bayern“. 11.50 Ledo ritulys. NHL. „Rangers“–„Canadiens“. 13.50 Krepšinis. ACB league. „Zaragoza“–„Bilbao Basket“. 15.50 Futbolas. Serie A. „Torino“–„Napoli“ (tiesiogiai). 18.00 Futbolas. Žurnalas. 18.50 Futbolas. Serie A. „Fiorentina“–„Inter“ (tiesiogiai). 21.00 Krepšinis. Euroleague Originals. 21.50 Futbolas. LaLiga. „Real Sociedad“–„Real Betis“ (tiesiogiai). 24.00 Automobilių sportas. 1.00 Krepšinis. NBA. „Celtics“–„Cavaliers“ (tiesiogiai). 3.30 Pasaulio snieglenčių taurė.

ANIMAL PLANET

7.00 Akiplėšos katės. 8.40 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 9.30 Režisieriaus K. Smito akvariumas. 10.25 Kaip gyvūnai tai daro? Šikšnosparniai ir lamantinai. 11.20 Akiplėšos katės. 12.15 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 13.10 Džericho akvariumas. 14.05 Tijos pitbulių centras.

16.00 Pažintis su orangutanais. 16.00 Pažintis su pingvinais. 17.00 Akiplėšos katės. 18.00 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 19.00 Hiphopo atlikėjo akvariumas. 20.00 Tijos pitbulių centras. 21.00 Garsenybės laukinėje gamtoje. 22.00 Pasakojimai apie šunis. 23.00 Aliaska. Šeima iš miško. 24.00 Laukinė Australijos gamta. 1.00 Laukinė Meksikos gamta. 1.45 Nakties programa.

VIASAT NATURE

6.05 „Išgelbėti laukinę Malavio gamtą“. 7.15 „Jorkšyro veterinarai“. 9.30 „Laukinė Belgijos gamta“. 11.05 „Patagonija. Slaptas Žemės rojus“. 12.00 „Laukinė Lotynų Amerika“. 12.50 „Šešėlių šalis“. 13.40 „Stipriaisi gamtos kovotojai“. 14.35 „Gražiausi pasaulio kraštovaizdžiai“. 16.05 „Metai Žemės planetoje“. 17.45 „Laukiniai kovotojai“. 19.25 „Gladiatoriai“. 21.05 „San Andreasas. Lenkynės su laiku“. 22.00 „Galingasis Jeloustouno ugnikalnis“. 23.40 „Jeloustounas. Amerikos tikinti bomba“. 0.30 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 1.20 „Atokiausių kampelių veterinaras“. 2.05 „Išgelbėti laukinę Malavio gamtą“. 2.55 „Jorkšyro veterinarai“.

VIASAT EXPLORE

6.15 „Australijos bulių gaudytojai“. 7.35 „Australijos aukso ieškotojai: kasyklų gelbėjimas“. 11.40 „Didžiulės inžinerijos klaidos“. 15.30 „Lėktuvų katastrofos“. 16.25 „Paslėptos sienos: Arabija“. 17.25 „Australijos aukso ieškotojai“. 22.00 „Lėktuvų katastrofos“. 22.55 „Paslėptos sienos: Arabija“. 23.55 „Australijos omarų medžiotojai“.

MEZZO

6.15 Klasikos archyvai. 7.10 V. A. Mocarto Koncertą fortepijonui Nr. 21. 7.40 „Intermezzo“. 8.00 V. Belinio opera „Kapulečiai ir Montekiai“. 10.20 „Intermezzo“. 11.00 Džiazas. „Pink Martini“. 12.30 Džiazas. A. Koenas ir M. Ozonė. 14.05 „Intermezzo“. 14.30 Lido tarptautinis fortepijono konkursas. 17.30 Dok. f. apie P. de Liusiją „Šviesa ir šešėliai“. 18.25 „Intermezzo“. 19.05 Dž. Verdžio opera „Ermanis“. 21.30 G. Faurė „Requiem“ atlieka Tulūzos Kapitolijaus orkestras. 22.45 G. Faurė kūrinį fortepijonu atlieka L. Debargue. 0.50 Dok. f. „Vynuogynai ir batų dėžės – beiškant tobulos koncertų salės akustikos“. 1.00 Klasikos archyvai. Sopranas V. de los Angeles. 1.45 J. Haidno oratorija „Septyni paskutiniai mūsų Išganytojo žodžiai ant kryžiaus“. 2.55 Nakties programa.

PIRMADIENIS, GRUODŽIO 2 D.

TV3 PLUS

6.30 „Kapitonas Flintas ir piratai dinozaurai“. 7.30 Pasikalbėkim. 8.00 Serialas „Kaimas, vertas milijono“. 1 s. 10.00 „Graiškė“. 11.00 „Italiska meilė“. 14.00 „Ambasadoriaus dukra“. 17.00 „Graiškė“. 18.00 Serialas „Juodosios našlės“. 1 s. 20.10 „Moterys meluoja geriau“. 21.30 Sveikatos DNR. 22.00 „Nemylimi“. 23.00 Serialas „Briusas“. 1 s. 24.00 „Apuokas“.

VIASAT KINO

6.50 „Bibliotekininkas: likimo ieties paieškos“. 8.25 „Žavios vyrų širdys“. 10.10 „Ismintinas kelias“. 11.45 „Darbo diena“. 13.35 „Be stabdžių“. 15.05 „Žmogus-drugys“. 17.00 „Ruduo Niujorke“. 18.45 „Pagauk, jei gali“. 21.00 „Prabudimas“. 22.20 „Trys įtemptos dienos“. 0.30 „Donis darko“. 2.20 „Nepadėk ragelio“.

VIASAT KINO ACTION

6.45 „47 metrai: įkalintos po vandeniu“. 8.10 „Svaiginantis aukštis“. 9.55 „Griaustinio griausmas“. 11.35 „Naujoji dukra“. 13.20 „Kriomiegas“. 15.15 „Žvaigždžių kelias: pirmasis kontaktas“. 17.00 „Karaliaus vardu. Požemių pasaulio sakmė“. 19.05 „Kriomiegas“. 21.00 „Atvykimas“. 22.55 „Suvokimas“. 1.00 „Meksikietis“. 3.00 „Mirčių kolekcininkas“.

TRAVEL

7.00 Ryto programa. 8.00 Nepaprastos NASA bylos 9.00 Mumijų tyrimas. 11.00 Vaiduoklių medžiotojas. 13.00 Neramios sielos. 15.00 Tirpstantys ledynai. 17.00 Lobių paieška. 19.00 Kuperio povandeninė medžioklė. 21.00 Anomali teritorija. 22.00 Osbornai ir ateiviai. 23.00 Baimės buveinė. 24.00 Akistata su kitu pasauliu. 1.00 Apsėsti namai. 2.00 Nakties programa.

TV POLONIA

7.00 Panorama. 7.35 Mūsų istorija. 8.00 Prieskonių takais. Pikantiška ir saldu. 8.30 Klausimai per pusryčius. 12.10 „Amerikos stotelė“. 12.30 „Laimės spalvos“. 13.00 Ryto svečias. 13.25 „Winnų šeimos šimtmetis“. 14.20 „Kažkada tai buvo...“ 14.55 Pasaulio lenkai. 15.05 Kultūros PL. 16.05 „Labas, ar galiu tave suvalgyti?“ 16.15 „Kačių kalambūrai“. 16.30 Informacinė laida. 17.00 „Karalių karūna“. 17.30 „Laimės spalvos“. 18.00 TV ekspresas. 18.20 Žodžių žaidimas. 18.50 TV ekspresas. Ekstra. 19.15 Lenkų@lenkų žodynas. 19.45 Panorama. 20.00 Pasaulio lenkai. 20.10 Medalio verti išradimai. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.25 „Lenkijos keliai“. 23.10 Reporterių ekspresas. 0.10 Panorama. 0.45 Regionų dienraštis. 1.10 Žodžių žaidimas. 1.35 World News. 2.10 Inovacijų stotis.

TVPI

6.05 „Paveldas“. 6.55 Info rytas. 8.00 Šv. Mišių transliacija. 8.30 Rabano studija. 9.00 „Akacijų 38“. 9.50 „Ranča“. 10.45 „Komisaras Aleksas“. 11.45 „Tėvas Mateušas“. 12.35 „Karalių karūna“. 13.10 Agroverslas. 13.25 Žemės ūkis. Orai. 13.35 Žemės ūkis. 13.50 Kartu su BBC. 15.00 „Vėjūotas kalnas“. 15.55 Kokia tai melodija? 16.35 Žodžių žaidimas. 17.05 „Paveldas“. 18.00 TV ekspresas. 18.20 Kokia tai melodija? 18.55 „Klanas“. 19.25 Reporteriai. 19.45 „Akacijų 38“. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.30 TV teatras. „Grazioji Zoška“. 23.10 Pasaulis be fikcijos. 0.20 Baltos spalvos balansas. 1.00 „Alive: Drama Anduose“. 3.15 „Žmona australui“. 5.00 Kokia tai melodija? 5.20 „Tokie mes buvome“.

EUROSPORT

6.00 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas. 8.00 Kalnų slidinėjimas (moterys). 9.30 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 12.30 Šuoliai su slidėmis nuo trampolino. 15.00 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas. 17.00 Šuoliai su slidėmis nuo trampolino. 18.50 Europos moterų rankinio čempionato rungtynės. 20.45 Kalnų slidinėjimas (moterys). 21.20 Europos moterų rankinio čempionato rungtynės. 23.15 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas. 1.00 Kalnų slidinėjimas. Pasaulio taurė. 2.00 Šuoliai su slidėmis nuo trampolino.

G03 SPORT1

7.00 Krepšinis. Eurolyga. „Panathinaikos“ – „Monaco“. 9.10 „Fenerbahce“ – „Olimpia Milano“. 11.20 Krepšinis. Europos taurė. „Buducnost“ – „Wolves“. 13.30 Futbolas. LaLiga. „Barcelona“ – „Las Palmas“. 15.35 „Real“ – „Getafe“. 17.35 Futbolas. Serie A. „Milan“ – „Empoli“. 19.35 „Torino“ – „Napoli“. 21.35 „Roma“ – „Atalanta“ (tiesiogiai). 23.45 Dviraičių sportas. Vokietijos turas. 0.35 Krepšinis. NBA. „Hawks“ – „Hornets“. 3.00 Krepšinis. NBA. „Lakers“ – „Timberwolves“ (tiesiogiai).

ANIMAL PLANET

7.00 Akiplėšos katės. 8.40 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 9.30 Hiphopo atlikėjo akvariumas. 10.25 Tijos pitbulių centras. 11.20 Akiplėšos katės. 12.15 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 13.10 Alisos akvariumas. 14.05 Tijos pitbulių centras. 15.00 Laukinės gamtos legendos. 16.00 Pažintis su pingvinais. 17.00 Akiplėšos katės. 18.00 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 19.00 Roko žvaigždės akvariumas. 20.00 Tijos pitbulių centras. 21.00 Pabaisos krokodilai. 22.00 Miesto grobuonys. 23.00 Aliaska. Šeima iš miško. 24.00 Garsenybės laukinėje gamtoje. 1.45 Nakties programa.

VIASAT NATURE

6.00 „Išgelbėti laukinę Malavio gamtą“. 7.15 „Jorkšyro veterinarai“. 10.15 „Laukiniai kovotojai“. 11.55 „Gladiatoriai“. 13.35 „Neįprastų gyvūnų klinika“. 14.20 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 15.10 „Liūtų brolystė“. 16.00 „Laukiniai kovotojai“. 17.40 „Gladiatoriai“. 18.30 „Upių monstriai“. 19.20 „Išgelbėti laukinę Australijos gamtą“. 20.10 „Liūtų brolystė“. 21.00 „Laukinė širdis“. 22.00 „Kanopos vėjyje“. 22.55 „Laukinė Europos gamta“. 0.40 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 1.30 „Atokiausių kampelių veterinaras“. 2.15 „Išgelbėti laukinę Malavio gamtą“. 3.00 „Jorkšyro veterinarai“.

VIASAT EXPLORE

6.20 „Australijos bulių gaudytojai“. 7.55 „Požemių brangakmenių medžiotojai“. 8.55 „Australijos aukso ieškotojai“. 9.55 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 10.50 „Autbeko sunkvežimių vairuotojai“. 11.50 „Aukštumų dailidės“. 12.45 „Didžiulės inžinerijos klaidos“. 13.40 „Mirusiojo praeikimas: dingęs ispanų auksas“. 14.35 „Australijos aukso

ieškotojai“. 16.30 „Vilkikai purvo kalnuose“. 17.25 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 18.20 „Medienos titaniai“. 19.15 „Ledo vikingai“. 20.10 „Mirusiojo praeikimas: dingęs ispanų auksas“. 21.10 „Australijos aukso ieškotojai“. 23.00 „Aukštumų dailidės“. 24.00 „Lėktuvų katastrofų tyrėjai“. 1.05 „Australijos aukso ieškotojai: kasyklų gelbėjimas“. 2.05 „Australijos aukso ieškotojai“.

MEZZO

7.00 Dok. f. apie A. Chačaturianą „120 muzikos metų Armėnijoje“. 7.30 Džiazas. G. Porteris. 9.00 Džiazas. C. M. Salvant. 10.25 „Intermezzo“. 11.00 Lidsio tarptautinis fortepijono konkursas. 14.00 „Intermezzo“. 14.30 Dž. Verdžio opera „Kaukių balius“. 16.55 D. Šostakovičiaus Simfonija Nr. 10 atlieka Liucernos simfoninis orkestras. 17.50 „Intermezzo“. 18.25 „Europakonzert 2023“: Berlyno filharmonijos orkestro koncertas. 19.45 I. Galvano choreografija „Karmen“. 21.30 Dok. f. apie D. Oistrachą „Žmonių atlikėjas“. 22.45 L. van Bethoveno ir P. Čaikovskio kūrinius fortepijono atlieka K. Gersteinas ir Paryžiaus orkestras. 0.05 Klasikos archyvai. Mecosopranas T. Berganza. 1.40 A. Moraleso choreografija „Savitas“. 3.10 Nakties programa.

ANTRADINIS, GRUODŽIO 3 D.**TV3 PLUS**

6.30 „Kapitonas Flintas ir piratai dinozaurai“. 7.30 Sveikatos DNR. 8.00 „Kaimas, veritas milijono“. 10.00 „Graiškė“. 11.00 „Italiska meilė“. 14.00 Serialas „Gyvenimo šukės“. 1 s. 17.00 „Graiškė“. 18.00 „Juodosios našlės“. 20.10 „Moterys meluoja geriau“. 21.30 Dienos pjūvis. 22.00 „Nemylimai“. 23.00 „Briusas“. 24.00 „Apuokas“.

VIASAT KINO

6.00 „Bibliotekininkas: likimo ietis paieškos“. 7.30 „Tristanas ir Izolda“. 9.35 „Trenėris Karteris“. 11.45 „Be stabdžių“. 13.15 „Žmogus-drugys“. 15.10 „Ruduo Niujorke“. 16.55 „Pagauk, jei gali“. 19.10 „Pamišę dėl šokių“. 21.00 „Galutinis montažas“. 22.35 „Sekretorė“. 0.25 „Prabudimas“. 1.45 „Trys įtemptos dienos“.

VIASAT KINO ACTION

6.35 „Karaliaus vardu. Požemių pasaulio sakmė“. 8.40 „Naujoji dukra“. 10.25 „Avangardas“. 12.05 „Svaiginantis aukštis“. 13.50 „Žvaigždžių kelias: pirmasis kontaktas“. 15.40 „Avangardas“. 17.20 „Kriomiegas“. 19.15 „Naujoji dukra“. 21.00 „Šešėlių knyga: Bleiro ragana 2“. 22.30 „Senis“. 0.15 „Atvykimas“. 2.15 „Meksikietis“.

TRAVEL

7.00 Ryto programa. 8.00 Mumijų tyrimas. 9.00 Tirpstantys ledynai. 11.00 Lobių paieška. 13.00 Kuperio povandeninė medžioklė. 15.00 Mitinių būtybių paieška. 19.00 Nežinoma ekspedicija. 21.00 Anomali teritorija. 22.00 Paranormalus pavojus. 23.00 Luizianos vaiduokliai. 24.00 Akistata su kitu pasauliu. 1.00 Muziejaus paslaptys ir legendos. 2.00 Nakties programa.

TV POLONIA

7.00 Panorama. 7.35 Naudingi. 8.00 Virtuvės receptai. 8.30 Klausimai per pusryčius. 12.10 Medalio verti išradimai. 12.30 „Laimės spalvos“. 13.00 Ryto svečias. 13.25 „Ranča“. 15.10 „Išvykimo salė“. 16.00 Edukacinė laida apie gyvūnus. 16.15 Gyvūnėliai skaitytojai. 16.30 Informacinė laida. 17.00 „Karalių karūna“. 17.30 „Laimės spalvos“. 18.00 TV ekspresas. 18.20 Žodžių žaidimas. 18.50 TV ekspresas. Ekstra. 19.15 „Rytų akcentas“. 19.45 Panorama. 20.10 Vilnoteka. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.25 „Tėvas Mateušas“. 23.15 „Skrendu paskui meilę“. 23.45 Opolė bisui. 0.10 Panorama. 0.45 Regionų dienraštis. 1.10 Žodžių žaidimas. 1.35 World News. 2.10 Vilnoteka.

TVP1

6.05 „Paveldas“. 6.55 „Info rytas“. 8.00 Šv. Mišių translacija. 8.30 Bažnyčia iš arti. 9.00 „Akacijų 38“. 9.50 „Ranča“. 10.50 „Komisarar Aleksas“. 11.45 „Tėvas Mateušas“. 12.35 „Karalių karūna“. 13.10 Agroverslas. 13.30 Žemės ūkis. Orai. 13.35 Žemės ūkis. 14.00 Kartu su gamta. 15.00 „Vėjuotas kalnas“. 15.55 Kokia tai melodija? 16.35 Žodžių žaidimas. 17.05 „Paveldas“. 18.00 TV ekspresas. 18.15 Orai. 18.20 Kokia tai melodija? 18.55 „Klanas“. 19.25 Reporteriai. 19.45 „Akacijų 38“. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.30 „Karalių karūna“. 22.05 „Praeities pėdomis“. 23.05 Reporterių ekspresas. 0.10 „Paklausyk, ką noriu tau pasakyti“. 1.40 „Juodasis ketvirtadienis“. 3.40 „Anželika“. 5.40 Užrašai.

EUROSPORT

6.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 8.00 Kalnų slidinėjimas. Pasaulio taurė. 9.30 Šuoliai su slidėmis nuo trampolino. 11.30 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas. 13.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 15.00 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas. 17.05 Kalnų slidinėjimas (moterys). 18.50 Europos moterų rankinio čempionato rungtynės. 20.45 Šuoliai su slidėmis nuo trampolino. 21.20 Europos moterų rankinio čempionato rungtynės. 23.15 Kalnų slidinėjimas (moterys). 24.00 Karatė sporto žurnalas. 1.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 2.30 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas.

G03 SPORT1

7.00 Ledo ritulys. NHL. „Rangers“ – „Canadiens“. 8.55 Šveicarijos ledo ritulio lyga. „Kloten“ – „Tigers“. 11.00 „Bern“ – „Lakers“. 13.05 Pasaulio snieglenčių taurė. 15.05 Pasaulio slidinėjimo taurė. 17.05 Krepšinis. Eurolyga. „Panathinaikos“ – „Monaco“. 19.10 ASVEL – „Anadolu Efes“. 21.15 „Partizan“ – „Žalgiris“ (tiesiogiai). 23.30 Krepšinis. 23.55 Futbolas. Serie A. „Roma“ – „Atalanta“. 1.55 Krepšinis. NBA. 2.15 „Pacers“ – „Grizzlies“.

ANIMAL PLANET

7.00 Akiplėšos katės. 7.50 Tijos pitbulių centras. 8.40 Sodybos gelbėjimas. 9.30 Ba-

seinas, tinkantis paukščiams. 10.25 Veterinarijos universiteto kasdienybė. 11.20 Tijos pitbulių centras. 12.15 Gyvūnų apsauga. 13.10 Baseinas kaip sveikatinimo centras. 14.05 Kaip gyvūnai tai daro? 15.00 Gyvūnų globėjai. 16.00 Pasakojimai apie šunis. 17.00 Tijos pitbulių centras. 18.00 Gyvūnų globėjai. 19.00 Baseinas kalvos viršūnėje. 20.00 Veterinarijos universiteto kasdienybė. 21.00 Mums patinka šunis. 22.00 Tijos pitbulių centras. 23.00 Aliaska. Šeima iš miško. 24.00 Laukinė Dubajaus gamta. 1.00 Aliaska. Šeima iš miško. 1.45 Nakties programa.

VIASAT NATURE

6.05 „Išgelbėti laukinę Malavio gamtą“. 7.00 „Laukiniai šunys: bėgimas su gauja“. 7.25 „Jorkšyro veterinarai“. 9.40 „Laukinė širdis“. 10.45 „Kanopos vėjyje“. 11.35 „Laukinė Europos gamta“. 13.20 „Neįprastų gyvūnų klinika“. 14.05 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 14.55 „Liūtų brolystė“. 15.45 „Laukinė širdis“. 16.45 „Kanopos vėjyje“. 17.40 „Laukinė Europos gamta“. 18.35 „Upių monstriai“. 19.25 „Išgelbėti laukinę Australijos gamtą“. 20.10 „Liūtų brolystė“. 21.00 „Gražiausi pasaulio kraštovaizdžiai“. 22.35 „Metai Žemės planetoje“. 0.10 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 1.00 „Atokiausių kampelių veterinaras“. 1.45 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 2.35 „Jorkšyro veterinarai“.

VIASAT EXPLORE

6.20 „Medienos titaniai“. 7.15 „Australijos bulių gaudytojai“. 7.55 „Požemių brangakmenių medžiotojai“. 8.55 „Australijos aukso ieškotojai“. 9.50 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 10.45 „Autbeko sunkvežimių vairuotojai“. 11.45 „Aukštumų dailidės“. 12.45 „Didžiulės inžinerijos klaidos“. 13.40 „Mirusiojo praeikimas: dingęs ispanų auksas“. 14.35 „Australijos aukso ieškotojai“. 16.30 „Vilkikai purvo kalnuose“. 17.25 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 18.20 „Medienos titaniai“. 19.15 „Ledo vikingai“. 20.10 „Mirusiojo praeikimas: dingęs ispanų auksas“. 21.10 „Australijos aukso ieškotojai“. 23.00 „Aukštumų dailidės“. 24.00 „Lėktuvų katastrofų tyrėjai“. 1.00 „Australijos aukso ieškotojai: kasyklų gelbėjimas“. 2.00 „Australijos aukso ieškotojai“.

MEZZO

6.15 V. A. Mocarto Koncertą fortepijoniui Nr. 24 atlieka D. Barenboimas ir Berlyno filharmonijos orkestras. 6.50 „Intermezzo“. 7.30 G. Faurė kūrinius fortepijono groja L. Debargue. 9.00 O. Mesijano „Ir trokštu mirusiųjų prisikėlimo“. 9.45 L. van Bethoveno Simfonija Nr. 2 atlieka Liucernos festivalio orkestras. 10.25 „Intermezzo“. 11.00 Dž. Verdžio opera „Ernanis“. 13.05 Klasikų kūrinius fortepijono groja H. Grimod. 14.05 „Intermezzo“. 14.30 H. Berlioz kūrinius atlieka sopranas V. Gens ir Monte Karlo filharmonijos orkestras. 16.10 V. A. Mocarto ir L. van Bethoveno kūrinių koncertas. 17.30 G. Faurė kūrinius fortepijono groja L. Debarkue. 18.30 „Intermezzo“. 19.00 Dok. f.

apie A. Segoviją. 19.55 L. van Bethoven „Iškilmingosios mišios D-dur“. 21.30 K. Pite choreografija „Revizorius“. 23.00 G. B. Pergolezio kūrinių koncertas. 0.10 K. Monteverdžio opera „Orfėjas“. 2.05 D. Šostakovičiaus Simfoniją Nr. 10 atlieka Liucernos simfoninis orkestras. 3.05 Nakties programa.

TRĘČIADIENIS, GRUODŽIO 4 D.

TV3 PLUS

6.30 „Kapitonas Flintas ir piratai dinozaurai“. 7.30 Dienos pjūvis. 8.00 „Kaimas, vertas milijono“. 10.00 „Graikė“. 11.00 „Itališka meilė“. 14.00 „Gyvenimo šukės“. 17.00 „Graikė“. 18.00 „Juodosios našlės“. 20.10 „Moterys meluoja geriau“. 21.30 33 minutės. 22.00 „Nemylimi“. 23.00 „Briusas“. 24.00 „Apuokas“.

VIASAT KINO

6.15 „Žodžiai“. 7.55 „Treneris Karteris“. 10.05 „Be stabdžių“. 11.35 „Žmogus-drugys“. 13.30 „Ruduo Niujorke“. 15.15 „Pagauk, jei gali“. 17.30 „Pamišę dėl šokių“. 19.20 „Laukinė porėlė“. 21.00 „Neapykanta ir meilė“. 22.45 „Šanchajus“. 0.25 „Galutinis montažas“. 2.05 „Sekretorė“.

VIASAT KINO ACTION

6.45 „Svaiginantis aukštis“. 8.25 „Avangardas“. 10.10 „Karaliaus vardu. Požemių pasaulio sakmė“. 12.10 „Svaiginantis aukštis“. 13.55 „Avangardas“. 15.35 „Kriemiegas“. 17.30 „Naujoji dukra“. 19.15 „Pabėgimas iš Pretorijos“. 21.00 „Demonas viduje“. 22.35 „Kruvinoji Valentino naktis“. 0.15 „Šešėlių knyga: Bleiro ragana 2“. 1.50 „Atvykimas“. 4.00 „Mėlynoji bedugnė“.

TRAVEL

7.00 Ryto programa. 8.00 Tirpstantys ledynai. 9.00 Mitinių būtybių paieška. 13.00 Nežinoma ekspedicija. 15.00 Kodai ir konspiracijos teorijos. 17.00 Muziejaus paslaptys ir legendos. 19.00 Pilies paslaptys ir legendos. 21.00 Anomali teritorija. 22.00 Vaiduoklių medžiotojas. 23.00 Neramos sielos. 24.00 Akistata su kitu pasauliu. 1.00 Osbornų šeimynėlė prieš ateivius. 2.00 Nakties programa.

TV POLONIA

7.00 Panorama. 7.35 „Privatus gyvūnų gyvenimas“. 8.00 Okrasa laužo taisyklės. 8.30 Klausimai per pusryčius. 12.10 Vilnoteka. 12.30 „Laimės spalvos“. 13.00 Ryto svečias. 13.25 „Tėvas Mateušas“. 15.05 Dok. f. 16.05 „Treflikų šeima“. 16.30 Informacinė laida. 17.00 „Karalių karūna“. 17.30 „Laimės spalvos“. 18.00 TV ekspresas. 18.20 Žodžių žaidimas. 18.50 TV ekspresas. Ekstra. 19.15 Reportažas. 19.45 Panorama. 20.10 „Kryptis – Vakarai“. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.25 „Dėl manęs nesijaudink“. 23.15 Studija klauso. 0.10 Panorama. 0.45 Regionų dienraštis. 1.10 Žodžių žaidimas. 1.35 World News. 2.10 „Kryptis – Vakarai“.

TV P1

6.05 „Paveldas“. 6.55 „Info rytas“. 8.00 Šv. Mišios. 8.30 „(Ne)šventoji šeima“. 9.00

„Akacijų 38“. 9.45 „Ranča“. 10.45 „Komisaras Aleksas“. 11.45 „Tėvas Mateušas“. 12.35 „Karalių karūna“. 13.10 Agroverslas. 13.30 Žemės ūkis. Orai. 13.35 Metas sode. Ekstra. 13.55 Kartu su gamta. 15.00 „Vėjuotas kalnas“. 15.55 Kokia tai melodija? 16.35 Žodžių žaidimas. 17.05 „Paveldas“. 18.00 TV ekspresas. 18.15 Orai. 18.20 Kokia tai melodija? 18.55 „Klanas“. 19.25 Reporteriai. 19.45 „Akacijų 38“. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.30 „Karalių karūna“. 22.05 „Kalibras“. 23.55 „Suburbicon“. 1.50 Reporterių ekspresas. 2.55 „Alive: Drama Anduose“. 5.40 Užrašai.

EUROSPORT

6.00 Jungtinės Karalystės snukerio čempionatas. 8.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 9.30 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas. 11.30 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 13.00 Jungtinės Karalystės snukerio čempionato finalas. 14.45 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras (tiesiogiai). 19.00 Šuoliai su slidėmis nuo trampolino. 19.30 Europos rinkinio klubų turnyrų apžvalga. 19.45 Europos rinkinis. Čempionų lygos rungtynės (tiesiogiai). 23.30 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras. 1.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 2.30 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras.

GO3 SPORT1

7.35 Krepšinis. ACB lyga. „Manresa“–„Barcelona“. 9.35 „Baskonia“–„Valencia“. 11.35 Futbolas. Serie A. „Fiorentina“–„Inter“. 13.35 „Roma“–„Atalanta“. 15.35 Krepšinis. Eurolyga. „Maccabi“–„Paris“. 17.40 „Panathinaikos“–„Barcelona“. 19.45 „Monaco“–„Olympiacos“ (tiesiogiai). 22.00 Futbolas. LaLiga. „Athletic“–„Real“ (tiesiogiai). 24.00 Krepšinis. NBA. „Warriors“–„Nuggets“. 2.30 „Lakers“–„Heat“ (tiesiogiai).

ANIMAL PLANET

7.00 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 7.50 Pasakojimai apie šunis. 8.40 Gyvūnų globėjai. 9.30 Baseinas lyg tingi tekanti upė. 10.25 Irvinų šeimynėlė. 11.20 Pasakojimai apie šunis. 12.15 Gyvūnų globėjai. 13.10 Baseinas, tinkantis paukščiams. 14.05 Irvinų šeimynėlė. 15.00 Kojotas Petersonas ir Australijos reptilijos. 16.00 Pasakojimai apie šunis. 17.00 Tijos pitbulių centras. 18.00 Gyvūnų globėjai. 19.00 Baseinas kaip atogrąžų oazė. 20.00 Veterinarijos universiteto kasdienybė. 21.00 Apie ryklius. 23.00 Aliaska. Šeima iš miško. 24.00 Bilo šunys. 1.45 Nakties programa.

VIASAT NATURE

6.30 „Laukiniai šunys: būrys prieš gaują“. 6.55 „Laukiniai šunys: bėgimas su gauja“. 7.20 „Jorkšyro veterinarai“. 10.25 „Gražiausi pasaulio kraštovaizdžiai“. 12.00 „Metai Žemės planetoje“. 13.35 „Neįprastų gyvūnų klinika“. 14.20 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 15.10 „Liūtų brolystė“. 16.05 „Gražiausi pasaulio kraštovaizdžiai“. 17.40 „Metai Žemės planetoje“. 18.30 „Upių monstriai“. 19.20 „Išgelbėti laukinę Australijos gamtą“.

20.05 „Liūtų brolystė“. 21.00 „Atšiaurioji žiema“. 22.00 „Snieginių leopardų beiškant: šešėlių vaikymasis“. 22.55 „Aliaska. Metai laukinėje gamtoje“. 0.25 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 1.15 „Atokiausių kampelių veterinaras“. 2.00 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 2.50 „Jorkšyro veterinarai“.

VIASAT EXPLORE

6.25 „Australijos bulių gaudytojai“. 7.45 „Požemių brangakmenių medžiotojai“. 8.50 „Australijos aukso ieškotojai“. 9.45 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 10.40 „Autboko sunkvežimių vairuotojai“. 11.35 „Aukštumų dailidės“. 12.30 „Didžiulės inžinerijos klaidos“. 13.30 „Didžioji kinų siena su Ashu Dykesu“. 14.35 „Australijos aukso ieškotojai“. 16.25 „Vilkikai purvo kalnuose“. 17.20 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 18.15 „Medienos titaniai“. 19.10 „Ledo vikingai“. 20.10 „Mirusiojo praeiksmas: dingęs ispanų auksas“. 21.10 „Australijos aukso ieškotojai“. 23.00 „Aukštumų dailidės“. 24.00 „Lėktuvų katastrofų tyrėjai“. 1.05 „Australijos aukso ieškotojai: kasyklų gelbėjimas“. 2.00 „Australijos aukso ieškotojai“.

MEZZO

7.30 Dž. Pučinio opera „Madam Baterflai“. 9.40 R. Vagnerio, A. Bergo ir A. Šoenbergo kūrinių koncertas. 11.15 „Europakonzert 2023“: Berlyno filharmonijos orkestro koncertas. 12.35 I. Galvano choreografija „Karmen“. 14.30 Dok. f. apie P. de Liusiją „Sviesa ir šešėliai“. 15.25 A. Dvoržako ir E. Granadoso kūrinių koncertas. 16.20 J. Brahmsio Koncertą smuikui atlieka I. Perlmanas. 17.05 G. Faurė kūrinius fortepijonu groja L. Debarge. 18.05 „Intermezzo“. 18.30 A. Gadeso choreografijos „Suite Flamenca“ ir „Fuenteovejuna“. 21.30 Dž. Pučinio opera „Toska“. 23.35 Džiazas. R. Rikuenis. 1.15 Džiazas. 2.50 Nakties programa.

KETVIRTADIENIS, GRUODŽIO 5 D.

TV3 PLUS

6.30 „Kapitonas Flintas ir piratai dinozaurai“. 7.30 33 minutės. 8.00 „Kaimas, vertas milijono“. 10.00 „Graikė“. 11.00 „Itališka meilė“. 14.00 „Gyvenimo šukės“. 17.00 „Graikė“. 18.00 „Juodosios našlės“. 20.10 „Moterys meluoja geriau“. 21.30 Kažkas naujo. 22.00 „Nemylimi“. 23.00 „Briusas“. 24.00 „Apuokas“.

VIASAT KINO

7.20 „Simintinas kelias“. 8.55 „Be stabdžių“. 10.25 „Žmogus-drugys“. 12.20 „Ruduo Niujorke“. 14.05 „Žavios vyrų širdys“. 15.50 „Pamišę dėl šokių“. 17.40 „Laukinė porėlė“. 19.20 „Žodžiai“. 21.00 „Hju Glaso legenda“. 23.30 „Vonderlendo žudikai“. 1.15 „Neapykanta ir meilė“. 3.00 „Gosfordo parkas“.

VIASAT KINO ACTION

6.55 „Svaiginantis aukštis“. 8.40 „Naujoji dukra“. 10.25 „Legenda apie Heraklį“. 12.00 „Mėlynoji bedugnė“. 13.30 „Avangardas“. 15.10 „Kriemiegas“. 17.05 „Naujoji dukra“. 18.50 „Pabėgimas iš Pretorijos“. 20.30 „Mėlynoji bedugnė“. 22.00 „Amerikos vilkolas

kis Londone“. 23.40 „Mirčių kolekcininkas“. 1.05 „Kruvinoji Valentino naktis“. 2.45 „Šešėlių knyga: Bleiro ragana 2“.

TRAVEL

7.00 Ryto programa. 8.00 Mitinių būtybių paieška. 9.00 Kodai ir konspiracijos teorijos. 11.00 Muziejaus paslaptys ir legendos. 13.00 Pilies paslaptys ir legendos. 15.00 Nepaprastos NASA bylos. 17.00 Ateiviai Aliaskoje. 19.00 Mitinių būtybių paieška. 21.00 Anomali teritorija. 22.00 Mirties bylos. 24.00 Akistata su kitu pasauliu. 1.00 Paranormalus pavojus. 2.00 Nakties programa.

TV POLONIA

7.00 Panorama. 7.35 Lenkų@lenkų žodynas. 8.00 Kulinarinė laida. 8.30 Klausimai per pusryčius. 12.10 „Kryptis – Vakarai“. 12.30 „Laimės spalvos“. 13.00 Ryto svečias. 13.25 „Dėl manęs nesijaudink“. 15.05 Studija klauso. 15.50 Prie Nemuno. 16.05 „Mūsų tėvų pasakos“. 16.15 Animac. serialas. 16.30 Informacinė laida. 17.00 „Beieškant gero filmo“. 17.30 „Laimės spalvos“. 18.00 TV ekspresas. 18.20 Žodžių žaidimas. 18.50 TV ekspresas. Ekstra. 19.15 „Pamilk Lenkiją“. 19.45 Panorama. 20.10 Polonijos objekte. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.25 „Pitbulis“. 23.15 Polonija. 24.25 Kabaretas. 0.10 Panorama. 0.45 Regionų dienraštis. 1.10 Žodžių žaidimas. 1.35 World News. 2.10 Garbės žodis. 2.20 Pasaulio lenkai.

TV P1

6.05 „Paveldas“. 6.55 „Info rytas“. 8.00 Šv. Mišių transliacija. 8.30 „Geros istorijos“. 9.00 „Akacijų 38“. 9.45 „Ranča“. 10.45 „Komisaras Aleksas“. 11.40 „Tėvas Mateušas“. 12.35 „Karalių karūna“. 13.10 Agroverslas. 13.25 Žemės ūkis. Orai. 13.35 Žemės ūkis. 13.50 Kartu su gamta. 15.00 „Vėjuotas kalnas“. 15.55 Kokia tai melodija? 16.35 Žodžių žaidimas. 17.05 „Paveldas“. 18.00 TV ekspresas. 18.15 Orai. 18.20 Kokia tai melodija? 18.55 „Klanas“. 19.25 Reporteriai. 19.45 „Akacijų 38“. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.30 „Karalių karūna“. 22.05 „Tėvas Mateušas“. 23.05 „Reporterio reikalas“. 0.05 „Paryžiaus Dievo Motinos katedra. Prisikėlimas iš pelenų“. 1.15 „Profailerė“. 2.15 „Kalibras“. 4.05 „Specialioji ataskaita“. 4.35 Užrašai.

EUROSPORT

6.00 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras. 8.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 9.30 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras. 11.30 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 13.00 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras (tiesiogiai). 19.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 20.00 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras (tiesiogiai). 1.00 Dviraičių trekas. Čempionų lyga. 2.30 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras.

GO3 SPORT1

7.00 Futbolas. LaLiga. „Real Sociedad“–„Real Betis“. 9.00 „Athletic“–„Real“. 11.00

Krepšinio čempionų lyga. „Rytas“–„Reggiana“. 13.10 Europos krepšinio taurė. „Lietkabelis“–„Turk Telekom“. 15.20 Krepšinis. Eurolyga. „Monaco“–„Olympiacos“. 17.30 „Olimpia Milano“–„Crvena zvezda“. 19.45 „Žalgiris“–„Anadolu Efes“ (tiesiogiai). 2024. 22.00 Krepšinis. NCAA. Alabama–Šiaurės Karolina. 23.50 Krepšinis. NBA. „Lakers“–„Heat“. 2.00 „Nuggets“–„Cavaliers“ (tiesiogiai).

ANIMAL PLANET

7.00 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 8.40 Gyvūnų globėjai. 9.30 Pasakojimai apie šunis. 10.25 Irvinų šeimynėlė. 11.20 Pasakojimai apie šunis. 12.15 Gyvūnų globėjai. 13.10 Baseinas lyg tingiai tekanti upė. 14.05 Dodo didvyriai. 15.00 Kojotas Petersonas ir rykliai. 16.00 Hjustono gyvūnų apsaugos skyrius. 17.00 Beisbolo legendos akvariumas. 17.00 Tijos pitbulių centras. 18.00 Gyvūnų globėjai. 19.00 Baseinas kaip pasakoje. 20.00 Didvyriai greta mūsų. 21.00 Ryklių knibždėlynas. 22.00 Akvariumų verslas. 23.00 Aliaska. Šeima iš miško. 24.00 Tijos pitbulių centras. 1.45 Nakties programa.

VIASAT NATURE

6.40 „Laukiniai šunys: būrys prieš gaują“. 7.10 „Laukiniai šunys: bėgimas su gauja“. 7.40 „Jorkšyro veterinarai“. 9.55 „Atšiaurioji žiema“. 10.55 „Sniginių leopardų beiškant: šešėlių vaikymasis“. 11.50 „Aliaska. Metai laukinėje gamtoje“. 13.20 „Neįprastų gyvūnų klinika“. 14.05 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 14.55 „Itin pavojingos gyvatės“. 15.45 „Atšiaurioji žiema“. 16.50 „Sniginių leopardų beiškant: šešėlių vaikymasis“. 17.40 „Aliaska. Metai laukinėje gamtoje“. 18.30 „Upių monstriai“. 19.20 „Išgelbėti laukinę Australijos gamtą“. 20.05 „Itin pavojingos gyvatės“. 21.00 „Mamutai: ledynmečio gigantai“. 21.45 „Milžiniai“. 22.40 „Gyvūnų odisėja“. 23.35 „Paslaptinis Egipto banginių slėnis“. 0.30 „Dramblių lignonė“. 1.15 „Atokiausių kampelių veterinaras“. 2.00 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 2.50 „Jorkšyro veterinarai“.

VIASAT EXPLORE

6.25 „Australijos bulių gaudytojai“. 7.40 „Požemių brangakmenių medžiotojai“. 8.45 „Australijos aukso ieškotojai“. 9.40 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 10.35 „Autbeko sunkvežimių vairuotojai“. 11.35 „Aukštumų dailidės“. 12.30 „Didžiulės inžinerijos klaidos“. 13.30 „Didžioji kinų siena su Ashu Dykesu“. 14.35 „Australijos aukso ieškotojai“. 16.30 „Vilkikai purvo kalnuose“. 17.25 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 18.20 „Medienos titanai“. 19.15 „Ledo vikingai“. 20.10 „Mirusiojo praeikimas: dingęs ispanų auksas“. 21.10 „Australijos aukso ieškotojai“. 23.00 „Aukštumų dailidės“. 24.00 „Lėktuvų katastrofų tyrėjai“. 1.05 „Australijos aukso ieškotojai: kasyklų gelbėjimas“. 2.00 „Australijos aukso ieškotojai“.

MEZZO

6.35 „Intermezzo“. 7.30 G. Faurė „Requiem“ atlieka Tulūzos Kapitolijaus orkestras. 8.45 G. Faurė kūrinių koncertas. 11.00 Dok. f. apie R. Rikuenį „Ser Flamenco“. 12.10 S. Prokofjevo ir P. Čaikovskio kūrinių koncertas. 13.30 L. van Bethoveno Simfoniją Nr. 2 atlieka groja festivalio orkestras. 14.05 „Intermezzo“. 14.30 P. Guerero choreografija „Katedra“. 15.40 „Les Arts Florissants“ atlieka G. F. Hendelio kūrinius. 17.10 L. van Bethoveno Koncertą fortepilonui Nr. 3 atlieka D. Barenboimas. 17.50 „Intermezzo“. 18.25 F. Glaso opera „Tobulas amerikietis“. 20.15 M. de Falos kūrinių koncertas. Granados festivalis 2023. 21.30 Džiazas. M. Dibango. 22.40 Džiazas. R. Panossiano trio. 23.20 Džiazas. E. Mbapė ir „The Prophets“. 0.30 Lidso tarptautinis fortepijono konkursas. 3.30 Nakties programa.

PENKTADIENIS, GRUODŽIO 6 D.

TV3 PLUS

6.30 „Kapitonas Flintas ir piratai dinosaurai“. 7.30 Kažkas naujo. 8.00 „Kaimas, vertas milijono“. 10.00 „Graiškė“. 11.00 „Itališka meilė“. 14.00 „Gyvenimo šukės“. 17.00 „Graiškė“. 18.00 „Juodosios našlės“. 20.10 „Moterys meluoja geriau“. 21.30 Pasikalbėkim. 22.00 Trileris „Žudiko atsiminimai“. 23.55 „Nepaprasta uoslė“.

VIASAT KINO

7.15 „Undinė“. 8.40 „Planeta K-PAX“. 10.35 „Bibliotekininkas: likimo ieties paieškos“. 12.10 „Solistas“. 14.00 „Darbo diena“. 15.50 „Laukinė porėlė“. 17.30 „Žodžiai“. 19.10 „Spąstai“. 21.00 „Psichoanalitikas“. 22.40 „Šanchajus“. 0.30 „Hju Glaso legenda“. 3.00 „Geriausias pasiūlymas“.

VIASAT KINO ACTION

6.15 „Legenda apie Heraklį“. 7.50 „Avangardas“. 9.30 „Mėlynoji bedugnė“. 11.00 „47 metrai: įkalintos po vandeniu“. 12.25 „Kriomiegas“. 14.20 „Naujoji dukra“. 16.05 „Pabėgimas iš Pretorijos“. 17.50 „Mėlynoji bedugnė“. 19.15 „Svaiginantis aukštis“. 21.00 „Suvokimas“. 23.00 „Nužudyti Bilą“. 0.50 „Amerikos vilkolakis Londone“. 2.30 „Reidas 2“.

TRAVEL

7.00 Ryto programa. 8.00 Kodai ir konspiracijos teorijos. 9.00 Nepaprastos NASA bylos. 11.00 Ateiviai Aliaskoje. 13.00 Mitinių būtybių paieška. 15.00 Mumijų tyrimas. 17.00 Vaiduoklių medžiotojas. 19.00 Neramios sielos. 21.00 Anomali teritorija. 22.00 Aliaskos trikampis. 23.00 Dvasių teroras. 24.00 Akistata su kitu pasauliu. 1.00 Vaiduoklių medžiotojas. 2.00 Nakties programa.

TV POLONIA

7.00 Panorama. 7.35 Pamilk Lenkiją. 8.00 „Makłowicz keliauja“. 8.30 Klausimai per pusryčius. 12.10 Polonijos objekte. 12.30 „Viskas prieš mus“. 13.00 Ryto svečias. 13.25 „M kaip meilė“. 15.05 Polo-

nija. 15.45 Mūsų tėvų pasakos. 15.55 „Nepaprasti ožiuko Matoleko nuotykiai“. 16.05 Lenkų pasakos ir pasakėčios. 16.30 Informacinė laida. 17.00 Sėkmės šansas. 18.00 TV ekspresas. 18.20 Žodžių žaidimas. 18.50 TV ekspresas. Ekstra. 19.15 Inovacijų stotis. 19.30 „Visai gera istorija“. 19.45 Panorama. 20.10 Ola Polonia. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.25 „Ir gėriui, ir blogiui“. 22.15 „Pavojaus signalas“. 23.10 „Alternatyvos 4“. 0.10 Panorama. 0.45 Regionų dienraštis. 1.10 Žodžių žaidimas. 1.35 World News. 2.10 Ola Polonia.

TVPI

6.05 „Paveldas“. 6.55 „Info rytas“. 8.00 Šv. Mišios. 8.30 Agapė arti tavęs. 9.00 „Akacijų 38“. 9.45 „Ranča“. 10.45 „Komisaras Aleksas“. 11.40 „Tėvas Mateušas“. 12.35 Okrasa laužo taisyklės. 13.10 Agroverslas. 13.25 Žemės ūkis. Orai. 13.35 Žemės ūkis. 13.50 Kartu su gamta. 15.00 „Vėjuotas kalnas“. 15.55 Kokia tai melodija? 16.35 Žodžių žaidimas. 17.05 „Paveldas“. 18.00 TV ekspresas. 18.15 Orai. 18.20 Kokia tai melodija? 18.55 Šuoliai su slidėmis. 20.05 Šuoliai su slidėmis. 20.30 Informacinė laida. 20.55 Dienos klausimas. 21.30 „Karalių karūna“. 22.05 „Komisaras Aleksas“. 23.05 „Specialioji ataskaita“. 24.00 „Avarinis išėjimas“. 1.45 „Žaidimas su šešėliu“. 2.45 „Praeities pėdomis“. 3.50 „Suburbicon“.

EUROSPORT

6.00 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras. 8.00 Dviračių trekas. Čempionų lyga. 9.30 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras. 11.15 Slidinėjimas. Pasaulio taurė. 12.45 Šiaurės dvikovė. Pasaulio taurė. 13.30 Slidinėjimas. Pasaulio taurė. 14.00 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras (tiesiogiai). 18.45 Slidinėjimo sezono apžvalga. 19.00 Šuoliai su slidėmis nuo trampino. 20.30 Kalnų slidinėjimas. Pasaulio taurė. 21.00 Dviračių trekas. Čempionų lyga. 20.00 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras (tiesiogiai). 1.00 Kalnų slidinėjimas. 2.30 Snukerio „Snooker Shoot Out“ turnyras.

G03 SPORT

7.00 Dviračių sportas. Vokietijos turas. 8.10 Futbolas. LaLiga. „Athletic“–„Real“. 10.10 Krepšinio čempionų lyga. „Rytas“–„Reggiana“. 12.15 Škotijos futbolo lyga. „Aberdeen“–„Celtic“. 14.15 Šveicarijos ledo ritulio lyga. „Lausanne“–„Biel“. 16.20 Krepšinis. Euroleague Originals. 16.50 Krepšinis. Eurolyga. „Partizan“–„Panathinaikos“. 18.55 „Real“–„Fenerbahçe“. 21.00 „Olympiacos“–„Paris“ (tiesiogiai). 23.15 Rogučių sportas ir skeletoonas. 0.15 Krepšinis. NBA. „Nuggets“–„Cavaliers“. 2.30 „Bucks“–„Celtics“ (tiesiogiai).

ANIMAL PLANET

7.00 Akiplėšos katės. 8.40 Filadelfijos gyvūnų apsaugos skyrius. 9.30 Džericho baseinas. 10.25 Tijos pitbulių centras. 12.15 Gyvūnų globėjai. 13.10 Baseinas kalvos

viršūnėje. 14.05 Veterinarijos universiteto kasdienybė. 15.00 Mums patinka šunys. 16.00 Tijos pitbulių centras. 17.00 Pasakojimai apie šunis. 17.00 Tijos pitbulių centras. 18.00 Gyvūnų globėjai. 19.00 Veterinaras Džefas. 20.00 Tijos pitbulių centras. 21.00 Pietų Amerikos gamtos legendos. 22.00 Akvariumų verslas. 23.00 Aliaska. Šeima iš miško. 24.00 Tijos pitbulių centras. 1.45 Nakties programa.

VIASAT NATURE

6.40 „Laukiniai šunys: būrys prieš gaują“. 7.00 „Jorkšyro veterinarai“. 10.00 „Mamutai: ledynmečio gigantai“. 10.50 „Milžiniai“. 11.40 „Gyvūnų odisėja“. 12.35 „Paslaptinis Egipto banginių slėnis“. 13.30 „Neįprastų gyvūnų klinika“. 14.15 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 15.05 „Itin pavojingos gyvatės“. 15.55 „Mamutai: ledynmečio gigantai“. 16.45 „Milžiniai“. 17.40 „Gyvūnų odisėja“. 18.30 „Upių monstriai“. 19.15 „Išgelbėti laukinę Australijos gamtą“. 20.05 „Itin pavojingos gyvatės“. 21.00 „Laukiniai kovotojai“. 22.40 „Greitos gamtos atakos“. 0.25 „Dramblių lignonė“. 1.10 „Atokiausių kampelių veterinaras“. 1.55 „Išgyvenimas laukinėje gamtoje“. 2.45 „Jorkšyro veterinarai“.

VIASAT EXPLORE

6.25 „Medienos titanai“. 7.05 „Australijos bulių gaudytojai“. 7.40 „Požemių brangakmenių medžiotojai“. 8.40 „Australijos aukso ieškotojai“. 9.40 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 10.35 „Autbeko sunkvežimių vairuotojai“. 11.30 „Aukštumų dailidės“. 12.35 „Didžiulės inžinerijos klaidos“. 13.30 „Didžioji kinų siena su Ashu Dykesu“. 14.35 „Australijos aukso ieškotojai“. 16.30 „Vilkikai purvo kalnuose“. 17.25 „Rūdžių slėnio“ restauruotojai“. 18.20 „Medienos titanai“. 19.15 „Ledo vikingai“. 20.10 „Mirusiojo praeikimas: dingęs ispanų auksas“. 21.10 „Australijos aukso ieškotojai“. 23.00 „Aukštumų dailidės“. 24.00 „Lėktuvų katastrofų tyrėjai“. 1.05 „Australijos aukso ieškotojai: kasyklų gelbėjimas“. 2.00 „Australijos aukso ieškotojai“.

MEZZO

7.00 „Intermezzo“. 7.30 Dok. f. apie A. Segoviją. 8.25 L. van Bethoveno „Iškilmingosios mišios D-dur“. 9.40 V. A. Mocarto Koncertą fortepilonui Nr. 27 atlieka D. Barenboimas ir Berlyno filharmonijos orkestras. 10.10 „Intermezzo“. 11.00 A. Moraleso choreografija „Savitas“. 12.25 Klasikos archyvai. Mecosopranas T. Berganza. 13.15 Klasikos archyvai. Sopranas V. de los Angeles. 14.00 Dok. f. apie A. Chačaturjaną „120 muzikos metų Armėnijoje“. 14.15 „Intermezzo“. 14.30 V. Belinio opera „Kapulečiai ir Montekiai“. 16.50 Dok. f. „Arte Flamenco – 35 metai“. 17.15 „Intermezzo“. 18.15 Džiazas. 21.30 G. Ligečio fortepijono koncertas. 22.25 V. A. Mocarto, J. Haydno, G. F. Hendelio ir J. S. Bacho kūrinių koncertas. 0.05 Dž. Verdžio opera „Kaukių balius“. 2.30 Nakties programa.

REKLAMINIAI IR ASMENINIAI SKELBIMAI PRIIMAMI:

www.savaite.lt

Tel. pasiteirauti (8 5) 230 5011.

Skelbimo kaina (iki 10 žodžių) – 10 Eur (su PVM),
paryškinto – 20 Eur (su PVM)

TELEFONU

Fiksuotojo ryšio abonentams

mokama linija tel. 8 900 82 021, į autoatsakiklį
skelbimui palikti. Vieno skelbimo (iki 10 žodžių)
kaina – 10 Eur (su PVM).

SMS ŽINUTE

Numeriu 1679.

Skelbimas rašomas lotyniškėmis raidėmis: sava skelbimo
tekstas. Žinutėje su raidėmis sava ir tarpais telpa iki 160 sim-
bolių. Pvz., sava Parduodu automobilį Audi. Tel. 8 6XX XX XXX.
Žinutės kaina – 10 Eur (su PVM).

NEKILNOJAMASIS TURTAS

Perku nebrandų ir pribrendusį mišką.
Tel.: 8 623 47 249, 8 609 27 450.

Perku mišką. Atsiskaitau iš karto.
Tel. 8 686 03 070.

Architektas projektuoja gyvenamuosius ir visuo-
meninius pastatus, interjerą.
Tel. 8 652 83 774.

Pirkisu butą Vilniuje. Gali būti neremontuotas.
Siūlykite įvairius variantus. Tel. 8 683 73 159.

Skubiai pirkisu butą Vilniuje. Be tarpininkų.
Tel. 8 683 55 878.

Pirkisu 10–30 arų sklypą su geru privažiuoimu
Vilniuje, Vilniaus r., skirtą sandėliavimui.
Tel. +370 603 11 011.

Pirkisu butą Vilniuje (ne brokeris). Domina įvairūs
variantai, gali būti neremontuotas.
Tel. +370 652 38 522.

Profesionaliai padėsime parduoti, naudingai
pakeisti arba išnuomoti butą, namą, sklypą.
Tel. +370 682 00 245.

Parduodu brandų 0,8 ha mišką Švenčionių
rajone. Tel. +370 611 50 847.

Turite nereikalingą, nuostolingą sklypą ar pas-
tatą? Mes jį paimsime arba minimaliai sumokė-
sime. Tel. +370 648 27 777.

**PERKAME MIŠKUS
SU ŽEME IR IŠSIKIRSTI.**
Valome laukus, griovius, pamiškes.
+370 610 30 722, www.alinava.lt

UAB „Miškų darbai“
**BRANGIAI
PERKA MIŠKUS
VISOJE LIETUVOJE**
Tel.: 8 665 86 012,
8 684 03 486

Pirkisu sklypą Vilniuje arba Vilniaus rajone
namo statybai, gali būti žemės ūkio
paskirties. Siūlykite įvairius variantus.
+370 605 15 712

MIŠKŲ PROJEKTAI
brangiai perka
MIŠKUS
brandžius, jaunus, iškirstus,
žemes, pievas, sodybas
8 676 41 155

Įmonė perka sodybą, namą, žemę ar
mišką vaizdingoje vietoje su daugiau
žemės. Lauksime pasiūlymų.
Žinantieji siūlykite, atsilyginsime.
Mokame gerą kainą.
+370 680 84 444

NEMOKAMAS
BD gyventojų konsultavimas
nekilnojamojo turto klausimais:
• Paveldėjimo
• Antstolių arešto
• Ginčo su bendraturčiais
• Greito pardavimo
+370 683 16 605
WWW.BUSTODEPARTAMENTAS.LT

**TIKRAI BRANGIAI PERKAME
MIŠKUS VISOJE LIETUVOJE**
Domina įvairaus brandumo ir sudėties miškai.
Atsiskaitome iš karto. Sėkmingai dirbame
nuo 2001 m.
8-62-62-63-63
UAB „Girstis“ – tai saugaus sandorio garantas!

**JAU 10 METŲ SĖKMINGAI
PARDUODU VISOJE LIETUVOJE**
Butus Namus
Sklypus Sodybas
Miškus Nuoma
Nemokama konsultacija!
+370 611 78 375 **Vilius Drevnickis**

Atsakingas požiūris
į Jūsų nekilnojamojo turto
pardavimą ir nuomą
• Ilgametė ir sėkminga patirtis
• Nemokama konsultacija,
dokumentų paruošimas
ir turto vertės nustatymas
**Vilma Šimanskaitė-
Jemeljanova**
tel. 8 685 15 031

**PERKU SENUS MIŠKUS,
MALKINIUS MIŠKUS,
KIRTAVIETES**
visoje Lietuvoje iki 10 000 € už hektariuką.
Apmokėjimas išankstinis.
8 610 85 178

MIŠKŲ
TARNYBA
Superkame
MIŠKUS
visoje Lietuvoje, brandžius ir jaunuolynus.
8 671 83 660

DRAUDIMŲ PASLAUGOS visoje Lietuvoje:
• automobilių draudimas (privalomasis
vairuotojų civilinės atsakomybės, kasko);
• turto draudimas (buto, namo, pastato,
patalpos, turto);
• nuomininko turto draudimas;
• statybų draudimas;
• gyvybės draudimai (metiniai ir
kaupiamieji-investiciniai);
• asmens civilinės atsakomybės draudimas;
• kelionių, bagažo draudimas.
Nuolaidos ir geriausi visų draudimo
bendrovių pasiūlymai.
Ruta.dobiliene@capital.lt
+370 652 46 551

**BENDROVĖ
PERKA ŽEMES
ŽEMDIRBYSTEI**
BEVEIK VISOJE LIETUVOJE.
ŽEMĖ GALI BŪTI SU MIŠKU.
8 647 84 811
info@agrozeme.lt

NEMOKAMAI konsultuoju namo, buto,
sklypo, komercinio turto ar miško
pardavimo bei paveldėjimo klausimais.
✓ 14 metų darbo patirtis
✓ Draugiškas bendravimas
✓ Greitas rezultatas
✓ Dirbu visoje Lietuvoje
**DARIUS
DAUGĖLA**
Pasitarkime,
8 676 22 040

PERKAME VISŲ RŪŠIŲ APVALIĄ MEDIENĄ

PERKAME VISOJE LIETUVOJE

GREITAS ATSISKAITYMAS

ATSISKAITOME IŠ KARTO

Lietuviško kapitalo įmonė UAB GIRTEX

PERKA MIŠKĄ SU ŽEME IR IŠSIKIRTIMUI

Tel. 8 653 33 338
El.p. girtexuab@gmail.com

PERKAME MIŠKUS VISOJE LIETUVOJE
Tel. 8 672 84 619
www.miskobankas.lt

Skelbimų publikavimo vieta neregamentuojama.

BRANGIAI PERKAME MIŠKUS, valome medžiais apaugusius laukus.
Domina plotai nuo 1 hektaro.
+370 678 14 288

STATYBA • REMONTAS

Klijuoju įvairių rūšių tapetus, fototapetus. Montuoju dekoratyvinius elementus iš poliuretano: lubų apvadus, rėmjuostas. Vilnius, tel. 8 656 08 904.

Įvairaus sudėtingumo stogai. Individualių namų statyba „iki rakto“. Tel.: (8 5) 235 8305, 8 652 93 532.

Plastikinių langų, balkonų ir durų apdaila po montavimo. Nuolaida. Garantija. Tel. 8 670 72 222.

Santehnikos darbai. Vamzdžių keitimas, įvairių prietaisų montavimas. Prireiks! Vilnius, tel. 8 685 76 502, Valerijus.

Kokybiškai dažome, glaistome, klijuojame tapetus, atliekame kitus darbus. Vilnius, tel.: 8 676 68 333, (8 5) 241 8305.

Stogų dengimas, remontas, fasadų šiltinimas. Pristatome medžiagas. Ilgametė patirtis. Garantija. Tel. 8 679 76 335.

Senų ir naujų alyvuotų ar lakuotų grindų restauravimas ir atnaujinimas.

Šlifuojame naujas ir senas medines grindis, parketą, parketlentes, palanges, laiptų pakopas. Beicavimas, alyvavimas, lakavimas, vaškavimas. Patirtis, kokybė ir garantija. Tel. 8 659 45 626.

Laminato, parketlentių klojimas „plaukiojančiu“ būdu. Masyvo, parketo ir parketlentių klijavimas prie pagrindo. Grindjuosčių tvirtinimas. Durų montavimas. Tel. 8 659 45 626.

Stogų dengimas, remontas. Medžiagų pristatymas. Darbo garantija. Nebrangiai ir kokybiškai. Tel. 8 606 97 218.

Butų ir namų remontas. Pensininkams teikiame nuolaidas. Santehnikos darbai. Tel.: 8 676 97 235, 8 679 89 046.

Fasadų šiltinimas. Stogų dengimas. Pristatome medžiagas. Atliktiems darbams teikiame garantiją. Tel. 8 683 74 204.

Remontuojame butus: glaistome, dažome, klijuojame plyteles ir t. t. Vilnius, tel.: 215 3690, 8 606 09 403.

Stogų remontas. Stogų ir namų dažymas. Krosnių ir kaminų remontas, valymas. Garantija. Tel. 8 609 16 169.

Glaistome, dažome, klijuojame tapetus, klojame laminatą, linoleumą. Nupirkame, atvežame statybines medžiagas. Tel. 8 685 45 817.

Stogų, fasadų darbai. Ilgametė patirtis. Pigiai sukomplektuojame medžiagas, teikiame garantiją. Tel. 8 677 34 202.

Santehnika, vandentiekis, kanalizacija, avariniai darbai. Katilinių montavimas. Šildymo sistemų profilaktika. Tel. 8 694 74 477.

Stogų, fasadų, vidaus apdailos ir demontavimo darbai, remontas. Medžiagų komplektavimas, garantija, patirtis. Tel. 8 678 00 383.

Apdailos darbai: glaistymas, dažymas, gipso kartono montavimas, plytelių klijavimas, laminato, parketlentių klojimas ir kiti vidaus darbai. Vilnius, tel. 8 676 50 012.

Dažome medinius, tinkuotus, metalinius fasadus, šiferio, skardos, čerpių stogus. Tel. 8 605 70 690.

Stogų remontas. Kaminai, dūmtraukių valymas, remontas. Namų ir stogų dažymas. Garantija. Tel. 8 679 95 963.

Elektrikas kokybiškai, greitai ir nebrangiai atlieka įvairius elektros montavimo darbus. Dirbu ir poilsio dienomis. Vilnius, tel. 8 622 11 411.

Būsto remonto darbai: staliaus, elektriko, santehniko, dažytojo. Dirbu vienas. Vilnius, tel. 8 602 51 083.

Krosnių ir kaminų remontas ir valymas. Garantija. Patirtis. Važiuojame į rajonus. Be poilsio dienų. Tel. 8 631 54 615.

Statome mūrinius, rąstinius ir karkasinius namus. Fasadai. Stogai. Apdaila. Medžiagų komplektavimas. Tel. 8 687 93 158.

Fasadų šiltinimas. Medžiagų pristatymas. Kokybė. Garantija. Tel. 8 606 97 218.

Staliaus darbai. Remontas, apdaila, baldų surinkimas, pakabinimas. Durų įstatymas. Grindų, laminato klojimas ir kiti darbai. Vilnius, tel. 8 698 19 372.

Stogų remontas, kaminų, dūmtraukių, krosnių valymas ir remontas. Be poilsio dienų. Garantija. Tel. 8 645 20 017.

Elektriko paslaugos Kaune ir Kauno r. Garantija. Dirbame ir savaitgaliais. Tel.: +370 692 28 070, +370 628 69 344.

Santehnikos darbai. Šildymas, nuotekos, vandentiekis. Vilnius, Žydrūnas, tel. +370 618 23 296.

Plytelių klijavimo, santehnikos, elektros montavimo, stalių, dažymo, apdailos darbai. Vilnius, tel. 8 698 29 917.

Greitai ir kokybiškai atliekame visus butų ir namų remonto darbus. Patirtis – 25 metai. Tel. +370 699 95 837.

Greitai, kokybiškai, be poilsio dienų atlieku visus santehnikos darbus. Tel. +370 651 78 917.

PATARIAME ir ŠILTINAME
ORO TARPUS, SIENAS, GRINDIS, PERDANGAS, STOGUS, PAMATUS, FASADUS
EKOVATA, POLIURETANO PUTA, TERMOPUTA, GRANULĖMIS
WWW.KALGA.LT Tel. 8 608 66 111

PROFESIONALUS
ilgalaikis vonių restauravimas
Dirbame visoje Lietuvoje **per 2 val.**
8 670 21 410
8 670 31 910
www.voniavonioje.lt

SIENŲ ŠILTINIMAS
į oro tarpus
Tel. 8 696 42 020

Šilumos siurbiai ORAS—VANDUO
+370 672 20 678
-50%

SANTEHNIKOS DARBAI VILNIUJE
Vandentiekio remontas, dušo kabinų ir vonių įrengimas, čiaupų, tualetų, kanalizacijos, hidroforų, radiatorių keitimas ir kiti smulkūs darbai.
Tel. +370 690 30 181, I-VII

STOGŲ, FASADŲ, VIDAUS APDAILOS IR DEMONTAVIMO DARBAI, REMONTAS.
Medžiagų komplektavimas
Garantija, patirtis.
8 678 00 383

Vandens GREŽINIAI
• Vandens ir geoterminių gręžinių gręžimas ir įrengimas
• Vandens nuotekų ir siurblių montavimas UAB Grežiniai
• Projektavimas www.greziniai.lt
• Garantija Tel.: 8 682 21 031, 8 659 41 230

TRANSPORTAS

Brangiai superkame automobilius į Kazachstaną (1980–2020 m.). Sutvarkome dokumentus, transportuojame. Be poilsio dienų.
Vilnius, tel. 8 671 38 947.

Perkame įvairių markių automobilius. Mokame brangiai, tvarkome dokumentus. Be poilsio dienų.
Vilnius, tel. 8 676 89 004.

Superkame įvairios būklės automobilius. Atsiskaitome iš karto. Sutvarkome dokumentus. Tel. 8 611 33 626.

Superkame ir utilizuojame 1970–2022 m. automobilius. Gali būti su defektais. Atsiskaitome iš karto.
Tel. 8 675 71 801.

Brangiai superkame automobilius. Tvarkome dokumentus. Be poilsio dienų. Atsiskaitome iš karto. Tel. 8 608 05 041

Perkraustymas. Stambiagabaričių krovininių, pianinių gabenimas, baldų išvežimas, išrinkimas ir surinkimas.
Tel.: 8 675 88 383, 8 600 58 818.

Superkame bet kokios būklės automobilius. Atvažiuojame patys, atsiskaitome vietoje. Tel. 8 602 05 044.

Vežame baldus ir kitus krovinius. Krovejai. Išvežame statybines šiukšles. Be poilsio dienų.
Vilnius, tel. 8 682 26 552.

Išvežame baldus, buitinę techniką ir kitus krovinius. Tvarkome rūsius, garažus, butus.
Tel. 8 645 03 030.

Šiuikšlių išvežimas. Krovininių gabenimas. Profesionali komanda atliks grovimo darbus.
Tel.: 8 678 00 383, 8 679 46 521.

Pervežame baldus ir kitus krovinius. Išrenkame, surenkame baldus. Be poilsio dienų. Krovejai.
Vilnius, tel.: 8 5 245 8987, 8 675 32 721.

Paruošiamė automobilius techninei apžiūrai (atliekame kėbulo remonto darbus). Padedame pereiti techninę apžiūrą. Konsultuojame. Tel. +370 678 38 738.

Pervežame baldus, pianinius ir kitus krovinius. Krovejai. Išvežame įvairias šiukšles. Be poilsio dienų.
Vilnius, tel.: +370 650 16 240, +370 601 34 981.

BRANGIAI superkame AUTOMOBILIUS
Nuo 1960 m. – 2022 m.
8 673 04 123
• Siūlyti visus variantus.
• Sutvarkome dokumentus.
Be poilsio dienų

Perku rusiškų lengvųjų ir krovininių automobilių detales.
Tel.: +370 698 36 995, 8 5 269 9519.

Brangiai superkame automobilius
VISOJE LIETUVOJE
+370 622 22 273

Superkame
automobilius, mikroautobusus, visureigius, sunkvežimius, vilkikus, puspriekabes, autokranus, ekskavatorius ir kt. (gerus, daužtus, sugedusius).
Atsiskaitome vietoje. Transportuojame.
+370 659 22 379

SUPERKAME
VISŲ MARKIŲ ĮVAIRIOS BŪKLĖS
AUTOMOBILIUS
Atsiskaitome vietoje. Sutvarkome dokumentus, transportuojame. Dirbame be poilsio dienų.
Tel. 8 667 64 530

LANGAI • DURYS

Seifinių, medinių, plastikinių durų ir langų remontas. Spynų keitimas ir reguliavimas. Konsultuojame. Tel. 8 618 06 540.

Nebrangios seifinės, medinės, plastikinės durys ir langai. Atvežame, įstatome. Dirbame visoje Lietuvoje. Tel. 8 618 06 540.

Nebrangiai gaminame ir montuojame žaliuzes ir roletus. Užsakymus atliekame greitai.
Tel. +370 640 55 545.

Skelbimų publikavimo vieta neregamentuojama.

Akcija iki -50%
• BALKONŲ (tinka renovacijai),
• TERASŲ STIKLINIMAS,
• PLASTIKINIAI LANGAI,
• ŠARVUOTOSIOS DURYS,
• GARAŽO VARTAI.
Tel. 8 659 05 977.

LANGŲ meistras
8 675 26 878
• reguliuoja plastikinius • medinius langus ir duris • sandarina • pašalina defektus •
• keičia stiklo paketus • deda tinklelius nuo uodų •

Langų Era KOKYBIŠKI LANGAI, DURYS. MONTAVIMAS
Plastikinių langų remontas
Dirbame mieste ir užmiestyje

Langų matavimas NEMOKAMAS
Langai A++ klasės namams. Aliuminio profilio durys
Balkonai, durys, roletai, tinkleliai nuo vabzdžių
8 609 77 366 Kaunas, Kauno apskritis
8 677 35 773 Vilnius, Kaišiadorys, Elektrėnai
8 647 22 455 Alytus, Alytaus apskritis
www.languera.lt el.paštas info@languera.lt

Daugiau nei **20** metų patirtis
Plastikiniai-aliumininiai LANGAI, DURYS
PAKELIAMIEJI GARAŽO VARTAI
nuo 189 €
+370 616 46 655, +370 640 22 992
www.manonamukas.lt

NUOLAIMOS 25 metų darbo patirtis!
Dirbame ir rajonuose.
PLASTIKINIAI LANGAI
• Balkonų stiklinimas **GAMINTOJO KAINOMIS** (pvc ir aliuminio profiliais).
• Langų remontas **+370 646 33 561**

Ukmergės g. 294 (TANAGRA, 2 aukštas)
8 5 213 0007, 8 677 75 566
5 metų GARANTUOJAMA!
Balkonų stiklinimo centras

300 €
450 €
590 €
230 €
290 €
330 €

APRAUŠALAI (ALUMINIO) SIEGENIA
ALU
GEALAN
decco

• PLASTIKINIAI LANGAI • ALIUMINIO KONSTRUKCIJOS
• LAUKO IR VIDAUS DURYS • BALKONŲ STIKLINIMAS

ŠARVUOTŲJŲ, MEDINIŲ, PLASTIKINIŲ DURŲ IR LANGŲ REMONTAS, PARDAVIMAS, ĮSTATYMAS.

- Avarinis spynų atrakinimas, spynų keitimas, stiklo paketo keitimas.
- Papildomų spynų įstatymas.

Visoje Lietuvoje, be poilsio dienų. **8 695 21 717**

ŽALIUZĖS, ROLETAI

Kainos su palangėmis ir montavimu

BALKONŲ PLASTIKINIAI LANGAI STIKLINIMAS

www.gregas.lt PARDAVIMAS IŠSISIMOKĖTINAI

☎ 215 05 39 • (8 640) 25 285 • (8 675) 75 492.

Liepkalnio g. 187 • Laisvės pr. 60.

IRENGIAME:

- ✓ Plastikiniai langai
- ✓ Įstiklinti balkonai
- ✓ Balkonų apdaila iš vidaus ir išorėje
- ✓ Seifinės durys

Padedame išsirinkti tinkamą variantą!

Dirbame ne tik Vilniuje, bet ir rajonuose išieginėmis dienomis ir po darbo.

Vilnius, +370 605 68 427.

SIŪLO / IEŠKO DARBO

Nedidelis gamybos cechas ieško virėjos (-o). Atlyginimas – 1 000–1 200 Eur į rankas. Dariaus ir Girėno g. 177, Vilnius. Tel. 8 663 51 322.

Reikalingas traukinuko vairuotojas dirbti prekybos centro viduje Vilniuje. Apmokome, priimame vyresnio amžiaus žmones. Tel. +370 670 71 677.

SIŪLOME DARBĄ VILNIUJE / KAUNE / KLAIPĖDOJE

- VALYTOJOMS (-AMS)
- KIEMSARGIAMS, OPERATORIAMS

- galimybė turėti darbą šalia savo namų,
- galimybė dirbti lanksčiu darbo grafiku keliuose objektuose,
- puiki galimybė užsidirbti papildomai.

Atlyginimas – nuo 925 Eur iki 1 800 Eur (suma nurodyta bruto, dirbant 1 etato krūviu).

+370 665 84 024

CLEAN SOLUTIONS

Kviečiame prisijungti prie „Švaros brolių“ komandos!

IEŠKOME PATALPŲ VALYTOJŲ VILNIUJE IR VILNIAUS R.!

ŠVARIOS BROLIAI

Darbo pobūdis:

- patalpų valymas ir priežiūra;
- įvairūs asmeniškai pasirenkami valomi objektai;
- darbas tinkamas visiems, kurie ieško papildomo darbo, studentams, pensininkams ar turintiems negalią;
- atlyginimas – nuo 840 iki 1 200 Eur neatskaičius mokesčių, priklausomai nuo grafiko ir etato dydžio.

Tel. +370 687 27 112.

Restoranų tinklas Vilniuje kviečia prisijungti prie komandos!

Šiuo metu siūlome darbą Valytojams-indų plovėjams

Atlyginimas – 1 000-1 200 € (neatskaičius mokesčių).

+370 609 47 559, Veronika

Siūlome darbą VALYTOJOMS (-ams)

Kaune – 8 695 34615

Vilniuje – 8 682 97468

Įvairūs darbo grafikai, visuose mikrorajonuose.

ŠVARU. PROFESIONALU. PATIKIMA.

SIŪLOME DARBĄ PREKYBOS CENTRUOSE, BIURUOSE VILNIUJE IR KAUNE:

- ✓ patalpų tvarkytojoms (-ams)
- ✓ valymo mašinų operatoriams (-ėms)
- ✓ teritorijos priežiūrėtojams (-oms)
- ✓ mobilios komandos darbuotojams (-oms)

Atlyginimas – nuo 924 € iki 1 500 € (neatskaičius mokesčių).

vitaresta

Darbo vieta parenkama pagal gyvenamąją vietą, lankstus darbo grafikas, darbas tinkamas ir neįgaliesiems, pensinio amžiaus ir papildomo darbo ieškantiems žmonėms. Lojalūs ir sąžiningi darbuotojai skatinami.

Išsamesnė informacija: Vilniuje +370 640 70 771, Kaune +370 650 77 312, Klaipėdoje +370 640 45 545. El. p. personalas@vitaresta.lt, karjera@vitaresta.lt

DARBUI VILNIAUS BALSŲ MOKYKLOJE IEŠKOME VALYTOJO (-OS)

darbo užmokestis – iki 1 625 € (neatskaičius mokesčių).

SARGO (-ĖS) – BUDĖTOJO (-OS)

darbo užmokestis – iki 1 800 € (neatskaičius mokesčių).

+370 615 28 479

UAB „Balsių mokyklos SPV“, Bubilo g. 8, Vilnius.

BUITINĖ TECHNIKA

Automatinių skalbiamųjų mašinų taisymas. Garantija. Atsarginių dalių pardavimas. Vykstame į rajonus. Tel. 8 683 37 793.

Remontuoju ir prijungiu skalbiamąsias mašinas, indaploves, elektrines virykles. Važiuoju į rajonus. Garantija. Vilnius, tel. 8 677 28 244.

Kvalifikuotas inžinierius skubiai remontuoja šaldytuvus, skalbykles, virykles pas užsakovą. Tel. 8 699 53 524.

UAB „Ambalt“ taiso šaldymo įrangą Vilniuje ir Vilniaus apskrityje. Tel. 8 698 47 395.

Skalbimo mašinų, indaplovių, viryklių, kaitlenčių ir orkaitių remontas ir prijungimas. Detalės. Garantija. Vilnius, tel. 8 684 35 703.

Šaldytuvų, skalbiamųjų mašinų, elektrinių viryklių remontas namuose. Garantija. Pensininkams nuolaidos. Vilnius, tel.: 8 600 35 444, 8 659 20 045.

Indaplovių, skalbiamųjų mašinų, elektrinių viryklių, orkaitių ir kitos buitinės technikos remontas. Be poilsio dienų. Tel.: 8 676 60 560, 8 678 79 727.

BUITINĖ ELEKTRONIKA

Nebrangiai ir kokybiškai taisau televizorius. Iškvietimas nemokamas. Garantija. Vilnius, tel.: 243 7710, 8 698 81 153.

Profesionalus meistras remontuoja įvairių modelių televizorius. Iškvietimas nemokamas. Garantija. Vilnius, tel. 8 677 25 290.

Kompiuterių remontas, programų instaliavimas, tvarkymas, pardavimas, dalys. Atvažiuojame į namus. Vilnius, tel. 8 608 33 715.

Kompiuteriai: instaliavimas ir remontas. Greitai, kokybiškai. Duomenų saugojimas, konsultacija. Be poilsio dienų. Tel. 8 661 45 555.

Kompiuterių meistras Igoris. Pašalinsiu bet kokį gedimą. Garantija. Be poilsio dienų. Vilnius, tel. 8 679 85 730.

Kompiuteriai: programų diegimas, gedimų šalinimas, remontas, aptarnavimas, supirkimas. Atvažiuojame nemokamai. Tel. 8 608 52 222.

Kompiuterių meistras Vladas skubiai remontuoja kompiuterius. Atvyksta į namus. Be poilsio dienų. Garantija. Tel. 8 673 21 132.

TELEVIZORIŲ REMONTAS

(įvairių modelių: LCD, LED, plazminių, kineskopinių).

Suteikiama Iškvietimas nemokamas. garantija. TEL. 8 634 69 625.

PADUOKITE SKELBIMĄ INTERNETU: www.savaite.lt

BALDAI

Dėmesio! Nebrangiai ir kokybiškai gaminame stumdomųjų durų spintas ir drabužines. Išmatuojame nemokamai. Be avanso.
Vilnius, tel. 8 648 96 077.

Projektuojame ir gaminame nestandartinius baldus. Matuojame ir projektuojame nemokamai. Skambinkite ir nenusivilsite.
Tel. 8 614 03 216.

Nebrangiai restauruojame minkštuosius baldus. Turime visas medžiagas. Vilnius, tel. 8 684 65 042.

Keičiame minkštųjų baldų spyruokles, vatina, poroloną kliento namuose.
Vilnius, tel.: 8 5 242 9239, 8 698 19 571.

Nestandartinių baldų gamyba. Virtuvės baldai, spintos su slankiosiomis sistemomis.
Vilnius, tel. 8 682 74 843.

Nebrangiai, greitai ir kokybiškai gaminame baldus pagal jums reikiamus matmenis.

Nuolaida – -25 proc.
Dirbame 8–20 val.
Tel. 8 632 35 673.

Taisome minkštuosius baldus kliento namuose. Pensininkams nuolaida.
Vilnius, tel. +370 609 70 396.

SVEIKATA, GROŽIS

Skausmo blokados. Ateikite į kliniką ir specialistai padės jums sumažinti skausmus.
Vilnius, tel. 8 5 212 4433.

Sąnariai (kelių, klubų, pečių, čiurnų) be skausmo atliekant hialurono rūgšties injekcijas. Registruokitės su nuolaida dabar.
tel. 8 652 28 008 Vilniuje.

Išparduodu naujus klausos aparatus už savikainą – 2 už 1 kainą. Siunčiu. Kaina – 80 Eur.
Tel. 8 646 04 605.

Dovanoju naują nereikalingą klausos aparatą.
Tel. 8 646 04 605.

Odontologijos klinika „Aderėja“
DANTŲ IMPLANTAS tik 450 €
Gydome ir protezuojame. Galima išsimokėtina.
V. Kudirkos g. 20, Vilnius. Tel. 8 682 22 260

Patyręs masažuotojas neregys pagelbės jums esant negalavimų. Įvairūs masažai nuo 15 Eur.
Vilnius, tel. 8 675 73 750.

G. Šičko metodas Gydymas nemedikamentinis. beveik 100 % padeda atsikratyti alkoholio ir tabako priklausomybės.
Vilnius, tel.: 8 601 95 262, 8 608 14 853.
www.sveikas.lt

Naujas klausos centras Vilniuje!
Laisvės pr. 60, Vilnius (Spaudos rūmai)
Valdemaras Dubickis
Ilgametę patirtį turintis profesionalus specialistas
www.sonnos.lt | +370 600 77 400
Nemokamas klausos tyrimas
Akcija iki gruodžio 1 d.
Užsakius klausos aparatus DOVANA priežiūros rinkinys

Pasinaudokite TLK kompensacija dantų protezavimui arba implantacijai nuo 670,39 Eur!
Senjorams – nemokama gyd. odontologo konsultacija!
• Vingio klinikos komanda sutvarkys visus reikalingus dokumentus, kad galėtumėte lengvai ir paprastai pasinaudoti TLK kompensacija, nepriklausomai nuo gyvenamosios vietos. Gydykitės Vilniuje, net jei gyvenate kitame mieste.
• Bedančiam žandikauliui greitas sprendimas – implantacijos metodika „Visi dantys ant 4 implantų“, atliekama per vieną dieną. Metodika taikoma net ir turint gretutinių ar lėtinių ligų.
Skambinkite pasikonsultuoti ar užsiregistruoti Vilniuje tel. + 370 666 33 607
Vingio klinika, Kauno g. 22, Vilnius www.vingioklinika.lt

DIENOS SOCIALINĖ GLOBA ASMENS NAMUOSE
VISOMIS SAVAITĖS DIENOMIS – NET IR SAVAITGALIAIS!

PASLAUGOS TEIKIAMOS:

- ✘ Vaikams su negalia ar sunkia negalia
- ✘ Suaugusiems asmenims su negalia ar sunkia negalia
- ✘ Senyvo amžiaus asmenims
- ✘ Senyvo amžiaus asmenims su sunkia negalia

KĄ MES SIŪLOME?

- ✘ Sveikatos priežiūros organizavimą
- ✘ Pagalbą buityje, maitinimo organizavimą
- ✘ Gulinčių ligonių priežiūrą
- ✘ Užimtumo organizavimą

Gyvenantiems Kaune ir Kauno rajone Paslaugas teikia UAB „Medgintras“

PASLAUGOS KOMPENSUOJAMOS VALSTYBĖS LĖŠOMIS

+370 691 16 949 globa@altamedica.lt

MEDICAL progress
Klausos tyrimas audiograma ir aparatų derinimas – **NEMOKAMAS**
IŠMANIEJI NAUJOS KARTOS **KLAUSOS APARATAI**
Valstybinės ligonių kasos kompensacija
REGISTRACIJA TELEFONU:
Vilniuje +370 675 92 622
Kaune, Alytuje, Raseiniuose +370 669 66 800
Klaipėdoje +370 650 60 622
Šiauliuose, Utenoje, Panevėžyje +370 686 29 727

GREITOJI ODONTOLOGIJOS PAGALBA
Dantų protezavimas pagal LIGONIŲ KASOS VILNIAUS TLK programą
• Skubus rovimas ir gydymas.
• Protezų gamyba, remontas.
• Sudėtingas protezavimas.
Prilimame pacientus iš visos Lietuvos
NEMOKAMA KONSULTACIJA-APŽIŪRA
(8 5) 275 7999, Žalgirio g. 109, Vilnius
+370 681 25 665 Galima skambinti visą parą

N. Rostova O. Chlivickienė
• Odos ligų gydymas ir diagnostika.
• Keratomų, papilomų ir kitų odos darinių šalinimas lazeriu.
J. Matulaičio g. 11, Vilnius.
Tel. 8 687 96 919.
www.givenda.lt
• Grožio injekcijos ir PRP procedūros.

IŠBLAIVINIMO PASLAUGOS NAMUOSE
• Kainos sutartinės. **VISOJE LIETUVOJE**
• Padedame atsisakyti priklausomybių.
+370 654 53 477
www.balticumsauber.eu

ĮVAIRŪS

Įmonių steigimo, likvidavimo paslaugos. Individualūs verslo teisės sprendimai. Profesionalus bei operatyvus paslaugų teikimas tiek Lietuvoje, tiek užsienio klientams. Patirtis nuo 1995 metų. Vilnius, tel. +370 5 262 2110.

Parduodame malkas rąsteliais Vilniuje. Kiekis – 30 erdmetrių. Atvežame. Perkame mišką. Tel.: 8 687 42 930, 8 686 24 515.

Kapaviečių tvarkymas. Paminklų montavimas, plokščių dengimas. Senų kapaviečių restauravimas. Trinkelių klojimas. Skaldos užpylimas ir kiti darbai. www.gravas.lt. Tel. 8 670 06 868.

Tujų ir kitų gyvatvorių karpymas, dekoratyvinių augalų formavimas, vaismedžių genėjimas. Tel. 8 670 54 032.

Brangiai superkame juodąjį ir spalvotąjį metalo laužą. Demontuojame, išsivežame. Prekyba metalo gaminiais. Panerių g. 56, Vilnius. Tel. 8 655 00 900.

- **APMOKAME** skolas antstoliams
- **PADEDAME** išspręsti turto arešto klausimus
- **SUTEIKIAME** paskolas

☎ 8 698 23720

PASKOLOS
IKI 10 METŲ nuo 1 000 €
Per 1 val. visoje Lietuvoje
Užstatas – nekilnojamasis turtas.
Sumokame jūsų skolą pas antstolius ir kitur.
Tel. 8 618 79 777 KONSULTACIJA

PARDUODAME AUKŠTOS KOKYBĖS GRANULES, PUJVENŲ BRIKETUS, MALKAS
Pristatome visoje Lietuvoje.
Tel. +370 613 35 875, www.briqs.lt

PASKOLA „AUJAMA“ Credit
(be užstato per 10 min.)
iki 5 000 € Visoje Lietuvoje
turintiems oficialių pajamų
Tel. 8 698 20 630 (d. d. 9–17 val.).
www.aujama-credit.lt

ATLAISVINKITE VIETOS NAMUOSE!
man rūpi rytojus
SENOS BUITINĖS TECHNIKOS IŠVEŽIMAS
NEMOKAMAI VISOJE LIETUVOJE
☎ 8 600 900 30
MANRUPIRYTOJUS.LT

Dovanoja 6 mėn. ypatingą kačiuką. Netoli Kernavės. Tel. +370 623 32 343.

Perku kolekcinis rusiškų automobilių modeliukus (1:43), jų dėžutes. gintaras13@gmail.com. Tel. 8 609 97 864.

Parduodu naujus elektrinius prietaisus žiurkėms, tarakonams, blakėms naikinti be chemijos. Kaina – 15 Eur. Tel. 8 646 04 605.

Parduodamos mažai naudotos žieminės padangos „Bridgestone“ 225 / 65, R17 – 4 vnt. Kaina – 250 Eur. Vilnius, tel. +370 687 59 369.

Perku garažo įrangą: kompresorių, spaustuvas, gręžimo, nedideles frezavimo ir tekinimo stakles ir kita. Tel. +370 685 10 800.

Parduodu kompiuterį „Asus“. Kaina – sutartinė. Vilnius, tel. +370 673 54 122.

„Re Verum“ grupės įmonė Vilniaus laidojimo rūmai „Ritualas“

- Visos laidojimo ir kremavimo paslaugos
- Krematoriumas Vilniaus mieste
- Teikiame informaciją tiek ištikus nelaimę, tiek iš anksto
- Dirbame VISAŲ PARĄ

vlr.lt | +370 620 38 888 | info@vlr.lt

DĖMESIO! PINIGAI IŠ KARTO!
SUPERKAME!
8 682 33 507
~60€ GRYNO AUKSO GRAMO KAINA
Atvykstate į namus! Siūlykite viską!

Aukšą ir sidabrą, monetas
Aukšines dantų karūnelės
Brangiai GINTARĄ
Įvairias monetas ir LITUS
Senovinius papuošalus (bizuteriją)
Senus dokumentus, nuotraukas
Apdovanojimus, medalius, ženklukus
Austus užtiesalus

Porcelianines ir molines figūreles
Melchioro stalo įrankius, indus
Mechaninius laikrodžius (gali būti neveikiantys)
Paveikslus, ikonas
Fotoaparatus
Vinilines plokšteles
Eglutės žaisliukus
Apdovanojimus
Monetas
LOMBARDO PASLAUGOS (užstatas – auksas).

VILNIAUS autobusų stoties laukiamojoje salėje. Darbo laikas: I–V 9–18 val., VI 9–15 val.

EKOMOTO
Elektrinis triratis Lidia
NEMOKAMAS PRISTATYMAS

Turintiems neįgaliojo pažymėjimą arba gydytojo pažymą (027a forma)
Kaina nuo 860 €
Kaina nuo 990 €

Nereikalinga registracija ir vairuotojo pažymėjimas!

Užsakymai telefonu +370 600 83 987 www.ekomoto.lt
Šiauliuose +370 699 80 396

✓ Variklis 850W, Baterija 20 Ah AC
✓ Maksimalus greitis iki 25 km/h
✓ Nuvažiuojamas atstumas iki 40 km.
✓ Galima pirkti išsimokėtinai.

PERKAME AUKŠĄ, SIDABRĄ, GINTARĄ, ANTIKVARIATĄ
PERKAME!
8 623 47 249

1700 € už 100 g
KAINA SUTARTINĖ
KAINA SUTARTINĖ

100 €
500 €
nuo 30 €

KAUNE IR PANEVĖŽYJE TIK GRUODŽIO 11 IR 12 D. 11.00–16.00
Pateikus šį skelbimą jums bus sumokėta **10€** jeigu pardavimo suma ne mažesnė kaip 100 €

GRYNO AUKSO PRABOS-999 1 G KAINA 60€

KAUNAS, BEST BALTIC HOTEL, A. MICKEVIČIAUS G. 28 (RUBINO SALĖ) PANEVĖŽYS, VIEŠBUTIS "PANEVĖŽYS", LAISVĖS A. 26, (IĖJIMAS IŠ KIEMO PUSĖS)

Filmas su Dž. Tra- volta „Auk- štalpio ...“	Prievarti- nis valsty- bės izolia- vimas	Neto ir ...	Palengva daranti	... ir stereo	...inų šuoelis	Kroviny- s pusiaus- vyrai palaikyti
Dzūkijos miestas	Rašytoja ... Kristi				2	
Šaukštas ... medaus statinė sugadina	8				Medžio ...kos ir ...knys	Pašarui džiovina- ma žolė
				Angliškas kreipinys į mergina	Poilsio bū- sena, kai neveikia sąmonė	
Muzikos garso rašmuo			Pilt (skysti)	Vėl lyja ...		
			Austrijos sostinė	Lankstas (upės)	9	
Maitinosi		Prasika- lęs sėklos daigelis	... rodyti (šaipytis, juoktis)			
Deputato ...ndatas	Gyvena- mosios vietos nu- rodymas	Jau ... grįžti		4		
Minijos intakas						10 Japonijos miestas
Kengūra yra ... žinduolis	Giedras ...					Smūgis koja
Teritorijos dalis				...lų ritė leikite ...viena		
Nekast- ruotas gyvulių patinas	6			Sveikt, taisytis	Indijos kalnai	
			Pakuotė	Egiptiečių mėnulio dievas		
Meksikos piniginis vienetas			Sakart- velo uostas	XVII-XVIII a. preky- bos laivas		
Kiau... kaip rėtis		Informaci- jos kiekio vienetas	Lėkim, skuoskim	1		
Rašytojo Sruogos inicialai	5	Nuogo kūno vaiz- das dailės kūnyje	Tinka (drabužis)			Purtys
Amerikos čiabuviai					7	Sieninis šviestu- vas
... negali to žinoti			3		Bromas ... tiek jau to!	
				1/100 Švedijos kronos		
Cheminis elementas	Aktorius amplua – mylimojo vaidmuo					

Kryžiažodį parengė žurnalo „Oho“ redakcija

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

„Savaitė“ Nr. 46 kryžiažodžio atsakymai.

Vertikaliai: Privati. Maurenė. Ika. Gydo. Taika. UK. Motė. Lurdas. Ataros. Loto. Paršas. Neris. Ka. Spaikas. Fikusas. Rikis. Ponis. Liekanos. Denis. MI. Nebus. Storas. Kaip. Estetas. Dienos. Girna.

Horizontaliai: Mokslas. Zigota. Vyto. Bene. Vadė. KET. To. Praba. Painus. Laikos. Turkis. Maršas. Si. Aidas. Te. Bukas. Don. Ras. Pero. Fonas. Antaninis. Tekis. Marus. Ki. Ris. Ar. Kuosa. Min. Aks. Salpa.

Pažymėtuose langeliuose: Sieninis.

SPRĘSKITE KRYŽIAŽODĮ IR LAIMĖKITE PRIZĄ

WOOM Būkite sveiki,
stiprinkite
imunitetą!

Įsigykite su **-30%**
www.eurovaistine.lt

WOOM Beta Glucan
Grynasis kiekis: 15 g (30 kap.)
Pasiūlymas galioja
2024 11 01 - 11 30

Maisto papildas pasižymi
unikalia ingredientų
sudėtimi, kurie kartu
**aktyvina ir stiprina
imuninę sistemą.**

Sukurtas
siekiant
pagerinti
šiuolaikinių
žmonių
savijautą ir
gyvenimo
kokybę.

„GaroCare“ parduotuvė: Verkių g. 5, Vilnius
Tel.: +370 655 20990

Atsakymus siųskite: adresu UAB „Savaitė“, Laisvės pr. 60, LT-05120 Vilnius; el. paštu atsakymas@savaite.lt; trumpuoju tel. numeriu **1679**. Žinutėse įrašykite: ST3 atsakymas, vardas, pavardė. (Pvz., ST3 Balandis Vardenis Pavardenis.) Žinutės kaina 0,50 Eur.

Kryžiažodžio, išspausdinto Nr. 46, „GaroCare“ prizą laimėjo **Elena Norkienė**. Dėl laimėto prizo per 30 dienų skambinkite darbo metu telefonu (8 5) 230 5011.

Kalendorius

ŠEŠTADIENIS, LAPKRIČIO 30 D.

Saulė teka 8.16, leidžiasi 15.59. Dienos ilgumas 7.43.
Delčia ☾ Mėnulis Šaulio ženkle.

SEKMADIENIS, GRUODŽIO 1 D.

Saulė teka 8.17, leidžiasi 15.58. Dienos ilgumas 7.41.
Jaunatis ● Mėnulis Šaulio ženkle.

PIRMADIENIS, GRUODŽIO 2 D.

Saulė teka 8.19, leidžiasi 15.57. Dienos ilgumas 7.38.
Jaunatis ● Mėnulis Šaulio ženkle.

ANTRADIENIS, GRUODŽIO 3 D.

Saulė teka 8.20, leidžiasi 15.56. Dienos ilgumas 7.36.
Jaunatis ● Mėnulis Ožiaragio ženkle.

TREČIADIENIS, GRUODŽIO 4 D.

Saulė teka 8.22, leidžiasi 15.55. Dienos ilgumas 7.33.
Jaunatis ● Mėnulis Ožiaragio ženkle.

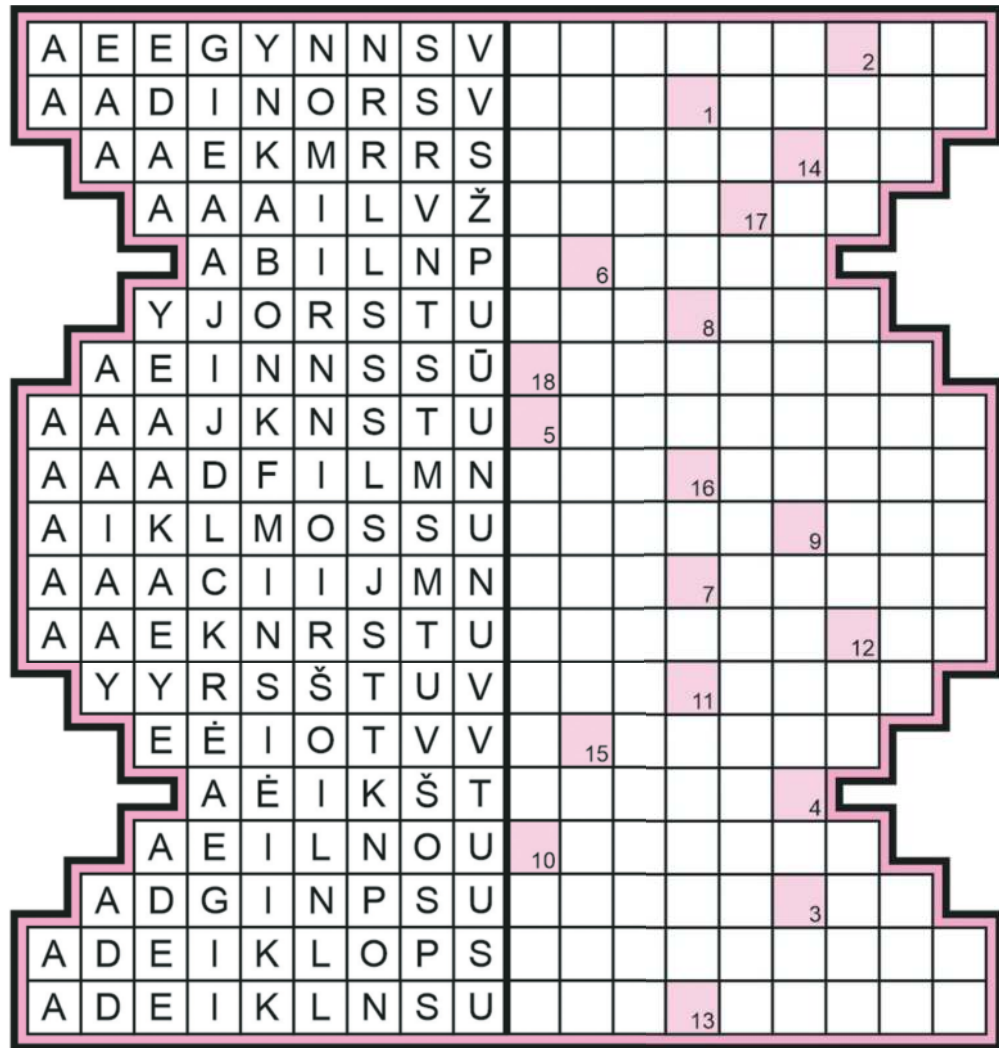
KETVIRTADIENIS, GRUODŽIO 5 D.

Saulė teka 8.23, leidžiasi 15.55. Dienos ilgumas 7.32.
Jaunatis ● Mėnulis Vandenio ženkle.

PENKTADIENIS, GRUODŽIO 6 D.

Saulė teka 8.25, leidžiasi 15.54. Dienos ilgumas 7.29.
Jaunatis ● Mėnulis Vandenio ženkle.

SPRĘSKITE GALVOSŪKĮ IR LAIMĖKITE
GAROCARE PRIZĄ



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Galvosūkį parengė žurnalo „Oho“ redakcija

Remdamiesi atsitiktine tvarka pateiktais apibūdinimais, iš pabirusių raidžių sudarykite žodžius ir surašykite juos į dešinę brėžinio pusę.
Atsakymas – frazė iš raidžių skaitmenimis pažymėtuose langeliuose.

Apibūdinimai: Smulkus kietas nevyniojamas saldainis. Gyvenimo būdas. Mitinis pusiau žmogus, pusiau arklis. Signalizacijos įrenginys laivams ar lėktuvams orientuotis. Artimiausia diena, rytdiena. Olandams artima tauta. Medžiaga, skirta apdirbimui (oda, medis, linai ir t. t.). Angliškas patiekalas (apkepas). Pieštų filmų kūrimas. Kompozitorius, operos „Dalia“ autorius Balys Sporto, pramogų vieta. Dešimties miestų sąjunga, siekusi bendromis jėgomis apginti savo interesus. Renkamas ar skiriamas kokios grupės vyresnysis. Minkštas gleivėtas vandens ar sausumos bestuburis. Kieta ar puri Žemės plutos medžiaga. Lietuvos muzikos grupė. Valstija Meksikos pietryčiuose, prie Meksikos įlankos. Žemės paviršiaus vieta. Romano „Juodasis obeliskas“ autorius.

Galvosūkio, išspausdinto Nr. 46, prizą laimėjo **Vaiva Maleckaitė iš Garliavos.** Dėl prizo skambinkite darbo metu telefonu (8 5) 230 5011. **Dėl prizo kreipkitės per 30 dienų.**

„Savaitė“ Nr. 46 galvosūkių atsakymai: Motelis. Veltėdis. Brunetas. Žiogris. Skalda. Paprika. Geizeris. Streikas. Ravelis. Lietus. Žiburys. Dominija. Agentūra. Taranas. Opijus. Skobnis. Citadelė. Barakuda. Sūpynės. **Pažymėtuose langeliuose:** Sanatorinis gydymas.

64 langeliai



Matas dviem ėjimais.
Nr. 47 skelbtos užduoties atsakymas: Vg2.

equilibra®

PRESSIONE OK
maisto papildas
Grynasis kiekis: 20 g. (40 kap.)

Pagrindą sudaro juodųjų česnakų ekstraktas „ABG10+“, kinrožių žiedų ir alyvuogių lapų ekstraktai.

Įsigykite su **-40%**

www.gintarine.lt

Pasiūlymas galioja 2024 11 01 – 11 30.

Aukštos kokybės maisto papildas su juodųjų česnakų „ABG10+“ ekstraktu normaliai širdies ir kraujagyslių sistemos veiklai ir normaliam kraujospūdžiui palaikyti.

„Garocare“
Verkių g. 5, Vilnius,
tel.: +370 655 20990

Atsakymus siųskite: adresu UAB „Savaitė“, Laisvės pr. 60, LT-05120 Vilnius; el. paštu atsakymas@savaite.lt; trumpuoju tel. numeriu 1679. Žinutėje įrašykite: SAV atsakymas, vardas, pavardė. (Pvz., SAV Balandis Vardenis Pavardenis.) Žinutės kaina 0, 50 Eur.

Įrašykite skaitmenis nuo 1 iki 9 taip, kad jie nesikartotų eilutėse, stulpeliuose bei paryškintuose 9 langelių (3x3) kvadratuose.

Nr. 1: lengvas

	4			6	3			8
8	2	1	4			3		9
6				1				5
			3		2	9		
	7						1	
	5	6	1		4	7		
7			8		1	5		3
	3	8						
4		5	6	3		2		7

Nr. 2: vidutinis

		8				7		6
5			7					
	7				3		5	
	9			8	6		1	
		3	9			5		
2			4		1			
		7		5	8			3
8								5
			6	2	4	9		

Nr. 3: sudėtingas

6			5		8	1		
7			9			8		
					7			
		9		4		5	6	
8								9
		2	1		9	4		
4						6	9	
	8							1
			2	8	5		7	

Galvosūčio žodynas:

- ... raktais užrakinti
- Dažnas svečias ...
- Drybso kaip ... raštas
- Jauni ..., seni grybauja
- Nerodyk kelio ožiui ...
- Vartosi kaip inkstas ...
- Pasakė – kaip ... išvertė
- ... kaip savo radę
- Ilgas ... – trumpas protas
- Pypkė rūksta, ... netrūksta
- Ir gyvulus žino, kur ... namai
- ... kaktos neištaisyti
- Ne obuolys, ...
- Užpuolė kaip ... višta
- Kur paukštelis lekia, ten ... krenta
- Koks puodelis, toks ...
- ... nėra brolių
- Dirba kaip ...
- Krienai už ridiką ne ...
- ... marškinius parduosiu
- Vienas gerkle, kitas ...
- Nemėtyk duonos, ... rinksi
- Bėpigu su ... peštis, su išmintingu bartis
- Draugą pažinsi ...
- Išmokyti karvę ... lipi
- Nekišk nagų, kur ...
- Č S L V I U Č I U U S U E K T A D O
- Piktumą palik ...
- Geras ... ir iš kirvio sriubą išverda
- Paleido ... kaip turgaus boba
- Iš valgio nebūsi bagotas, tik ...
- Mediniai ... nuo kojų nukrito
- Kietas kaip ... kevalas
- Gražus kaip ...
- Sutiko ... rankomis
- Juokų ...
- ATOVNSGLŽ
- Iš pirmo ...
- Su daina ir darbas ...
- ... – mokykla
- Skęstantis ir už šiaudo ...
- ... kaip višta
- Kaip šuniui ... koja
- Gražus ..., bet supuvęs vidury
- Nė ... obuolio nevertas
- Ant kaktos ...
- Iš ... vežimą priskaldo
- S L K A

Nr. 47 galvosūkių galimi atsakymai:

7	8	2	9	3	6	5	1	4
1	9	6	5	4	7	8	3	2
3	4	5	1	2	8	9	6	7
2	3	7	4	8	1	6	5	9
4	1	8	6	9	5	2	7	3
6	5	9	2	7	3	4	8	1
5	7	4	8	1	2	3	9	6
9	6	3	7	5	4	1	2	8
8	2	1	3	6	9	7	4	5

4	6	8	3	5	2	1	9	7
2	1	9	7	4	8	3	6	5
7	5	3	6	9	1	4	2	8
8	4	1	5	2	6	7	3	9
6	3	7	4	8	9	5	1	2
9	2	5	1	7	3	6	8	4
3	7	2	9	1	5	8	4	6
5	9	6	8	3	4	2	7	1
1	8	4	2	6	7	9	5	3

5	7	3	8	9	2	6	4	1
2	6	9	3	4	1	5	7	8
1	4	8	5	7	6	3	9	2
8	5	4	7	6	9	1	2	3
6	1	7	2	3	8	9	5	4
3	9	2	4	1	5	7	8	6
9	2	1	6	5	4	8	3	7
4	3	5	1	8	7	2	6	9
7	8	6	9	2	3	4	1	5

Galvosūčio užduotis: pradėdami nuo pažymėtų vietų ir eidami nuo vienos raidės prie kitos (tik ne įstrižai), išbraukite atsakymus į klausimus arba pateiktas sąlygines užuominas atitinkančius žodžius (žodžiai kirstis negali).

Galvosūčio, išspausdinto Nr. 47, atsakymas: KVARTETAS

Galvosūkių parengė žurnalo „Oho“ redakcija

EGLIŲ ŽIEBIMO ŠVENTĖS

Lapkričio 29 d. 18 val. Raudondvario dvare (Pilies tak. 1) – Kalėdų eglės žiebigimo šventė. Koncertuos M. Kavaliauskas ir grupė „Bernučėliai“, veiks ledo arena, Kalėdų Senelio paštas, prakartėlių paroda pilyje, bus rodomas šokio spektaklis „Pelenė“.

Lapkričio 29 d. 18 val. Mažeikių aikštėje prie Šv. Pranciškaus Asyžiečio bažnyčios (Naftininkų g. 13) bus žiebigta Kalėdų eglė. Šventėje dalyvaus Kalėdų Senelis, grupė „2 kvėpavimas“, atlikėjai P. Ruzaitė, E. Miceikaitė, I. Launikonytė, A. Pilypaitė, T. Rimgaila, trupė „Ugnies valdovai“, Mažeikių miesto meno kolektyvai.

Lapkričio 29 d. 18 val. Panevėžio Laisvės aikštėje vyks Kalėdų eglės žiebigimo šventė. Programoje – teatralizuotas pasirodymas „Kalėdų Senio ūsai“ pagal V. Žilinskaitės kūrinį, būgnų ir lazerių šou, grupės „Biplan“ koncertas.

Lapkričio 29 d. 19 val. Vilniaus Katedros aikštėje – Kalėdų eglės žiebigimo šventė. Koncertuos E. Redko, V. Baumiša, Monika Liu ir daugybė kitų atlikėjų. Greta eglės įsikurs Kalėdų miestelis.

Lapkričio 30 d. 17 val. Jonavos Sajūdžio aikštėje bus žiebigta Kalėdų eglė. Šventinėje programoje – Kalėdų Senelis, fejerverkai ir E. Jakštytės koncertas.

Lapkričio 30 d. 17 val. Klaipėdos Teatro aikštėje vyks Kalėdų eglės žiebigimo šventė. Dalyvaus J. Jarutis, P. Paukštytė, V. Popendikis, Klaipėdos J. Kačinsko muzikos mokyklos vokalinis ansamblis „Vocalis“.

Guodžio 1 d. 17 val. Širvintų miesto aikštėje sužibs Kalėdų eglė. Susirinkusiųjų lauks Kalėdų Senelis, koncertuos L. Mondeikaitė, vaikų ir jaunimo choras „Kivi“, atvyks Lietuvos vyriausiasis Senelis Kalėda. Renginį užbaigs šventiniai fejerverkai.

PARODOS

Lapkričio 29 d. 10 val. Druskininkų miesto muziejuje (M. K. Čiurlionio g. 59) – parodos „Trys viename: vieno paveikslo restauravimo istorija“ atidarymas.

Lapkričio 29 d. 18 val. Vilniaus T. Lagūnavičiaus galerijoje-muziejuje (Visų Šventųjų g. 5-2) bus pristatyta tarpdisciplininio menininko T. Lagūnavičiaus paroda

„Šimtas taisyklių, kaip gyventi futuristiniame mieste“.

Lapkričio 29 d. 18 val. Vilniaus Užupio meno inkubatoriuje (Užupio g. 2A) – G. Labanauskaitės personalinės parodos „Pasimačiau jausmą“ atidarymas.

Lapkričio 30 d. 16 val. Anykščių koplyčioje (Vilniaus g. 36) – R. Padlecko (R. Mėnulio Katino) juvelyrikos parodos „Šiapus ir anapus“ atidarymas.

Guodžio 3 d. 18 val. Vilniaus apskrities A. Mickevičiaus viešajame bibliotekoje (Trakų g. 10) bus atidaryta L. Valatkienės tapybos ir fotografijos darbų paroda „Šviesos apsilankymas“.

Guodžio 4 d. 16 val. Kauno Vytauto Didžiojo karo muziejuje (K. Donelaičio g. 64) – parodos „Medardas Vasiliauskas: karininko keliu ir fotografo žvilgsniu“ atidarymas.

Guodžio 4 d. 17.30 val. Alytaus kultūros centro Parodų erdvėje (Pramonės g. 1B) bus pristatyta paroda „Alytaus fotografija 2024“, 18 val. Mažajoje parodų salėje – parodos „Alytaus dailė 2024“ atidarymas.

LITERATŪROS VAKARAI, KNYGŲ PRISTATYMAI

Lapkričio 29 d. 15 val. Vilniaus „Paviljone“ (Pylimo g. 21B) vyks J. Meko knygos „Grožio blyksniai. Trumpos gyvenimo istorijos“ pristatymas. Dalyvaus L. Kreivytė ir T. Venclova. 18 val. – knygos „Skaitant Lolitą Teherane“ pristatymas. Dalyvaus knygos vertėjas A. Žekevičius, žurnalistė I. Kiršaitė.

Lapkričio 29 d. 16 val. Kauno technologijos universiteto miestelio bibliotekoje (Studentų g. 48) – knygos „Jonas Mulokas: architektūrinio identiteto paieška globaliame pasaulyje“ pristatymas.

Lapkričio 29 d. 17 val. Vilniaus apskrities A. Mickevičiaus viešosios bibliotekos Didžiojoje salėje (Trakų g. 10) – S. Nėries 120-osioms gimimo metinėms skirtas renginys „Salomėja Nėris ir Justinas Marcinkevičius dabarties kontekstuose“. Dalyvaus Europos Parlamento narys V. P. Andriukaitis, literatūros kritikas V. Sventickas, prof. A. Martišiūtė-Linartienė, poetė L. Kreivytė, S. Nėries anūkė S. Bučaitė, istorikas V. Klumbys. Renginį moderuos P. Zurlys.

Eiles skaitys Lietuvos muzikos ir teatro akademijos docentė R. Juodelienė, meno studijos kursantai V. Poškutė, V. Šarkys, V. Misiulytė-Krasauskienė.

Lapkričio 29 d. 18 val. Vilniaus Lietuvos teatro, muzikos ir kino muziejuje (Vilniaus g. 41) – V. Aškinio knygos „Lietuvos animacija. 1910–2024“ pristatymas ir lietuvių klasikinės animacijos dailininkų ir režisierių karikatūrų ir komiksų parodos „Šaknų paieška“ atidarymas.

Lapkričio 30 d. 12 val. Vilniaus „Paviljone“ (Pylimo g. 21B) vyks J. Hibbardo knygos „Dviračių menas“ pristatymas, 16 val. – G. Gudelytės prozos knygos „Žiemojimas su mirusiais“ pristatymas, 19 val. bus pristatoma D. Kajoko knyga „Leistas privatumas“.

Lapkričio 30 d. 15 val. Vilniaus Naujosios Vilnios bibliotekoje (Gerovės g. 1) – R. Kulbickaitės pirmosios knygos „Nes taip panorėjo dangus“ pristatymas.

Guodžio 1 d. 14 val. Vilniaus „Paviljone“ (Pylimo g. 21B) bus pristatyta I. Balčiūnės knyga „Augintiniai. Atsikratymas vaikais sovietmečio Lietuvoje“, 16 val. vyks M. Saukos romano „Kambarys“ pristatymas.

Guodžio 2 d. 18 val. Vilniaus apskrities A. Mickevičiaus viešosios bibliotekos Didžiojoje salėje (Trakų g. 10) – P. Tilvikaitės romano „Svetimkūniai“ pristatymas. Rašytoją kalbina žurnalistė ir bibliotekos komunikacijos specialistė D. Baniūnienė.

Guodžio 4 d. 18 val. Kauno V. Kudirkos viešajame bibliotekoje (Laisvės al. 57) vyks E. Drungytės poezijos knygos „Bukolikos“ pristatymas.

Guodžio 4 d. 18 val. Vilniaus Lietuvos nacionalinėje M. Mažvydo bibliotekoje (Gedimino pr. 51) bus pristatyta G. Gudelytės knyga „Žiemojimas su mirusiais“. Knygos ištraukas autorė skaitys kartu su aktore, režisierė E. Kazickaitė. Tekstus lydės kompozitorės T. Čepaitės kurta muzika ir knygos pristatymui sukurtos projekcijos.

KONCERTAI

Lapkričio 29 d. 18 val. Alytaus audiovizualiųjų menų centre (Kauno g. 9) – A. Sabulytės ir D. Mažinto koncertas „Pasaulis–Muzika / Muzika–Pasaulis“.

Lapkričio 29 d. 19 val. Vilniaus Šv. Kotrynos bažnyčioje (Vilniaus g. 30) – koncertas „Meno jungtys – 1 000 spalvų“. Premjerinis kompozitoriaus L. Rupšlaukio kūrinys „Kiekvienas rytas pergyvenavo tave“ (teksto autorius A. Šlepkas) scenoje suvienys muzikos profesionalus ir žmones, turinčius intelekto negalią. Dalyvaus Vilniaus miesto savivaldybės Šv. Kristoforo kamerinis orkestras (meno vad. ir vyr. dirig. M. Barkauskas), valstybinis choras „Vilnius“ (meno vad. ir vyr. dirig. A. Dambrauskas), solistė K. Bontė (sopranas), S. Gailius ir A. Rekašius (mušamieji) bei Šiaulių miesto savivaldybės globos namų dienos centro „Goda“ ritmo grupė.

Lapkričio 29 d. 19 val. Birštono sanatorijoje „Versmė“ (B. Sruogos g. 9) – klasikinės muzikos vakaras „Rudens spalvos“.

Guodžio 1 d. 11 val. Šiaulių „Polifonijos“ salėje (Aušros al. 15) – J. Leitaitės koncertas „Sutikime advento pradžią kartu“.

Guodžio 4 d. 17 val. Kauno miesto muziejaus M. ir K. Petrauskų skyriuje (K. Petrausko g. 31) – koncertas „Bruno Markačio kamerinė muzika“.

Guodžio 5 d. 12 val. Vilniaus arkikatedroje bazilikoje (Šventaragio g.) – koncertas „Vox organi Cathedralis. Advento ir šv. Kalėdų muzika su Gražina Kopūstiene“.

FILMAI, SPEKTAKLIAI

Lapkričio 29 d. 16.30 val. Klaipėdos universiteto Socialinių ir humanitarinių mokslų fakultete (S. Nėries g. 5) – spektaklis „*Kelias į fiestą*“ (rež. dr. J. Grigaitienė, doc. V. Kochanskytė).

Lapkričio 30 d. 18 val. „Vilnius Tech“ Senamiesčio rūmuose (Pylimo g. 26/1) – teatro studijos „Palėpė“ spektaklis „*Nuojauta*“ pagal S. Beketo pjesę „Žaidimo pabaiga“.

Guodžio 4 d. 17.30 val. Vilniaus apskrities A. Mickevičiaus viešajame bibliotekoje (Trakų g. 10) bus rodoma dok. apybraiža „*Vilnius – nuolatinė LDK sostinė*“.

Guodžio 5 d. 17.30 val. Kauno rotušėje (Rotušės a. 15) – išankstinė istorinio dokumentinio filmo „*Tautos karvedys*“ premjera.

Guodžio 5 d. 19.30 val. Vilniaus „Silentium“ vargonų salėje (Aguonų g. 5) – kino genijaus S. Paradžanovo filmo „*Granato spalva*“ peržiūra.



PENKTADIENIS
Naktį bus 2–6, dieną – 2–6 °C šilumos.



ŠEŠTADIENIS
Naktį bus apie 0 °C, dieną – 1–5 °C šilumos.



SEKMADIENIS
Naktį bus nuo 3 °C šalčio iki 1 °C šilumos, dieną – nuo 0–4 °C šilumos.



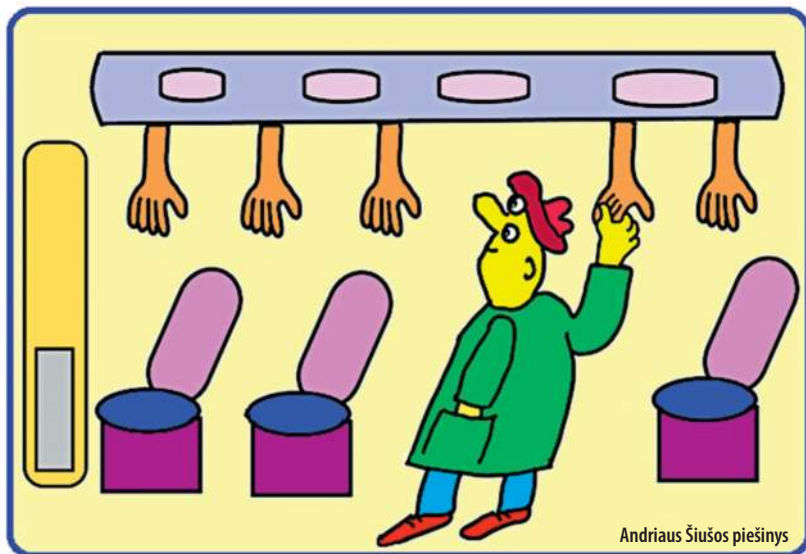
PIRMADIENIS
Naktį bus nuo 3 °C šalčio iki 1 °C šilumos, dieną – 0–4 °C šilumos.

GYVENIMO išmintis

- ✦ Nevenk draugo kritikos, venk priešų pagyrų.
- ✦ Jeigu žmogus visada teisingas, kam jis toks reikalingas?
- ✦ Kad tik būtų noro nieko nedaryti, o jau galimybių visada atsiras.
- ✦ Pastaruoju metu pastebiu, kad viską pastebiu pastaruoju metu.
- ✦ Bėda ne tai, kad politikai linkę meluoti. Bėda tai, kad rinkėjai linkę jais tikėti.
- ✦ Kai kalbame apie kitų nuodėmes, mes – teisėjai. Kai apie savąsias, mes – advokatai.
- ✦ Pernelyg mandagus atsisakymas dažnai suprantamas kaip drovus sutikimas.

Kalba vaikai

- ***
- Ugnė (5 metai) sako mamai:
– Aš noriu, kad tai būtų sesutė. Bet jeigu gims broliukas, aš irgi nenusiminsiu. Aš tik nusiminsiu, jeigu gims dinosauras.
Ketverių metų brolis Kipras:
– O aš apsidžiaugsiu, jeigu gims dinosauras!
- ***
- Domantas (5 metai):
– Tėti, daug nevalgyk, nes pilvas susiklijuos.
- ***
- Oro uoste senelis pasilenkia prie anūko Roko (5 metai):
– Dabar taip: tau – penkeri ir tu skrendi su seneliu. O ne taip, kaip praeitą kartą – tau dešimt metų, tu esi neūžauga ir aš tave pagrobčiau. Supratai?
– Supratau, seneli, bet juk šitaip neįdomu!
- ***
- Vika (2 metai):
– Mano dantukai suprakaitavo.
– Dantukai suprakaitavo? – nustebusi perklausia mama.
– Taip... ir liežuvis.
- ***
- Tautvydas (4 metai):
– Žinot, kodėl lyja?
– Ne. O tu?
– Tai Dievas danguje grindis plauna.



IŠ MOKSLEIVIŲ RAŠINIŲ

- ✦ „Mėgstamiausia mano knyga – „Trys D'Artanjanai“.
- ✦ „Draustinyje gyvena žvėrys, kurie jau išmirė.“
- ✦ „Į kovą su Guliveriu pakilo visi liliputai – nuo mažo iki didelio.“
- ✦ „Beždžionė užpakalinėmis rankomis įsikabino į medį.“
- ✦ „Australijoje gyventojų tankumas yra 4 kvadratiniai žmonės vienam metrui.“
- ✦ „Aš turiu papūgą su kalbančia nosimi.“
- ✦ „Romeo ir Džuljeta buvo labai jauni ir dar nespėjo apaugti praeities atgyvenomis.“

MOKYTIS niekada nevėlu

Pamokėlė moterims

Jei jus pažįsta iš gerosios pusės – nesisukiokite.

Pamokėlė vyrams

Vedęs vyras turi pamiršti savo klaidas: nėra reikalo vieną ir tą patį prisiminti dviem žmonėms.

Kasdienybės grimasos

Vienas žmogus nusprendė pirmadienį gyvenimą pradėti nuo nulio. Taip būna po kazino praleisto sekmadienio.

Šiandien pirmą kartą šokau su parašiotu. Aeroklube padėti atskubėjo sportiškas vyrukas – specialia diržų sistema prisitvirtinome vienas prie kito. Po to mes iššokome iš lėktuvo ir jis manęs paklausė: „Seniai dirbi instruktoriumi?“

Visą dieną nemiegi, visą naktį nevalgai, žinoma, kad pavargsti...

Labai dažnai protas nedraugauja su širdimi. O manieji – netgi nesisveikina!

Kaip ir visada, norėjome, kaip geriau. Koks buvo visų nustebimas, kai neišėjo net kaip visada...

Dabar beveik kiekviename bute yra Bermudų trikampis – sofa–šaldytuvas–kompiuteris.

SKAMBUTIS POLICIJAI – DĖL NAMŲ DARBŲ

Neseniai amerikiečių policijos pareigūnams iš Viskonsino teko „gelbėti“ dešimtmetį, kuris paskambino pagalbos telefonu 911 ir paprašė pagalbos neįprastu klausimu, rašo „United Press International“.

Viena Viskonsino policijos nuovada socialiniuose tinkluose pranešė, kad jos dispečerė atsiliepė į pagalbos skambutį, kuriuo paskambinęs vaikas paprašė pagalbos ruošiant matematikos namų darbus. „Jis pareiškė, kad jo šeimai taip pat labai sekėsi matematika ir jam reikia padėti“, – buvo rašoma policijos nuovados pranešime.

Kaip teigiama, jaunajam skambintojui buvo paaiškinta, kad pagalbos numeris 911 nėra tinkamas ieškant padėjėjų namų darbams paruošti, tačiau atsiliepusi dispečerė buvo geranoriška ir vis dėlto pasisiūlė padėti. Deja, uždavinys nebuvo paprastas, todėl dispečerė nusprendė kreiptis į netoliese vaiko gyvenamosios vietos patruliuojusį pareigūną, kuris mielai sutiko užsukti į moksleivio namus ir pabandyti išspręsti matematikos uždavinį. Pareigūnas Čeisas Meisonas, kuris turi tokio pat amžiaus įsūnį, kaip ir skambinysysis, sugebėjo tai padaryti. Jaunajam skambintojui buvo pateikta pareigūno vizitinė kortelė ir pasakyta, kad policija jam visada pasiruošusi padėti, tačiau kitą kartą jam reiktų skambinti ne skubios pagalbos linija, jei tai nėra gyvybei pavojinga situacija.

RAGINA IEŠKOTI LOBIŲ

Neseniai vienas amerikietis paskelbė, kad užkasė penkias lobių skrynias su vertingais daiktais, kurių vertė, kaip teigiama, yra apie 2–3 mln. JAV dolerių ir ilgainiui tik augs, rašo „Oddity Central“.

Verslininkas, kriptovaliutų investuotojas Džonas Kolinsas-Blekas kadaise svajojo pats surasti vertingą lobį, tačiau anksti sugebėjo praturtėti investuodamas, todėl pastaruosius penkerius metus jis rinko laimikį lobių entuziastams ir įsigijo nemenką vertingų daiktų kolekciją. Ją vyras sudėjo į lobių skrynias, kurias, kaip teigia, užkasė neatkleidžiamose, tačiau visiems lengvai prieinamose JAV vietose. Anot Dž. Kolinsos-Bleko, nė viena iš skrynių nėra privačioje valdoje, todėl techniškai jas gali pasiekti kiekvienas. Tiesa, vyras nurodo, kad norint rasti nors vieną iš skrynių reikia sekti daugybę užuominų ir turėti aštrų protą, o tam reikės įsigyti vyro parašytą veikalą – visa informacija, kurios reikia lobių ieškotojui norint pradėti „didžiausią lobių medžioklę Amerikos istorijoje“, išdėstyta Dž. Kolinsos-Bleko knygoje „There’s Treasure Inside“ (liet. „Viduje slypi lobis“). Tiesa, knygoje vyras pasidalijo tik užuominomis, be to, kiekviena skrynia taip pat yra galvosūkių dėžutė.

Verslininkas žiniasklaidai sakė, kad vienoje iš penkių užplombuotų lobių skrynių galima rasti pirmąjį fizinį kada nors pagamintą bitkoiną, žaliąjį Kolumbijos smaragdą, antikvarinių daiktų iš vieno laivo avarijos, prezidentui Džordžui Vašingtonui priklausiusią desertinę taure ir kitų vertybių.

Kaip teigė vyras, jei jo paslėptas lobis nebus rastas, jis po kurio laiko paskelbs daugiau užuominų.

SUKURĖ DIDŽIAUSIĄ PASAULYJE PIEŠINĮ

Nigerijos gydytojas Fola Davidas-Tolaramas sukūrė didžiausią pasaulyje piešinį, pranešama Gineso rekordų knygos internetinėje svetainėje.

Milžiniškas meno kūrinys, sukurtas „Mobolaji Johnson Arena“ stadiono aikštėje Lagose, yra meilės laiškas dailininko gimtinei, atspindintis šalies kultūrų įvairovę. Nigeriečio sukurto meno kūrinio plotas siekia daugiau nei 1 tūkst. kv. m. – tai prilygsta kone 4 teniso kortų plotui. 31 metų vyras piešinį, pavadintą „Įvairovės vienybė“, sukūrė per kelias dienas naudodamas vandeniu atsparius spalvikius ant milžiniškos drobės stadione, kuriame telpa 5 tūkst. žiūrovų. Naujas didžiausias pasaulyje piešinys vaizduoja milžinišką Nigerijos žemėlapi su skirtingų



tautų atvaizdais ir kultūrine šalies regionų ikonografija.

„Nigerija yra daugiakultūrė šalis. Norėjau sukurti meno kūrinį, kuris tai atspindėtų. Prieš pradėdamas kurti piešinį keliau po savo šalį, kad asmeniškai susipažinčiau su įvairiomis kultūromis. Maistas, apranga, gyvenimo būdas, festivaliai, muzikiniai instrumentai – visa tai ir stengiausi perteikti, kurdamas šį piešinį“, – sakė naujojo rekordo savininkas.

PARDUOTAS KARALIENĖS VESTUVIŲ TORTO GABALĖLIS



Mažytis 77 metų senumo torto gabalėlis iš karalienės Elžbietos II ir princo Filipo vestuvių parduotas aukcione, rašo „BBC“.

Ypatingasis torto gabalėlis kadaise buvo perduotas Marion Polson, Holirudo rū-

mų, kurie yra britų monarcho rezidencija Edinburge (Škotija), namų šeimininkei, kaip dovana nuo karališkosios poros.

Aukciono namai „Reeman Dansie“ paskelbė, kad šis torto gabalėlis, buvęs 225 kg sveriančio deserto, patiekto per vestuves 1947 m. lapkričio 20 d., dalimi, buvo parduotas už 2 831 JAV dolerį. Tiesa, aukcione laimėjęs pirkėjas gaus ne tik jau nebevalgomą skanumyną – torto gabalėlis buvo supakuotas į dėžutę su to meto princesės Elžbietos sidabru puoštomis emblemomis, taip pat pridėta nuotakos padėkos laiško poniai Polson kopija ir dekoratyvinė servetėlė iš vestuvių.

BATŲ VAGILĖ – ŽEBENKŠTIS

Viename Japonijos vaikų darželyje mįslingai ėmė dingti vaikų batai. Galiausiai paaiškėjo, kad juos gvelbti sumanė žebenškštis, praneša „The Guardian“.

Japonijoje vaikų darželio vadovė lapkričio pradžioje kreipėsi į policiją, nes dingo 15 batų, priklausiusių dešimčiai vaikų. Kitą dieną dingo dar 3 batai. Vaikų darželio darbuotojai ir policijos pareigūnai iš pradžių buvo sutrikę, nes vagis nušvilpdavo pavienius batus, o ne jų poras. Policijos pareigūnai įrengė tris vaizdo stebėjimo kameras, tikėdamiesi, kad batų maniakas vėl pasirodys ir bus sugautas. Kaltininkė pasirodė esanti vikri žebenškštis.

Manoma, kad batų vagyste kaltinamas žvėrelis greičiausiai ką tik atsivedė jauniklių. Turint omenyje, kad gyvūnai, kaip ir mes, jautrūs šalčiui, žebenškštis, ko gero, naudojo batus kaip lizdo pamušalą žiemai. Vis dėlto nukniauktų batų vieta lieka nežinoma, todėl darželis, siekdamas užkirsti kelią jų dingimui, dabar nakčiai uždengia sandėliavimo patalpas specialiais tinklais.



Dalgis

Europoje nuo seno naudoti trijų tipų dalgiai. Skandinavijos šalyse daugiausia naudoti 160–180 cm ilgio dalgiai su dviem (ilgesne ir trumpesne) rankenomis. Vidurio Europoje buvo populiarūs 140–150 cm ilgio dalgiai su dviem rankenėlėmis, o Rytų Europoje, slavų žemėse – 160–180 cm ilgio dalgiai su viena rankena. Lietuvoje, kaip ir kitose Baltijos šalyse, naudoti visų tipų dalgiai.

Atliekant archeologinius kasinėjimus Lietuvos teritorijoje, ne kartą buvo rasta dalgių ir jų dalių. Ankstyviausi radiniai siekia II a. Dalgių daugiausia aptikta vyrų kapuose, padėtų jų galvūgalyje, taip pat piliakalniuose. Ankstyvieji dalgiai primena pjautuvus: jų geležtės ilgis – 27–37 cm, kotas – neilgas. Vėliau dalgių geležtės ilgėjo, maždaug V–VI a. siekė apie pusę metro, tačiau dalgiakočiai vis dar buvo trumpi. Trumpi dalgių kotai gaminti iki XIV a. Ir tik dar po kelių šimtų metų prie patogaus ilgo koto imta tvirtinti vieną arba dvi rankenas.

Dalgius senovės lietuviai naudojo daugiausia šienui pjauti, o nuo XVIII a. pradėjo naudoti ir javams kirsti. Tokie dalgiai buvo trumpesni, su gale pritaisytu grėbliuku. Kaip ir visame pasaulyje, Lietuvoje dalgių reikšmė sumenko atsiradus žoliapjovių. Tačiau jų, beje, mažai kuo tėsiskiriančių nuo naudotų viduramžiais, vis dar nesunkiai galima rasti ūkinių prekių parduotuvėse ir turguose.

Rinkosi pagal skambesį

Dauguma valstiečių gebėjo dalgių pasigaminti patys ar užsisakydavo kalvėse, kai kurie įsigydavo turguose. Prieš pirkdami, dalgių kokybę būtinai patikrindavo – dalgis privalėjo būti kietas. Būdų patikrinti dalgį – ne vienas, pavyzdžiui, galima braukti peiliu ar pirštais per ašmenis, lenkti ar skambinti. Sakydavo, kad geras dalgis skamba ilgai ir aukštu tonu – reikia suduoti per dalgį metaliniu daiktu, įsiklausyti ir išgirsi, ar verta tokį įsigyti.

Kiekvienas šeimininkas kruopščiai prižiūrėdavo savo



Dalgių pirmatai atsirado prieš tūkstančius metų, žmonėms ėmus auginti javus. Laimučio Brundzos („BNS Foto“) nuotr.

Dalgio priešistorė siekia 5000 m. pr. m. e. Nors jo geležtė vis tvirtėjo ir aštrėjo, per tūkstančius metų dalgis pakito nedaug. Net ir žiūrėdami į šiuolaikinį „trimerį“, galime matyti jo protėvį.

Ramutė ŠULČIENĖ

darbo įrankį, rūpindavosi plienine dalgio geležte ir nuo gana jauno amžiaus mokė sūnus dalgius valdyti. Dalgius vyrai ne tik galąsdavo, bet ir plakdavo, pusdydavo. Plakti naudodavo nedidelius plaktukus ar kūjokus, kad nesugadintų paviršiaus. Būdavo, padeda dalgio geležtę ant priekalo ir kantriai plaka, t. y. kala. Taip dalgis tapdavo aštresnis, lėčiau dildavo, būdavo lengviau suformuoti jo ašmenis. Dalgio plakimas buvo toks žinomas ir svarbus procesas, kad apie jį iki šiol galima skaityti knygose ar tautosakininkų surinktoje medžiagoje. Pavyzdžiui, senoliai sakydavo, kad žemumose neplaktu dalgiu visą dieną iššienausi, o kalnuose tuoj plakimą nuėda.

Dalgio pustyklė – tai medinis prietaisėlis, skirtas geležtei pa-

dailinti, išlyginti. Pustykles vyrai nešiodavosi už diržų ar drobinuose, odiniuose maišeliuose, pripiltuose smėlio.

Pirmiausia prireikė žemdirbiams

Dalgių pirmatai atsirado prieš tūkstančius metų, kai žmonės pradėjo auginti javus. Pirmieji pjovimo įrankiai buvo primityvūs – jie dažniausiai gaminti iš akmens, kaulo ar net medžio, ir į juos buvo įtvirtinti aštrūs kremzliniai ar akmeniniai peiliukai. Tokių įrankių randama neolito laikotarpio archeologinėse vietovėse.

Pirmieji metaliniai dalgiai imti naudoti bronzos amžiuje, kai žmonės įvaldė metalo liejimo techniką. Metalas leido gaminti stipresnius, patvaresnius įran-

kius, tačiau vis dar ne tokius aštrius kaip geležis. Geležies amžiuje įvyko didelis pokytis: dalgiai tapo gerokai aštresni ir lengviau prižiūrimi nei bronziniai jų pirmtakai. Tai suteikė galimybę kur kas greičiau nuimti derlių.

Viduramžiais Europos kalviai toliau tobulino dalgius: geležtės tapo lankstesnės, įgavo iki šiol būdingą išlenktą formą, pritaikytą dideliame plotui vienu mostu pjauti.

Lietuviški dalgiai pasaulyje

Pramonės revoliucija leido pagaminti daugiau aukštos kokybės dalgių, jų kainos tapo prielanesnės paprastiems valstiečiams. Į šį pramonės traukinį įšoko ir Lietuvoje veikęs garsus dalgių fabrikas. 1882 m. vinis gaminusį fabriką nupirko vokiečių pirklys Emilis Poselis. Į fabriką jis nutiesė nuosavą geležinkelio atšaką ir pradėjo gaminti modernios technologijos dalgius. 1886-aisiais jų jau buvo pagaminta 1 mln. vienetų. Šie dalgiai buvo žinomi dėl aukštos kokybės: jie buvo tvirti, gaminami iš švediško plieno, ilgai tarnaudavo, būdavo lengvai galandami. 1900 m. šie dalgiai netgi eksponuoti Pasaulinėje parodoje Paryžiuje. Prieš Pirmąjį pasaulinį karą per metus garsiajame dalgių fabrike būdavo pagaminama iki 3 mln. „litovkų“ (taip Rusijoje tuo metu buvo vadinami dalgiai).

E. Poselio dalgių fabrikas išgarsėjo ne tik Lietuvoje – XIX a. pabaigoje jis buvo didžiausias pasaulyje pasaginių vinių ir dalgių fabrikas. Kasdien fabriko darbuotojai sulaukdavo tiek užklausų paštu ir korespondencijos, jog nuspręsta šalia įsteigti ir išlaikyti pašto tarnybą, kad nereikėtų nuolat lakstyti į Vilnių.

TRADICIJA NEIŠNYKO

Tie, kas bandė pjauti žoliapjovėse aukštą nelygios pievos ar pagriovio žolę, žino, kad modernios žoliapjovės nebūtinai yra patogiausios norint tai atlikti. Dalgis gali būti praktiškesnis pasirinkimas. Kai kam pamosuoti dalgiu – tiesiog smagus užsiėmimas, o kai kuriuos net apima azartas. Štai Konstantinavoje, Rokiškio rajone, šį birželį jau dvyliką kartą buvo surengtos „Pirmosios pradalgės“ varžytuvės. Jose varžėsi 17 šienpjovių, trys iš jų – moterys. Kaip ir pridera, visi jie į lauką buvo paladėti šienapjūtės dainomis. Liepos mėnesį Klaipėdos rajone taip pat rinkosi dalgių mylėtojai – vyko Nacionalinis šienpjovių čempionatas.



Rokiškio rajono savivaldybės Juozo Keliuočio viešosios bibliotekos nuotr.

Barakuda

Svajūnas KUNCAITIS

Visiems normaliems vyrams patinka dailios moterys. O jei jos dar ir švelnios ir atsidavusios!.. Henrikas net neabejojo esąs normalus, na, ta bendrąja psichosocialine normalumo prasme, mat kitais aspektais vyras savęs anaipol nebūtų priskyres vidutiniokų padermei. Juk dar neturi trisdešimties, o iki pirmo uždirbto milijono trūksta... Dieve, gal keliolikos tūkstantėlių.

Sėkmės lydimu verslininku save įvardijantis jaunuolis kone kasdien sutikdavo vyrų, kuriems galėjo pavydėti kur kas įspūdingesnių pasiekimų, tačiau neseniai prieš tuos ponus jis įgijo drūtą kozirį. To kozirio vardas – Mira, juodbruva ilgakojė gražuolė. Jos grožis, pasak kai kurių Henriko pažįstamų, – kažkoks nenusakomas, visiškai netipinis, tačiau neabejotinai efektingas.

Gražuolė tebestudijavo kažkokioje kolegijoje, tad, suprantama, pati neišgalėjo įsigyti nei padoresnių suknelių, nei aksesuarų, jau nekalbant apie tikrus papuošalus, bet Henrikas su džiaugsmu pasiūvė šį trūkumą pašalinti. Kai mergina po trijų savaičių artimos pažinties sutiko persikelti į Henriko namus, jis iškart pademonstravo dosnumą. Mira kukliai mėgino parodyti kažką panašaus į prieštaravimą, bet Henrikas nenorėjo nieko girdėti.

Tačiau jo tėvai, brolis ir du artimiausi draugai naujos Henriko meilės atžvilgiu buvo nusiteikę daug skeptiškiau.

– Ankstesnės buvo bent praturtintos ar iš turtingų šeimų, – po vardadienio puotos bambėjo mama. – Apakino tave tos jauniklės grožis, sūnau... Oi, jaučia mano širdis, kad nukentėsi tu nuo jos.

Henriko tėvas, buvęs didelės gamyklos direktorius, tąkart sūnui nepasakė, ką manęs, o štai jo broliui ir savo pačiai režė tiesiai:

– Barakuda. Klasikinis atvejis, beje... – reikšmingai atsiduso. – Gaila, bet ne visi linkę mokytis iš svetimų klaidų. Paprastai tokius apsvaigėlius plėšrūnės nurengia iki paskutinį kelnį...

Nuo Henriko ir Miros pažinties dienos praėjus daugiau kaip dviem mėnesiams, trejais metais vyresnis Albertas ištaikė progą jaunėlių brolių atvesti į protą. Pradėjo atsargiai, aplinkiniais keliais, tačiau po trečios brendžio taurės nusprendė nebevytioti žodžių į vatą:

– Brolau, kiek jai – dvidešimt?.. Mažai pavyzdžių aplink, kai tokios, įsisukusios į prabangos orbitą ir gerokai apsiuosčiusios, nusitaiko į kitą, riebesnį grobį?.. Dar Remarkas rašė: nori prarasti mylimąją – parodyk jai pasaulio tvikesį... – O, Remarką išnagrinėjęs! Jai dvidešimt penkeri tuoj, aiškiaregy... –

Nekreipdamas dėmesio į brolio pašaipas, Albertas tęsė brolišką auklėjimo seansą:

– Žinai... Tėvas tiesiai pasakė: „Barakuda.“ O jis turi tokioms uoslę, patikėk... – Žuvų žinovai, – prunkštelėjo Henrikas. – Tikri ichtiologai... –

Suvokęs, kad beviltiškai stengiasi paklydėlių iš rožinių iliuzijų pasaulio sugrąžinti į tikrovę, Albertas surūgo.

– Gerai jau... – dusliai išstenojo. – Tu mums rūpi, atsimink tai. Įsikalk į savo laikinai apsvaigintą makaulę! O štai jai... jai rūpi tik tavo pinigai. Banaliai skamba, bet visos gyvenimo tiesos skamba banaliai... –

– Ichtologai... – su sarkastiška mina pakartojė Henrikas. – Gerai jau, broli, laikas parodysi... –

– Bijau, kad tau ir mums žiauriai nepatiks, ką jis parodysi... –

Nuo šio aitroko brolių pabendraavimo praslinkus vos kelioms savaitėms, Henrikas pasiūlė Mirai kelioms dienoms nuvykti į Paryžių. Pačioje Eifelio bokšto viršūnėje jis pasipiršo savo išrinktajai. Tas aktas jo iniciatoriui paliko dar didesnę įspūdį, nei jis buvo nusipiešęs savo vaizduotėje: negana to, kad mylimoji kelioms sekundėms atrodė nelyg stabo ištikta, atsitokėjusi ji pradėjo taip gaudžiai kūkčioti, kad, užuot puolęs guosti, Henrikas pats vos neapsiašarojo. Į Vilnių abu grįžo kiek pavargę, bet artimi ir didžiai laimingi...

Gyvenimo ritmas, gerai pagalvojus, mažai kuo skiriasi nuo kardiogramos – po pakilimo neišvengiamai būna nuopuolis. Kita poros kelionė į žydinčių alyvų Lietuvos pajūrį prasidėjo ne mažiau pakiliai, kaip ir ankstesnės, bet jau antrą viešnagės dieną Henrikas buvo priverstas grįžti į sostinę dėl verslo nesklandumų.

– Aš... Aš vyksiu kartu, – kiek neužtikrintai pareiškė Mira.

Kelias sekundes padvejojęs, Hendrikas prabilo tvirtu balsu:

– Nejuokauk, mieloji... Aš jau sumokėjau už visą savaitę. Suvarkysiu ten tą jovalą per porą dienų ir sugrįšiu. Tu juk rasi ką veikti, – švelniai apkabino ir priglaudė sužadėtinę.

„Aš juk tavimi pasitikiu...“ – vos neišsprūdo, bet tą minutę jis džiaugėsi susilaikęs. Vėliau, deja, reikalai susiklostė taip, kad jis gailėjosi dėl daug ko... –

Vilniuje, dar nespėjęs kaip reikiant sustyguoti kelių pašlijusių reikalų, Henrikas visiškai nieko bloga nežadėjusioje situacijoje sugebėjo susilaužyti pėdos kauką, o atlikus nuodugnius tyrimus paaikšėjo, kad tai ne vienintelė jo bėda... –

Atsitokėjęs ir bemaž susitakęs su negandų virtine, Henrikas pastebėjo, kad per dvi dienas nesulaukė nė vieno Miros skambučio nei žinutės... –

– Kas per velniava!? – garsiai nusikeikė, nepaisydamas, kad šalia vyksta gydytojų vizitacija.

Suskato pats skambinti, bet Mira neatsiliepė, kol galiausiai telefonas buvo išjungtas.

– Kas per?! – vėl šūktelėjo. – Barakuda prakeikta!.. Nuskursi Nemenčinės padugnė... –

– Jūs ne stoty, – mėgino sudrausminti Henriką žilstelėjęs daktaras. – Ir ne miške... –

Šalto prakaito išpiltas pacientas tuokart nervingai puolė ieškoti telefono, jį radęs patikrino bendrą su Mira sąskaitą. Iššluota apie septynis tūkstančius... Kaip įmanydamas mikliai ją užblokavo.

Jam buvo nežmoniškai pikta, gėda prieš artimuosius. Tokia aiški ir graži ateities vizija tiesiog akyse subyrėjo it vėjo šuoro nupūstas kortų namelis.

Henrikas jau matė visų pamokslautojų – mamos, pavydžių draugužių, tėvo ir brolio – piktadžiugiškas, triumfuojančias



akis, tiesiog rėkiančias: „Ar mes tau, žiopoly, nesakėm?!“ Norėjosi tik prasmegti ir nieko daugiau nebematyti... –

Kiek aprimęs, paprašė slaugytojos stiprių raminamųjų.

– Jums nereikės... Po pusvalandžio operacija. Tada užmigsite ilgam.

Po operacijos, užtrukusios, sako, net penkias valandas, jis atsitokėjo labai greitai, pats nieku gyvu nebūtų pasakęs, kiek laiko plaukiojo pusiau tikrovėje, pusiau kažkokiuose efemeriškuose debesyse ar sapnuose. Lyg ir atsiminė susirūpinusių artimųjų veidus, išblýkusį mamos veidą, kolegas su sultimis ir kitokiais skanumynais. Kai galutinai atsitokėjo, nenorėjo nieko daugiau, tik grįžti į tą raibuliuojančią pusiau tikrovę, nes prisiminė ne tik Mirą – prisiminė viską... –

– Kada mane išleis? – lediniu balsu paklausė atėjusios slaugytojos.

– Jūs tik sveikit ir apie tai negalvokit. Turi žaizdos apgyt... Dabar ramiai pamiegokit.

Nubudęs visai šalia pamatė Miros veidą. Jos lūpos buvo ištinusios nelyg smarkiai aptalžyto boksininko, o kakta ir skruostai išmarginti kraujosruvų. Rankos taip pat nusėtos žaizdų.

– Pabėgau iš ligoninės, kai sužinojau apie tave... – akys ėmė blizgėti nuo ašarų.

– Nieko nesakyk, mieloji, nieko nesakyk, nieko... – tiesė į neseniai prakeiktą esybę iš jaudulio drebančias rankas.

Jis viską per porą sekundžių suprato, o žiaurios ir niekingos detalės dabar nebeturėjo jokios reikšmės.

– Mes viską įveiksim, Mira, – tramdydamas iš gerklės beišsi-veržiančią triumfo raudą ištarė. – Visą... Ir būsim kartu... Tik tu atleisk, kad palikau tave vieną... Atleisk už viską.

Čiužinys nuo pragulų su kompresoriumi BioFlote 2000

196 x 86 x 6.5 cm
18 mėn. garantija

grikė
med+

AKCIJA
82€
55€



Užsisakykite tiesiai į namus +370 5 276 6143 www.grike.lt

Kryžiažodžio, išspausdinto Nr. 46, prizą laimėjo

Laimutė Zubrickaitė.

Dėl laimėto prizą skambinkite darbo dienomis iki 16 val. telefonu (8 5) 230 5011. Dėl prizą kreipkitės per 30 dienų.

Atsakymus siųskite: adresu UAB „Savaite“, Laisvės pr. 60, LT-05120 Vilnius; el. paštu atsakymas@savaite.lt; trumpuoju tel. numeriu 1679.

Žinutėje įrašykite: ST2 atsakymas, vardas, pavardė. (Pvz., ST2 Balandis Vardenis Pavardenis.) Žinutės kaina – 0,50 Eur.

HOROSKOPAI

AVINAS. Teks pasistengti dėl pinigų, mokesčių, skolų ar pasikolų. Galbūt kažką renovuosite. Nusiteikite pozityviai, kad naują mėnesį pradėtumėte energingu startu.

JAUTIS. Gali pavykti priimti rimtus sprendimus. Bendravimas su kitokios mąstysenos žmonėmis gali padėti suvokti, ar jūsų įsitikinimai turi būti ginami bei nekeičiami. Nepulkite išlaidauti.

DVYNIAI. Ši savaitė žada ryškesnių spalvų. Norėsis gyventi linksniau, patirti malonumų. Neiekvokite energijos ginčams. Verčiau puoselėkite santykius.

VĖŽYS. Gali būti, kad artimieji ir netgi paprasta buitai su kūrybiniais elementais teiks vis daugiau džiaugsmo. Bus smagu jausti, kad jūsų dėmesio reikia vaikams, draugams, mylimam žmogui.

LIŪTAS. Galite sudaryti naudingą sutartį arba turėsite darbo, už kurį jums bus neblogai atlyginta. Kita vertus, gresia ir nemalonumai. Visgi pozityvo bus daugiau.

MERGELĖ. Neverta tikėtis lengvo ir greito praturtėjimo iš tariamai pelningų projektų. Pravartu puoselėti namus ir aplinką. Praturtins pokalbis su išvalgiu kaimynu ar giminaičiu.

SVARSTYKLĖS. Iš aplinkos viską sugersite lyg kempinė. Jei sugebėsite įjungti filosofinį mąstymą, nerimas bus išblaškytas, o jį pakeis viltingas optimizmas ir pozityvi energija.

SKORPIONAS. Intuicija padės meno, medicinos srityse. Iš ankstesnio įdirbio galimos neblogos pajamos. Viskas bus gerai, jeigu elgsitės teisingai ir garbingai.

ŠAULYS. Teks kiek sulėtinti tempus, kažko atsisakyti iš numatytos dienvarkės. Prioritetą teikite tiems reikalams, kuriuos svarbu nedelsiant užbaigti. Gruodį pradėkite pozityvia nata.

OŽIARAGIS. Nestigs bendravimo, dėmesio. Pasistenkite, kad dėl neplanuotų kontaktų, reikalų nenukentėtų tiesioginės jūsų asmeninės erdvės poreikį.

VANDENIS. Gali tecti gvildinti nemažai problemų – tiek dalykinių, tiek asmeninių. Nematoniai nuskambės konkurencijos motyvai. Visgi jums gali pavykti įrodyti, kad esate ne iš kelmo spirti.

ŽUVYS. Tikėtina, kad bendrausite su įtakingais veikėjais, rūpinsitės studijų reikalais, vyksite į konferenciją ar kt. Norėsis atsidurti toliau nuo rutinos.

R. Harlino f. „Džen-telmeniškas ...“	Katalikų dvasinin-kas	Įsienis	Amazonės karpžuvė	Vė... malūnas	Cheminis elementas	Sutartinių ženklų sistema
	1				Muzikos grupė „... Zeppelin“	Tenisininkas ... Butvilas
Balkonų, gėlynų gėlė	Grimzdžio vandenį			Svajonė	Ekskursijų vadovas	
			Žiaurus, beširdis žmogus	Pluoštinis ir aliejinis augalas		7
Kyšis	Džiazo virtuozas Viačas-lavas ...					3
		Platinos grupės metalas				... ir slėniai
Ėdrumas	Moteriškas drabužis					4
		Prancūzų rašytojas	Iškilmingas par...			Skamba ...žnyčios varpai
6	Esperanto variantas	... Ailandas	Japonų rašytojas	Ministr... pirmi-nink...	Linksminkis, ... jaunas	Kvapios ...yvos
				... pasirinko kitą	Kauno oro uosto kodas	
Patalpa lėktuvui laikyti	V. Skoto romanas „... Rojus“		Spalva		5	
Nei ..., nei atimsi		2			Čing-te	

Kryžiažodį parengė žurnalo „Oho“ redakcija

1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___ 5 ___ 6 ___ 7 ___

„Savaite“ Nr. 46 kryžiažodžio atsakymai. **Vertikaliai:** Vertikalus. Terakota. Op. Ašaka. Tepalas. Ves. Minija. Ar. Koja. Kolis. Vaza. Larisa. Kutas. Pasitikės. Mg. Metas. VIA. Uranas. Sens. **Horizontaliai:** Estetika. Abu. Enozis. Terapija. Ima. Aja. Ten. Kokola. Kita. Lukas. Litas. „Katės“. Aš. Oras. Avalis. VE. Pokeris. Min. Pas. Saugas. **Pažymėtuose langeliuose:** Rizika.

Tel. (8 5) 246 0622, el. paštas spauda@savaite.lt. **Vyr. redaktorė** Asta Jelinskienė. **Redakcija:** Sigita Bute, Ivona Jaroslavceviienė, Viktorija Petkevičiūtė, Dalia Aleknienė, Laimius Stražnickas, Ramutė Šulčienė, Rasa Žemaitienė, Arūnas Marcinkevičius, Birutė Jančienė, Giedrė Milkevičiūtė, Dalia Valentienė, Inga Stankūnienė. **Kalbos redaktorės** Deimantė Varatinskaitė, Rita Zujienė, Beatričė Jaroševičienė.

Dizaineriai Gražina Maciulevičiūtė, Olegas Volkovas, Aušra Pilkionytė. Reklamos skyriaus vadovė Loreta Urbonienė.

Reklama: tel. 8 698 00 611, el. paštas reklama@savaite.lt, Valentinas Butkus, Nijolė Dilienė, Gražina Grigaravičienė.

Leidėjas – UAB „Savaite“. **Adresas:** Laisvės pr. 60, LT-05120 Vilnius. **Prenumerata:** tel. (8 5) 210 1819.

Spaudė UAB „Spaudos kontūrai“, Nr. 48 (1347). Išleistas 2024 11 28. Tiražas 176 000. ISSN 2029–9109. © Visos teisės saugomos.

Projektą „Atskirties pakopos ir galimybės ją stabdyti“ iš dalies finansuoja Medijų rėmimo fondas. Metinė paramos suma 5 500 Eur.



Visos Lietuvos duona

Nuo 1882

Nr. 1 Lietuvoje



Rinkos tyrimų bendrovės „NielsenIQ“ duomenimis.

Juodai geros FLOKATI dienos!

Po jų norėsis
tik ilsėtis.

Viskam
iki **-38%**

Pasijuokime

– Ar šita pjesė baigiasi laimingai?
– Žinoma, visi buvo tokie laimingi, kai ji baigėsi...



Melomanas teatre klausosi operos „Karmen“. Šalia sėdinti nepaliaujamai kalbanti tetulytė jo klausia:

– O jūs eisite rytoj į operą „Aida“?
– Taip, juk „Aidoje“ aš jūsų dar negirdėjau.



– Ar šiame ežere gerai kimba?
– Kimba?! Aš už medžio turiu slėptis, kad žuvis manęs nesudraskytų, kol maunu sliėką ant kabliuko...



Apelsinų plantacijos savininkas mato, kad į vieną jo medį įsikabarojęs barzdotas vyras valgo apelsiną. Jis rūščiai šaukia jam iš apačios:

– Ar tu Biblijos neskaitei?! Ten parašyta – nevok!

Vyras iš medžio:

– Koks visgi nuostabus gyvenimas! Sėdi sau medyje, valgai apelsiną, o tau dar ir Bibliją cituoja!



Literatūros mokytojas baigia skaityti pasaką: „... ir tapo darbštus kvailėlis turtingu žmogumi, ir iškėlė gražias vestuves. Ir aš ten buvau – alų midų gėriau, per barzdą varvėjo, burnoj neturėjau...“ Vaikai, ko mus moko ši pasaka?

Mokiniai:

– Skustis dažniau reikia.



Šikšnosparniai kabo žemyn galva urve ir apžiūrinėja speleologus. Vienas klausia:
– Klausykit, ar jūs niekada nesusimąstėte, kodėl jiems kraujas į kojas nesuplūsta?



Vyras su katinu drybso ant sofos. Iš virtuvės pasigirsta žmonos klyksmas. Vyras – katinui:

– Kaip manai, ar ji pamatė, ką tu suėdei, ar ką aš išgėriau?..



Turguje:

– Kiek kainuoja šitie batai?

– Šimtą eurų.

– Duosiu šešiasdešimt.

– Batai kainuoja šimtą eurų.

– Aštuoniasdešimt.

– Batai kainuoja šimtą eurų.

– Gerai, imkit šimtą. Taip iškart ir reikėjo sakyti, kad batai kainuoja šimtą dvidešimt eurų.



– Brangioji, kokia proga tortą nupirkai?
– Na, kaipgi, aš juk vakar išvis niekur nieko nepirkau – tokį įvykį būtina atšvesti.

Pasiūlymas galioja salonuose
ir www.flokati.lt iki 2024 12 01

Internetu: www.flokati.lt

Vilniuje: Verkių g. 29 F,

PC „Ogmios miestas“

FLOKATI

Kaune: A. Mickevičiaus g. 40;

Islandijos pl. 32, PLC „Mega“

Klaipėdoje: Tiltų g. 21