

Lietuvos pajūris 2019

VASARA – RUDUO

Palanga, Klaipėda, Neringa

Ruslanas
Seitkalijevas:

šešeri metai – Dievui,
visas gyvenimas –
ultramaratonui

Palangiškė Ilona
Emanuelsson laimė
rado Šveicarijoje

Jurijus
Veklenko:
Man reikia
tylos

Mindaugas Gružas:
„Ištraukiau nulužtą degtuką ir
niekada dėl to nepasigailėjau!“



„Pajūrio terasos“ Kunigiškėse – būstas tiek gyvenimui, tiek poilsiui



**Pušų gaiva dvelkiantis oras,
hipnotizuojanti ramybė ir vos
kelios minutės iki Baltijos bangų
skalaujamo paplūdimio.**



NE TARNAUTI, O MĖGAUTIS

„Pajūrio terasos“ siūlo idealų pasirinkimą tiems, kurie nori džiaugtis nuosavo namo pranašumais, tačiau nelinkę tarnauti savo būstui. Trys kambariai, erdvios maumedžio terasos ir racionalus bei ergonomiškas išplanavimas pilnai patenkins visus šiuolaikinės buities poreikius. Kiekvienam būstui priklauso privatus nuo 2,5 iki 3,5 a ploto sklypas, tad gyventojai galės mėgautis rytine kava gryname ore ar smagiomis kepsnių popietėmis. O norintiems džiaugtis paplūdimio malonumais, jūrą pasieksite vos per 7 min pėstute. Naujakurių patogumui čia taip pat pasirūpinta erdviais sandėliukais dviračiams ar kitiems laisvalaikio atributams.

ĮKURTUVĖS BE RŪPESČIŲ

Visi „Pajūrio terasų“ A bei A+ energinio naudingumo klasės namai Kunigiškėse parduodami su visa apdaila. Gyvenamosiose erdvėse dominuoja šiltos, natūralios medžiagos – įrengtos ąžuolinės parketlentės ir ąžuolo masyvo vidaus durys. Vonios kambariams pasirinktos stilingos ir ilgaamžės ispanų gamintojo plytelės ir patikima vokiška „Hansgrohe“ santechnika. Pastatų fasadinių sienų dekorui pasirinktos klinkerio plytelės, o stogų dangai – molio čerpės įkūnija ilgaamžiškos, patikimos statybos tradicijas ir kuria savitą charakterį, jaukumo bei subtilumo jausmą. Maksimaliam komfortui užtikrinti įrengtas grindinis autonominis šildymas bei šildymo/vėsinimo sistema „oras-oras“.



GROŽIO CENTRAS SAKURA



„Sakura“ grožio centro kolektyvas – profesionalų komanda.



Masažo kabinetas alsuoja ramybe.



„Sakuroje“ atliekamas aparatinis spa pedikiuras.



Kosmetologė Renata visada patars ir padės.



Plaukų stilistė Agnė padės jums išsirinkti jums tinkamiausią šukuoseną.

Pasiskolinkite iki **5 000 Eur**
savo svajonių pirkiniams!



Kai kiti
dvejoja, **aš**
įgyvendinu!



Tel.: 8-460-53553



Ganyklų g. 6, Palanga
El. paštas: palanga@lku.lt

Pagalbos gelbėtojų
pagalbos telefono numeris –

1509





Bretz
TRUE CHARACTERS

Aukščiausios kokybės baldai su charakteriu
Bretz Wohntraume GmbH




KING KOIL

Stori ir komfortabilūs
amerikietiški čiužiniai bei
originalaus dizaino lovos
iš KingKoil Inc.

BUILT IN AMERICA
England
FURNITURE CO.

England Furniture Co.
Pagaminta JAV ir niekur kitur!



Siūlome tai, ko nesiūlo kiti.
Rinkis kitokius baldus.

Baldų salonas JUMIRA, Dubysos g. 31, Klaipėda,
Tel. +370 669 90070, el. p. info@jumira.lt, www.jumira.lt

Alka

★★★★

viešbutis · restoranas · spa
hotel · restaurant · spa



- Apgyvendinimas
 - Salė konferencijoms, seminarams, pasitarimams
 - Pirčių komplekso paslaugos
 - Grožio procedūros bei masažai
 - Restoranas (banketai, furšetai, šventiniai ir verslo pietūs)
- S. Daukanto g. 21, Palanga, + 370 460 41 433, info@alka.lt
www.alka.lt





Kviečiame į atsinaujinusį Palangos Šiaulių banko skyrį

Pasitinkame Jus atsinaujinusiame, moderniame ir dar patogesniame klientų aptarnavimo skyriuje, kuriame galite:

- Pasitarti dėl vartojimo, būsto ar verslo finansavimo sprendimų;
- Atsidaryti sąskaitą ir užsisakyti Šiaulių banko mokėjimo kortelę Jūsų kasdienėms reikmėms;
- Pasikalbėti Jums rūpimais finansiniais klausimais.

Nuo šiol mus rasite adresu Ganyklų g. 6, Palanga.

1813 | www.sb.lt |

Kalno namai

gyvenimui Palangoje



Rezervacijos jau prasideda!

Grand Baltic DUNES

Hotel Palanga

ATOSTOGOS SU GARDŽIU PRIESKONIU

Birutės al. 26, Palanga, tel. +370 615 22255
www.grandbalticdunes.com



100 KAMBARIŲ
„RESTORANAS 4“
GROŽIO TERAPIJOS NAMAI
„SPA LEVANDA“
FABIANA FILIPPI BUTIKAS
KONFERENCIJŲ CENTRAS
VIETA AUTOMOBILIUI.





PALANGOS
VASAROS PARKAS

DIDŽIAUSIAS BATUTŲ PARKAS LIETUVOJE



Įėjimas nemokamas - Mokėkite tik už pramogas



MAŠINĖLIŲ TRASA



KARUSELĖ



LAIPYNĖ



LYNŲ TRASA



MINI GOLFA



NINJA WARRIOR

www.vasarosparkas.lt
J. Basanavičiaus g. 43, Palanga

Pajūryje per karštą nebūna!

Jūsų rankose – dar vienas žurnalo „Lietuvos pajūris“ vasaros sezonui skirtas numeris. Karščiausias žurnalo leidybės mėnuo, birželis, sutapo su rekordine kaitra visoje šalyje, pajūryje taip pat.

Atvirai pasakysiu: žurnalas buvo leidžiamas ir iš plažo, šių eilučių autoriui telefone atsakinėjant į dešimtis elektroninių laiškų ar/ir skambinant.

Nė neįtarėte, ar ne?

Žinoma, saule ir vasara pasilepinti, ko gero, spėjote ir jūs, tačiau vienai pagrindinių mūsų žurnalo herojų, 17-metė palangiškei Anželikai Dekontaitei, susigrūmusiai su onkologine liga, saulės kol kas tenka vengti.

Nė kiek neabejoju, kad pavydėtinos dvasios stiprybės mergina (beje, perspektyvi krepšininkė) įveiks sunkią ligą. Dalis šio žurnalo pelno bus skirta jos svajonės išsipildymui – nuvykti (dar kartą!) į Šveicariją, kurią ji jau pamilo.

O mūsų žurnalo herojui Ruslanui Seitkalijevui, ultramaratonininkui iš Klaipėdos, tropikai už lango – nė motais. Jaunas vyrukas, beje, buvęs Telšių kunigų seminarijos klierikas, kiekvieną dieną sukuria mažiausiai 20 kilometrų. Tiesiog geležinis žmogus, ar ne?

Žinoma, nuo vasaros karščių ginamės įvairiai – aš, pavyzdžiui, vasarą mėgstu su vandens buteliuku rankoje vaikščioti, tačiau dar viena mūsų herojė, klaipėdietė Dalia Jočytė, vienos Klaipėdos alaus daryklos vadovė, matyt, tam rekomenduotų savo nealkoholinę produkciją.

Po įtemptų dienos darbų, kai saulė ritasi link horizonto, mūsų žurnalo viršelio herojus Mindaugas Gružas, žinomas pajūrio vaikų ortopedas, dirbantis VšĮ Klaipėdos vaikų ligoninėje, bet gyvenantis Palangoje, greičiausiai suka link jūros. O kur dar kitur, gyvenant pajūryje, pasisemti energijos ir išvalyti mintis?

Atvažiuavęs čia gyventi iš Kauno, Mindaugas sako, kad palangiškiai – ypatingi. Būčiau linkęs su juo sutikti, o jūs?

Bet būtent čia, pajūryje, saulė verčia mus išsirengti ir plažėje nuostabiai „užglostyti“ visus mūsų skirtumus, turtinius taip pat.

Kalbant apie kainas, Palangoje jos aukštos. Tačiau, hmmm, ar žinote kurortą, kuriame viskas pigu? Ko gero, ne.

Sakyčiau, kad Palangoje pastaraisiais metais atsirado itin didelė kavinių ir restoranų įvairovė. Išskyrus keletą jų, kuriose kainos net vidurinės klasės lietuvių gali atbaidyti, daugumoje jų kainos – visai „įkandamos“.

Sutikite, atostogaudami vasarą, sau leidžiame daugiau nei įprastai. Kur Palangoje verta papietauti, kokios gastrono-



mijos tendencijos vyrauja didžiausiame šalies kurorte, gerai žino taip pat mūsų žurnalo pakalbinta Ingrida Valaitienė, Palangos viešbučių ir restoranų asociacijos prezidentė.

Mūsų žurnale skelbiame daug Palangos kavinių ir restoranų reklaminių maketų, tad, jeigu dar nepasirinkote kur pietausite, būtinai atidžiai pavarstykite juos.

Matyt, netrukus vėl visą Lietuvą alins nauja karščio banga (nežinau, ar tai yra klimato kaitos pasekmė), tad daugelio keliai vėl ves į Lietuvos pajūrį.

Bet jame tiesiog nebūna per karštą, ar ne?

Pagarbiai

Linas Jegelevičius

„Lietuvos pajūris“ leidėjas ir redaktorius

Žurnalas „Lietuvos pajūris“

ISSN 2538-8894

Leidėjas: MB „Pajūrio žurnalas“

Redaktorius ir direktorius:

Linas Jegelevičius

pajuriozurnalas@gmail.com

Tel. 8 620 53 440

Žurnalistai:

Ligita Sinušienė, Lukas Jogaila, Žydrūnė Jankauskienė

Korektorė: Eglė Survilaitė

Dizainerė: Vilma Gudeikaitė

Fotografai: Laimonas Tamošiūnas,

Deividas Kryževičius, Diana Kalugina

Viršelio nuotrauka:

Laimono Tamošiūno

Buhalterė:

Rūta Ūsaitė-Duonielienė

Interneto svetainė:

www.pajuriozurnalas.lt

„Facebook“ paskyra

www.https://www.facebook.com/pajuriozurnalas

Už reklamos turinį ir jos kalbą redakcija neatsako

Spausdino: Mūkusala (Mūkusala Printing Group) spaustuvė

Tiražas: 8 000

Mindaugas Gružas:

„Ištraukiau nulaužtą degtuką ir
niekada dėl to nepasigaileėjau!“

Laimono Tamošiūno nuotr.

Kai nė vienas Kauno medicinos universiteto studentas nenorėjo atlikti praktikos su ortopedinių bėdų turinčiais vaikais, teko griebtis burtų. „Buvome penki tokie studentai. Sutarėme, kad tas, kuris ištrauks nulažtą degtuką, eis pas vaikus. Trumpagalis teko man. Ir niekada dar dėl to nepasigailėjau!“ – sako 42 metų Mindaugas Gružas, „grynas“ kaunietis, kuris radęs skelbimą, kad VšĮ Klaipėdos vaikų ligoninei reikalingas vaikų ortopedas, susikrovė visą mantą ir prieš dvejus metus atkurnėjo į pajūrį. „Dirbu Klaipėdoje, gyvenu Palangoje. Ar gali būti dar geriau?“ – šypsojosi jis.

Linas JEGELEVIČIUS

– Ar Klaipėda ir Palanga geriau nei Kaunas?

– Tikrai ne blogiau! (*juokiasi*). Klaipėda – nuostabi, o Palanga – tik tegul neįsivaizduoja palangiškiai – yra puikiasias Klaipėdos priemiestis. Ir klaipėdiečiai, ir kauniečiai „bėga“ gyventi į priemiesčius. Nors, žinoma Palanga – išskirtinė. Gyventi joje yra privilegija. Labai patogu gyventi čia, o dirbti Klaipėdoje. Jūra, miškas. Įsivaizduokite, kiek lietuvių norėtų gyventi prie jūros?

– Ar vaikystėje dažnai Palangoje atostogaudavote?

– Mano tėvai – inžinieriai, aš buvau vienintelis vaikas šeimoje. Kiekvienais metais čia atvažiuodavome. Man ta savaitė ar dvi kurorte buvo kaip didelė šventė. Visada pagalvodavau, kaip būtų šaunu nuolatos gyventi čia – atostogų ir vasaros sostinėje, ekologiškoje aplinkoje. Ką gi, svajoti reikia atsargiai, nes svajonės gali ir išsipildyti... Aš užaugau Kaune, netoli šeštojo forto – anksčiau jame stovėjo sovietinis tankas, dabar – kryžių kalnas. Buvau linksmas vaikas, na toks kitų linksmintojas ar kompanijos siela. Baigiau „Saulės“ gimnaziją, tikslųjų mokslų kalvę. Su buvusiais klasiokais susitinkame kas penkerius metus ir visi gyvenime yra nemažai pasiekę – atsakingi verslininkai, politikai, direktoriai.

– Palyginkite, prašau, kauniečius ir palangiškiaus..

– Palanga – Žemaitijos dalis, tik nedaug kas čia žemaituoja. Bet palangiškių charakteris žemaitiškas – kietas, jie gan uždari, tylūs ir, žinoma, išdidesni. Kartais dėl to net atrodo, kad kas nors pyksta ant tavęs, nes neskuba kalbėtis. O Kaunas – ypatingas: su pirmosios respublikos

dvasia, patriotiškas. Tik geri atsiliepimai apie Kauną. Va, prieš porą savaitių buvau Kaune draugų vestuvėse ir, važinėjant po miestą, man dingtelėjo, kad jau nebesu kaunietis – net vairuoti sunku buvo dėl pasikeitusių gatvių tinklo, daugybės naujų kelio ženklų.

– Kada pasakėte visiems: „Būsi gydytojas!“?

– Hmm. Vasarodavau su savo bendraamžiais pusbroliu ir pussešere pas savo krikšto tėvus Kauno rajone, Vandžiogaloje. O mano krikšto tėvas – veterinaras. Visus miškus su juo grybaudami ir uogaudami išnaršėme ir vis užsukdavome į kiaulių, avių ar karvių fermas. Man buvo septyneri, o aš jam jau padėdavau į pasaulį priimti kiaušytes ar veršiuką arba stebėdavau jaučiui kažką baisaus darant (*juokiasi*). Man visa tai buvo labai įdomu, „užsidegiau“, kad ateityje tik gydysiu. Tik, va, veterinaru netapau. Jais tapo mano pusbrolis ir pussešerė!

– Ir nudūzgėte į Kauno medicinos universitetą?..

– Ne iškart. Nors medicina buvo mano „favoritas“, stojamųjų dokumentus įteikiau ne tik Kauno medicinos universitetui, bet ir studijuoti chemiją, ir politologiją. Dėl to teko visą mėnesį kasdien mokykloje laikyti egzaminus. Ir ka jūs manote? Įstojau visur! Teko labai greitai pasirinkti, ką iš trijų studijuosiu. Kaip matote, pasirinkau mediciną ir dėl to niekada nesigailėjau. O mano tėvai kurį laiką raukėsi: medicina – gerai, bet ji reiškia ne lengvą gyvenimą, o nuolatinę įtampą dėl milžiniškos atsakomybės.

– Kada nusprendėte, kad būsite vaikų gydytoju? Ir ne šiaip bet kokiu, o gydytoju ortopedu?

– Nėra tikslo sakyti, kad esu vaikų gydytojas. Esu ortopedas traumatologas, dėka to nulažto degtuko gydantis vaikus. Septynerius metus Medicinos universitete teko mokytis bendrųjų dalykų. Traumatologija visada atrodė kaip bene sunkiausia ir įdomiausia specialybė. Bet į ją patekti buvo didžiausias konkursas.

– Kodėl?

– Kai baigiau Medicinos universitetą 2000-aisiais, ortopedijoje vyko labai daug didelių pokyčių. Iki tol buvo gydoma gipsais, skeletiniais tempimais – ligo-niai mėnesį ar net du būdavo prikaustyti prie lovų. Tačiau būtent tais metais daugybė ortopedinių ligų, lūžių buvo pradėta gydyti operaciniu būdu: atsirado visokios plokštės, sraigčiai, vinys, išorinės ir vidinės fiksacijos aparatai ir daugelis kitų gydymo būdų bei

Klaipėda – nuostabi, o Palanga – tik tegul neįsivaizduoja palangiškiai – yra puikiasias Klaipėdos priemiestis. Ir klaipėdiečiai, ir kauniečiai „bėga“ gyventi į priemiesčius. Nors, žinoma Palanga – išskirtinė. Gyventi joje yra privilegija.

Esu darboholikas ir perfekcionistas. Studijų metais man įsiminė vienos garbios profesorės linkėjimai per paskutinę paskaitą būti gerais gydytojais. Ji pasakė taip: „Kai jau dirbsite 10 ar 20 metų, ir jūsų kolega paprašys jo mamą paguldyti į vienvietę palatą, nusiųsti į prestižinę satoriją ar išrašyti brangų vaistą, tai jūs – blogas gydytojas.“ Mes suklusome: „O kas tada geras gydytojas?“ O ji ir sako: „Geras gydytojas būsite tuomet, jeigu pas jus ateis jūsų kolega ir paprašys pasirinkti jo mama.“

priemonių. Žodžiu, ortopedija ir traumatologija tapo labai perspektyvia ir novatoriška chirurgijos šaka. Įstojau į ortopedijos traumatologijos rezidentūrą. O kaip „įsispecializavau“ į vaikų ortopedus – juokinga...

– Papasakokite!

– (Šypsosi). Į ortopedijos traumatologijos specialybės rezidentūrą įstojome penkiese. Pirmą dieną teko nuspręsti, kokiuose skyriuose dirbsime. Kadangi norinčiųjų dirbti su vaikais nebuvo, teko tai aiškintis burtų keliu. Ir ką jūs manote? Aš ištraukiau nulaužtą degtuką... Pradžioje gal ir apmaudu buvo, bet vyliausi, kad tik mėnesį su vaikais užsibūsiu. O, va, jau gydau vaikus 20 metų. Ir nesigailiu, nors vaikų ortopedija ir traumatologija – ypač sudėtinga ir atsakinga šaka. Įsivaizduokite, kai reikia kūdikėlį operuoti? Kiek įvairių niuansų! Bet niekada nepasigailėjau, kad tuomet ištraukiau nulaužtą degtuką.

– Jūs darbuojatės Klaipėdos vaikų ligoninėje?

– Taip, jau trečius metus joje dirbu ir esu laimingas. Ligoninė – moderni, aptarnauja trečdalį Lietuvos, puikus draugiškas kolektyvas, sudarytos galimybės mokytis ir tobulėti. Dirbu ir stacionare, operuoju ir konsultuoju. Taip pat nuo 2005 metų dirbu ir privačioje įstaigoje – akcinėje bendrovėje „Ortopedijos technika“.

– Kokios yra šiuolaikinių vaikų ortopedinės bėdos?

– Akivaizdu, kad daugėja netaisyklingos laikysenos, skoliozės, plokščiapėdystės atvejų. Neretai tai – mažo fizinio aktyvumo pasekmė. O sportuojantys vaikai mėgsta ekstremalias sporto šakas, kuriose taip pat yra didesnė rizika patirti traumas.

– Kokias vasaros sodų ir daržų gėrybes patariate



Mindaugas Gružas yra laimingas dirbdamas Klaipėdos vaikų ligoninėje

vaikams valgyti, kad stiprėtų jų kaulai, raumenys ir sausgyslės?

– Na, didesnius stebuklus sveikatai daro judėjimas ir subalansuota mityba. Nemažai mamų maistą keičia maisto papildais – tikrai nerekomenduočiau to daryti. Valgyti reikėtų produktus, išaugintus kuo toliau nuo miesto, ypač didmiesčių. Tuomet ir bėdų bus mažiau.

– Kaip gydytojas ortopedas traumatologas jūs pirmenybę teikiate konservatyviems, neinvaziniams gydymo būdams, ar inovatyviems, operaciniams?

– (Susimąsto) Man labiau priimtini pastarieji du. Gydančios konservatyvios, neoperuojant, gydymas ilgiau trunka ir dažnai nėra toks efektyvus.

– Ar lengva bendrauti su mažųjų pacientų tėvais, kurie ateina į jūsų vizitus visko prisiskaitę internete?

– Oi, tai – problema. Gydytojai ir pedagogai dėl savo darbo specifikos ypač gerai mato mūsų visuomenės skaudulius. Tenka dirbti ir su vaiku, ir su jo mama ar tėčiu,



Mažajai pacientei gerų žodžių gydytojas Mindaugas visada ras...

kurie dabar yra labai išsilavinę, turiu omeny, medicinos sritį. Deja, yra ir kita medalio pusė – neprižiūrėti vaikai. Liūdna matyti nusideginusius ar karštu vandeniu nusiplikusius vaikus. Kiekvieną savaitę tenka kreiptis į vaikų teisių tarnybas dėl vaikų nepriežiūros.

– **Dirbate su vaikais, mylite juos darbe, bet savo šeimos dar nesukūrėte. Nesutikote tos vienintelės?**

– (*Šypsosi*). Kol kas taip išeina. To negalima gyvenime nusipirkti. O dar viena priežastis – daug dirbu.

– **Grįžtate namo į Palangą ir...?**

– Pradedu galvoti apie naują darbo dieną.

– **O kada ilsitės?**

– Esu vos perkopęs 40 metų. Tai – darbingiausias amžius, duok Dieve, kad tokį tempą išlaikyčiau iki 60-ies. Kol galiu, noriu dirbti daug. Laisvo laiko tikrai daug neturiu.

– **Esate darboholikas?**

– Esu darboholikas ir perfekcionistas. Studijų metais man įsiminė vienos garbios profesorės linkėjimai per paskutinę paskaitą būti gerais gydytojais. Ji pasakė taip: „Kai jau dirbsite 10 ar 20 metų, ir jūsų kolega paprašys

Gydytojai ir pedagogai dėl savo darbo specifikos ypač gerai pamato mūsų visuomenės skaudulius. Tenka dirbti ir su vaiku, ir su jo mama ar tėčiu, kurie dabar yra labai išsilavinę, turiu omeny, medicinos sritį.

jo mamą paguldyti į vienvietę palatą, nusiųsti į prestižinę sanatoriją ar išrašyti brangų vaistą, tai jūs – blogas gydytojas.“ Mes suklusome: „O kas tada geras gydytojas?“ O ji ir sako: „Geras gydytojas būsite tuomet, jeigu pas jus ateis jūsų kolega ir paprašys pasirūpinti jo mama.“

– **Vis tik ką veikiate atokvėpio valandėlę?**

– Mėgstu pasivaikščioti prie jūros. Pačiupti ir paskaityti gerą knygą, labai domiuosi istorija, ypač – visuomenės raida ir pirmosios respublikos laikotarpiu. Patinka dviračiu važinėti. Nekart esu numynęs iki pat Latvijos sienos.

– **Kokia istorinė asmenybė jums įdomiausia?**

– Man labai įdomi trečiojo Lietuvos prezidento Kazimiero Griniaus asmenybė. Tai – žmogus, gerokai pralenkęs savo epochą.

– **Kaip save apibūdinatė?**

– Esu atsakingas, gan pedantiškas – viską planuojantis ir labai reiklus.

– **Esate ir Socialdemokratų partijos Palangos skyriaus vicepirmininkas, dalyvavote rinkimuose į savivaldybės Tarybą. Kam jums politika?**

– Visada turėjau stabilias kairiasias (socialdemokratinės) politines pažiūras, domėjausi ir domiuosi politika. Jau atsikėlęs į Palangą, vieną dieną einu Ganyklų gatve, o gi žiūriu – raudona rožė lange. Pamaniau, kodėl gi man nepasibeldus? Buvau labai šiltai priimtas. Žinoma, galėjau ir Kaune pasibeldsti, bet buvo nuogąstavimų, ar esu tokiai narystei tinkamas, ar gausiu reikiamas rekomendacijas ir panašiai, nors aktyviai palaikiau socialdemokratų ir Kaune.

– **Nebūdinga kauniečiui būti socialdemokratu...**

– Ir palangiškiui – taip pat (*šypsosi*).

– **Balandį dalyvavote partijos skyriaus pirmininko rinkimuose ir vos trimis balsais pralaimėjote dabartinei pirmininkei Svetlanai Grigorian...**

– Taip. Mane nustebino rezultatai, nemeluosiu. Man toks pasitikėjimas reiškia labai daug. Dalyvavau rinkimuose, nes esu įsitikinęs, kad sveika konkurencija – geras dalykas. Noriu Palangą sukti į kairę pusę.

– **Ko dar reikia Palangai?**

– Manau, miesto valdžia visų pirma turėtų rūpintis ne čia atvykstančiais poilsiautojais, ne verslo interesais, o nuolat čia gyvenančiais, vaikus auginančiais, sergančiais ar stokojančiais palangiškiais.

– **Ar jums vasara – atostogų metas?**

– Tikrai ne! Atvirkščiai: darbo vasarą man gerokai padau-gėja, nes į pajūrį atvažiuoja žmonių su vaikais iš visos Lietu-vos, užsienio turistų, tad visokių nutikimų čia jiems pasitaiko.

Palangiškių charakteris žemaitiškas – kietas, jie gan uždari, tylūs ir, žinoma, išdidesni. Kartais dėl to net atrodo, kad kas nors pyksta ant tavęs, nes neskuba kalbėtis.

AZIA
SPA

RYTŲ MASAŽO NAMAI

TRADICINIAI TAJŲ MASAŽAI
—
RYTIETIŠKOS VEIDO IR KŪNO PROCEDŪROS
—
EGZOTINIAI SPA RITUALAI DVIEMS



TILTŲ G. 6, KLAIPĖDA | TEL. +370 667 44 600 | KLAIPEDA@AZIASPA.LT

WWW.AZIASPA.LT



RESTORANAS „ONORÉ“ KVIETIA PARAGAUTI ĮŽYMYBIŲ AUTORINIŲ PATIEKALŲ

Restorano „Onoré“ šefas Bernardas Anužis pasiraityto rankoves kartu su Agne Jagelavičiūte, Simona Naine, Urte Mikelevičiūte ir Saugirdu Vaitulioniu ir gimė nauji 2019 metų vasaros populiarus restorano meniu autoriniai patiekalai.



Simona Nainė,
influenserė: „Nepykite:
be mėsos negaliu.
Jautienos steikas su
šviežiomis bulvytėmis,
smidrais, pomidoriu-
kais, raudono vyno
padažu ir skrudinto-
mis garstyčių sėklomis
– mano mėgstamiau-
sių patiekalų.“



Agnė Jagelavičiūtė,
stilistė, tinkliaraštininkė:
„Cezario salotos turi būti
lengvos ir gaivios kaip
„Onoré“. Cezario salotas
valgau beveik kiekvieną
dieną. Mane erzina, jei
restorane klausia, su
koku padažu jas patiekti.
„Aišku, kad su specialiuo-
ju Cezario salotų padažu!“



Saugirdas Vaitulionis,
žurnalistas, komunikacijos
specialistas: „Tuno tartaras,
šviežiai pamarinuotais
pomidoriukais, avokadu ir
burnočio sėklomis – mano
patiekalas numeris vienas.
Man šio užkandžio kokybė
– tarsi lakmuso popierėlis,
parodantis, kokio lygio yra
restoranas.“



Urtė Mikelevičiūtė,
maisto ir vyno žinovė:
„Renkuosi pastą su
avinžirniais, kuminu, par-
mezano sūrio putėsiais,
buivolės, mozzarella' ir
šalaviju.“

Šių ir kitų patiekalų skonio paslaptis? Nepaprastame paprastume!
Adresas M. Valančiaus g. 1, Palanga **Facebook** restoranas.onore **Tel.** +370 618 07658



ATOSTOGŲ PARKAS

Vienintelė pasaulyje natūralaus gintaro pirtis

16 baseinų ir 7 pirtys sveikatos stiprinimui

Sveikas ir gardus maistas



Gintaru alsuojantis SPA centras



Viešbutis „Atostogų parkas“



Anželika Dekontaitė:

„Vėžys man nesutrukdė šypsotis ir džiaugtis tuo, ką turiu“

2016 metų gruodžio mėnesį keturiolikmetės palangiškės Anželikos Dekontaitės gyvenimas apsivertė aukštyn kojomis. Valandų valandas krepšinio kamuolį gainiojusi ir profesionalios krepšininės karjeros siekianti mergina, sporto krepšį turėjo iškeisti į ilgas dienas ligoninėje – Anželikai buvo diagnozuota III stadijos Hodžkino limfoma. Gera žinia, kad ši onkologinė liga lengviau pasiduoda gydymui, bloga žinia – ji po, regis, sėkmingo gydymo chemoterapija atsinaujino 2018 metų balandį... Merginai buvo daromi pakartotiniai tyrimai, laukė antra operacija, chemoterapija, spindulinė terapija, ją lydėjo plaukų netekimas ir kiti skausmingi išgyvenimai.

Linas JEGELEVIČIUS

Bet palangiškė – tvirtos dvasios: „Liga mane labai subrandino, kartais jaučiuosi žymiai vyresnė už savo bendraamžius. Žinau, kad vėl pasveiksiu!“

– **Anželika, nė kiek neabejoju, kad tu visiškai pasveiksi, nes Hodžkino limfoma yra lengviausiai įveikiama onkologinė liga, tačiau, hmm, žinia, kad tau – tokia bjauri liga turėjo tavo gyvenimą apversti aukštyn kojom, ar ne?...**

– Galiu pasakyti, kad ir gydytojai taip sakė: „Ištraukei laimingiausią bilietą iš visu galimų“, bet čia tokia liga, kad niekada nežinai, kokią išdaigą ji tau iškrės... Vieniems ši liga labai greitai praeina kitiems – tarp jų ir aš, yra sunki. Ką čia ir slėpti: mano gyvenimas apsisuko visu 360 laipsnių kampu, dėl to pasikeitė ir mąstymas, vertybės, gyvenimo būdas, tikslai – VISKAS. Tiesą pasakius, apie mirtį anksčiau niekada ir nesusimąsčiau – kai tu paauglė, tai atrodo kaip mirasas, tačiau tiesa tokia: mes visi esame žemėje laikinai ir turime mums čia skirtą laiką....

– **Ar prisimeni TĄ dieną, kai išgirdai tą diagnozę?..**

– Tikrai, taip. Prisimenu ją labai aiškiai. Mano mama, tarsi kokia ragana (šypsosi) žinojo, kad man yra kažkas rimta... Ji apie šią ligą su manimi daug kalbėjo, bandė pripratinti mane prie jos, sutaukyti su mintimi, kad turiu dėti visas pastangas ją įveikti. Svarbiausia, kad turiu TIKĖTI, kad pasveiksiu. Prisimenu, kaip mes vaikštinėjome kartu ir kalbėjome apie viską atvirai. Taip pat ir apie tai, kad teks ištverti chemoterapiją, kad nuo jos



Anželika: „Liga mane subrandino“



Anželika: „Deja, ne visi mano likimo draugai pasveiko...“

slenka plaukai, pykina. Aš jos klausiau, linkėjau galva ir paklausiau, kai ji baigė: „Mama, ar aš galėsiu žaisti krepšinį? Aš pasveiksiu, ar ne?“

Kai gydytojai Klaipėdoje pranešė, kad įtaria Hodžkino limfomą, su mama atsisėdusios net paverkėme, kol susizgribome: „O ko mes čia liejame ašaras? Mes kartu įveiksime šį iššūkį, nes mes abi stiprios...“ Kai daktarai Vilniuje patvirtino klaipėdiečių medikų įtarimus – liga buvo jau pažengusi iki trečios stadijos, nebuvo nė minties verkti. Ligoninėje buvo daug mažų vaikų su „plikomis“ galvelėmis ir didžiuliais chemoterapijos procedūrų aparatais prie jų. Pagalvojau: „Jei jie gali bėgioti ir džiaugtis, kodėl mes negalime to daryti?“ Tiesą pasakius, net minties liūdėti nebuvo, visas gydymas prasidėjo labai greitai, naujuosius metus praleidau ligoninėje su pirmą chemoterapija...

– **Spėju, kad tavo savijauta buvo prastoka jau kurį laiką. Kokius signalus tau kūnas siuntė?**

– Na, kažkaip nekreipiau dėmesio į savo nuovargį, gal-

vodavau, kad tai dėl treniruočių ir krūvio, nes labai daug sportuodavau ir nebuvo laiko apie kitą galvoti... Gyvenau savo svajone – žaisti krepšinį, tiesiog nebuvo laiko klausyti savo kūno signalų. Bet išdavikas limfmazgis, toks patinęs, mums pranešė apie mano kūne gyvenantį ir augantį padarą siaubūną – vėžį.

– **Man tu nuotraukoje, kurioje esi plika, atrodo simpatiška, bet, ei, turi būti nejauku, kai aplinkiniai pažvilgčioja...**

– Ačiū už komplimentus (*šypsosi*). Iš pradžių, kai nuslinko plaukai, šiek tiek gėdijausi savęs, bet plaukai nebuvo svarbiausia... Pirmą kartą susirgau žiemą, tai vaikščiojau su kepure, nes būdavo šalta vaikščioti plika galva (*šypsosi*)... Bet kai atkritau, buvo pavasaris.. Tik sužinojusi, kad gausiu vėl chemoterapiją, iškart nusikirpau savo mažytes kaseles ir džiaugiais kiekviena galimybe pabūti namie su šeima ir draugais. Taip, iš aplinkinių smalsių ir užuojautos žvilgsnių sulaukiau, na, bet susitaičiau su tuo, gal net

laikiau tai savo privalumu ir unikalumu. Juk ne kiekviena mergina turi galimybę pabūti plika, ar ne? Galėjau save pamatyti kitu kampu ir išmokti priimti skirtingas žmonių nuomones.

– **Anželika, nebandau tau įtikti, bet tu esi šaunuolė: neužsisklendei savyje, tarp keturių sienų. Kodėl? Ar nebuvo sunku išeiti į gatvę mažoje Palangoje ir, matyt, išgirsti ir užuojautos žodžių, ir paaikšėjimų, gal kas nors ir ašarą tau matant išspaudė?**

– Neužsisklendžiau, nes visą gyvenimą buvau labai energinga, užsispyrusi ir linksma mergaitė, mėgdavau juokauti ir matyti besišypsiančius žmones. Vėžys man nesutrukdė šypsotis ir džiaugtis. Žinoma, buvo ir labai sunkių akimirkų, ypač kai atsinaujino liga. Ir plikai į gatvę išeiti man nebuvo sunku, mėgaudavausi pasivaikščiojimais, jūra, kiekviena akimirka su šeima ir draugais. Iš aplinkinių ir iš giminių sulaukdavome visokių nuomonių, neretai jie ir paašarodavo, nors ašarų aš nemėgstu. Mes su mama darydavome tai, kas mums atrodydavo geriau...

– **Jei sunku, neatsakyk, tačiau...ar labai alino tave chemoterapija, operacijos? Matyt, dauguma net įsivaizduoti negali TO...**

– Kai tik susirgau ir gavau pirmą savo chemoterapijos kursą, jis neatrodė toks labai sunkus ir baisus. Gal dėl to, kad buvau užsispyrusi ir nuteikdavau save pozityviai? Buvau užsibrėžusi tikslą, kad pasveiksiu iki savo 15-ojo gimtadienio! Ir taip įvyko! Kai liga atkrito, liga buvo pažengusi iki kaulų čiulpų...Buvo labai sunku, vaistai buvo stipresni, buvo atlikta daug operacijų, net kateteris įvestas į širdį, kurį teko ištraukti anksčiau dėl infekcijos...Vėl buvo atliekamos biopsijos, radiologiniai tyrimai, po kurių sekė komplikacijos, viena jų – plaučių funkcinis pažeidimas. Man buvo persodintos kamieninės ląstelės – buvau pati sau donorė. Praleidau visą mėnesį uždaryta tarp keturių sienų su langu į vidinį kiemą... Negalėjau išeiti iš palatos niekur, langai be rankenų, atidaryti jų nebuvo galima dėl bakterijų – oras buvo kondicionuojamas, penkias paras man buvo taikoma „mega chemija“ – didelių dozių chemoterapija, morfijus, nuskausminamieji ir dar begalės kitų vaistų. Visą mėnesį buvau prijungta prie aparatų – lašėjo medikamentai. Niekas manęs negalėjo ten lankyti, tik mama, ir tik su specialia apranga: kauke ant veido, su pirštinėmis... Dabar bandau grįžti į senas vėžes – einu į mokyklą, stengiuosi visur dalyvauti, bet stengiuosi nepervargti, noriu kuo greičiau sustiprėti...

Pasveikusi po pirmojo gydymo, nepasidaviau ir kaip įma-

Ligoninėje susipažinau su nuostabiais likimo draugais. Gaila, kad ne visiems jų buvo lemta pasveikti. Daug mano gerų draugų jau iškeliavo į dangų. Matyti kaip tavo kovotojai draugai staiga pasitraukia iš kovos buvo vienas iš sudėtingiausių dalykų.

Su viena mergina, taip pat sergančia onkologine liga, ligoninėje išsikalbėjome – pasirodo, kad kažkada mes žaidėme krepšinį, tiesa, priešingose komandose.

nydama stengiausi lankyti treniruotes Palangos Sporto centre, nors gydytojai draudė aktyviai sportuoti. Net dalyvavau mergaičių MKL U18 varžybose B divizione, esu krepšinio federacijos moksleivių krepšinio lygos (MKL) narė.

– **Kas tau dabar teikia optimizmo? Kas yra tavo „varikliukas“ šiame gyvenimo etape?**

– Tikiuosi išgirsti iš gydytojų verdiktą – ligos remisija. O mano variklis ir didžiausias motyvuotojas tikriausiai yra gyvenimas – labai noriu keliauti, pamatyti naujų dalykų, tiesiog noriu gyventi ir eiti pirmyn.

– **Ar dėl ligos nepasikeitė tavo santykiai su tėvais, ypač mama, draugais?**

– Onkologinės ligos skirtingus žmones suartina – suprantu, kad gyvenimas labai laikinas dalykas. Na, o su tėvais esu ir pasibarusi (šypsosi), ir rimtų pokalbių apie ateitį ir gyvenimą su jais turėjusi... Kartais erzina, kad tėvai neleidžia daryti to, ko norisi. Ima ir pasako kuris: „Juk tavo kraujo rodikliai žemi!“ (šypsosi). Norisi išeiti ir į vakarėlius ir dažniau pabūti su draugais, norisi pramogauti, linksintis, bet sveikata apie save vis primena: „Ei, Anželika, lėčiau, lėčiau!“ (šypsosi). Manau draugai supranta mane ir priima tokią, kokia esu, tačiau mano mąstymas dabar skiriasi nuo mano draugų. Liga mane labai subrandino, kartais jaučiuosi žymiai vyresnė už juos.

– **Tu buvai perspektyvi krepšininkė. Ar grįši į krepšinio aikštelę, kai pasveiksi?**

– Krepšinis – mano svajonė, mano gyvenimas. Rimtesnė krepšininkės karjera prasidėjo po Jurgitos Šreimikytės ir Linos Brazdeikytės stovyklos „Siekis“. Ten mane pastebėjo treneriai ir pasiūlė mane į U15 amžiaus merginų talentų krepšinio rinktinę. Po mėnesio gavau pakvietimą iš moterų krepšinio federacijos dalyvauti šioje atrankoje, kurioje dalyvavo perspektyviausios mano amžiaus grupės krepšininkės iš visos Lietuvos. Varinėčiau kamuolį kaip patrakusi, nors stipriai karščiavau, drebėjau nuo šalčio – buvo sloga ir skaudėjo gerklę... Tėvai man po to sakė, kad dar gyvenime nebuvo matę manęs taip žaidžiant ir varinėjant kamuolį (šypsosi). Ir patekau į pirmąją treniruočių stovyklą, tiesa, kaip atsarginė žaidėja (šypsosi). Svarbiausia, gavau galimybę žaisti su savo mylimiausiu – 13-uouju numeriu. Pirmą stovyklą praėjo puikiai, sulaukiau pagyrimų. Po mėnesio turėjo būti kita stovykla. Jau Vilniuje, Santariškių ligoninės miestelyje, sulaukiau skambučio iš krepšinio federacijos – mane norėjo matyti ir antroje treniruočių stovykloje. Kad jie būtų tik žinoję, koks padaras tūno mano kūne ir ji griaua! Žinoma, mamos peršnekėti nepavyko... Labai norėčiau sugrįžti į krepšinio aikštelę vėl, tikiuosi kada nors dar turėsiu galimybę pasistumdyti joje (šypsosi).

Kai liga atsinaujino, mane ligoninėje aplankė trenerė J. Šreimikytė ir buvęs krepšininkas Rimantas Kaukėnas.



Anželika: „Tikiu, kad dar galėsiu žaisti krepšinį“

Jie išpildė mano svajonę, ligoninėje man padovanojo išmanųjį telefoną. Savo vardo labdaros fondą R. Kaukėnas įkūrė susidūręs su skaudžia asmenine patirtimi..

Ligoninėje susipažinau su nuostabiais likimo draugais, iš jų taip pat išmokau daug ko. Gaila, kad ne visiems jų buvo lemta pasveikti. Daug mano gerų draugų jau iškeleliavo į dangų. Matyti kaip tavo kovotojai draugai staiga pasitraukia iš kovos buvo vienas iš sudėtingiausių dalykų. Su viena mergina, taip pat sergančia onkologine liga, ligoninėje išsikalbėjome – pasirodo, kad kažkada mes žaidėme krepšinį, tiesa, priešingose komandose (šypsosi).

– Matyt, turėjai ir sveiko pykčio: „O, dangau, kodėl TA liga man?“ Turbūt dabar esi onkologinių ligų žinovė – šitiek esi domėjusis jų eiga ir gydymu, ar ne?

– Pyktis iš manęs išsiveržė ne per seniausiais...Tai buvo sunkiausias ir labiausiai komplikotas periodas... O klausimas, kodėl ši liga „prikibo“ prie manęs, kirba nuolatos... Nuo mažens turėjau ryšį su medicina – mano mama dirbo slaugytoja, daug laiko praleidau pas mamą darbe, žinojau daug ligų. O namuose gydydavau savo „sergančias“ lėles nuo visokių ligų (šypsosi). Apie onkologiją dėl savo ligos sužinojau labai daug. Kitaip, matyt, ir būti negali!

– Ar kol kas mokaisi namuose?

– Mokausi mokykloje su visais, turiu keletą papildomų pamokų, nes labai sunku prisivytį klasiokus praleidus

daug pamokų. Po ligos atkryčio iš ligoninės po kamieninių ląstelių transplantacijos grįžau namo rugpjūčio 30 dieną ir kitą rytą jau stovėjau su visais savo klasiokais šventėje. Tiesa, be plaukų, be blakstienų, be antakių, bet su ugnim gyventi savo širdyje (šypsosi).

– Kokia tavo vasara?

– Visada labai, labai laikiu jos. Lepinuosi jos šiluma ir jūros artumu. Tik gaila, kad saulėje nelabai galiu būti... Tikiuosi per vasarą atgauti savo jėgas, pradėti sportuoti ir mėgautis gamta, daryti tai, ką mėgstu. Esu šiek tiek meno žmogus – potraukį menui atradau jau susirgusi. Mėgstu piešti, fotografuoti, žiūrėti istorinius filmus, negaliu įsivaizduoti dienos be pasivaikščiojimo prie jūros ar parke. Būna kartais, kad apeinu visą Palangą.

– Anželika, kokios tavo svajonės dabar be tos pirmosios ir svarbiausios - PASVEIKTI? Ar tiesa, kad tavo didžiausia svajonė – pamatyti Šveicariją? O ką be jos norėtum pamatyti?

– Taip, Šveicarija mane traukia savo nuostabią gamtą. Man labai patinka kalnai ir gamta, o Šveicarijoje šių vaizdų galima pamatyti su kaupu, mieli nameliai kalnuose, kriokliai – kažkas pasakiško. Labai norėčiau apkeliauti pasaulį ir susipažinti su daug naujų kultūrų, ir nematytais gamtos lopinėliais. Svajoju kada nors ateityje aplankyti Naująją Zelandiją, bet visos šalys – unikalios ir vertos būti aplankytos...

Kviečiame mėgautis ir
atsiduoti svajingam poilsiui!



Vasariški pusryčiai „Fotokavoje“ Nuo no-food iki super-food



Acai uogų dubenėlis



Mėlyna arbata, mes mums patinka mėlyna



Prancūziški pusryčiai



Burokėlių krapačio



Minkšti ledai

Kavinė „Fotokava“ Palangoje - mėgstama vieta išgerti puodelį geros kavos, paskanauti pusryčių ir desertų, atsipalaiduoti fotografija alsuojančioje aplinkoje bei pavartyti unikalių fotoalbumų kolekcijas.

Šį sezoną siūlome pasirinkti iš specialiai šiai vasarai paruošto pusryčių asortimento. Jo svarbiausi ingredientai - lengvumas ir šviežumas, pagardinti trupučiu egzotikos.

Mėgstantiems vegetariškus ir veganiškus pusryčius patiks naktį migdolų piene brinkinta košė, chia pudingas ar acai uogų dubenėlis. Burokėlių krapačio arba minkštai virti kiaušiniai stiklinėje puikiai tiks tiems, kurie ryte mėgsta pavalgyti įvairiai ir sočiai.

Laukiame jūsų kiekvieną dieną nuo 8:00!

„Fotokava“
Vytauto g. 69, Palanga
www.facebook.com/fotokava

„Kur Baltijos bangos smėlėtus krantus skalauja
Nuostabi legenda iš kartos į kartą keliauja
Apie dorą mergele, Birutę vadintą,
Netyrumo ir klastos nesugadintą,
Dangaus ir Žemės slėpinius pažinusią,
Ir Dievą, ir mirtingąjį pamilusią.
Iki šiol ji minima lietuvių maldose,
Jos vardas skamba gražiausiose tautos dainose.
Štai čia, Birutės kalno papėdėj,
Vaidilutės legenda atgimsta vėlei!“



Palangos botanikos parko pašonėje, idiliškoje ir romantiškiausiais pasakojimais apipintoje Palangos vietoje įsikūręs muzikos klubas/restoranas „Vaidilutė“.

Tai – vieta, kurios atmosfera kupina ramybės ir jaukumo, kur gražiausios melodijos persipina su pušyno ošimu ir švelniu Baltijos jūros bangavimu. Tai – vieta, kuri kviečia pabėgti nuo rūpesčių ir kasdienybės bei mėgautis atradimo džiaugsmu, ragaujant unikalius, profesionalaus šefo sukurtus patiekalus, skambant išskirtinėms muzikos melodijoms, kurias čia kuria profesionalūs atlikėjai.

Muzikos klubas/restoranas „Vaidilutė“, atvėrusi duris 2018 metų vasarą, kiekvieno svečio akis džiugina moderniu ir estetišku restorano interjeru, o vasaros terasa kviečia visus praleisti puikias atostogų akimirkas. Visa tai neabejotinai pavers „Vaidilutę“ Jūsų mėgstamiausia vieta Palangoje.

Nesvarbu, ar norite jaukiai ir ramiai praleisti vakarą, atšvęsti gimtadienį ar vestuves, mes padėsime Jums čia sukurti Jūsų gyvenimo istoriją, kurią perduosite iš kartos į kartą, taip toliau kurdami Vaidilutės legendą.

Pajusk istorijos tėkmę muzikos klube/restorane „Vaidilutė“!





MUS RASITE ADRESU:

Meilės al. 38, Palanga, tel. nr. 8 601 17 471

Mus rasite FACEBOOKE: „Vaidilute“



Ultramaratoninkas Ruslanas: „Kartais noriu sugrįžti į Kunigų seminariją“

Kai Ruslanas, buvęs Telšių kunigų seminarijos seminaristas, ultramaratoninkas, parašė, kad netrukus į interviu vietą Klaipėdos senamiestyje atbėgs, sekundei suklusau: „Atbėgs ar visgi atskubės sparčiu žingsniu?“ Che, ir ko gi gali tikėtis iš tokio pramušgalvio? Ruslanas Seitkalijevas pasirodė tarsi ateivis iš tolimos galaktikos: toks aukštas, truputį siauresnių akių (tėvas kazachas), įlindęs į juodas sportines tampres, su kerinčia šypsena: „Na va, atbėgau!“

Lukas JOGAILA

– Ilgai bėgote?

– Apie tris kilometrus – nuo pat savo namų. Vakare laukia pagrindinė treniruotė – 20 kilometrų. Mano dienos vidurkis toks. Tik sekmadienį nulekiu 30 kilometrų.

– Toks įspūdis, kad gyvenime – tik bėgate...

– (Šypteli). Ne, sėdžiu ir už stalo – dirbu Lietuvos Ka-

riuomenėje. Džiaugiuosi, kad mano hobis kartais praverčia ir dirbant, laikant fizinio pasirengimo normatyvus. Intensyviai bėgu jau 18 metų. Man dabar – 32-eji.

– Anksčiau gyvenote Didžiojoje Britanijoje?

– Taip, penkis su puse metų – pakako, kad jos gyvenimo „atsikąščiau“. Gyvenau Bostone, nekaip jis pagarsėjęs,



Ruslanas šiltai prisimena metus praleistus Telšių kunigų seminarijoje

tiesą pasakius. Atvažiavęs į Angliją, jau antrą dieną turėjau darbą – šiltnamy prižiūrėjau vaisius, daržoves, dekoratyvinius augalus, vaismedžius. Laisčiau, tręšiau, skyniau. Bet toks darbas man nebuvo prie širdies. Supratau, kad Anglija – mano laikina stotelė. Gal buvo baimės viską mesti – juk dienų dienas leisti šiltnamy – tokia tam tikro komforto zona. Žinai, kad kelsiesi 6 valandą ryto, kad 6 grįši namo, kad laiku gausi algą... Tiesa, didžiąją jos dalį leidau nuomai, komunaliniams mokesčiams.

– Ir?..

– Grįžau į Klaipėdą. Vienas. Mano draugė Samanta ir mūsų sūnus Stefanus (mano močiutė – Stefanija) liko ten. Tiesą pasakius, mano draugė vis mane kalbino palikti Angliją ir grįžti į Lietuvą. Ji taip pat buvo bėgikė. Mus abu kamavo klausimai: „Ką mes čia abu veikiamo svetimose šalyje? Lietuvoje buvome žinomi kaip bėgikai, o čia – niekas.“ Bet taip atsitiko, kad grįžau aš vienas...

– **Ruslanai, bėgti šimtą kilometrų – beprotiška. Sutinki su manimi?**

– (*Šypsosi*). Man – ne. Pernai dukart dalyvavau šimto kilometrų maratonuose. Beje, per pusantro mėnesio. Pirmąjį, liepos gale – vyko Lietuvos čempionatas, o ultramaratonas buvo skirtas Lietuvos valstybingumo šimtmečiui – laimėjau. Rugsėjo mėnesį 100 kilometrų pasaulio čempionate Kroatijoje likau 43-ias. Konkurencija jame buvo milžiniška: labai stiprūs amerikiečiai, japonai, o dar kur afrikiečiai. Geriausiai pasirodžiau 2016 metais įvykusiame 100 kilometrų bėgimo čempionate – likau 31-as.

– **Kiek tokių pamišėlių bėgikų kaip jūs yra Lietuvoje?**

– (*Šypteli*). Man džiugu pasakyti, kad tokių, kaip sakote, pamišėlių, gerąją prasme ir Lietuvoje atsiranda vis daugiau. Kai pirmą kartą įveikiau tokią distanciją 2009 metais Lietuvos čempionate Nidoje, man buvo 22-eji, dalyvavo apie 30 bėgikų. O dabar jau arti šimto dalyvauja. Mano asmeninis rekordas šioje rungtyje – 7 valandos ir 7 minutės.

– **Kai po pirmojo 100 kilometrų čempionato savo mamai ir tėčiui pasakėte, kad įveikėte šimtą kilometrų, kokia buvo jų reakcija?**

– Tėčio neturiu – jis mane paliko, kai buvau mažas berniukas... Mamai apie tai net nesakiau. Kaip, beje, ir Telšių kunigų seminarijos, kurioje mokiausi tuomet, rektoriui ir dekanatui (*šypteli*). Na, čempionatas vyko, kai man jau buvo atostogos, tačiau jam pasirodžiau seminarijoje. Ekstra-sunkiomis sąlygomis! Čempionatą laimėjau aš – ką nors sakyti mamai ar seminarijos vadovams man net nereikėjo: parodė reportažą per „Panoramą“, kitas žinių laidas...

– **Sulaukėte išsigandusios mamos skambučio?**

– Cha, ji išties buvo labai susirūpinusi. Paklausė: „Tu tikrai tai padarei?“ Atsakiau: „Taip, mama.“ Ji buvo man-



dagi – nepriekaištavo ir nebarė, tik supratau iš kitų, kad ji nebuvo laiminga dėl to. Tiesą pasakius, apie tai su mama ir dabar nesišnekame – tai jai pakankamai skauda tema.

– **O kaip reagavo Telšių kunigų seminarijos rektorius?**

– Na, atvirai pasakius, gan dviprasmiškai. Su manimi pasidalino nuogastavimais, kad dėl mano aistros bėgimui gali nukentėti mano mokslai ar pašaukimas. Jie norėjo, kad aš save pilnai atiduočiau dvasiniams dalykams, ne fiziniams. Kita vertus, kalbėdami su potencialiais seminaristais, seminarijos vadovai mane rodydavo kaip pavyzdį, kad seminarijoje galime suderinti ir mokslus, ir dvasinį augimą, ir sportą. Net ekstremalų.

Prisimenu, kad man reikėjo vykti į savo pirmąjį pasaulio čempionatą Belgijoje 2009 metais, turėjau įveikti kryžiaus kelius, kad daugiau Vyskupo sutikimą į jį vykti. Jis net pasiteiravo, ar su manimi vyks ir moteris (*šypteli*). Bet vėl gi – tokia buvo jo pareiga.

– **Jūs galėtumėte būti medikų tyrimų objektas. Kaip pasikeičia jūsų organizmo funkcijos, parametrai po tokio milžiniško išbandymo?**

– Kai tik pradėjau bėgti 100 kilometrų, keliskart tyrimams esu nuvykęs į buvusią Lietuvos kūno kultūros akademiją, kurioje dirbo profesorius, beje, didelis bėgimo aistringas Tomas Venckūnas. Didelių pakitimų organizme jis neužfiksavo, tačiau galiu pasakyti, kad tokio išbandymo pasekmes jaučiu net po pusės metų. Pavyzdžiui, sumažėja greitis net bėgant gerokai trumpesnes distancijas. Paprastai man reikia trijų dienų atsistatyti po ultramaratono.

Kaip 100 kilometrų bėgikas, aš dar pakankamai jaunas, turiu ką dar nuveikti šioje rungtyje, tad didesnių iššūkių kol kas neplanuoju. Dabar į madą ateina 24 valandų ar net 6 parų bėgimai.



Ruslanas Seitkalijevs kunigų seminariją metė nedaug likus iki įšventinimo į kunigus

– Gal ateityje šturmuosite 200 ar 500 kilometrų? Kur žmogaus riba?

– Kaip 100 kilometrų bėgikas, aš dar pakankamai jaunas, turiu ką dar nuveikti šioje rungtyje, tad didesnių iššūkių kol kas neplanuoju. Dabar į madą ateina 24 valandų ar net 6 parų bėgimai. Pastarajame bėgime per naktį bėgikas pamiega keletą valandų ir – vėl į kelią. Žinoma, visi stengiasi kuo mažiau miegoti – kitaip aplenks...

– Ar padai svyla nulapnojus 100 kilometrų?

– Oi, tikrai svyla, ir pūsles pritrinu, net čiurnas išstina. Per metus suplėšau mažiausiai tris ar keturias sportinių batelių poras.

– Kai įveikti distanciją yra labai sunku, kur ieškote stiprybės? Dieve, kuriam tarnavote kaip Telšių kunigų seminarijos seminaristas šešis metus?

– Įkvėpimo tuomet ieškau daug kur. Dieve – taip pat. Prašau jo: „Dieve, suteik man stiprybės!“ Jeigu dalyvauju pasaulio čempionate, mane pirmyn „neša“ ir patriotizmo jausmas – juk garbė bėgti už savo šalį. Mes, bėgikai, esame truputį garbėtroškos: garbės siekis irgi „užveda.“ (juokiasi).

– Ar ilgitės Telšių seminarijos?

– Vienpusiškai atsakyti negaliu. Atvirai kalbant, kartais

Atvirai kalbant, kartais jaučiuosi pakankamai „atsikandęs“ pasaulietinio gyvenimo. Man yra gan skaudu aplink matyti tiek daug godumo, garbės, valdžios troškimo, nepagarbos, lipimo per galvas. Bet įsitikinau, kad to yra ir bažnytiniame gyvenime.

jaučiuosi pakankamai „atsikandęs“ pasaulietinio gyvenimo. Man yra gan skaudu aplink matyti tiek daug godumo, garbės, valdžios troškimo, nepagarbos, lipimo per galvas. Bet įsitikinau, kad to yra ir bažnytiniame gyvenime. Vis tik neslėpsiu: kartais būna akimirų, kai ir pasigailiu metęs seminariją. Juolab, kad kai kurie mano kursioikai ir draugai jau sėkmingai dirba ganytojiškąjį darbą ir yra laimingi. Na, guodžiuosi, kad Dievo žodį galima sėkmingai skelbti ir pasaulietiniame gyvenime. Mane kartais pakviečia į mokyklas, socialinius renginius, stovyklas jaunimui – kalbu ne tik apie 100 kilometrų bėgimą, bet ir dalinuosi savo kaip krikščionio istorija, propaguoju krikščioniškąsias vertybes ir skatinu tikėti Dievu.

– Ar esate sulaukęs Dievo ženklų?

– Tikiu, kad Dievas mums nuolat siunčia savo ženklus. Ryškiausio jų sulaukiau vaikystėje, kai su tūkstantine tikinčiųjų minia 1993 metais dalyvavau susitikime Šiluvoje su popiežiumi Jonu Pauliumi II-u. Eidamas pro daugybę vaikų, jis būtent prie manęs stabtelėjo ir delnu palietė mano galvą...

– Ar mąstote grįžti į seminariją ir pabaigti studijas?

– Neįsitikinęs, kad galėčiau. Didžiausia kliūtis – buvau su moterimi, turiu sūnų...

– Kokių kitų pomėgių turite be ultramaratono?

– Mėgstu groti gitara, tiesa, gan mėgėjiškai. Skaitau, nors pastaraisiais metais knygas vis labiau iškeičiu į kino filmų žiūrėjimą. Kadangi Klaipėdoje gyvenu prie kino teatro, prieš miegą dažnai nueinu į jį. Pastaruoju metu pamėgau komedijas.

– Kokios didesnės varžybos jūsų laukia šiemet?

– Rudenį Rumunijoje vyks 50 kilometrų pasaulio čempionatas, kuriame ketinu dalyvauti. 100 kilometrų ir 50 kilometrų varžybas Vilniuje šią vasarą praleisiu – noriu susitelkti į laukiantį iššūkį Rumunijoje.

– Ar turite pastovų rėmėją? Juk jūsų sportas – ne olimpinė sporto šaka...

– Rėmėjo ar rėmėjų klausimas – mano didelis galvos skausmas. Kartais pasijuntu nuleidęs rankas – rasti jų yra sunku, nors šis sportas – brangus. Per metus pakeičiu kelias sportinių batelių poras, kartais net keturias. Vyksančius į 100 kilometrų pasaulio čempionatus paremia Lietuvos lengvosios atletikos federacija – į juos vykstame nemokamai, pasirūpina apgyvendinimu. Gal po šio interviu kas nors susidomės manimi?



Suplanuok ir tu savo apsilankymą Palangos baseine!

Siūlome aštuonis 25 metro plaukimo takelius, sveikatingumo centrą, didelę SPA zoną, viešąją pirtį, grupines treniruotes, plaukimo pamokas

Sveikatingumo zonoje įrengti pramoginiai baseinai suaugusiems ir vaikams, kviečia pramoginiai įrenginiai, masažinės sistemos, baseinėlis kūdikiams

Atskiroje 22 kv. m sukurinėje vonioje telpa apie 15 lankytojų. Šioje zonoje įrengti penki dušai, dvi modernios garinės pirtys ir viena pirtis su natūralia Himalajų druskos sienele

Pamatyk ir pajusk, kuo inovatyvus ir kitoks mūsų baseinas.

Darbo laikas: I 13–22 val., II–V 7–22 val. VI–VII 10–22 val. **Mus rasite:** Kretingos g. 23, Palanga

VASAROS DEŠIMTUKAS!

Klaipėdos IMPULS klube

10 plaukimo
treniruočių = 45 Eur



Pasiūlymas galioja iki 2019.08.11
Daugiau informacijos +370 656 46 840

impuls 
PLAUKIMO AKADEMIJA



VIETNAMIETIŠKOS IR TAILANDIETIŠKOS
VIRTUVĖS PATIEKALAI BEI SUSHI

DAUGIAU AZIJOS VIRTUVĖS SKONIŲ
IR KVAPŲ NEI BET KUR KITUR

MŪSŲ VIRĖJAI BEI SUSHI
MEISTRAI – VIETNAMIEČIAI

Rinkis autentišką kokybę!

J. Basanavičiaus g. 25, Palanga
Darbo laikas: 11–23 val.

Restoranas 4 - tai mes!

Mes tikime, jog svarbiausias dalykas, kuriantis laimę – širdį sušildantys prisiminimai. Akimirkos, kurias norisi išgyventi vėl ir vėl. Todėl kasdien stengiamės sukurti įsimintiną istoriją. Pasakojimą, nukeliantį į vaikystės atostogas prie jūros. Jausmą, sugrąžinantį į mėgstamiausią Palangos parką. Kvapą, tokį pat artimą, kaip šiltas vasaros lietus.

Gaminame įkvėpti tų spalvingų dienų. Ir dar prieš akis laukiančių gyvenimo atradimų, kelionių, pažinčių, skonių. Naujų gardžių istorijų temomis rūpinasi mūsų virtuvės šefas Gabrielius Zajac, 2018-aisiais metais „Geriausio Lietuvos virėjo konkurse“ laimėjęs II-ąją vietą.

Ne kartą įsitikinome, jog svarbiausia klausyti širdies ir daryti tai, kas jai teikia didžiausią palaimą. Mylime jūrą ir smėlį, vasarą ir žiemą, ilgus šiltus vakarus ir atgaivinančius pušynų pavėsius, lėtus pusryčius ir nesibaigiančius pokalbius, todėl Restorane 4 jaučiamės kaip namuose ir ta namų šiluma nuoširdžiai dalinamės su jumis.

Mes tikime, jog maistas skaniausias ne tik namuose pas mamą. Jis gardus ten, kur gaminamas su meile. Kviečiame rezervuoti staliuką ir kartu sukurti dar vieną nepamirštamą nostalgiosios Palangos istoriją.



Vesta Žemaitė, Restorano 4 direktorė,
su restorano šefu Gabrieliu Zajac



Birutės alėja 26, Palanga
El. p. restoranas4@gmail.com
[Facebook.com/Restoranas4/](https://www.facebook.com/Restoranas4/)
Rezervuoti staliuką tel. +370 604 78462



Ilona Emanuelsson: „Gyvenu svajonių gyvenimą!“

Laimono Tamošiūno nuotr.

Palangiškės Ilonos Emanuelsson gyvenimas, ko gero, ne vienam primintų pasaką: verslininkė kartu su savo švedu vyru Joakimu ir judviejų vaikais, šešiamete Viggo ir aštuonmečiu Vera, gyvena Šveicarijoje, miestelyje tarp Lozanos ir Ženevos – namas stovi šalia Ženevos ežero kranto, Ilonos kosmetikos verslas klesti, jos labdaros iniciatyvas pastebi vietos žiniasklaida, o Palangos mero vardinį kvietimą atvykti iškilmingos vakarienės per Palangos sezono atidarymo šventę birželio pradžioje kartu su iškilniausiais renginio svečiais gavo ir Ilona su Joakimu. Abu labai myli Palangą ir tapo jos tikriausiais ambasadoriais Šveicarijoje, ir ne tik. Ilona ir Joakimas mielai atsakė į žurnalo „Lietuvos pajūris“ klausimus.

Linas JELEVIČIUS

– Ilona, kokie keliai jus nuvedė į Šveicariją?

– Užsienyje jau gyvenu beveik 20 metų. Dešimt metų gyvenau Londone, o dabar jau dešimtį – ir Šveicarijoje. Baisi mokyklą Palangoje, išvykau mokytis į Menų mokyklą Vilniuje. Pasitaikius galimybei, išvykau metams į Vidal Sassoon Akademijos (Vidal Sassoon – žinomas JAV – Didžiosios Britanijos verslininkas, filantropas, savo karjerą pradėjęs kaip plaukų stilistas, sukūręs pagrindines klasikines šukuosenas – L. J.) kursus plaukų stilistams Londone.

– Jūsų pirmasis darbas Londone buvo prabangiam amerikiečių turtuoliui filantropui Ričardui Bransonui prikausančiame Virgin SPA grožio salone. Kaip jums, mergaičiukei iš Palangos, pavyko jame įsidarbinti?

– Po studijų Vidal Sassoon akademijoje tęsiau studijas privačioje estetikos mokykloje Londone – gilinau žinias, kaip sustabdyti žmogaus ląstelių senėjimą ir kaip būti sveikam ir gražiam iki gilios senatvės. Pabaigusi kursus, nuėjau į Virgin SPA ir – ką jūs manote? – mane priėmė! Baisiai džiaugiausi: juk tai didžiausias Virgin SPA filialas visame Londone. Man buvo 23 metai. Atvirai pasakius, kol gyvenau Londone, buvau visiškai pasinėrusi į Londono gyvenimą – darbas, namai, draugai, didmiestis – kas dedasi Lietuvoje ar Palangoje man net nebuvo itin svarbu. Labai lengvai pritapau Londone – ten tokia pasaulio maišalynė, o aš tokia – nuolat besišypsanti, draugiška.

– Ir vieną dieną SPA duris pravėrė jūsų būsimas vyras Joakimas. Prisimenate ją?

– (Juokiasi). Kind of... (Maždaug). Prisimenu, gerai prisimenu. Aš ir mano draugė amerikietė padėjome SPA įsteigti paslaugų centrą itin svarbiems, VIP klientams. Į vieną vakarėlį SPA VIP klientams ji pakvietė Joakimą – jiedu buvo draugai, juolab, kad jis gyveno mūsų kaimynystėje. Mano draugė pasakė jam: „Atrodai truputį pavargęs, reikėtų veidą atšviežinančių procedūrų.“ Kai Joakimas atėjo, ji mane kumštelėjo: „Tu su jo veidu padirbėk, gerai?“ Taigi... (juokiasi).

– Tai buvo meilė iš pirmo žvilgsnio?

– Manau, kad taip.

– Kuo jis jus sužavėjo?

– (Juokiasi). Po procedūrų jis salone užmiršo savo Švento Kristoforo amuletą. Kitądien, jo ieškodamas, jis paskambino, o ragelį pakėliau aš. Net nežinojau, kad jis tą brangų jam daiktą buvo palikęs... Ėmiau klausinėti kolegų... Po dar vieno SPA klientų vakarėlio jis mane pakvietė į pasimatymą... Tiesa, tą amuletą pasiėmė ne jis pats, o jo mama (juokiasi)...

– Joakimai, galbūt jūs savo amuletą sąmoningai pas Iloną palikote?

– (Joakimas šypsosi, ištraukia iš po marškinų amuletą) Galbūt. Juokauju, ne. Mane apstulbino Ilonos akių grožis. Taip, kad ir amuletas nerūpėjo. Gal taip turėjo atsitikti?

– Ilona: Nors Joakimas gyveno ir Londone, jo namai buvo Šveicarijoje, todėl vieną savaitgalį mes praleisdavome Londone, o kitą – pas jį Šveicarijoje. Nebuvo lengva! Pagaliau 2009-ųjų rudenį aš persikėliau gyventi į Šveicariją.

– Koks nors lietuvis piktdžiuga pasakytų jums: „Oi, „nuskilo“ mergaitei sutikti turtingą vyrą...“

– Tikrai nebuvau gražus daiktas, kurį galima nusipirkti – aš turėjau puikų darbą (Virgin SPA) Londone, Notting Hill, verčiausi savo privačia kaip kosmetologės praktika Fitzrovia (Londono rajone), tad buvau jau susikūrusi labai neblogą gyvenimą. Persikelti gyventi į Šveicariją buvo nemažas iššūkis – juk joje daugiausiai kalba prancūziškai, laukė adaptacija, darbo paieška. Žinojau, kad negalėsiu būti namų šeimininkė – savo gyvenimo niekada be aktyvios veiklos neįsivaizdavau.

– Koks buvo jūsų pirmasis darbas Šveicarijoje?

– Joje per moterų verslininkų forumą sutikau Zeynep, verslininkę. Ji, vokiečių, buvo tik ką persikėjusi gyventi į Šveicariją, kur vėliau ištėkėjo už šveicaro. Mudvi mąstėme: „Hm, kuo mes abi galime čia užsiimti?“ Vos nenusipirkome SPA Ženevoje, bet nepavyko. Tuomet aš susisiečiau su australų kosmetikos kompanijos „Lyon Cosmetics“, su kuria man teko dirbti Londone, atstovais. Jiems pasakiau, kad norėčiau tapti jų produktų išskirtine distributore Šveicarijoje. Net pasisiūliau išmokyti darbuotojus, kaip dirbti su jų kosmetika. Jie sutiko. Jau po aštuonių mėnesių turėjau kontraktą su australais. Kompaniją pavadinome „Teaser“ (lietuviškai – „gundytoja“).

– Joakimai, ar buvo lengva jūsų vedybinio gyvenimo su lietuve žmona pradžia? Ar buvote patenkintas, kad ji siekia būti tokia nepriklausoma ir dar verslininkė?

– Joakimas: Visi Ilonos sprendimai dėl verslo buvo jos pačios. Tiesa, ji kartais atsiklausdavo mano nuomonės, bet aš buvau nekoks patarėjas, nes apie kosmetiką išmanau labai mažai – esu įvairių maisto produktų ir jų derivatų brokerių firmos vadovas. Ko gero, dėl tokio verslumo pradėjau ja net labiau žavėtis – juk turbūt didžioji dauguma moterų svietimoje šalyje nepultų stačia galva į verslą, ar ne?

– Kokia buvo jūsų verslo pradžia?

– Ilona: Lengva nebuvo: nuosavas verslas, gimė mūsų pirmagimis Vera. Vis tik verslas augo, o po dvejų metų su

Zeynep, verslo partnere, priėmė trečią verslo partnerę, kuri tapo atsakinga už produktų pardavimus. Kompanija augo ir dabar importuoja įvairių kosmetiką iš užsienio. Didžiojoje Britanijoje ji veikia kaip „Case International“ – jos produktai skirti organizmo senėjimo stabdymui, plastinei veido operacijai (facelift) bei chirurginės invazijos. Be to, mes importuojame žinomos Kalifornijos nagų kosmetikos gamintojos „Famous Names“ gaminius. Dirbame ir su dar viena Australijos firma „Mine Tan“, kurios produktai skirti saulės procedūrų mylėtojams.

– Kaip jums pavyksta suderinti verslininkės užimtumą su dvejų vaikučių mamos ir mylinčios žmonos pareigomis? Kas buvo sunkiausia?

– Ilona: Neslėpsiu: kartais tai sunku (*juokiasi*). Tiesiog kartkartėmis apima jausmas, kad negaliu šimtu procentų atsiduoti verslui ar šeimai. Balanso tenka ieškoti kiekvieną dieną. Bet aš negaliu nustygti. Va, neseniai pradėjome dirbti su nauju kavos pupelių importo ženklui „Flying Horse Coffee“. Jau atidarytos pirmosios dvi coffee shop parduotuvės Londone. Jų bus daugiau, tikiuosi, kad taip pat ir Šveicarijoje, kadangi esu „Flying Horse Coffee“ grupės narė.

– Gal ir Palangoje tokią kavinę atidarysite?

– (*Juokiasi*). Gal.

– Ilona, ar jūs visada buvote tokia versli?

– Aš kiekvienai veiklai atsiduodu su aistra. Gal čia paveldėjimas? Mano mama Nadiežda daug metų buvo restorano „Magnolija“ Palangoje bendrasavininkė. Prisimenu ją nuolat veiksmė. Joakimas, taip pat verslininkas, tad kirvis kotą atitiko – mane supranta (*šypsosi*).

– Joakimai, kaip dažnai žmonai pasakote: „Mieloji, turėtumei daugiau laiko skirti šeimai?“

– Niekada. Aš žaviuosi tuo, ką jai pavyko padaryti versle. Jos kompanija auga. Kiekvienais metais! Ir labai organiškai. Dabar mes abu jau turime daugiau laiko ir mėgaujamės savo laiku kartu.

– Joakimai, kuo Ilona iš esmės skiriasi nuo bričių, švedžių ir šveicarių moterų?

– Lietuvės moka puikiai balansuoti tarp karjeros, darbo ir šeimos. Tuo tarpu švedės yra labai susitelkusios į savo karjerą. Tiesa, aš jau daug metų negyvenu Švedijoje.

– Kaip vedybiniame gyvenime išvengėte rifų ir povandeninių srovių?

– Ilona: Buvo ypač nelengva, kai Joakimas mokėsi Universitete ir tuo pačiu daug dirbo, nuolat keliavo. Be to, mes tuomet kėlėmės į naują namą, tad rūpesčių buvo daug.

– Joakimas: Man dabar atrodo, kad tuo metu elgiausi savanaudiškai. Mūsų sūnui buvo vos metukai, (kai gimė Vera), o jų tėtis, įsivaizduokite, susikrauna krepšį ir dingsta iš namų. Kartais net mėnesiui. Laimei, tai truko tik metus. Tokios buvo studijos. Be to, dar nuolat keliau darbu reikalais.

– Jums nesvetima ir labdaringa veikla, tiesa?

– Ilona: Kažkuomet mes rėmėme vaikus Afrikoje, Malavje – siuntėme maistą kiekvieną mėnesį. Dabar mano labdaringa veikla susijusi su gamtos apsaugos, ekologijos iniciatyvomis. Be to, kaip moterų verslininkių klubo narė padedu mažiems verslams, visada inspiruoju kitas moteris. Joakimas daug labdaringai dirba su vietiniu išsėtinės sklerozės fondu – renka jam lėšas.

– Ilona, ar jūs gyvenate svajonių gyvenimą?

– Išties, galiu pasakyti, kad taip. Myliu savo darbą, šei-

mą, o dar ir Palanga yra pasiekiamą dviem skrydžiais (juokiasi). Mes abu čia jaučiamės nuostabiai. Kiekvieną kartą!

– Ar bendraujate su kitais lietuviais Šveicarijoje?

– Ilona: Lietuvių Šveicarijoje itin daug negyvena. Neseniai per internetą sutikau lietuvę, kuri turi savo vilnionių rūbų vaikams ir suaugusiems parduotuvę Ciuriche. O kita lietuvė gamina rankų darbo marškinėlius įvairiems pobūviams ir vakarėliams.

– Kaip dažnai jūs sugrįžtate į Palangą?

– Ilona: Kur mes bekeliautume – o mes daug keliaujame, visiems pasakojame, kokia yra nuostabi Palanga ir visus kviečiame čia atvykti. Tiesiog nuostabu, kiek daug Palanga pasikeitė per paskutinius dešimt metų! Kai aš čia atvykau praėjusiais metais po ketverių metų, vos nesusukau: „O, kokia čia pasaka!“

– Joakimai, kas jums labiausiai patinka Palangoje?

– Mane čia labai žavi modernios architektūros, vietinių motyvų ir tos nuostabios gamtos, ypač lakių pušų mišyns. Dar mane tiesiog stulbina jūsų Baltijos jūra! Skirtingu metų laikų ji yra vis kitokio atspalvio! Palanga labai išgražėjo per paskutinius dešimt metų.

– Kokia jūsų abiejų laimės formulė?

– Joakimas: Pirmiausia – gyvenimas be streso. Tinkamas balansas tarp mylimo darbo, mylimos ir mylinčios šeimos ir galėjimo padėti kitiems. Žinoma, reikia skirti laiko ir sau – man labai patinka važinėti dviračiu, ypač kalnuose.

– Ilona: Mano laimės formulė labai panaši. Praleisti kuo daugiau laiko su šeima, ypač dabar. Nuostabu matyti, kaip mūsų atžalos stiebiasi į viršų! Man džiugu matyti kaip, man padedant, auga kiti verslai, kad galiu žmones įkvėpti ir suteikti jiems pasitikėjimo. Kaip ir mano vyrui, man labai svarbūs mano pomėgiai: joga, dvasinis tobulėjimas.

– Ilona, kokį patarimą jūs duotumėte jaunoms palangiškėms mergaitėms?

– Nebijoti palikti komforto zoną. Baigus mokyklą čia, kurį laiką pagyventi užsienyje. Pamatyti kitokį pasaulį ir grįžti atgal įgyvendinti savo idėjų.

– O kokį patarimą duotumėte Palangai, jos merui, kad Palanga taptų dar žinomesnė?

– Ilona: Palanga – nuostabi, bet kad ta riba tarp sezonų visai „išsitrintų“, siūlau čia organizuoti kuo daugiau renginių, ypač sporto, reklamuoti Spa centrus. Kai Palangos savivaldybės delegacija lankėsi Šveicarijoje, Montrou, kur ji pasirašė sutartį dėl Europos pučiamųjų orkestrų čempionato organizavimo kitąmet Palangoje, labai džiaugiausi – kokia nuostabi galimybė plačiai išreklamuoti Palangą.

– Joakimas: Manau, kad kai kurie tarptautiniai kultūros, muzikos ar sporto renginiai Palangoje galėtų būti organizuojami frančizės pagrindu. Reikia Palangą kuo labiau pristatyti visam pasauliui. Jūs turite nuostabią koncertų salę, o ir kita infrastruktūra, kaip minėjau, yra fantastiška.

Palanga – nuostabi, bet kad ta riba tarp sezonų visai „išsitrintų“, siūlau čia organizuoti kuo daugiau renginių, ypač sporto, reklamuoti Spa centrus



Mažoji Armėnija

Armėnijos virtuvė yra viena seniausių pasaulyje, jos tradicijoms – tūkstančiai metų. Prisiliesk prie istorijos kavinėje „Mažoji Armėnija“, kur jus pasitiks namų aplinka, kur nosį kutena degančių žarijų ir kepsnių kvapai, o virtuvės šefas Levon Markarjan gamina pagal geriausias armėnų gastronomines tradicijas. Siūlome ir europietiškus patiekalus.

Laukiame jūsų! Kopų g. 16, Šventoji



Mūsų darbo laikas:

I–V 10:00–23:00

VI 10:00–23:00

VII 10:00–23:00

FB mazojiarmenija

Sodyba „Vienkiemis“ – penkiasdešimt lietuviškojo kolorito atspalvių

Vasara yra atostogų metas, tad daugelis pavargusiųjų, nuo visus metus trukusių darbų keliauja į pajūrį.

Gardus maistas karčiame ir unikali aplinka:

Pro Kretingą tekančios Akmenos upės slėnyje įsikūrusi sodyba „Vienkiemis“ kviečia užsukti ir pasimėgauti visaverčiu poilsiu, gardžiu maistu. Apsilankę karčiame poilsiautojai dažnai sugrįžta dar kartą, dažniausiai su būriu draugų ar kolegų, būtent dėl to „Vienkiemyje“ yra priimami užsakymai įvairioms šeimoms šventėms, pobūviams, seminarams. O šiltuoju sezonu svečiai laukiami šiaudinių stogų pavėsyje, lauko kavinėje, iš kurios atsiveria akį prikaustanti sodybos gamta.



Teikiamos apgyvendinimo paslaugos:

Poilsio nameliai, apartamentai, dviviečiai numeriai.

Gausybė pramogų visai šeimai:

Sodyboje yra įrengta gausybė medinių sūpuoklių, čiuožyklių, žaidimo aikštelių ir netgi beždžionės tiltas, o „Nykštukų kaimelis“ kvies visus ne tik žaisti, bet ir susipažinti su nykštukų gyvenimu bei darbu.

Mėgstantiems gerą pirties garą:

Lietuviška rusiška, turkiška pirtys, sūkurinė vonia visai draugijai.

UAB „SODYBA „VIENKIEMIS“

Vienkiemio g. 3, Padvarių k., Kretingos r., 97157

Tel.: +370 445 78 425, +370 685 69 54, (dėl banketų užsakymų: +370 699 28911

www.vienkiemis.lt, vienkiemis.sodyba@gmail.com



macaroni

makaronų namai

Švieži makaronai Palangoje!

Senojo Turgaus g.19, Palanga **Tel.** 8 673 53179 **Facebook** makaronunamai





Mes nedovanojame pirktų rožių!

Mes jas kantriai ir su meile visi kartu
auginame kiekvienu metų laiku.
Prisijunk prie mūsų dabar – vardan savęs,
savo šeimos, miesto ir šalies ateities



Įkurta 1896 metais

Lietuvos Socialdemokratų partijos (LSDP) Palangos skyrius
E. p. palanga.lsdp@gmail.com, Tel. +370 618 37 867
Facebook paskyra: www.facebook.com/lsdp.skyrius

*Kulinarijos namai Palangoje.
Tiesiog – kaip namuose!*

Senojo
Turgaus g. 6,
Palanga



Rankų darbo
cepelinai, balandėliai;
spurgos, sausainiai –
tik iš natūralių produktų.



Resort Pub palangiškių ir miesto svečių susitikimo vieta judriausioje J. Basanavičiaus gatvėje

Išskirtinis angliško/airiško stiliaus interjeras, seno gero roko muzika, vakarietiškas meniu. Puiki vieta atsipalaiduoti, pasilinksinti, paragauti su meile ruošų patiekalų, burgerių, įvairių užkandžių. Mėsą vasaros metu kepame lauke ant Kamado Bono griliaus.

Resort Pub pasididžiavimas – pusės kilogramo šonkauliai, bei alus su aukso dulkėmis.

Platus asortimentas alaus, nuo įprasto lietuviško iki žymių pasaulio – airiško, angliško, olandiško, bei mažų daryklų kraftinio, vyšnių ar šokolado skonių, kuriuos Resort Pub barmenai, Jums pageidaujant pavers „auksiniais.“

Žinomi, unikalūs pasaulio viskiai, Pab'o topas meksikietiška „Michelada“ bei daugelis kitų gėrimų, kurie patenkins kiekvieno skonį.

KUO RESORT PUB IŠSKIRTINIS?

O gi linksmybėms įpusėjus, gali išgirsi varpo skambesį, tai reiškia Pub'as „stato“ 10 bokalų. Ši ypatinga atrakcija visada smagiai nuteikia žmones, beje, yra galimybė patiems skambinti varpą ir pasijusti „žvaigždė“. Ši tradicija kilo iš vakarų „next round on me“, paskambinęs varpu, žmogus „stato“ alaus bičiuliams.

Resort Pub J. Basanavičiaus g. 14 duris atveria kiekvieną dieną nuo 16 val. ir dirba iki 5 val.





Apgyvendinimo ir maitinimo paslaugų kokybei gerinti – ir slapto kliento tyrimai

Vienas žmogus apie naujausias tendencijas Palangos viešbučių ir restoranų versle žino geriau nei visi kiti. Tai – Ingrida Valaitienė, Palangos viešbučių ir restoranų asociacijos (PVRA) prezidentė, kuri, beje, yra ir viešbučio „Grand Baltic Dunes“ direktorė.

Linas JEGELEVIČIUS

– Neseniai Palangoje dalyvavote viešbučių ir restoranų sektoriaus ekspertų, koučerių ir jų savininkų konferencijoje. Kokios naujovės beldžiasi į duris? Kas jus joje sudomino?

– Toks susitikimas su turizmo profesionalais prieš vasaros sezoną buvo labai naudingas. Galima teigti, kad ten buvo pateiktos ne vien tik naujienos, tačiau ir gera atmintinė, kaip savikritiškai pažvelgti į savo vykdomą veiklą, besiruošiant vasaros sezonui bei patarimai ateities vizijos strategavimui. Svarbiausia kelti sau tikslą – būti matomu ir išmaniu, siekti išskirtinumo. Žinoma, kitas sėkmės garantas – paslaugų kokybė. Čia išvada aiški: svečias moka už vertę, atitinkamą kokybę, jos santykį su kaina. Todėl viešbučiai ir restoranai turi atlikti daug namų darbų, kad tinkama žinute pasiektų tikslinį savo klientą, padėtų jam apsispręsti tokioje gausioje apgyvendinimo ir maitinimo paslaugų pasiūloje. Svarbu aktyvus dalyvavimas skaitmeninėje erdvėje, socialiniuose tinkluose, tarptautinėse rezervacijų sistemose ir efektyvus siūlomų pardavimų priemonių išnaudojimas, nuomonės formuotojų (influencerių) pagalbos pasitelkimas populiarinant savo prekinį ženklą, įsiklausymas į kliento lūkesčius ir nuolatinės paieškos, kuo nustebinti savo svečių (gerąja prasme), kad išlaikytume jo dėmesį. Tai darbas, kuris turi vykti nuosekliai ir suplanuotai. Konferencijos metu buvo apžvelgtos ir pasaulinės viešbučių ir maitinimo įstaigų tendencijos, kurias drąsiai gali įgyvendinti ir Palangos verslininkai.

Išskirčiau tokias pagrindines tendencijas maitinimo sektoriuje: internetinių užsakymų populiarėjimas, eksperimentinės virtuvės apraiškos, sveikas maistas, vietinė virtuvė, regiono produktai ir sezoniskumas. Na, o pasaulinės tendencijos maitinimo sektoriuje tokios: meniu be glitimo, dėmesys maisto alergijai, mažesnis druskos, cukraus ir riebalų kiekis patiekaluose, liesi pieno produktai, namų gamybos desertai (ledai), natūralus skonis, žalias maistas, vietinės gamybos alkoholiniai gėrimai, populiarėja mažųjų aludarių, vyndarių produkcija, gatvės maistas, įvairių daržovių piurė, grill daržovės, vegetariški užkandžiai, degustaciniai meniu, lėtas maistas, valgomos pakuotės ir indai, maisto 3D spausdinimas, molekulinė kulinarija.

Buvo kalbama ir apie slapto kliento tyrimo galimybes – užsakius tam tikrą skambutį ar vizitą, slaptam klientui suvaidinti „sunkų“ ar konfliktišką klientą ir stebėti, kaip personalas su tokiais iššūkiais susitvarko. Kitas būdas – tiesiog sulaukti slapto kliento tyrimo analizės, kurioje vertinama Jūsų paslaugų kokybė, aptarnavimas, svečio savijauta bei įspūdžiai nuo paslaugos rezervacijos tele-

fonu iki išvykimo iš objekto. Palangos viešbučiai ir restoranai jau pradėjo taikyti tokius slapto kliento tyrimus.

Buvo itin pabrėžtas personalo, viešbučio ar restorano komandos vaidmuo. Personalo klausimai pastaruoju metu – itin opūs. Kaip ir pernai, sezonas prasidėjo anksčiau, o rasti tinkamų, kompetentingų darbuotojų nelen-gva. Aiški yra personalo kartų skirtis: jauni darbuotojai – reiklūs, įnoringi, tačiau nenorintys prisiimti atsakomybės, užklupus didesniai darbo krūviui, vasaros tempui ar probleminei situacijai, jie neretai tiesiog palieka naują darbovietę.

– Kaip svetingumo paslaugų versle išlaikyti juos?

– Būtina visiems suprasti kartų skirtumus ir ypač naujos kartos, kuri nori visko ir greitai, poreikius. Svarbu ne tik konkurencingas atlyginimas, bet ir socialinės garantijos, lankstus grafikas, žmogiškumas. Būtina atkreipti dėmesį, kad pastaraisiais metais atlyginimai viešbučių ir restoranų sektoriuje auga. Atlyginimai viešbučiuose paprastai gali sudaryti iki 30 procentų visų sąnaudų.

– Sutikite, kad tarp Palangos viešbutininkų vis dar gajus požiūris, kad, girdi, kam čia labai stengtis – ateis vasara, ir poilsiautojai važiuos į Palangą kaip važia-vę... Ar kurorto viešbučių ir restoranų savininkai yra imlūs naujovėms?

– Jau matyti tendencija, kad pastaraisiais metais Palangos viešbučių ir restoranų savininkai gerokai daugiau domisi sektoriaus naujovėmis. Jų tikslas, kad Palanga būtų ištisus metus veikiantis kurortas, nepaisant to, kad didžiausio svečių srauto sulaukia vasaros metu (kas įprasta visiems kurortams). Kalbu apie Palangos viešbučių ir restoranų asociacijos narius, kurie vyksta į gastro, horeca parodas, dalyvauja įvairiuose konkursuose, gastronominės savaitės renginiuose, europos virtuvių dienoje, sezoną pasitinka su naujovėmis, pagal sezonus pristato savo meniu, kviečia vėlyviesiems pusryčiams ar degustacinėms vakarienioms. Reikia pripažinti, kad viešbučiai daugiau dirba su prekinio ženklo reklama ir vieta rinkoje nei kavinės, restoranai. Tačiau, ši tendencija pastebima dar ir todėl, kad dalis restoranų vykdo veiklą viešbučiuose, tad klientai juos randa atvykę į viešbutį. Smagu, kad jau galime pasidžiaugti ir verslininkų rekomendacijomis, aplankyti savo kolegų kavinę/restoraną ir paskanauti firminių patiekalų ar deserto. Svečiai ypač vertina geras rekomendacijas, tokiu būdu pelnomas svečių pasitikėjimas.

– Palangoje pernai buvo atidarytas kotedžo tipo viešbutis „Labas rytas“ Gintaro gatvėje, šiemet – taip

Palangoje vis labiau popu-liarėja šeimos restoranėliai, kurie siūlo įvairius mėsainius, miltinius patiekalus (pasta, lazanijas, blynelius, picas), trintas sriubas, naminius kotletukus ar muštinkus su pasirinktu garnyru ir, žinoma, naminius desertus.

pat kotedžo tipo viešbutis „Amsterdamas“ Vytauto gatvėje. Vadinas, apgyvendinimo sektorius lieka patrauklus investicijoms?

– Svečių srautas kurorte kiekvienais metais auga – 2018 metais išaugo tiek vietinių svečių, tiek svečių iš užsienio skaičius. Bendras svečių skaičiaus augimas 2018 metais siekė 12,3 procento ir užtikrino Palangai antrąją vietą po Vilniaus miesto. Natūralu, kad didėjant paklausai, didėja ir pasiūla. Didieji viešbučiai nebijo konkurencijos, na o mažiesiems tenka iššūkis tinkamai konkuruoti, pasitempti. Taisyklė ta pati: jeigu turi kuo išsiskirti, jeigu paslauga yra kokybiška, kiekvienas gali turėti savo klientą.

– Kalbant apie maitinimo sektorių, ar Palangos kavinės ir restoranai yra išnaudoję visas savo galimybes? Kur jūs jų dar matote?

– Čia tinka posakis „Tobulėti visada yra kur.“ Nesvarbu, ar bandysime lygiuotis į vietinės reikšmės sėkmės pavyzdžius, ar žvalgysimės į pasaulines tendencijas. Džiugu yra tai, kad Palangoje vis daugiau maitinimo vietų, kurios linksniojamos dėl savo gero vardo. Kiekvienas segmentas randa sau mielą, laiko patikrintą vietą: jaunimas renkasi greito maisto kavinės/užėigas, kuriose renkasi gerai praleisti laiką su draugais, klausantis pamėgto didžėjaus muzikos ar gyvai atliekamos muzikos (pavyzdžiui, „Rąžė“, „I love Palanga“, „Oldman“, „Kablys“), šeimos mėgaujasi restoranėliais ir kavinėmis su lauko terasomis, kiemeliais, vaikų zonomis ar kitų šeimų rekomendacijomis („A-petit“, „Šilelis“, „Van Wurst“, „Barbarosa“, „Decuba“, miela sezono naujiena – „Čikipuki“ (grill and bar) restoranėlis Daukanto gatvėje).

Išrankiausi klientai mėgaujasi degustacinėmis vakarienėmis, firminiais šviežios žuvies ar jūros gėrybių patiekalais, neįprastais vyno ir deserto deriniais, vis dažniau susitinka ir tingiems vėlyviesiems pusryčiams (Restoranas „4“, „Onorė“, „Palangos Vanagupė“, „Pušų paunksmė“, restoranai „Palanga“, „Vila Komoda“, „Žuvinė“). Beje, būtent šie Palangos restoranai dalyvauja Gero maisto akademijos organizuojamame geriausių Lietuvos restoranų trisdešimtko konkurse. Manau, tai akivaizdus įrodymas, kad Palanga yra pastebima Lietuvos gastronomijos žemėlapyje.

– Palangoje nėra nė vieno sveiko maisto restorano, kuriame būtų aiškiai parašyta kiek kalorijų, alergenų ar transriebalų, žinomų ir riebalų žudikų vardu, turi patiekalai. Ar tokiam meniu nėra paklauskos Palangoje? Ar Palangoje vis dar cepelinai populiariausi?

– Kalbant apie cepelinus, jų paklausa Palangoje mažėja, nors dalis lietuvių ir, žinoma, užsieniečiai mieliai renkasi lietuviškus patiekalus vedami smalsumo pažinti mūsų nacionalinę virtuvę. Palangoje vis labiau populiarėja šeimos restoranėliai, kurie siūlo įvairius mėsainius, miltinius patiekalus (pasta, lazanijas, blynelius, picas), trintas sriubas, naminius kotletukus ar muštinukus su pasirinktu garnyru ir, žinoma, naminius desertus. Alergenų, riebalų tema taip pat labai aktuali, apie tai kalbėjome ir konferencijoje. Norėtusi, kad praktika, kuri šiuo metu taikoma kavinėse – klausti svečio dėl alergenų ar teirautis padavėjo dėl alergenų, įgautų kitą formą – norėtusi, kad būtų prierašas prie patiekalų. Bėlieka tik kažkam parodyti gerą pavyzdį. Akivaizdu, kad Palangoje dar nėra daug sveiko ar „žalio“ maisto propaguotojų, tačiau, esu įsitikinusi, kad didėjant svečių srautui, įsiklausant į svečių poreikius ir pasaulines tendencijas, netrukus čia atsiras ir sveiko maisto restoranėlių. Beje, sveiko maisto Palangoje tikrai

Išskirčiau tokias pagrindines tendencijas maitinimo sektoriuje: internetinių užsakymų populiarėjimas, eksperimentinės virtuvės apraiškos, sveikas maistas, vietinė virtuvė, regiono produktai ir sezoniškumas.

yra ir svečiui paklausus ką nekaloringo, neriebaus ar vegetariško galite pasiūlyti, padavėjai tikrai turės ką pasiūlyti. Tiesa, ne visose kavinėse.

– Palanga turi vieną ypatingą sėkmės istoriją savo maitinimo sektoriuje – restoranėlį Vytauto gatvėje „A-petit“, tų pačių savininkų pripažinimo sulaukusią kavinukę „Šilelis“ Gintaro gatvėje ir neseniai jų atidarytą kavinukę Palangos reabilitacijos ligoninėje. Kuo jums ši sėkmės istorija ypatinga?

– Jų sėkmės formulė – sėkminga maitinimo koncepcija: kokybiškai paruoštas maistas, plati pasiūla (bent 3-jų karštų patiekalų pasirinkimas dienos pietums, 2 sriubų variantai, desertas) už daugumai priimtina kainą. Žinoma, jie į rinką atėjo tinkamu laiku, kavinukės centrinėje miesto dalyje, restoranėlis „A-petit“ pastebimai sulaukia lankytojų su vaikais, nes turi vaikams skirtą zoną (nors ir nedidelę), kur mažieji smagiai gali sulaukti patiekalų arba ramiai leisti pavalgyti tėvams. Laukti eilėje į šiuos restoranėlius darbo dieną – fenomenas. Dažnai juokaujame su kolegomis, kad „A-petit-ui“ jau laikas galvoti apie naujas, gerokai didesnes patalpas. Beje, labiausiai pamėgtose Palangos maitinimo vietose, savaitgaliais, o vasaros sezono metu, matyt, ir darbo dienomis, rekomenduojame staliukus taip pat rezervuoti iš anksto.

– Neseniai atidaryti makaronų namai Senojo turgaus gatvėje – naujausia Palangos verslo sėkmės istorija, ar ne?

– Taip. Juose mieliai lankosi ir šeimos, ir jaunimas. Kviečia jauki, šiuolaikiška namų aplinka miesto centre, geras kainos ir kokybės santykis, greitai paruošiamas maistas, gardi kava.

– Kokius restoranus jūs savo svečiams rekomenduojate?

– Priklauso nuo to, koks tai svečias ir kokie jo poreikiai. Degustaciniams, išskirtiniams gastro pojūčiams drąsiai rekomenduoju bet kurį iš geriausių Lietuvos restoranų 30-uke dalyvaujantį restoraną. Kalbant apie lietuvišką virtuvę, noriu paminėti kavinę „Molinis Ašotis“, „Monika“, restoraną „Senoji Hansa“.

– Kokios naujovės kurorto svečių laukia Palangoje šią vasarą?

– Daugiau naujų viešbučių be jūsų paminėto viešbučio Vytauto gatvėje, šiam sezonui neturėsime (nekommentuojant privataus sektoriaus), tačiau didelė dalis apgyvendinimo ir maitinimo paslaugas teikiančių objektų atliko patalpų renovaciją ir/ar plėtrą, investavo į paslaugų pritaikymą šeimoms, papildomų paslaugų įvedimą (sveikatinimo, spa), kavinukų, terasų plėtrą ar renovaciją.



Baras SENOJI HANSA - veikia nuo 2002 metų Klaipėdos senamiesčio širdyje Teatro aikštėje. Švenčių metu baro lauko terasa yra puiki vieta stebėti miesto vykstančius renginius. SENOJI HANSA - tai vieta, į kurią visuomet norisi grįžti.

Kurpių g. 1, Klaipėda
facebook/senojihansa



Viešbutis SENOJI HANSA įsikūręs pačioje Palangos - J. Basanavičiaus g. širdyje, mažiau nei 300 metrų ki jūros.
SENOJI HANSA Palangoje yra puiki vieta poilsiuojantiems.
Viešbutis, restoranas, SPA
Basanavičiaus g. 29, Palanga
[facebook/SenojiHansa - Palanga](https://facebook/SenojiHansa-Palanga)



VILA GRAŽINA
Žinomų estrados atlikėjų koncertai visą vasarą
J. Basanavičiaus g. 32, Palanga
facebook/VilaGrazina
www.senojihansa.lt



„Armėniška virtuvė“ –
geriausios armėniškos virtuvės
tradicijos Palangoje

J. Basanavičiaus g. 17, Palanga
FB [armeniskavirtuvepalangoje](#)
Tel. +370 652 87579



Eglės sanatorija

Sveika vasara Eglės sanatorijoje



Eglės sanatorija įsikūrusi dviejuose šalies kurortuose Birštone ir Druskininkuose, tai tikras sveikatos ir poilsio šaltinis visai šeimai, garsėjantis giliomis sanatorinio gydymo tradicijomis ir natūraliais gydomaisiais veiksniais – mineraliniu vandeniu ir gydomuoju purvu. Natūralūs veiksniai **Eglės sanatorijoje** derinami su šiuolaikinėmis technologijomis ir inovatyvia medicinine įranga.

Informacija ir registracija telefonu +370 313 60220 arba sanatorija.lt



Mokytis prancūzų virtuvės kulinarinių paslapčių – į Kauną, o gauti praktinių įgūdžių į Palangos „Vila Komoda“

Norintieji kulinarijos pasaulyje žengti pirmuosius žingsnius svajoja apie Prancūziją ar bent jau dairosi į Anglijos, Ispanijos ar Amerikos kulinarijos mokyklas. Tačiau ne taip seniai „Kulinarinio meno“ studijų programa geriausias Prancūzijos tradicijas atvežė ir į Lietuvą.

Vasarė BUTKUTĖ, Dangė SIDABRĖ



Šiemet Šv. Ignaco Lojolos kolegija jau trečią kartą skelbs studentų atranką, bus atrinkta 10–12 būsimų studentų

Tai – unikali proga įgyti tarptautinės patirties neiškeliant kojos iš Lietuvos. Kas žino, galbūt daugelio čia besimokančiųjų vardus linksniuosis vos už keleto metų, matydami tarp geriausių šalies ir užsienio restoranų šefų.

Programa vykdoma Šv. Ignaco Lojolos kolegijoje Kaune ir, kaip pasakojo programos vyriausiasis šefas Xavier Bouriot, tokios universitetinį laipsnį suteikiančios studijos Lietuvoje analogų tikrai neturi. Jos vadovaujasi žymaus prancūzų šefo Alain Ducasse filosofija ir išsiskiria įvairias temas apimančiu turiniu bei praktika, kuriai čia skiriamas ypatingas dėmesys – galimybė dirbti su garsiausiais Lietuvos ir užsienio šefais bei mokytis jų preciziškai nušlifuotos dėstymo technikos yra unikali patirtis kiekvienam studentui.

Po daugiau nei 25 metų darbo su garsiausiais Prancūzijos šefais, pavyzdžiui, Guy Savoy, Alain Senderens, Michel Rostang ir Alain Ducasse, bei po beveik 10 metų darbo vienu pagrindinių instruktorių, šefu Alain Ducasse Institute Paryžiuje, Xavier prisijungė prie Ritz Paris Place Vendôme komandos, kad padėtų Ritz Escoffier Kulinarijos mokyklos (pranc. - École Ritz Escoffier) atidarymui, Paryžiuje. Nuo 2017 metų prancūzų gastronomijos pagrindais jis dalinasi ir Lietuvoje.

Pradėjus vykdyti „Kulinarinio meno“ programą, Lietuva ėmė žengti koją kojon su pasaulinėmis tendencijomis. Dar neseniai, 2017-tais metais. Paryžiuje buvo pristatytos keturios Kulinarinio meno bakalauro laipsnio studijų programos. Tais pačiais metais šios krypties studijos pradėtos organizuoti ir Kaune.



Pirmaisiais metais studentai darbuojasi su prancūzų šefu Xavieru Bouriot, vienu iš trijų vyriausiųjų (angl. executive) šefų, kuruojančių studijas

Šiemet Šv. Ignaco Lojolos kolegija jau trečią kartą skelbia studentų atranką, o laimė, kaip ir praėjusiais metais, nusišypsos 10-12 būsimų studentų.

„Sudarant studijų programos tinklėlį, buvo konsultuojamasi su Paryžiuje ir Ispanijoje įsikūrusiomis šefų mokyklomis,“ – sakė programos kūrėjai.

Pirmajame semestre studijos prasideda nuo maisto mokslų modulio, kuris kuruojamas Kauno technologijos universiteto. Dėstoma maisto mikrobiologija, maisto chemija ir jausnis gaminių vertinimas, maisto sauga – no-



Savo įgūdžius studentai gali atskleisti ir Kaune „Kulinarinio meno“ įsteigtame restorane „Arrivée“, kuriame, beje, gali apsilankyti kiekvienas norintis

rint tapti tikrai aukšto lygio šefu, šitie dalykai itin svarbūs. O nuo sausio prasideda praktika. Daug jos!

Pirmaisiais metais studentai darbuojasi su prancūzų šefu Xavier Bouriot, vienu iš trijų vyriausiųjų (angl. executive) šefų, kuruojančių studijas. Krūvis – didelis, todėl tam reikia atitinkamai nusiteikti – mokslai vyksta stovint virtuvėje nuo ryto iki vėlyvos popietės, penkias dienas per savaitę. Be X. Bouriot, dėstyti atvyksta ir kvietiniai svečiai.

„Mūsų tikslas – kad studentai įgytų ir įvaldytų klasikines prancūzų virtuvės pagrindus, susipažintų su įvairiomis gastronominėmis kryptimis, stiliais, šefų filosofijomis“, – programos koncepciją atskleidė X. Bouriot.

Be gamybos technologijų, X. Bouriot supažindina studentus su klasikine ir aukštąja prancūzų bei Viduržemio jūros virtuvių principais. Pavasarį studentai atlieka praktiką restorane, o rudenį prasideda darbas su kitais dviem vyriausiais studijų programos šefais: „Vila Komoda“ Palangoje atidariusiu ir itin gerai Šiaurės šalių virtuvę išmanančiu šefu Martyn Meid bei prancūzų konditerijos meno kursą kuruojančiu ir Londone dirbančiu šefu Evaldu Juška.

Kvietiniai šefai svečiai čia atvyksta iš geriausių Lietuvos restoranų. Pavyzdžiui, Bernardas Anužis, Palangos „Onorė“ restorano šefas, kartu su X. Bouriot rengė keturių rankų degustacines vakarienes, taip pat vedė praktinius užsiėmimus

Pradėjus vykdyti „Kulinarinio meno“ programą, Lietuva ėmė žengti koja kojon su pasaulinėmis tendencijomis: pradėta persikvalifikuoti iš profesinio mokymo ir 2017-tais metais buvo pristatytos keturios bakalauro programos.

studentams. Kaip teigė pats B. Anužis, profesionaliems šefams yra itin svarbu dalintis savo žiniomis ir įgūdžiais su būsimais virtuvės profesionalais. Tuo pačiu tai yra puiki proga susipažinti su, galbūt, būsimais komandos nariais.

„Kulinarinio meno“ studijų programos pranašumą pabrėžė ir programoje studijuojantis verslininkas Linas Gumuliauskas, šeimos restorano „Piccolini“ Klaipėdos senamiestyje bendrąjūrėjas. Pasak jo, restorano versle būtina nuolat tobulinti savo žinias, o prancūzų virtuvės pagrindai yra neatsiejama gastronomijos raidos dalis.

Savo įgūdžius ir kūrybiškumą studentai gali atskleisti ir Kaune „Kulinarinio meno“ įsteigtame taikomosios praktikos restorane „Arrivée“, kuriame, beje, gali apsilankyti kiekvienas norintis.

Kaip teigė M. Meid, studijuoti šioje programoje nėra lengva, tačiau labai rimtas požiūris į mokslo turinį ir praktiką garantuoja itin aukštą studijų kokybę.

„Čia atmetinumo nerasi – su atbukusiu peiliu daržovių pjaustyti niekas neleis – mokymo procesas rimtas, nes suvokiama, kad vien nusipirkęs reikalingus įrankius, geru šefu netapsi. Pagrindiniai programos privalumai – savo žiniomis ir įgūdžiais besidalinantys profesionalūs Lietuvos ir užsienio šefai, užsienio kalbų mokymas ir ypatingas dėmesys darbo etikai – studentams diegiama, jog virtuvėje būtinas nuolatinis profesinis tobulėjimas ir pagarba,“ – sakė M. Meid.

Dvylikos metų darbo patirtį turinčiam šefui besimokančiųjų pasiekimus ir žinias tenka įvertinti ne vien dėstant: studentams suteikiama praktikos vieta restorane „Vila Komoda“, kuris jau išsikovojo gerą vardą.

Praktikos metu M. Meid ne kartą jau teko pasidžiaugti, kad studentai yra žingeidūs, su savo unikaliomis patirtimis, motyvuoti, ir vos baigę pirmąjį kursą, dirba puikiai.

Svarbiausia, kad norintieji dirbti gastronomijos pasaulyje turi būti pasiruošę nuolatos mokytis ir tobulėti. Trumpai, bet taikliai tokią filosofiją apibūdina X. Bouriot: „Šefas visada turi ko išmokti. Jeigu vieną dieną atsibusiui ir tarsi, kad žinau viską, tuomet bus aišku – laikas su virtuve atsiveikinti.“

Palangos „Gintaras“ – išskirtinė vaikų reabilitacijos sanatorija Lietuvoje

Vienintelė pajūryje vaikų stacionarinės reabilitacijos sanatorija „Gintaras“ šį sezoną pirmą kartą siūlo kambarius-studijas – juose galės įsikurti iš visos Lietuvos čia su Ligonių kasų siuntimu sveikatos taisyti atvažiuavę vaikai bei juos atlydėję tėvai ar kiti artimi asmenys. Už juos teks mokėti, tačiau ne tiek, kiek vasarą už viešbutį Palangoje. Nemokamai su siuntimu galima gydytis standartiniuose (anksčiau vadintuose renovuotais) kambariuose. Sezono metu „Gintare“ kiekvieną dieną šurmuliuoja apie 400 vaikų, ir apie 200 jų mamų ir/ar tėvelių.

Lukas JOGAILA



Laimono Tamošiūno nuotr.

„Mes esame didžiausia tokia vaikų sanatorija šalyje – „Gintare“ suteikiama apie 40 procentų visų vaikų stacionarinės reabilitacijos paslaugų šalyje. O tai, kad „Gintaras“ yra prie jūros, pušų apsuptyje, neabejotinai yra didelis privalumas,“ – žurnalui „Lietuvos pajūris“ sakė sanatorijos direktorius Kęstutis Speičys.

Apie 300 pacientų „Gintare“ gali būti apgyvendinama dviejuose neseniai renovuotuose sanatorijos korpusuose. Juose yra atnaujinti baldai.

„Tai – patogiu. Už gyvenimą juose dabar mokėti nereikia,“ – sakė direktorius.

„Gintaras“ savo mažųjų pacientų ir jų tėvelių patogumui teikia išskirtinę paslaugą – nuo rugsėjo iki gegužės savo mikroautobusu atsiveža ir atgal namo parveža vaikus ir juos lydintį asmenį iš visos Lietuvos.

„Važiuojame net į tolimiausius šalies kampelius, pavyzdžiui, į Šalčininkus ar Visaginą. Mums tai apsimoka. To nedaro jokia kita sanatorija,“ – sakė K. Speičys.

Vis tik jis ragina visus į „Gintarą“ atvažiuoti ne sezono metu: „Atvažiuokite čia ne vasarą, tuomet mūsų specialistai galės suteikti daugiau papildomų rehabilitacijos paslaugų, ne tik tas, kurios reglamentuotos įstatymais ir Sveikatos apsaugos ministro įsakymu,“ – sakė jis.

Dar vienas „Gintaro“ išskirtinumas – maksimaliai panaši į namus aplinka. Pavyzdžiui, kiekviename kambaryje yra atskiras sanitarinis mazgas – tualetas, prausyklė ir dušas. To nerasi kitur.

„Kitose sanatorijose viename kambaryje neretai gyvena du vaikai ir jų mamos. Pas mus – kiekviena šeima atskirai,“ – pabrėžė K. Speičys.

Neseniai buvo atnaujinta sanatorijos valgyklos įranga, įsigyti nauji šaldikliai. Skirtingai nei kitose sanatorijose, maistą čia gamina sanatorijos virėjai. Pernai „Gintaras“ atnaujino keltuvą neįgaliesiems į vonias, o dar vienas toks keltuvas į valgyklą buvo sumontuotas šį pavasarį.

Kur atlikti stacionarinę rehabilitaciją, sprendžia vaiko tėvai, gavę vaiko šeimos gydytojo siuntimą. Kadangi norinčiųjų pakliūti į „Gintarą“ yra daugiau nei vietų čia, Palangos sanatorija jau trečius metus naudoja išankstinę rezervaciją per portalą www.sergu.lt.

„Ją galima atlikti ne anksčiau nei trys savaitės iki numatomo atvykimo,“ – sakė direktorius.

Du kartus per savaitę konsultuoti „Gintaro“ ligoniukų atvyksta Klaipėdos Universiteto Holistinės medicinos ir rehabilitacijos katedros vedėja, profesorė, kineziterapeutė Daiva Mockevičienė.

Pernai sanatorijoje pradėta teikti parafino terapijos paslauga. Ji sėkmingai pakeičia durpių vonias.

Šiemet „Gintaras“ įsigijo naują aparatūrą logoterapijai – kalbos korekcijai, taip pat medicinę įrangą magnetoterapijai.

Kitais metais sanatorija tikisi visus pakviesti į multisensorinį kambarį, perkelti mechanoterapijos kabinetą į erdvesnes patalpas.

„Gintaro“ planuose – teikti ir vaikų, turinčių psichikos ir elgesio sutrikimų socialinę ir psichologinę rehabilitaciją, tačiau jie virs realybe, kai bus gautas finansavimas.



Vaikų sanatorijos „Gintaras“ direktorius Kęstutis Speičys.



Vienintelė pajūryje vaikų stacionarinės rehabilitacijos sanatorija „Gintaras“ šį sezoną pirmą kartą siūlo kambarius-studijas.



Kol mama Irena šypsosi fotografui, dukra Viktorija (nuotrauka – apačioje) mankština.



Aronas iš Rokiškio lavina kojų raumenis.



Daiva Mockevičienė, Klaipėdos Universiteto Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedros vedėja.

„Mes norime ir galime tai daryti. Tai – aktualu, nes apie penktadalis mūsų mažųjų pacientų turi įgytus ar įgimus psichikos ir elgesio sutrikimus,“ – sakė direktorius.

Didžioji dalis pacientų čia – su kvėpavimo sistemos sutrikimais. Kai kurie pacientai sergantys lėtinėmis ligomis „Gintare“ sveikatos semiasi 10 ar 15 metų.

Kiekvienais metais sanatorija sulaukia iki pusšimčio privačių, už visas sanatorinės reabilitacijos paslaugas mokančių pacientų.

„Daugiausia tai – užsienio lietuviai. Jiems atlikti čia savo vaikų sanatorinę reabilitaciją – ir pigiau, ir, matyt, smagiau nei kitur,“ – sakė K. Speičys.

Daiva Mockevičienė, Klaipėdos Universiteto Holistinės medicinos ir reabilitacijos katedros vedėja, profesorė, kineziterapeutė:

– Mūsų universiteto katedra ruošia kineziterapeutus. Labai smagu, kad Klaipėdos Universitetas ir sanatorija „Gintaras“ glaudžiai bendradarbiauja. Būtent čia, „Gintare“, yra mūsų didžiausia praktinė bazė. „Gintare“ aš konsultuoju vaikus ir jų tėvelius, daug bendrauju su čia dirbančiais kineziterapeutais, dalijamės patirtimi, kaip patobulinti reabilitaciją, kad ji kiekvienu atveju būtų efektyvesnė.

Mama Irena su dukra Viktorija iš Pasvalio:

– „Gintare“ esame jau ketvirtą dieną. Tai – mūsų pirmas kartas čia ir kol kas mes viskuo džiaugiamės. Labai malonūs darbuotojai, skanus maistas, jau spėjome nueiti prie jūros. Dukra Viktorija atlieka reabilitaciją po onkologinio gydymo ir yra labai laiminga čia. Mes į „Gintarą“ atvykome su Kauno klinikų ortopedų-traumatologų siuntimu. Turime komercinį siuntimą – mokame už paslaugas, tačiau vėliau labai norėtumėme čia atvykti ir per Ligonių kasą, kuri apmokės tolimesnę dukrelės reabilitaciją.

Mama Jūratė su sūnumi Aronu iš Rokiškio.

– Jau ne pirmą kartą lankomės „Gintare“ ir visada esame čia viskuo patenkinti. Čia mėginame įveikti specifinius sūnaus raidos atsilikimus, bet esame nusiteikę optimistiškai. Padedant sanatorijos specialistams, visas bėdas įveiksime. Būtinai ir kitiems patarčiau atvažiuoti atlikti vaikų sanatorinę reabilitaciją čia.



„Man laimė visada buvo mane supantys žmonės“, – sako **Karolina iš Vilniaus**. – O man – šis savaitgalis“ – priduria **alytiškis Povilas**.



„Buvimas su draugais, neplanuota kelionė, netikėtumas“, – sako **Saulė, Karolis ir Arnas iš Mažeikių**.



„Laimė – tai vidinė ramybė. Kai mane supa patys artimiausi, geriausi draugai, kai šeima sveika“, – dalijasi **Jotvilė ir Simona iš pajūrio**. „Laimė yra sąmonės būsena: nori būti laimingas – būk!“



„Laimė yra ledai, – šypsosi **Justė ir Donatas iš Vilniaus**. – Dar pasivaikščiojimas, jūra, telefono neturėjimas“.

Viešbutis „Kerpė“ *** PLIUS

VIEŠBUTYJE „KERPĖ“ JŪSŲ LAUKIA:

- * 23 kambariai, pasižymintys ypatingu komfortu
- * Salė konferencijoms ir banketams
- * SPA centras (turkiška garinė pirtis, veido ir kūno procedūros, masažai)
- * Dviračių nuoma
- * Jaukus restoranas



El. p. info@kerpehotel.lt, tel. +370 460 52379, Vytauto g. 76, Palanga, www.kerpehotel.lt



Pasimatuokite šypseną! Ir išsirinkite labiausiai tinkančią



Ar įmanoma šypseną pasimatuoti lyg naują suknelę parduotuvėje ir išsirinkti labiausiai tinkančią? Turbūt daugeliui tai labiau primena fantastinio filmo siužetą nei realybę. Tačiau šių dienų odontologija stebuklus paverčia tikrove.

Kaip išsaugoti dantis?

„Greitas ir nesveikas maistas, saldūs gėrimai, ligos, nėštumas, genai ir dar daug kitų priežasčių, dėl kurių šiandien žmonių dantys yra ne pačios geriausios būklės“, - sako „Skaitmeninių Šypsenų“ odontologijos klinikos vadovas Šypsenų architektas Kristijonas Galvanauskas.

Jis pateikia keletą patarimų, ką turėtumėte daryti, kad kuo ilgiau išsaugotumėte sveikus dantis.

Pirmas ir pats svarbiausias dalykas - tai profesionali burnos higiena. „Turite savo kirpėją? Reikia turėti ir burnos higienistą, kuris jums tinka ir patinka, pas kurį reguliariai ir be skausmo atliktumėte burnos higienos procedūrą bent kartą per pusę metų. Tai pirmas žingsnis, kuris būtinas siekiant užtikrinti sveiką dantų būklę“, - pataria K. Galvanauskas.

Antras etapas - tai vizitas pas odontologą, kuris įvertina ir papasakoja apie Jūsų dantų sveikatą ir estetinius sprendimus šypsenai pagražinti. Dažnu atveju šypsenos grožiui sukurti siūlomas estetiškas plombavimas. Tai yra greitas, bet neilgaamžis metodas. Ar kada susimąstėte, kodėl reikia keisti senas plombas, nors danties neskauda? Plomba pati iš savęs pavargsta kaip medžiaga, gali imti trupėti, plombinė medžiaga taip pat yra porėta, todėl keičia spalvą nuo dažančio maisto ir gėrimų.

Tokiu atveju plombos tinka atstatyti tik mažus danties defektus, užplombuoti kariesus. Esant didesniems defektams arba norint ilgalaikio naujos šypsenos varianto rinktis reikėtų keramikos restauracijos, kurios sustiprins dantuką ir prailgins jo gyvavimo laikotarpį.

Sukuria kelis šypsenų variantus

Šių dienų odontologija verčia naują puslapį. „Skaitmeninių Šypsenų“ odontologijos klinika dirba su 3D spausdintuvais, intraoraliniais skaneriais, veido skaneriais, frezavimo aparatais. Darbo greitis ir pranašumas toks, kad per tą patį laiką vietoj plombos galima pagaminti naują ilgaamžišką keramininį dantuką ar jo dalį.

„Neprilietę Jūsų dantų, galime juos nuskanuoti ir kompiuterio ekrane matyti visą situaciją, tuo pačiu parodyti pacientui iš šono, kaip tai atrodo. 3D spausdintuvo pagalba atsispausdiname naujos 3D erdvėje

individualiai sukurtos šypsenos maketą, kartais net kelis šypsenų variantus, kad pacientas išsirinktų jam labiausiai patinkančią formą“, - pasakoja šypsenų architektas Kristijonas.

Tai yra paprasta procedūra, kurios metu ant Jūsų dantukų uždedama panaši į boksinko kapa ir po 2 minučių atsispaudžia naujos šypsenos maketas iš natūralios spalvos plastmasės. Vienas pacientas pamatęs save veidrodyje taikliai pastebėjo: „Pas jus kaip parduotuvėje - ateini, užsidedi, pažiūri, ar tinka, ir viskas aišku.“ Tai apčiuopiamas naujos šypsenos maketas, kurį galite įvertinti žiūrėdami į veidrodį, šnekėdami, kramtydami ir net matydami save iš šono video medžiagoje.

Parenka svajonių šypseną

Kodėl tai svarbu ir kam to reikia? Kristijonas turi keletą atsakymų.

„Esu dantų technikas. Tai specialybė, kuri man niekada neleido matyti rezultato, tai yra, paciento šypsenos, kurią sukuriu gyvai. Dantis gamina dantų technikai, gydytojai ją pritaiko pacientui. Kadangi nematome paciento, sunku gaminant šypseną pritaikyti ją individualiai būtent tam žmogui, kurį matome tik iš nuotraukos, tai yra, kaip jis šypsosi kadre. Bet dažnu atveju šypseną kadre ir realiame gyvenime skiriasi. Šypsenos pamatavimas leidžia įsivertinti, kaip pacientas jaučiasi su naujais dantukais, ką reikia koreguoti ir kiek“, - pasakoja šypsenų architektas Kristijonas.

Antrą priežastį - naudojamas šypsenos maketas leidžia gydytojui išsaugoti daugiau danties audinių, nes šlifuojama tik ten, kur būtina naujos šypsenos sukūrimui. Be maketo dantys šlifuojami standartiškai. Tačiau kai kuriais atvejais maketo pagalba matome, kad danties beveik net nereikia liesti.

„Mūsų klinikoje dantų technikas ir gydytojas odontologas stoja koja kojon, kad rastų Jums tinkamiausią šypseną, bendradarbiaudami kartu - nuo konsultacijos iki galutinio rezultato. Naujausių technologijų pagalba į šią misiją įtraukiamas ir pacientas, kuris jo svajonių šypsenos kūrybos procese taip pat turi galimybę dalyvauti nuo pradžios iki pabaigos“, - privalumus vardina šypsenų architektas Kristijonas.

Daugiau video medžiagos  **Skaitmeninės šypsenos**



Skambinkite mums
tel. +370 683 10 104
Rašykite mums el. p.
info@pajuriosaltinis.lt

UAB „Pajūrio šaltinis“ jau daugiau kaip 20 metų sėkmingai dirbanti statybos bendrovė, teikianti profesionalias inžinerinių tinklų statybos ir renovacijos paslaugas, atliekanti žemės, aplinkos tvarkymo ir kelių statybos darbus Vakarų Lietuvos regione. Pagal klientų poreikius bendrovė gali atlikti tiek smulkius statybos darbus, tiek sudėtingus statybų projektus. Mes pastoviai skiriame savo pelno dalį Palangos miesto gyventojų socialinėms reikmėms tenkinti

w w w . p a j u r i o s a l t i n i s . l t



Dalia Jočytė yra „Švyturys Brewery“ vadovė

Nieko nėra blogiau už užsispyrusią moterį!

Druskininkuose gimusi Dalia Jočytė šių metų kovą tapo Klaipėdos alaus daryklos „Švyturys Brewery“ vadove. Tiek laiko ji yra ir Klaipėdos gyventoja. Iki birželio pradžios, kai ją pakalbino žurnalas „Lietuvos pajūris“, Sauliaus Prūsaičio apdainuotą gimtadienį šiemet švenčianti moteris, prie jūros dar nebuvo nuėjusi. Vis dėlto, naujoji klaipėdietė viliasi, kad gavus pajūrio oras jai suteiks sparnus ateities darbams.

Žydrūnė JANKAUSKIENĖ

D. Jočytė iki šiol vadovavo didžiausios Lietuvos alaus daryklos Utenoje gamybai – šias pareigas ji ėjo pastaruosius septynerius metus. Iš viso „Švyturio-Utenos alaus“ gamykloje ji dirba devynerius metus, o pusmetį prieš atvykstant į Klaipėdą, tobulino žinias Prancūzijos „Kronenbourg“ darykloje esančiame „Carlsberg“ naujų produktų vystymo centre.

– Ar kada nors anksčiau būtumėte pagalvojusi, o gal ir svajojote, jog tapsite geriausios šalyje alaus gamyklos vadove?

– Pradėjau dirbti Utenos alaus darykloje gamybos koordinatorė. Žemiškas ir logiškas, tvirtas tuometinis noras (siekiamybė) buvo užimti gamybos vadovo poziciją. Giliau užslėptas noras buvo darbas, atitinkantis kvalifikaciją kuriame nors „Carlsberg“ padalinyje svetur. Dirbant gamybos vadovo pozicijoje tolimesnės karjeros siekiai negimė greitai ir taip organiškai kaip prieš tai. Visų pirma dėl to, kad mažėja galimų aukštesnių pozicijų skaičius. Gamyklos vadovo pozicija buvo aiški ir logiška, tik ji kurį laiką buvo antrame plane. Paskutiniaisiais metais visgi labiau save mačiau



D. Jočytė visada laikosi duoto žodžio

„Carlsberg“ grupėje, kažkur svetur globalesnėje pozicijoje.

Be to, „pasimatuoti“ tokią poziciją turėjau galimybę. Išvykau trumpalaikiam paskyrimui į „Carlsberg“ naujų produktų vystymo centrą įsikūrusį Prancūzijoje. Buvau atsakinga už naujų produktų projektus Azijos rinkoms. Darbas buvo dinamiškas, kolektyvas puikus. Tačiau trūko socialinio bendravimo, draugų rato. Dėl kalbos barjero teko atsiriboti nuo aplinkos.

O pasiūlymas vadovauti „Švyturys Brewery“ daryklai buvo malonus ir netikėtas. Sprendimo priėmimui įtakos turėjo kūrybinės laisvės galimybės ir neseniai įgyta patirtis Prancūzijoje. Taigi planas B (gamyklos vadovo pozicija) pavirto planu A, įgyvendintu planu.

– Kaip alus, jo gamyba Jūsų gyvenime atsirado? Kaip į tą pasirinkimą reagavo artimieji? Juk aludario specialybė labiau vyriška ar ne?

– Atsirado atsitiktinai, kaip dauguma gerų dalykų, kai jų nesitiki. Mokykloje man gerai sekėsi tiek menai, tiek tikslieji mokslai. Mėgau fiziką, matematiką ir geometriją. Baigiau dailės mokyklą. Kai teko rinktis, kur stoti, pasirinkimas, užtikrinantis stabilesnį „duonos kąsnį“ buvo Kauno technologijos universiteto (KTU) maisto mokslo studijos, antrame plane liko dizaino studijos Klaipėdoje. Tikimybė, kad neįstosiu į KTU buvo labai menka. Pirmi keli studijų mėnesiai buvo sunkesni, kol neatsirado draugų ratas, o pusiausvyrai nuo tikslųjų mokslų – teatro studija.

Tad baigiau maisto technologijų studijas, įgijau konditerijos ir duonos gamybos specializaciją. Specialybės studijos buvo įdomios, įtraukiančios. Nesinorėjo mėtytis ir ieškoti kitų darbo sričių. Matant, kad tuometiniame darbe nebėra, kur augti profesine prasme, ieškojau kitų galimybių. Po ranka pakliuvo „Švyturio-Utenos alaus“ gamyklos darbo skelbimas. Aplikavau ir štai – skaičiuojama jau devynerių metų istorija. Artimųjų reakcijos ypatingos nebuvo, džiaugėsi dėl pasikeitimų, juk įsidarbinau puikiai vertinamoje įmonėje.

Aludario specialybė stereotipiškai vyriška tapo tik po industrializacijos. Iki tol alaus gamyba buvo daroma loka-

liai namų ūkio reikmėms. Vyrai kariavo arba buvo užimti kitais svarbiais reikalais, o namų ūkis (vaikai, gyvuliai ir puodai) laikėsi ant moterų pečių, taip pat ir alaus gamyba. Įvaldžius garo mašinas vyrai pradėjo dominuoti alaus gamyboje. Naujoms technologijoms reikėjo atitinkamo išsilavinimo, žinių ir įgūdžių.

Aš manau, kad aludarystė tai idealus darbas man – puiki kūrybinio ir techninio inžinerinio darbo pusiausvyra. Einant gamybos vadovės pareigas Utenos darykloje mano atsakomybė buvo tiek naujų produktų kūrimas ir diegimas, tiek technologiniai/inžineriniai procesai gamyboje.

– Kaip Jūs pati save apibūdintumėte?

– Prieš kelerius metus esu skaičiusi žurnale vienos moters interviu. Neprisimenu vardų ir straipsnio temos, bet viena frazė labai įstrigo: „nėra nieko blogiau už užsispyrusią moterį.“ Čia ta gerąja prasme. Užsispyrusi, atkakli moteris padarys viską, jeigu norės įgyvendinti savo planą. Turiu omenyje, jog tokia moteris ir plyteles namie išklos, nors prieš tai tokio darbo nebus dirbusi. Taip ir aš – atkaklumo, užsispyrimo turiu nemažai. Nuoširdžiai tikiu, kad viską galima padaryti, reikia tik laiko ir resursų. Turiu dar vieną savybę, dėl kurios kartais pykteliu ant savęs. Jeigu pasakau, kad kažką padarysiu, tai būtinai laikausi žodžio. Tas mano „padarysiu“ visada turi būti maksimalus rezultatas. Taigi, dažnai savanoriškai prisidedu sau gal ne visai būtinų darbų.

– Minėjote, kad stažavotės užsienyje, ar galite pa-lyginti skirtingų tautų įpročius, alaus skonius. Kuo čia išsiskiria lietuviai?

– Europos šalyse labai didelių esminių skirtumų nėra. Ryškūs skirtumai matosi, kai lygini Azijos ir Europos rinkas. Kinijos rinkoje vyrauja mažo alkoholio, mažo tūrio ir lengvai kartus alus. Indijoje populiariausias stiprusis alaus su mažu kartumu. Bendra Azijos rinkos tendencija – atsargiai žiūrėti į kartų ir aromatingą alų, azijiečiai ne itin supranta ir vertina alaus su ryškiu apynių aromatu.

– Alus apdainuotas net lietuvių liaudies dainose, bet ar iš tiesų lietuviai moką šį gėrimą vertinti? Gerti?

– Lietuviai mokosi atrasti, vertinti ir gerti alų. Progresas jau yra nemenkas. Prieš penkerius metus turbūt retas žinojo kas ta IPA (Indian Pale Ale – labai kartus ir labai stiprus alus). Prie alaus kultūros vystymo prisidedame ir mes, edukodami vartotojus tiek apie alaus gamybą, tiek apie alaus skonių įvairovę, tiek apie alaus ir maisto derinimą. Mažai tikėtina, kad lietuviai atsisakys česnakinės duonos prie alaus, kuris taip puikiai nuplauna riebumą, bet tinkamas alus su tinkamu maistu sukuria papildomą dimensiją.

Vyno pagrindinis ingredientas yra vienas – vynuogės. Alaus – keturi: vanduo, salyklos, apyniai, mielės. Kiekvienas jų turi šimtus rūšių. Dar reiktų pridėti specialiųjų žaliavas, tokias kaip uogos, vaisiai, prieskoniai. Aludaris, turėdamas tokią gausą, gali sukurti begales skonio variacijų.

– Esate vadinama nealkoholinio alaus revoliucioniere Lietuvoje. Kaip ja tapote, iš kur tokia mintis kurti alų be alkoholio?

– Mintis gimė ne man. Ji atsirado rinkoje matant nišą nealkoholiniam alui. Įsidiegėme nealkoholinio alaus gamybos įrangą, kurią teko įvaldyti geriausiam rezultatui gauti. Nealkoholinio alaus sėkmės istorija yra ne tik mano. Sėkmingam produktui reikia kelių dalykų: gero, vartotojui patinkančio skonio, tinkamo laiko produkto pateikimui į rinką, tinkamo produkto pristatymo vartotojui. Nealkoholinis alus ilgus metus turėjo ne itin gerą reputaciją, dažnai

būdavo asocijuojamas su guminiais daiktais arba pasirinkimu gerti vairuojant. Turint gerą, vartotojui patinkantį, nealkoholinio alaus portfelių buvo lengviau praplėsti siaurą požiūrį į šį produktą. Dabar jau drąsiai galima sakyti, kad nealkoholinis alus tinka visoms progoms.

– **Teko girdėti replikų, kad nealkoholinis alus nėra alus. Kaip jūs tai galite paneigti?**

– Lietuvoje galioja alaus gamybos ir prekinio pateikimo reglamentas, kuris apibrėžia, koks produktas gali būti vadinamas alumi ir kaip jis gaminamas. Taigi, nealkoholinis alus yra alus. Jo gamybai naudojamos tos pačios žaliavos ir tie patys technologiniai procesai, kaip įprastiniam alui. Skirtumas tik tas, kokių būdu pasiekiame, kad alkoholio koncentracija neviršytų 0.5% tūrio.

– **Ką manote apie tokius teiginius: „nealkoholinis alus yra kenksmingesnis sveikatai nei alkoholinis“ ar „nealkoholinis alus tinka sveikai gyvenantiems“?**

– „Sveika gyvensena“ turi daug atmainų ir krypčių (vegetarai, veganai, žaliavalgiai ir pan.), todėl vienareikšmiškai teigti, kad nealkoholinis alus tinka sveikai gyvenantiems, gan sudėtinga. Tačiau jis yra gerokai mažiau kaloringas nei įprastasis. Nealkoholinio alaus gamybai naudojami tik augalinės kilmės produktai, o alkoholio koncentracija jame neviršija 0.5% tūrio. Būtent dėl itin mažos alkoholio koncentracijos šio alaus energinė vertė (kaloringumas) yra ženkliai mažesnis nei alkoholinio alaus.

Kalbant apie nealkoholinio alaus „kenksmingumą“, galiu pasakyti tik tiek, kad iki šiol po ranka nepasitaikė nei vienas moksliniais tyrimais pagrįstas straipsnis apie nealkoholinio alaus kenksmingumą.

– **Kuo jūs susijusi su Klaipėda, kaip seniai čia gyvenate?**

– Gyvenu Klaipėdoje ketvirtas mėnuo. Kol kas su uostamiesčiu mane sieja tik darbiniai ryšiai. Tekdavo čia lankytis ir ankščiau, dažniausiai verslo reikalais. O kai keliau-

Ryškūs skirtumai matosi, kai lygini Azijos ir Europos rinkas. Kinijos rinkoje vyrauja mažo alkoholio, mažo tūrio ir lengvai kartus alus. Indijoje populiariausias stiprusis alus su mažu kartumu. Bendra Azijos rinkos tendencija – atsargiai žiūrima į kartų ir aromatingą alų.

ju darbiniais reikalais, dažniausiai matau tik kelią, darbo ar susitikimo vietą ir viešbutį. Tad Klaipėdą man vis dar reikia pažinti ir „prisipratinti“. Tiesa, močiutė pasakojo, kad mano senelio giminė yra kilusi iš šio krašto.

– **Kas Jums yra Klaipėda? Ar pasikeitė jos įvaizdis, arčiau susipažinus? Kaip?**

– Įvaizdis nepasikeitė. Pastebiu, kad Klaipėdoje – mažiau bėgimo, skubėjimo. Iš pažiūros ramesnis ir gyvenimo ritmas. Tiesą pasakius, aš pati pradėjau į darbą ir iš jo jau ne bėgte bėgti, bet eiti.

– **Jūra. Kas ji Jums? Ar dažnai prie jos nueinate?**

– Po persikėlimo į Klaipėdą dar nė karto nebuvo. Jei atvirai, lig šiol retą savaitgalį būnu Klaipėdoje. Vasaros savaitgaliais nemažai darbinių ir asmeninių renginių, buitinių reikalų. Girdėjau kalbant, kad tikras klaipėdietis nesilanko prie jūros. Bet aš viliojusi, kad liepos mėnuo bus kiek ramesnis, turėtų užtekti laiko aplankyti net Nidą.



- Apskaitos paslaugos
- Įmonių finansų mokymai vadovams
- Konsultacijos mokesčių, apskaitos klausimais
- Įmonių steigimas, pertvarkymas

UAB „Žinius“
info@zinius.lt
Tel. +370 652 09875
www.zinius.lt



www.pajuriozurnalas.lt – tavo žurnalas pajūryje!

Palangos senoji gimnazija – garbinga istorija ir įspūdinga šiandiena

Palangos senoji gimnazija gali didžiuotis ne tik garbinga istorija, bet ir itin aukštais mokinių pasiekimais, kuriais išsiskiria Lietuvoje, savita mokymosi kultūra ir gera mokinių savijauta. Tai rodo, kad gimnazijoje dirba itin daug talentingų mokytojų, gimnazistai yra itin motyvuoti mokytis, kad tėvai ir mokiniai suvokia mokymosi ir asmenybės savitumo svarbą. Gimnazijoje didelis dėmesys skiriamas mokinio asmenybės puoselėjimui: patys mokiniai kelia sau tikslus, kad tobulėtų, fiksuoja įspūdžius ir veiklas, kitaip tariant, ne tik turi daug akademinių, tiriamosios bei kūrybinės veiklos, bet ir kiekvienas kuria savo asmeninę istoriją čia, Palangos senojoje gimnazijoje.

Leonas Šidlauskas

Palangos senosios gimnazijos direktorius



Dainius Kepenis: „Sveikos gyvensenos pasas bus!”

Įgyvendinti Seime savo sveikatos stiprinimo politikos programą žinomam sveikos gyvensenos propaguotojui, Sveikos gyvensenos komisijos pirmininkui Dainiui Kepeniui nėra lengva – nors Seimo kadencija gerokai įpusėjo, nei Sveikos gyvensenos pasas, nei mankšta darbo vietoje, nei alternatyvi medicina, D. Kepenio raginimu, iki šiol nėra įteisinti. „Kartais galvoju, kad labai trūksta išvažiuojamųjų, bent trijų dienų lauko posėdžių, kuriuose dalyvautų visi Seimo nariai ar bent jau mano kolegos iš Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjungos frakcijos. Be mobiliųjų telefonų ir interneto, idant įgytų dar platesnį suvokimą sveikatos politikos klausimais,“ – juokavo D. Kepenis, susitikęs pokalbiui su žurnalu „Lietuvos pajūris.“

Linas JEGELEVIČIUS



Laimono Tamošiūno nuotr.

– Kodėl visuomenės sveikatos stiprinimo politikos įstatymų priėmimas Seime „bukuoja“?

– Pirmiausia pasakysiu, kad padaryta ne taip jau ir mažai – priimti alkoholio vartojimo įstatymo apribojimai, kurie yra veiksmingi: alkoholio vartojimas šalyje sumažėjo, dėl to sumažėjo ir psichozių, nelaimingų atsitikimų kelyje. Jau nesame pirmi, anot pasaulio statistikos, pagal suvartojamo alkoholio kiekį. Kalbant apie kitus pasiekimus, taip pat paminėsiu išmokų šeimoms, auginančioms vaikus, padidėjimą, didesnes pensijas senjorams, galimybę jaunosoms šeimoms lengviau įsigyti būstą. Matome, kad gerokai sumažėjo emigracija, leidome žmonėms pasisakyti dvigubos pilietybės ir Seimo narių mažinimo klausimais. Nors abi iniciatyvos referendumuose dėl nepakankamo žmonių aktyvumo atmetos, visgi akivaizdu, kad dauguma pasisako „taip“ abiem klausimais.

Atvirai kalbant, „sveikuomenės“ idėjos jau ilgokai laukia savo eilės Seime, kad, išsprendus kitus klausimus, galėtume visi pakeisti situaciją Lietuvos sveikatos sistemoje. Pasakyčiau, kad mano didysis darbas – naujos Lietuvos sveikatos sistemos kūrimas prasideda tik dabar, tiesa, šiai

Seimo kadencijai jau labiau žvalgantis į naujus Seimo rinkimus kitąmet. Kodėl tik dabar? Tiesiog iki šiol prioritetai buvo skiriami kitiems, mano jau paminėtiems dalykams.

– Ką jums jau pavyko padaryti?

– Man pavyko parengti sveikatos stiprinimo gairių paketą – jos surašytos į 40 puslapių. Jame yra 11 esminių punktų, tačiau trys mintys yra pagrindinės: kiekvienas žmogus turi būti fiziškai aktyvus, maitintis sveikai ir gyventi dvasiškai, harmoningai. Tarp mano kitų pasiūlymų – alternatyvios medicinos gydytojų įteisinimas ir prilyginimas medikams, sveikatai žalingų produktų reklamos draudimas, sportas mokyklose, universitetuose, darbe. Aš siūlau sveikatingis net darbo metu, o verslui prie visuotinio sveikatinimosi prisidėti savo lėšomis.

Būtina keisti medikų požiūrį į gydymą, nes stokojama visuminio (holistinio) požiūrio į sergantį žmogų, nesigilinama į jo gyvensenos ypatumus. Medikų rengimo programose stokojama sveikos gyvensenos medicinos pagrindų. Sveikatai pavojų kelia ne tik nesveikas maistas ar judėjimo stoka, bet ir iš dalies – modernėjanti kasdienė aplinka ir naujos technologijos, sukeliančios triukšmą, vibraciją,

skleidžiančios elektromagnetinę ir ultravioletinę spinduliotę. Jos į aplinką išskiria įvairias nuodingas medžiagas.

– Ką dar siūlote?

– Siūlau įteisinti įstatymo pataisas, kurios įpareigotų maisto gamintojus keisti maisto produktų sudėtį, mažinti riebalų, cukraus ir druskos maiste kiekius. Taip pat siūlau įstatymu įpareigoti naudoti produktus, kuriuose yra pramoniniu būdu pagaminti transriebalai, riboti žalingų ir skatinti vaikų sveikatai teigiamų maisto produktų reklamą.

Siūlau darbdaviams parengti sveikai gyvenančių, žalingų įpročių neturinčių darbuotojų skatinimo sistemą, numatančią papildomas atostogas, premijas, sutrumpintas darbo dienas, net apdovanoti darbuotojus už gerėjančius sveikatos rodiklius – jiems skirti didesnę algą ir vienkartinę premiją.

Ypač didelis vaidmuo čia tenka žiniasklaidai. Ji turėtų aktyviau populiarinti palankių produktų pasirinkimą, raginti gyventojus prisidėti prie maisto produktų vartojimo mažinimo, bet ne atvirkščiai – kviesti pirkti, valgyti ir skatinti masinį sveikatai nenaudingų, kenksmingų produktų – traškučių, saldumynų, gaiviųjų gėrimų ir panašiai, vartojimą. Reikia, kad žiniasklaidos platformose atsirastų daugiau pozityvios, konstruktyvios informacijos verslo, ekonomikos, kultūros, mokslo temomis. Taip pat, kad būtų akcentuojama sveikatos bei sporto nauda ir pasiekimai, kurie yra svarbūs psichinei sveikatai ir psichologinei gerovei.

– Bene ryškiausia jūsų idėja – Sveikos gyvensenos pasas. Koks jo tikslas?

– Paso tikslas – sveikas žmogus arba kitaip – motyvuoti žmogų sveikai gyvensenai. Šiame pase būtų kaupiama informacija apie žmogaus sveikatą, fiksuojami apsilankymai pas gydytojus, vedama gydymui skiriamų lėšų apskaita. Jis fiksuotų nepanaudotas asmens gydymui lėšas, kurias arba jų dalį būtų galima nukreipti paties žmogaus premijavimui, atsižvelgiant į tai, ar žmogus stiprina, rūpinasi savo sveikata. Tai skatintų visus reguliariai atlikti savo fizinės ir emocinės sveikatos patikrą, kurios pagrindu būtų galima nustatyti žmogaus fizinį pajėgumą (jo dinamiką) bei psichoemocinį stabilumą. Pavyzdžiui, pasitikrinus sveikatą ir nustatčius, kad esate sveikas, jums būtų taikoma nuolaida, sakykime, sporto klubuose, baseinuose ir panašiai.

– Ar nebus čia diskriminacijos?

– Va, būtent taip dalis mano kolegų Seime ir mano. Girdi, įvedus Sveikatos pasą, dalis žmonių bus diskriminuojami. Čia – kaip su vaikų skiepais: užuot vaikučio sveikatą stiprinę sukurdami ekologiškas, sveikas gyvenimo sąlygas, skatindami jo tėvus gyventi sveikai, iškart jam darome skiepų injekciją. Nesąmonė! Yra apskaičiuota, kad Lietuvos gyventojai per metus sutaupytų virš 200 milijonų eurų, jeigu šalyje veiktų sveikatos sistema, funkcionuojanti pagal čia dalinai išdėstytus pagrindus. Standartinės idėjos niekur nieko nepakeis – reikalingi nestandartiniai sprendimai. Džiaugiuosi, kad kai kurie universitetai, pavyzdžiui, Kauno technologijos universitetas jau pradėjo veikti link Sveikatos paso įgyvendinimo. Mes, lietuviai, turime iš ko mokytis – atsakymų į sveikatos klausimus lobį paliko mūsų išminčiai Vydūnas, Stasys Šalcauskis, Antanas Maceina, Karolis Dineika, Maironis, Mikalojus Konstantinas Čiurlionis. Kai kas sako, kad jie šiandien jau neaktualūs. Aš kategoriškai su tuo nesutinku!

– Vis tik ar Lietuva, jos politikai ir visuomenė yra subrendusi tokiems dideliems, įstatymo tvarka įtvirtintiems pokyčiams?

– Tai – esminis klausimas. Deja, turiu pasakyti sąžiningai: nesame. Kol kas nesame. Kalbuosi su žmonėmis, su kolegomis Seime, o jie klausosi manęs nuščiuvę: „Ką, dabar reikės šaltu vandeniu kasdien apsilieti? Reikės mažiau valgyti? Mankštintis darbo vietoje, net Seime? O kaip su žmogaus teise rinktis kaip gyventi?“ Kai visi eina parūkyti, nieko – tinka, o kai keliu mintį, kad mankštintis būtina – jau blogai. Man ne vienas kolega, net iš mano frakcijos yra tiesiai šviesiai pasakę: „Tu, Dainiau, palauk su savo idėjomis. Pirmiausia reikia eiles pas daktarą sutrumpinti, vaistus atpiginti...“ Net vieno Seimo komiteto atstovas, beje, su medicininio išsilavinimu, gavęs mano sveikatos politikos gaires, manęs tiesiai paklausė: „O kokie šaltiniai patvirtina tavo teiginius? Kas įrodė, kad fizinis judėjimas gerina žmogaus protinę veiklą ir darbingumą?“ Absurdas, ar ne? Kaip ir minėjau, „sveikuo-menės“ idėjos jau ilgai laukė, bet dabar, po visų rinkimų, kibsiu su savo bendraminčiais – tiesa, jų daug dar nėra – spręsti sveikatos klausimus.

– Kokia jums yra geros sveikatos formulė?

– Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) sako, kad už mūsų sveikatą medicina yra atsakinga tik 10-čia procentų, 20 procentų – genetika, 20 procentų – aplinka, ekologija ir 50 procentų priklauso nuo mūsų pačių – piliečių. Ir jei jie išmanytų sveikos gyvensenos, mitybos principus, tai pusės problemų nebūtų, nereikėtų daugiau nei milijardo eurų įvairių ligų gydymui. Vien tai, kad lietuviai keturis kartus dažniau nei Europos vidurkis serga širdies ir kraujagyslių ligomis, rodo, kad pas mus yra kažkas negerai. PSO sako, kad 80 procentų lėtinių neinfekcinių ligų nebūtų, jei žmonės gyventų sveikai. Kiek kainuoja vienos ligos gydymas, pavyzdžiui, širdies ir kraujagyslių ligų? Manau, kad tai yra milijonai eurų, skaičiuojant, kiek lovų ligoniams skiriama, kiek operacijų, vaistų kompensuojama ir panašiai. Tų ligų sumažėtų 80-čia procentų, jei mes investuotume į prevenciją. Dabar tokia veikla tik imituojama. Deja, farmacijos pramonės lobistai yra labai įtakingi ir stiprūs: kam judėti, jeigu galima nusipirkti vaistų kraujospūdžiui mažinti? Mūsų sveikata yra pirmiausia galvoje: jeigu neturi gyvenime darnos ir harmonijos, nebus ir geros sveikatos.

– O kaip siūlytumėte visiems įveikti stresą?

– Įtampa greičiausiai išnyksta fiziškai judant. Tai vaistas „numeris vienas“. Patyrus stresą reikia pasivaikščioti, iki prakaito pavažiuoti dviračiu, nueiti į baseiną. Pyktis sudegs labai greitai. Aišku, padeda aktyvios pramogos – šokiai, lauko žaidimai, kurių metu žmogus užsimiršta. Pravartu knygą paskaityti, pažiūrėti nuotaikingą filmą. Patyrus stresą reikėtų pasivaikščioti gamtoje, miške. Noriu pasakyti štai ką – jeigu žmogus tam neranda laiko, savo gyvenimo žvakę degina iš abiejų galų. Dėl to ir mūsų vyrai gyvena tik pusę gyvenimo. Dievas leido jiems gyventi 120 metų, o jie gyvena 60.

– Ar jūs iki šiol kiekvieną dieną randate laiko bėgiojimui?

– Taip, mano darbas Seime mano įpročių nepakeitė. Aš kiekvieną dieną, šeštą valandą ryto, bėgu į Vingio parką, kur įveikiu šešis kilometrus – savo dienos normą. Deja, parke nesu sutikęs nė vieno risnojančio Seimo nario. Man jau tuoj (rugpjūtį) bus 67, bet jaučiuosi taip pat kaip tada, kai man buvo 30 metų. Vadinas, gyvenu teisingai. To palinkėčiau ir Lietuvos žmonėms.

Klaipėdą turime matyti kaip mažą itin verslų Honkongą

Seimo narį Simoną Gentvilą vasarą galima pamatyti visur: bandantį su šeima pažaboti jachtos bures, minantį dviratį, lankantį renginius, ypač Smiltynėje, ar tiesiog miesto autobuse. „Vasarą stengiuosi kuo dažniau naudotis visuomeniniu transportu, ypač Klaipėdoje,“ – sakė 34 metų klaipėdietis, kuris mokslus „krinto“ Švedijos, Norvegijos, Danijos, Belgijos, Austrijos ir Ispanijos universitetuose. Gal todėl pokalbyje su „Lietuvos pajūriu“ jis itin pabrėžė Klaipėdos aukštųjų mokyklų svarbą?

Linas JEGELEVIČIUS

– Ką Seimo narys veikia vasarą?

– (*Šypsosi*). Stengiuosi išmokti, ko iki šiol neišmokau – buriuoti. Mėginu ištaisyti klaipėdietišką kompleksą (*šypsosi*). Paradoksalu, bet buriavimas tik pastarąjį dešimtmetį baigia prigyti uostamiestyje. Geriausi buriuotojai šalyje juk yra iš Nidos, Kauno ar Vilniaus. Žinoma, vasarą stengiamės kuo dažniau lankytis miesto renginiuose ir šventėse. Tikrai į jokių užsienį nevažiuojame – nuostabiausias laikas čia, pajūryje. Kol dar nedirbau Seime, bent du vakarus per savaitę praleisdavau Smiltynėje, kurioje esantis Kuršių nerijos nacionalinio parko lankytojų centras su Linu Švirinu organizuoja daug puikių renginių vadinamojoje Smiltynės duobėje. Kiekvienam rekomenduoju ten apsilankyti.

– Turint omeny, kokią didelę vertę Klaipėdos miestui ir visai šalies ekonomikai sukuria Klaipėdos uostas, ar manote, kad uostamiestyje lieka pakankama jo generuojamų pinigų dalis?

– Klaipėda yra turtingas miestas ir turime didžiulius galėdami prisidėti prie kitų Lietuvos regionų gerovės kūrimo. Bet susikalbėjimo tarp logistikos sektoriaus ir miesto savivaldybės trūksta. Reikia konkrečių pokyčių ir mums sveikiausia būtų žiūrėti į Talino pavyzdį – Talinas 49 procentus akcijų pasiūlė per biržą. Manau, kad trečdalis Klaipėdos uosto akcijų galėtų priklausyti valstybei, trečdalis – Klaipėdai, o dar vienas trečdalis jų turėtų būti išplatintas per akcijų biržą. Tokiu būdu būtų suderinti Klaipėdos miesto ir uosto interesai, jo valdymas taptų verslesnis ir mažiau politizuotas, o atstovavimas – lygesnis. Kas antra klaipėdiečių šeima per darbą yra susijusi su uosto veikla. Nėra ką ir sakyti – Klaipėdos uostas yra be galo reikšmingas miestui ir visai valstybei. Tačiau Klaipėdai reikia stiprinti ir kitus ekonominius sektorius, kitaip miestas bus pažeidžiamas.

– Diskutuojama apie Klaipėdos išorinio uosto statybą. Ar manote, kad jo reikia? Ar toks projektas yra gyvybingas, ypač po to, kai Lietuvos Saugumo departamentas šiemet pirmąsyk įvardijo Kiniją (Kinijos kompanijos ypač domisi galimybe pastatyti išorinį uostą) kaip grėsmę Lietuvos nacionaliniam saugumui?

– Išties, kinai „One belt one road“ („Viena juosta, vienas kelias“) programoje reikšmingą vaidmenį skiria



Seimo narys Simonas Gentvilas

Klaipėdos uostui. Kinai žada investuoti daug pinigų 150 pasaulio šalių, turime stengtis, jog jų dėmesys neaplenktų ir Lietuvos. Tačiau reikia būti atsargiems. Švedija ir kitos išsivysčiusios valstybės atsargiai derasi su kinais dėl technologinių sprendimų, patentų perėmimo. Tuomet ir darbo vietos labai lengvai persikrausto į Rytus. Tuo tarpu mes kalbame apie investicijas į infrastruktūrą ir krovinių srautus, tad baimių turėtų būti mažiau. Išorinis Klaipėdos uostas yra 30 metų perspektyva ir, manau, dėl jo dabar yra ginčijamasi per daug. Jis reikalingas Lietuvai, bet turi būti amortizuotas kitais projektais, kurie Klaipėdą sustiprintų kitose srityse. Visų pirma, reikia išsireikalausiti iš centrinės

valdžios ypatingo dėmesio visoms Klaipėdos aukštosioms mokykloms ir maksimalaus dėmesio Palangos oro uostui. Tai – Pajūrio regiono ilgalaikio augimo garantai.

Klaipėdiečiai turi būti protingi ir svarbu tam tikras valstybės garantijas už išorinį uostą gauti jau dabar. Klaipėdos miesto savivaldybė Vyriausybei yra pateikusi 17 prašymų, kuriuose dėstoma, ko ji nori mainais į leidimą statyti išorinį uostą. Didelėje dalyje jų kalbama apie miesto logistikos ir susisiekimo infrastruktūros gerinimą, bet ne aukštąsias mokyklas ar oro uostą.

Per pusantrų metų (su S. Gentvilu šnekėjome gegužės pradžioje) premjeras Saulius Skvernelis su Klaipėdos miesto, uosto vadovais dėl visų prašymų tebuvo susitikęs tik kartą. Man Vyriausybės delsimas – akivaizdus, nors uosto bendrasis planas jau yra pateiktas tvirtinimui.

Žvelgiant į uostamiesčio ateitį, man atrodo, kad yra labai svarbu, kad Klaipėdoje būtų mokslo, technologijų centras, patrauklus studentams iš visos Lietuvos ir užsienio.

Deja, Klaipėdos Universitete besimokančių studentų dalis tesudaro vos septynis procentus visos šalies studentijos, o mokslininkų – vos penki procentai. Tai – per mažai.

– Daug pajūryje šnekama apie geoterminių vandenų panaudojimo potencialą. Kokias galimybes jūs matote?

– Jūrą ir saulę pardavinėja visi kiti Baltijos ar Lenkijos kurortai. Mes turime kažką unikalaus ir dar geoterminį vandenį, kurio nėra 600 km atstumu į bet kurią pusę. UAB „Geoterma“ geoterminė šiluminė jėgainė buvo pirmasis rimtas bandymas panaudoti giluminį karštą vandenį prieš 30 metų. Klaipėdoje dešimtadalis visos mieste pagaminamos šilumos iki įmonės užkonservavimo buvo gaunama iš pusantro kilometro gylio po žeme esančio giluminio vandens.

Deja, „Geotermos“ veikla buvo sustabdyta, nes ją prispaudė Pasaulio Banko skolų kupra ir jokia valdžia niekada neskyrė jai subsidijų, nors čia pagaminama šiluma buvo iš 100 procentų atsinaujinančios energijos. Superkamos šilumos kaina ir poreikis Klaipėdoje nuolat mažėja, tad „Geoterma“ nebegali konkuruoti su kitais šio miesto šilumos gamintojais.

Geoterminis vanduo pajūryje gali būti naudojamas ir neįprastose srityse. Štai Klaipėdos Universitete jame auginamos krevetės, Jūrininkų ligoninėje ir kitose pajūrio gydymo ir reabilitacijos įstaigose – gydymo procedūroms.

Žinia, Kretingos rajone, Vidmantuose yra naftos gręžinys. Jis turi šilto vandens, yra druskingas (beje, 15 kartų druskingesnis nei Baltijos jūra), jame galima rasti beveik visą Mendelejevo cheminių elementų lentelę – tuo jis yra unikalus pasaulyje. Vanduo turi gydomųjų savybių. Tai patvirtino ir apie gerąsias vandens savybes disertaciją parašė Klaipėdoje dirbanti gydytoja Lolita Rapolienė. Jeigu šalia šio gręžinio mes išbetonuotumėme didelį, atvirą lauko baseiną, jame šiltas vanduo telkšotų visus metus. Toks geoterminis SPA Islandijoje, žinomas kaip Blue Laguna, per metus sulaukia apie 600 tūkstančių lankytojų – dukart daugiau, negu šalyje yra gyventojų.

Įsivaizduokime, kas būtų, jei tokį geoterminį SPA atidarytumėme pas mus?

Mes Seime bandomė atgaivinti „Geotermą“. Jau šių metų pabaigoje bendrovės bankrotas turi likviduoti smaigusias skolas ir jėgainė bus perduota miesto savivaldybei, o galimai – ir Klaipėdos Universitetui.

Beje, uostamiestyje yra verslininkų, kurie domisi galimybe Giruliuose atidaryti sanatoriją, įrengti neįgaliųjų aikštelę

ar net tiltą į jūrą. Tokį, kuris konkuruotų su Palangos tiltu.

– Ne kartą mūsų pokalbio metu pabrėžėte Klaipėdos Universiteto svarbą. Kaip jūs įsivaizduojate Klaipėdos miesto ir Klaipėdos Universiteto simbiozę, jų bendradarbiavimo galimybes?

– Klaipėdos Universitetui reikia suprasti, kad jis konkuruoja ne tik su šalies, bet ir su regiono bei pasaulio universitetais. Man atrodo, kad universitetui, siekiančiam didesnio konkurencingumo, yra būtina rasti bendrą kalbą su Lietuvos aukštąja jūreivystės mokykla ir Klaipėdos valstybine kolegija. Kitaip konkurencinę kovą galima ir pralaimėti. Kad išliktų konkurencingos, šioms mokykloms būtina jungtis. Palyginkime: su 4 tūkstančiais savo studentų, Klaipėdos Universitetas yra tarsi vienas didesnis Vilniaus Universiteto fakultetas. Klaipėdą, jos regioną turėtume įsivaizduoti kaip mažą Honkongą prie Kinijos. Matykime Klaipėdą kaip demokratišką, patrauklią rytų ir vakarų jungtį. Smegenimis turime būti vakaruose, o veidu žvelgti į rytus. Turime tapti Baltarusijos ir Ukrainos mokslo, verslo ir poilsio vieta.

– Klaipėdos miesto strategijoje iki 2030 metų parašyta, kad Klaipėda 2030 metais bus pasaulinio lygio mėlynosios ekonomikos ir sparčių IT sprendimų miestas, geriausia vieta gyventi, dirbti ir ilsėtis bei investuoti Baltijos regione. Ar ne pernelyg optimistinė vizija?

– Nemanau. Visa tai įmanoma. Klaipėdoje mes dažnai nesuprantame, kad toks mažas regionas, turintis vos 400 tūkstančių gyventojų, negali pirmauti visose srityse. Kalbant apie Klaipėdos Universitetą ir deramą jo vietą pasaulio aukštųjų mokyklų reitinge, mes negalime tikėtis, kad tai realu, kol Klaipėdos mieste, visose trijose anksčiau mano minėtose mokyklose, bus 40 studijų programų. Pakaktų ir 15, bet jos turi būti pasaulinio lygio, kad į jas veržtųsi studijuoti studentai iš viso pasaulio. Kaip kad tie keli šimtai švedų, kurie moka 10 tūkstančių eurų per metus, kad galėtų studijuoti Kauno sveikatos mokslų universitete mediciną. Gal mums ir lyderystės iki šiol pritrūko? Svarbiausia, kad įgyvendinti dideliems tikslams mes turime reikiamą potencialą. Pavyzdžiui, Klaipėdos Jūreivystės akademija turi visas galimybes ir techninę bazę, kad ruošytų jūreivius iš visų Rytų Europos šalių. Tačiau tai nevyksta. Tad gal mums vertėtų pagalvoti, kad studijos joje galėtų vykti ne lietuvių kalba, o anglų ar rusų? Jei norime tapti regiono centru – negalime bijoti drąsių idėjų.

– Klaipėdiečiai vasarą aktyvioms pramogoms renkasi dviračius, mielai keliai į Smiltynę. Planuojama ir didesnė jos urbanizacija. Ar palaikote tokią idėją?

– Su keletu bendraminčių buvome iniciatoriai, kad Smiltynės gyvenvietė gautų kurorto statusą. Šiomet Klaipėdos miesto savivaldybė Aplinkos ministerijai įteiks oficialų tokį prašymą. Drįsčiau sakyti, kad Smiltynė visada buvo kaip atskiras kurortas. Ko gero, nuo 1906-ųjų, kai Klaipėdos miestas iš pirklių išpirko visą Smiltynėje buvusį vilų kvartalą. Kai sakau, kad Smiltynė turi turėti kurorto statusą, neturiu omenyje didesnio jos užstatymo – turime atstatyti tai, kas joje kažkada buvo. Tai yra žymusis Smuklės kalnas prie Senosios perkėlos, Strandhalle restoranas šalia gelbėjimo stoties, o papildomas jachtklubas galėtų atsirasti senosiose laivų kapinėse. Tai padarius, pramoninė Klaipėda turėtų kurortinį perliuką – žaliuosius miesto plaučius. Aš už tai.

Neabejoju didelėmis Klaipėdos miesto perspektyvomis ir kviečiu visus būti atsakingais už jos ateitį.

Straipsnis apmokėtas iš Seimo nario veiklai skirtų lėšų

Dovydas Bajoras viską daro bajoriškai: su aistra, vizija ir **XXX** porcija humoro!

Dovydas Bajoras, žinomas pajūrio renginių vedėjas ir vienos didžiausių šalyje renginių techninės įrangos nuomotojos UAB ProDJ direktorius viską daro bajoriškai: apdairiai, bet su aistra ir vizija, ir tik jam būdingai – su XXX dydžio porcija humoro. Nuo šiol Kretingos rajone, Darbėnuose gimęs 33 metų vyrukas bus ir rimtas politikas – su Kretingos rajono konservatorių vėliava laimėjo mandatą savivaldybės Taryboje. Ir ne tik: vadovaus svarbiam Ekonomikos ir finansų komitetui. Oho! „**Lietuvos pajūris**“ susitiko su D. Bajoru atviram pokalbiui.

Linas JEGELEVIČIUS

– Esi verslininkas, pramogų pasaulio žmogus, aktyvus Šaulių sąjungos narys, medžiotojas, dviejų vaikų tėvas, o dabar – ir politikas. Kuris užsiėmimas – tau svarbiausias?

– Žinoma, kad tėvo. Vaikų jaunas sulaukiau. Sūnui Benui – jau 8-eri, dukrai Temidei – 10-imt. Niekada nepasigailėjau, kad jaunas vedžiau. Sūnus lanko futbolo treniruotes pas žinomą pajūrio futbolo trenerį Marselį Balasanovą, dukra – labiau prie menų, puiki piešėja. Kaip tėvas siekiau, kad abu su kuo daugiau veiklų susipažintų. Ko mes tik kartu nedarėme! Jodinėjome kartu, sūnų išmokiau slidinėti, kai jam buvo 5 metai, kartu stovyklaujam, plaukiame baidarėmis, net pasiimu vaikus į mežioklės bokštelį su fotoaparatu stebėti gyvūnų. Su žmona esu išsiskyręs, tačiau vaikų klausimais bendraujame tarsi nebūtų nieko atsitikę (šypteli).

– Kas tėvystėje sunkiausia?

– Chm. Gal sunkiausia sutaisyti norus ir galimybes? Neretai jie eina atskirai. To kaltininkas – laiko stoka. Norėtusi su vaikais kuo daugiau būti kartu, keliauti, bet, va, šią savaitę (kabėjomės balandžio 27 dieną, – aut.) praleidau dvi dienas Taline – įrenginėjome sceną ir apšviet-



A. Pelakausko nuotr.

imą rusų žvaigždės Dimos Bilano koncertui. Prieš tai tai padarėme Klaipėdoje ir Rygoje.

– Kokį patarimą duotum tiems, kurie sako, kad nieko nespėja? Tavęs visur yra!

– Kelkitės anksti, tada viską spėsitė. Aš vėliausiai septintą valandą keliuosi. Tačiau neretai einu miegoti antrą valandą, o keliuosi ketvirtą (juokiasi, – aut). Va, kaip šią savaitę – pirmiausia sceną sukonstravome Dimai Bilanui, o kitą dieną – Svetlanai Lobodai. ProDJ su daug žvaigždžių – Lietuvos ir užsienio – yra dirbęs. Pavyzdžiui, pernai darėme sceną žymių atlikėjų koncertui Turkijoje, Bodrume. Jame dalyvavo ir Nikolajus Baskovas. ProDJ kažkada siekė būti stipriausia firma savo srity Klaipėdoje. Po to – vieni stipriausių Lietuvoje. Manau, ir tai pasiekėme. Dabar vis dažniau dairomės į Rytų Europą. Mes, lietuviai, esame kuklūs, bet bent jau renginių techninės įrangos srityje – labai imlūs. Oho, kokių stebuklų padaro su lazeriais!

Atvilioti investuotojus yra paprasta, jas išlaikyti juos yra sunku. Dar praėjusioje Tarybos kadencijoje į rajoną „atvedžiau“ „be penkių sekundžių“ ne vieną investuotoją. Vienas jų labai domėjosi galimybe čia statyti tepalų perdirbimo gamyklą



– Ar tiki, kad į Lietuvą galima atvilioti bet kurią didžiausią pasaulio žvaigždę?

– Manau, kad taip. Tik nežinau, ar jas reikia mums vilioti. Lietuviai yra pajėgūs nusipirkti bilietus į superžvaigždės koncertą Berlyne ar Londone. Man daug *fainiau*, kai tokius koncertus užsienyje aptarnauja lietuvių komandos. Man nebuvo sunku dirbti nė su viena žvaigžde.

– Iki šiol nespjauni į renginių vedimą. Prisimink kokią nors klasikinę komišką situaciją iš savo, kaip renginių vedėjo, karjeros.

– Jų pasitaiko beveik per kiekvieną renginį. Na, dabar prisimenu šokiruojantį momentą iš vieno vestuvių... Dvylikta valanda, reikia pjauti tortą, o jaunikis dingęs. Visi vaikstome po dvarą, jo ieškome. Aš jį suradau. Įeinu į tokią kaburką ir girdžiu kaip jis telefonu šneka: „Mažiuke, tau gi sakiau neskambinti mano vestuvių dieną...“ Buvau apšalęs.

– Nuo šiol būsi ir Kretingos rajono savivaldybės nariu...

– Būtinai paminėk, kad ne iš pirmo karto (juokiasi).

– Jeigu rimtai, kam tau ta politika? Juk dabar visi išrakinės kiekvieną tavo kaulelį.

– (*Mąsto*). Matau, kad galėdamas protingai skirti savo laiko ir pastangų, galiu savo gimtojo rajono vystymąsi pakreipti teigiama linkme.

– Atvilioti investicijas į Kretingą, kai šalia dunkso Klaipėda ar Palanga, sutik, nėra lengva...

– Paprieštaraučiau tau. Atvilioti yra paprasta, jas išlaikyti yra sunku. Dar praėjusioje Tarybos kadencijoje į rajoną „at-

vedžiau“ „be penkių sekundžių“ ne vieną investuotoją. Vienas jų labai domėjosi galimybe čia statyti tepalų perdirbimo gamyklą. Investuotojams patiko, kad šalia – Klaipėdos uostas, kad išvystyta rajono infrastruktūra. Tačiau mūsų problema, kad Savivaldybė neturėjo jam pasiūlyti laisvos žemės, greitai sutvarkyti visų dokumentų, tarp jų – ir poveikio aplinkai vertinimo. Ir, žinoma, rajono gyventojai pačiai idėjai priešinosi, nors apie ją žinojo labai mažai. Į savo automobilius tepalą juk pila kiekvienas vairuotojas, kretingiškiai – taip pat!

– Save meru ateityje matai?

– Dabar ne, o ateityje – matysime (*šypteli*).

– Tarkime, jau esi Kretingos rajono meras. Turi savo viziją?

– Turiu. Man pirmiausia labai rūpi jaunimo auklėjimas. Va, tik ką šnekėjomės su 3-iosios rinktinės šaulių vadu apie vaikų vasaros stovyklas. Jis mane patikino, kad mažiausiai 20 vaikų iš Kretingos rajono į jas šią vasarą bus priimta.

– Kokį save prisimeni vaikystėje?

– Mama man sako, kad vaikystėje buvau geras vaikas (*juokiasi*). Mokykloje nebuvo itin pavyzdingas. Teko per pertraukas kartais pasėdėti suole – bausmė už *baikas* per pamokas.

– Jau vasara. Tau darbymetis?

– Žinoma. Daug lauko festivalių, miesto švenčių. Ypač daug jų – gegužės pabaigoje.

– Koks tavo devizas?

– Stenkis padaryti viską gerai, ir iš pirmo karto.



Jonas, bet labai labai nekvailas

Kai skaitote šį interviuką, Jonas Simutis, palangiškis LNK žinių reporteris, ko gero, jau skuodžia pas kitą dienos įvykio herojų. Per vieną savaitę pašnekinęs ir prezidentą Valdą Adamkų, ir kadenciją baigusią Dalią Grybauskaitę, jis labiausiai norėtų nors trumpučiame pokalbiui susėsti su savo kumyru, buvusiu JAV prezidentu Baraku Obama. Bet politikos mokslų ir tarptautinių santykių studijas Vilniaus Universitete „kremtantis“ 24-erių vaikiną savo ateitį žadą susieti tik su Palanga. „Man ji – tokia ypatinga. Joje galime tiek daug nuveikti,“ – sakė Jonas, žinomo didžiausio šalies kurorto politiko Eugenijaus Simučio sūnus.

Lukas JOGAILA

– Po velnių, Jonai, ką tu darai Vilniuje, kur tokie „kamščiai“ ir skuba?

– (Šypteli). Pirmiausia noriu pabaigti mokslus, bet esu įsitikinęs, kad ateityje grįšiu į Palangą. Man dabar svarbiausia – karjera ir ją kol kas regiu čia, Vilniuje.

– Apie kokią karjerą svajoji?

– Šiuo metu esu žurnalistas (LNK reporteris), noriu pasisemti kuo daugiau šio darbo patirties. Supratau, kad dirbdamas žurnalistu gali prisiliesti prie įvairių gyvenimo sričių. Man, studijuojančiam politiką, tai – neįkainojama patirtis. Kaip žurnalistas galiu patekti į vietas, kurios žmogui iš gatvės paprastai nėra pasiekiamos. Turiu omeny darbinis susitikimus su ministrais, Seimo nariais, prezidentais. Mąstau apie aplinkosaugos ir tvaraus vystymosi studijas. Akys krypta į Švediją ar Olandiją. Pastarojoje, Utrechto mieste, jau esu mokėsis.

– Šnekini įvairius žinomus Lietuvos žmones. Kokį žinomą pasaulio politiką norėtum pašnekinti?

– Neabejotinai, Baraką Obamą, buvusį JAV prezidentą. Juo labai žaviuosi.

– Jeigu šiandien nusileistų Jėzus Kristus, ar išdrįstum jį pašnekinti? Ir ko paklaustum?

– Tikrai išdrįsčiau. O ko paklausčiau? (Susimąsto). Pasi-
teiraučiau jo, kaip patikimiausio šaltinio, ar Biblija yra autentiška, kaip jis sukūrė religiją, krikščionybės pamatus, visą filosofiją. Nemažai esu mokėsis filosofijos.

– Jau esi sukaupęs šokią tokią politinę patirtį. Praėjusiuose rinkimuose į savivaldybės Tarybą dalyvavai su savo tėčio vedamu visuomeninio komiteto „Palangiškiai“ sąrašu, o prieš ketverius metus – su Liberalų sąjūdžiu.

– Pirmu atveju sprendimas buvo gan spontaniškas ir

vėjavaikiškas, tąkart buvau vos 20-ies, šįkart mano sprendimas buvo brandus, apmąstyta.

– **Esi liberalus?**

– Taip, to niekada neslėpiau.

– **Pasisakai už marihuanos legalizavimą?**

– Taip. Tik viskas turi būti palaipsniui. Turi vykti mūsų visuomenės branda. Man draudimai nepatinka. Nedaug žmonių esu sutikęs, kuriems patiktų draudimai.

– **Esi rūkęs „žolę“?**

– Taip, esu, juk gyvenau Olandijoje, kur marihuana – legali.

– **Ką dar blogo darei ten?**

– (*Šypteli*). Oi, blogo – nieko. Daug prie knygų sėdėjau ir dviračiu važinėjau.

– **Raudonųjų žibintų kvartale lankeisi?**

– Ai, buvau iš smalsumo nuvykęs ten, bet man jis nėra labai įdomus – turiu draugę. Man užtenka jos (*šyposi*).

– **Kokias kitas idėjas iš Olandijos be marihuanos legalizavimo norėtum matyti prigijusias Lietuvoje?**

– Žinoma, dviračių kultūrą. Ji ten – masiška. Olandai yra nuveikę daug gerų dalykų žaliosios energetikos srityje. Jie – vieni pasaulio lyderių žmogaus teisių prasme. Čia, Lietuvoje, turime geriau integruoti neįgaliuosius, aš pasisakau ir už homoseksualių asmenų partnerystės įteisinimą.

– **Tokias idėjas galėsi įgyvendinti, jeigu kitais metais pakliūsi į Seimą su nauja liberalų partija. Paneik ar patvirtink gandus, kad būsi joje. Ir ne tik – dalyvausi Seimo rinkimuose kaip jos kandidatas Palangos-Kretingos rinkimų apygardoje.**

– Oi, ne. Tai – gandas. Esu žurnalistas ir esu visiškai apolitiškas, jokioje partinėje veikloje nedalyvauju, nors savo liberalių pažiūrų neslepiu.

– **Toks įspūdis, kad savęs gyvenime vis dar ieškai – esi išbandęs įvairius darbus: buvai krepšinio klubo „Palanga“ vadybininkas, dirbai Seimo nario padėjėju, net kurorto transporto įmonėje „Vlasava“...**

– Kiekviena darbinė patirtis – naudinga. Beje, kai dar gyvenau Palangoje, pats lankiau krepšinį, žaidžiau moksleivių lygoje. Taip pat esu praktiką atlikęs „Žinių radijuje“ – tai mano pirmoji stotelė žiniasklaidoje. Manau, kad jaunas žmogus turi save visur išbandyti.

– **Vadinasi, esi tipišką modernios kartos jaunuolis – jūra iki kelių?**

– Ne, nors yra tiesos tame, ką sakai: mano karta nori viską išbandyti ir vienoje vietoje ilgai „neužsisėdi.“ Bet aš žvairuoju į žmones, kurie įsitikinę, kad jie viskam yra gabūs... Neįmanoma visko žinoti ir viską daryti vienodai gerai. Man labiau patinka kritika nei pagyros.

– **Į Everestą vienas liptum?**

– Žinoma, kodėl gi ne? Tik pirmiausia norėčiau tokiam žygiui pasiruošti (*šyposi*). Va, dabar su broliu ir draugais ruošiamės žygiui į kalnus Lenkijoje, Zakopanės regione. Man ryšys su gamta – labai svarbus.

– **Ar turi ydų?**

– (*Mąsto*). Kartais norėčiau labiau įsiklausyti. Kartais gal pernelyg peršu savo nuomonę? Mano darbas televizijoje būtent to ir moko – įsiklausyti, ką pašnekovas sako. Hmm, kokių dar ydų turiu? Na, kartais galėčiau būti mažiau impulsyvus. Ypač ginant kokią nors vertybinę poziciją. Esu labai užsispyręs – kartais mane sunku perkalbėti. Bet siekiu keistis: devynis kartus pamatuoti, o dešimtą – pjauti!



– **Tavo tėtis – žinomas Palangos politikas, yra ne galva linksintis, o rėžiantis tiesą į akis. Kokias savybes esi iš jo paveldėjęs?**

– Pirmiausia – užsispyrimą. Mokėjimą ginti savo poziciją ir vertybes. O pastaraisiais metais ryšys su tėčiu darosi vis artimesnis. Abu daug diskutuojame apie politiką. Man atrodo, kad ir jis mokosi įsiklausyti ir jam tai neblogai sekasi (*šypteli*). Komunikabilumas ir mokėjimas bendrauti – taip pat iš tėčio. Man patinka būti tarp žmonių. Aš – žmonių žmogus.

– **Kaip dažnai tavo keliai veda į Palangą?**

– Dažnai. Net pasakysiu taip: mano ryšys su Palanga kiekvienais metais stiprėja. Aš ir mano vyresnis brolis užaugome Palangos patriotais. To mus mokė mūsų tėvai. Palangos gamta, ramybė, ypač ne sezono metu, mane žavi. Iki šiol palaikau stiprų ryšį su dauguma gimnazijos mokytojų.

– **Kur matai save po 10 metų?**

– Labai tikiu, kad Palangoje. Joje matau itin daug potencialo. Ypač žaliojoje energetikoje, dviračių kultūros vystyme, gydyklų plėtojime. Ten yra tiek daug ko veikti!

– **Beje, kad išvysime Jono televiziją?**

– Nežinau, ar ji bus, bet mąstau apie individualaus televizijos turinio kūrimą. Tikiuosi, kad artimoje ateityje galėsiu jį visiems pristatyti.

**GLOBALŪS
PROJEKTAI**

DIZAINAS IR MAKETAVIMAS
REKLAMOS GAMYBA
IT SPRENDIMAI

+ 370 612 80 193, www.globalusprojektai.lt,
info@globalusprojektai.lt

Rita Miliūtė: „Nesu iš tų, kuri norėtų numirti televizoriuje“

Žinoma Lietuvos televizijos žurnalistė, laidų „Teisė žinoti“ ir „Dienos tema“ vedėja Rita Miliūtė į gimtąją Kretingą dažniausiai susiruošia per šventes tėvų aplankyti, o, va, vasarą Palanga įžymybės netraukia. „Oi, ne – man per triukšminga ten vasarą, geriausiai Palangoje jaučiuosi, kai nutyla šurmuly. Man geriausios atostogos – mano kaime, kuris yra 100 kilometrų nuo Vilniaus. Kai išėsiu iš televizijos, būtinai sodyboje avių pulką laikysiu ir kapstysiuos darže,“ – šyptelėjo R. Miliūtė.

Lukas JOGAILA

– Kokios paprastai būna jūsų atostogos?

– Jos būna įvairios. Kartais tingios, kai visai nieko nevėikiu, bet taip atsitinka nedažnai. O dažniausiai – aktyvios: sodyboje žolę pjaunu, turiu šunį, keliauju – turiu mėgstamą, tylią vietą Graikijoje. Su draugais dažniausiai į ją vykstu – mano sūnus, su kuriuo vykdavau ten anksčiau, jau didelis, tad turi savo planų atostogoms.

– Gal ateityje, kai išėsite iš televizijos, ir gyvuliukų įsigysite?

– Nu, gal...Karvės ir arkliai man patinka, bet labiausia patinka avys...

– Kaip dažnai pasiekiate pajūrį?

– Kretingą, kurioje gyvena mano tėvai, pasiekiu dažniau, ypač per šventes, Palangą – rečiau. Kai vykstu į pajūrį, stengiuosi ir darbo reikalus sutvarkyti tam krašte.

– Kokias asociacijas jums kelia jūra?

– Nukelia į vaikystę. Vasarą tėtis mane pasiimdavo iš mokyklos ir mes važiuodavome į Baltiją maudytis. Ką ir kalbėti – jūra veikia gerai.

– Ko – akmenėlių ar pinigėlių – esate į jūrą daugiau įmetusi?

– Akmenėlių. Pinigėlių niekur nemėtau.

– Jeigu vis tik šią vasarą monetą į jūrą sviestumėte, ko jos prašytumėte?

– Kad dažniau pamatytčiau jūrą.

– Jūs – žinomas televizijos veidas. Ar žinomumas gyvenime dažniau padeda ar koją pakiša?

– Atvirai pasakius, nesu pastebėjusi, kad jis man kaip nors labai padėtų. Jeigu kas nors yra linkęs padėti, tiesiog padės, nepriklausomai, ar kitas žmogus – žinomas ar ne.

– Ar dažnai jus gatvėje už alkūnės pačiumpa kokia



nors senutė ir padėkoja, kad jūs jai savo laidoje atvėrėte akis – atskleidėte tiesą?

– Negaliu pasakyti, kad tai nutinka dažnai. Va, vakar (kalbėjomės gegužės 30 dieną) vienas žmogus parduo-tuvėje, prie kasos, atsisuko ir abu trumpai šnektelėjome... Kai matau nepažįstamo žmogaus judesį link manęs, pagalvoju: „Bus malonu ar ne? Kiek tai truks?“

– Jūs – televizijos veteranė. Ar išėjimas į gyvą eterį jums dar kelia stresą?

– Ne, streso nekelia. Man tai jau – monotoniya ir rutina. Bet nebūtų teisinga sakyti, kad aš prieš laidą visiškai nesijaudinu. Jauduliuko yra – be jo gal ir nusišnekėčiau ar kvailai kartais atrodyčiau. Kai aš jau visiškai nesijaudinsiu išeidama į eterį, bus blogai (šypteli).

– Ar laidos svečias šalia jūsų lemia jūsų jaudulio lygį?

– (Mąsto) Priklauso nuo to, koks tas žmogus. Visada pasidomiu, su kuo teks bendrauti. Ir archyvus kartais pasižiūriu, ir savo pačios užrašus pavartau, ir „pagūglinu“

Nesu iš tų, kuri norėtų numirti televizoriuje. Nei palengva, nei, žinoma, staigiai. Iš televizijos reikia išeiti laiku, kaip ir iš sporto.

pašnekovą. Tinkamas pasirošimas yra vienintelis dalykas, kuris gali sumažinti jaudulį. Visada pagalvoju, ar laidos svečias – šnekus žmogus ar ne. Kartais turiu įvertinti, ar jis bus linkęs meluoti. Mano pareiga – neleisti meluoti.

– Ar dažnai „sugaunaute“ laidos svečius meluojančius?

– Kai kuriuos – nuolat (nusijuokia). Yra tokių, kurie niekada nemeluoja.

– Kas tie patologiniai Lietuvos melagiai?

– Dažniausiai – politikai. Nenorėčiau „smulkintis“ iki konkrečių pavardžių. Nesu sutikusi, tarkime, mediko, kuris meluotų ar bandytų nutylėti ką nors. Juk žmonės ateina į laidą paaiškinti dalykus. Politikai mano, kad jeigu jie neatsakys į mano klausimą, tai to nepastebėsiu nei aš, nei žiūrovai. Taip nėra.

– Nejmanoma visko žinoti, o jūs laidoje kalbate įvairiausiomis temomis. Ar nusišnekėjote kada nors?

– Turbūt ir nusišnekėjau, bet kiek – reikėtų klausti kiekvienos srities specialisto. Aš niekada netvirtinu, kad aš išmanau viską. Tai – nejmanoma. Kai man žmonės sako „jūs tiek daug žinote“, aš atsakau: „Nieko mes nežinome. Mūsų darbas – žinoti, kaip ir iš kur susirinkti informaciją, kuri yra reikalinga.“

– Kai pokalbio metu įsivyrėja nejauki tylos minutė, kaip ją įveikiate?

– Kitu klausimu. Ir būna ne tylos minutė, o sekundė ar kelios jų. Kartais pauzė tiesiog yra reikalinga.

– Ar galite paminėti labai sunkių pašnekovų?

– Kažkuris vienas nėra įstrigęs į atmintį. Pasirošimo prasme, sunkiausia kalbinti Druskininkų merą Ričardą Malinauską. Vienu metu jis turėjo tris bylas trijose teisminėse instancijose – teko ne vieną valandą laidai ruošti. Aš mėgstu lygiaverčius pašnekovus. Labai nemėgstu tokių, kurie mano, kad tu esi *durnė*, todėl laidoje galės „kabinti makaronus“ ir „pudrinti tavo smegenis“.

– Ar buvo taip, kad lauktas pašnekovas į laidą neatvyko?

– Buvo. Vienais metais, kai „Teisė žinoti“ buvo kilnojama iš vienos savaitės dienos į kitą, kai kurie žmonės tiesiog „susipainiodavo“.

– Ką darėte nepasirodžius pašnekovui?

– Skubėjau ieškoti kitų. Žinoma, jie už durų tavęs nelaukia. Dažniausiai laidoje būna ne vienas pašnekovas. Kartais kvieti tris pašnekovus, jei vienas jų atvyksta vėluodamas, laidos planas neišvengiamai „griūva“.

– Ar teko laidoje ką nors „iškirpti“, keiksmazodį ar ką nors baisiai netinkamo?

– Mano laidoje žmonės nesikeikia. Gal ir tiesioginis eteris juos varžo?

– O iš jūsų lūpų keiksmazodžių eteryje yra išsprūdę?

– Neatsimenu. Spėju, kad ne, nes nesu dėl to gavusi televizijos vadovybės įspėjimų (šypsosi). Šiaip gyvenime

aš keikiuosi. Galiu blogam žmogui palinkėti, kad jo kulnys į priekį atsikutų. Mano mėgstamiausias lietuviškas keiksmazodis – avies garbana.

– Laidose jūs – tarsi uola, su nuliu emocijų. Jūs tokia ir gyvenime?

– Esu emocinga, kaip ir visi kiti žmonės. Tik nemanau, kad televizijos laida „Teisė žinoti“ yra ta laida, kurioje aš turėčiau rodyti savo emocijas.

– Matyt, ne vienas jums pavydi. Girdi, Miliūtė gali bet kada paskambinti šalies prezidentui, premjerui ir, žinoma, kiekvienam ministrui. Taip ir yra?

– Paskambinti jiems galiu, bet tai nereiškia, kad jie atsilieps.

– Kuris politikas jums yra pasiekiamiausias? Atsimenu, kad Algirdas Butkevičius, kai buvo premjeras, atsakydavo į skambučius ar net pats perskambindavo – jo numeris buvo viešas...

– Tokių, kaip jūs sakote, lengvai pasiekiamų politikų – nemažai. Kalbant apie socdemus, beveik visada gali paskambinti Vyteniui Andriukaičiui – jis labai noriai bendrauja su žurnalistais. Aš to negalėčiau pasakyti apie jūsų paminėtą Butkevičių. Jam galiu prisiskambinti, bet dažniausiai iš jo išgirstu: „Žiauriai noriu į jūsų laidą, bet negaliu atvykti.“ Valdantieji „valstiečiai“ dažnai atsisako ateiti į mano laidas. Spėju, kad daugelis jų nelabai turi ką pasakyti, arba jiems neleidžia kalbėti. Istoriskai taip susiklostė, kad socialdemokratai – suskilę ar ne – geriausiai suvokia, kas yra žiniasklaida, ir kad politikas privalo su ja bendrauti, o ne bėgti.

– Ar turite teisę pati nuspręsti, apie ką kalbėti ir kokius pašnekovus kvieštis?

– Tokią teisę turiu, bet aš turiu įprotį dėl to tartis su savo kolegomis.

– Ar Lietuvos žiniasklaidoje yra tabu temų?

– Nepastebėjau to.

– Ar prisimenate „Teisė žinoti“ pradžią?

– Žinoma. Laida atsirado 2008 metais. Tais metais buvau išvažiavusi pasimokyti į Vokietiją. Vieną dieną klausausi vietinio radijo, o jame apie karą tarp Rusijos ir Gruzijos šneka. Pagalvojau: „Kažkokia nesąmonė – visai nemoku vokiečių kalbos. Negali būti karo tarp Rusijos ir Gruzijos.“ Klydau.

– O kur matote save po dešimties metų?

– Kaime. „Apsikrovusią“ šunimis ir gal net katinais, jei pasiseks.

– Ar žinote, kada užversite televizijos duris visiems laikams?

– Ne, dar nežinau. Tik bijau „įstrigti“ ir nesuprasti, kad man jau laikas iš jos išeiti...Nesu iš tų, kurie norėtų numirti televizoriuje. Nei palengva, nei, žinoma, staigiai. Iš televizijos reikia išeiti laiku, kaip ir iš sporto. Tikiuosi čia ir savo draugų pagalbos, kad jie pasakytų: „Ei, Miliūte, jau nekaip ekrane atrodo, reakcijos lėtos kaip vėžlio...“

Istoriskai taip susiklostė, kad socialdemokratai – suskilę ar ne – geriausiai suvokia, kas yra žiniasklaida, ir kad politikas privalo su ja bendrauti, o ne bėgti.



alanga
VIEŠBUTIS | HOTEL ★★★★★

S.Neries g. 14, Palanga,
Lietuva
www.alanga.lt,
info@alanga.lt,
+370 460 49215

Apgyvendinimas * Restoranas
*** SPA Centras**
*** Konferencijų salė**

Poilsio paketai
Dienos pietūs
Šefo pasiūlymas savaitgaliais
Šeimos šventės
Specialūs pasiūlymai SPA centre

Joglė

Švarumo centras

Paslaugos:

- Sausas drabužių valymas
- Skalbimas, lyginimas
- Proginų drabužių valymas
- Kailinių ir odinių drabužių valymas
- Paslaugos viešbučiams, restoranams, įmonėms

Mus rasite:

Palangoje, Klaipėdos pl. 62a
Tel. +370 612 73 545

Nuolaidos su
palangiškio kortele!



Tel. +370 619 50885,
Plytų g. 3, Palanga

www.facebook.com/vildanails

VILDA

NAILS

Naujame ir jaukiame VildaNails salone privačioje aplinkoje atliksime Jums Spa manikūrą, bei Spa pedikūrą su profesionalia vokiška Alessandro kosmetika. Taip pat mūsų salone ekologiškų produktų mylėtojai galės mėgautis ECO SPA pedikūru kuris atliekamas su 100 proc. natūralia kosmetika iš Austrijos.

Jūs atsipalaiduosite gerdami Anglišką arbatą su vitaminais, klausydamiesi ramios muzikos, o po apsilankymo galėsite įsigyti įvairios natūralios kosmetikos ir turėsite puikią progą sukomplektuoti dovaną „Dėžutė Pilna Laimės“ pagal savo poreikius.

KVIEČIAME APSILANKYTI VILDANAILS SALONEI
Lankstus grafikas ir malonus aptarnavimas.

IT sprendimai Jūsų verslui!

- Interneto svetainių kūrimas ir administravimas.
- Turinio, interneto svetainėms, kūrimas.

Tel. + 370 698 58 370, www.globalusprojektai.lt

LAIMA VAIKULE

bilietai



Palangoje nebadauk –
cepelinų paragauk!

Susitikime „CEPELINIŠKĖSE“, kur Palangoje
siūlomi vieni skaniausių ir didžiausių cepelinų

J. Basanavičiaus g. 38, Palanga

www.pajuriozurnalas.lt



Jūratė Mikutienė –
Palangos asmens sveikatos
priežiūros centro direktorė

Palangos poliklinikoje – daugiau įvairių ir kokybiškų paslaugų

Palangos asmens sveikatos priežiūros centras (ASPC) gali pelnytai didžiulis: naujų pacientų prie centro per 2015–2019 metus prisiregistravo daugiau nei tūkstantis, bendras poliklinikos – taip populiariai palangiškiai vadina centrą – pacientų skaičius perkopė 8 tūkstančius, o įstaiga pradėjo siūlyti net šešias naujas medicinines paslaugas: fizinės medicinos ir reabilitacijos, okulisto, burnos higienos, sergantiems tuberkulioze atidarytas DOTS kabinetas, kuriame teikiamas tęstinis gydymas, o ligonius su cukriniu diabetu poliklinika šiemet pakvietė į gegužę atidarytą diabetinės pėdos priežiūros kabinetą. Jau netrukus senoji kurorto gydymo įstaiga pasikeis neatpažįstamai – gavus renovacijai valstybės lėšų, bus pradėta jos rekonstrukcija. Pernai buvo parengtas jos techninis projektas.

Lukas JOGAILA

Palangos ASPC direktorė Jūratė Mikutienė:

„Visi įgyvendinti projektai yra labai svarbūs Palangos miesto gyventojams. Pradėjusi vadovauti Palangos asmens sveikatos priežiūros centrui beveik prieš penkerius metus, vadovaujantis Lietuvos sveikatos 2014–2025 m. strategijos planu bei išanalizavus sveikatos paslaugų poreikį Palangos miesto gyventojams bei kokių paslaugų jie vyksta į kitus miestus, nusprendžiau plėsti teikiamų paslaugų spektrą.

Pacientų skaičiaus augimą mūsų centre lemia ne tik

įstaigoje teikiamos paslaugos bei jų kokybė, bet ir sukurta profesionalus ir draugiškas kolektyvas. Čia jus pasitinka puiki gydytojų profesionalų komanda: šeši šeimos gydytojai, vaikų ligų gydytojas, vidaus ligų gydytojas, chirurgas, psichiatrai, akušeriai-ginekologai, odontologai, fizinės medicinos ir reabilitacijos gydytojas, okulistas. Centre įsikūrusioje laboratorijoje „Antėja“ galima atlikti išsamius kraujo tyrimus.

Palangos ASPC misija – teikti pacientams saugias ir kompetentingas asmens sveikatos priežiūros paslaugas

visoms amžiaus ir socialinėms grupėms. Keliamė sau tikslą būti į pacientą orientuota, patrauklia gyventojams ir darbuotojams sveikatos priežiūros įstaiga.

ASPC direktorė savo darbe vadovaujasi žinomo amerikiečių motyvacinio knygų rašytojo Zigo Zaglaro žodžiais: „Didžiausią reikšmę gyvenime turi tai, ką padarote dėl kitų.“ Įgyvendinant užsibrėžtus tikslus, įstaiga plečia savo veiklą, diegdama naujas inovatyvias paslaugas, kurių ateityje bus ir daugiau. Poliklinika parengė tris tarptautinius projektus, kuriems buvo skirtas finansavimas. Juos įgyvendinus, poliklinikoje bus įrengtas inovatyvus sensorinės integracijos kabinetas, įsigyta naujausia reabilitacijos įranga (sausos masažo lova, kompiuterinė ertoterapinė sistema, neuro-ortopedinis treniruoklis ir kitos priemonės). Žinoma, visos mūsų medicininės paslaugos yra teikiamos visiems Palangos gyventojams. Itin laukiame poliklinikos renovacijos, po kurios ji bus pilnai pritaikyta neįgalųjų poreikiams.

2015 metų rugsėjo mėnesį poliklinikoje įsteigta akredituota tyrimų laboratorija „Antėja“, kurioje yra atliekami kokybiški tyrimai visą dieną.



Nuo 2015-ųjų metų – fizinės medicinos ir reabilitacijos paslaugos



Centras 2015 metais gavo licenciją, leidžiančią buvusios poliklinikos patalpose teikti II lygio fizinės medicinos ir reabilitacijos paslaugas. 2015 metų spalio mėnesį tokios paslaugos buvo pradėtos teikti. „Svarbu akcentuoti, kad reabilitacijos paslaugos teikiamos ne tik prie mūsų įstaigos prisirašiusiems pacientams, bet ir visiems Palangos miesto gyventojams. Pacientų, atvykstančių iš kitų gydymo įstaigų ir norinčių pasinaudoti mūsų įstaigos teikiamomis reabilitacijos paslaugomis, prašome turėti informatyvių šeimos gydytojo siuntimus su ligos eiga, atliktų tyrimų ir gydymo aprašymu arba gydytojų specialistų konsultacijų bei atliktų tyrimų kopijas“, – pabrėžė J. Mikutienė.

2017 metais įkurtas DOTS kabinetas tuberkulioze sergantiems pacientams, kuriame teikiamas tęstinis gydymas TBC sergantiems pacientams bei atliekami tuberkuliozės profilaktiniai patikrinimai.

Nuo 2018-ųjų pradžios dirba patyrusi akių gydytoja



Praėjusių metų pradžioje poliklinikos komandą papildė patyrusi akių gydytoja Snaigūnė Jasinskienė. „Dirbti poliklinikoje yra gera. Čia – geros darbo sąlygos, puikus kolektyvas, pacientus priimu savo kabinete“, – sakė S. Jasinskienė.

Akių kabinetas yra aprūpintas pagrindine modernia oftalmologine įranga: autorefraktometru, kompiuteriniu perimetru, plyšine lempa, automatinio projektoriumi, specialiomis lizėmis, akispūdžio matavimo prietaisu – šios įrangos pakanka diagnozuoti akių pakitimams ir ligoms.

2018 metais pradėtos teikti burnos higienisto paslaugos



Poliklinikoje teikiamos profesionalios burnos higienos paslaugos – atliekama dantų paviršių nuvalymo procedūra, kurios metu naudojant rankinius instrumentus bei pagalbinus prietaisus yra pašalinamos dantų apnašos, akmenys ir pigmentacijos, dantų paviršiai yra paruošiami tolesniam gydymui pas odontologą, o vizito metu specialistas pataria kaip taisyklingai prižiūrėti burnos ertmę bei kaip dažnai lankytis procedūros pakartojimui. Siekiant išvengti minėtų burnos ertmės ligų, kiekvienam pacientui yra rekomenduojama atlikti profesionalią burnos higienos paslaugą 1–2 kartus metuose profilaktiškai ir prieš apsilankant pas gydytoją odontologą.

Naujas Diabetinės pėdos kabinetas – nuo 2019 metų gegužės

Šių metų gegužės pabaigoje Palangos asmens sveikatos priežiūros centre atidarytas naujas Diabetinės pėdos kabinetas. Lėšų reikiamai įrangai įsigyti skyrė Palangos Rotary klubas bei Palangos viešbučių ir restoranų asociacija (VRA). Sergamumas diabetu auga, o Palangoje, palyginti su kitais šalies miestais, šia sunkia liga sergančiųjų skaičius yra itin didelis. Tad naujasis Diabetinės pėdos kabinetas pasitarnaus visiems diabetu sergantiems ir šios paslaugos pasigendantiems Palangos miesto gyventojams bei suteiks jiems galimybę sėkmingai kontroliuoti ir mažinti diabeto sukeltas komplikacijas.



Kviečiame miesto gyventojus ir svečius naudotis Palangos ASPC teikiamomis paslaugomis!

Vytauto g. 92, Palanga
Tel. (8 460) 53 837
www.palangospoliklinika.lt

DĖŽUTĖ GALIMYBĖMS

Jūsų paaukoti pinigai bus skiriami šeimoms, susidūrusioms su vaiko onkologine liga.

Pripildykime ją kartu, skambindami **1407** (auka 3 €)

Šeima gaus specialią „Dėžutę galimybėms“ – finansinę ir kitą būtinąją pagalbą. Tik nuo mūsų visų priklausys, kokia bus paramos dėžutė ir kaip padėsime susirgusio vaiko šeimai. **Dovanokime galimybes!**

Lietuvos vaikų vežio asociacija „Paguoda“. Daugiau apie mus www.paguoda.lt ir [f paguoda.lt](https://www.facebook.com/paguoda.lt)

www.pajuriozurnalas.lt – tavo žurnalas pajūryje!



Kokybiškas poilsis prasideda čia – Resort Hotel Elija!

Resort Hotel Elija – įsikūręs Baltijos jūros pakrantėje yra naujausias ir moderniausias viešbutis Šventojoje. Apsuptas ryškiausių saulės spindulių, jūros ošimo ir iš kopų sklindančio pušų aromato viešbutis Resort Hotel Elija yra geriausia vieta poilsiui ir visiškam atsipalaidavimui tiek vienam, tiek su antrąją savo pusę ar visa šeima ir draugais.

Prabangiausiame Šventosios rajone esantis viešbutis savo svečius apdovanoja nuostabių kraštovaizdžiu, parku, tvarkinga ir draugiška kaiminyste. Vos už keleto metrų Jūsų laukia visų pamėgtas Ošupio dviračių takas, kuriuo lengvai pasieksite tokias išskirtines vietas, kaip „pasaulio kraštas“ ar nuvyksite į Palangą ar Klaipėdą. Taku ypač mėgaujasi bėgikai, dviratininkai, riedutininkai ar riedlentininkai.

Viešbutyje Resort Hotel Elija galite mėgautis profesionaliais masažais, kosmetologų, sporto trenerių, grožio meistrų teikiamomis paslaugomis.

Pirmajame viešbučio aukšte Jus pasitiks baiderių tematikos ir amerikietiško stiliaus įkvėptas restoranas „All Aces“, kuris savo svečiams dovanoja išskirtinį dėmesį ir aukščiausios kokybės aptarnavimą. Laisvus vasaros vakarus pajvairins laikas praleistas stilingoje restorano terasoje, kurioje galite mėgautis išskirtinio skonio kokteiliais, gero vyno taure ir akustiniais žinomų atlikėjų koncertais.

Tel. +3706 69 86000,
El. p. info@hotelelija.lt
www.hotelelija.lt



Jurijus Veklenko: „Man reikia tylos ir vienatvės“

Nors ir po ne itin sėkmingos Eurovizijos Tel Avive, Jurijus Veklenko, klaipėdietis, Lietuvos nacionalinės Eurovizijos 2019 metų nugalėtojas, maudosi dėmesio jūroje: skuba į radijo stotis, įrašų studiją – išleido albumą „Mano sapnuose“, o prieš akis – koncertinis turas po Lietuvą. „Noriu muzikoje palikti savo pėdsaką,“ – sakė jis „Lietuvos pajūriui“.

Lukas JOGAILA

– Tai gavote ar negavote tą milijoną kaip kompensaciją, paaiškėjus, kad jūs dėl balsų skaičiavimo klaidos neteisingai buvote paliktas už Eurovizijos finalo borto?

– (Juokiasi). Oi, ne, ne. Negavau, tikrai ne... Nagų dėl to labai nesikrimtau – išėjo, kaip išėjo. Tie žmonės, kurie dalyvavo konkurso finale, jo tikrai nusipelnė. Dėkingas visiems tiems, kurie sako, kad ir aš buvau vertas jo. Bet, žinoma, man labai gera žinoti, kad ir aš iškovoju kelialapį į Eurovizijos finalą.

– Kaip bėgote su liūtais, taip ir bėgsite toliau?

– (Juokiasi). Žinoma. Kitaip negali būti.

– Kiek jūsų pasekėjų gretos socialiniuose tinkluose išaugo nuo tos dienos, kai jūs laimėjote nacionalinę atranką iki Eurovizijos Izraely?

– Instagrame jų paaugo 25 tūkstančiais...

– Niekio sau. Ar jau neatsiginate firmų prašymų jų produktus pareklamuoti?

– Sulaukiau ir sulaukiu tokių žinučių. Nori, kad aš tapčiau influenceriu (juokiasi). Bet tikrai bet ko nereklamuosiu – turiu tą produkciją mėgti pats ir ja naudotis. Lengvai ir bet kam tikrai neparsiduosiu (juokiasi).

– Neišpuiksite?

– Oi, ne – aš ne iš tokių... Dėmesys manęs tikrai nevargina. Jis nėra toks jau didelis, kad vargintų. Man dėmesys svarbus kaip įvertinimas to, ką darau. Džiaugiuosi, kad žmonės patinka mano muzika. Kad mes „sueiname“ per muziką. Kiekvieno atlikėjo svajonė – turėti savo klausytoją. Kuo daugiau jų!

– Jūs turite savo vadybininką...

– Taip, turiu nuo „Lietuvos talentų“ laikų... Jau gal kokius aštuonerius metus.

– Sutikite su manimi, kad iki nacionalinės Eurovizijos nebuvote labai žinomas...

– Taip. Išties taip. Bet matau, kad dėl to, kad mažokai dirbau su savo muzikos populiariaimu. Atvirai sakau: nenorėjau daug dėmesio anksčiau...

– Kas iš esmės jūsų gyvenime pasikeitė po Eurovizijos?

– Daug kas! Dirbu su antruoju albumu. Mano koncertas Vilniuje įvyks Vasaros terasoje liepos 16 dieną. O rudenį vyks mano koncertinis turas po Lietuvą. Teks dirbti išsijuosius iki to. Noriu iš to „išspausti“ viską, kas įmanoma – įsitvirtinti kaip rimtam atlikėjui. Nenoriu dingti kartą sudainavęs už Lietuvą!

– Tokių Lietuvos Eurovizijos nugalėtojų buvo, ar ne?

– Taip, buvo, ir ne vienas. Nes jie pasirinko lengvesnį kelią, kažkas „nesudirbo“... Aš noriu plaukti tik į priekį.

– Toks įspūdis, kad jūs – labai kuklus...

– Hmm... Gal aš tiesiog nesureikšminu to, ką darau. Tai, ką aš darau yra gana paprasta. Dienai baigiantis, esu žmogus, kuris stovi ant scenos, skleidžia viltį ir už tai dar gauna pinigų. Joks atlikėjas neturėtų labai susireikšminti – dainuoti nėra stebuklinga. Mama, kuri viena augina ir dorais išaugina du vaikus, yra kur kas didesnis stebuklas.

– Kokių patarimų iš mamos sulaukėte po Eurovizijos?

– Ji man jų, ir pamokymų taip pat, buvo davusi ir iki tol (juokiasi). Kaip ir anksčiau, ji man linki ramybės ir susikaupti – nepersistengti. Ir dar šita: „Atsirink, su kuo bendraujai.“ Stengiuosi taip ir daryti.

– Neabejoju, kad sieksite gyventi iš muzikos...

– Oi, tikrai taip. Dėl to ir dirbaujosi – noriu sėdėti ne ofise, o studijoje.

– Neseniai pristatėte savo naują albumą „Mano sapnuose.“ Jūs dažnai sapnuojate?

– (Mąsto). Mmm... Kaip ir kiekvienas žmogus, bet aš dažniausiai sapnuoju dienos metu, sėdėdamas prieš lan-

Kartais būnu kvailas. Kartais – naivus. Kartais – kvilai užsispyręs. Šiaip aš – nuoširdus.

gą ir galvodamas: „Mano koncertai, greičiau, greičiau prasidėkite...“ (juokiasi).

– Kaip dažnai aplankote gimtąją Klaipėdą? O jūrą?

– Aš 12 metų pragyvenau Melnragėje, tad jūros prisžiūrėjau sočiai. Prisimenu, kad išvažiuodamas gyventi į Vilnių, nėjau su ja atsisveikinti. Keista, ar ne? Į Klaipėdą grįžtu rečiau negu turėčiau ir norėčiau – ir mamą, ir draugus čia aplankyti. Jei atvirai, grįžtu atgal kartą per du mėnesius. Dabar, po Eurovizijos, ir savaitgaliai visi užimti.

– Kai reikia stiprybės pasisemti, kur jos ieškote?

– Tyloje ir vienatvėje. Man patinka pabūti vienam ir su savo mintimis. Taip lengviausiai atsigunu ir „pasikraunu“ energijos. Skirtingai nei dauguma, visai nebijau vienatvės.

– Ar galvojate apie tarptautinę karjerą?

– Ne. Oi, ne... Ar tai įmanoma? Taip. Ar aš to siekiu dabar? Ne. Pirmiausia noriu įsitvirtinti Lietuvoje.

– Ar mokate atskirti žmonės, kurie taikosi pasimaudyti jūsų populiarumo spinduliuose?

– Tokie žmonės labai paprastai atsiskleidžia – jų veiksmų, elgesys, kalba juos pačius išduoda. Su tokiais žmonėmis, kaip sakau, norinčiais „pajoti ant tavo bangos“, susiduria kiekvienas žinomesnis atlikėjas.

– Kokia jūsų mėgstamiausia grupė?

– Sakyčiau, „OneRepublic.“

– O iš Lietuvos atlikėjų?

– Nė vieno nedievinu, bet tarp mylimų – Jazzu, Donatas Montvydas, Marijonas Mikutavičius ir Andrius Mamontovas. Tiesa, dar Vaidas Baumila. Jo taip pat klausausi, tik to nerašykite, nes jis dar labiau „pasikels“ (juokiasi).

– Kaip save apibūdintumėte trimis žodžiais?

– Hmm... Tebūnie... Kartais – kvailas (juokiasi). Kartais – naivus. Kartais – kvilai užsispyręs. Šiaip aš – nuoširdus. Jau daugiau negu trys žodžiai, ar ne?

– Koks pirmas žodis jums šauna į galvą, paminėjus šiuos žodžius...

– Na, pabandome...

– Lietuva...

– Širdis.

– Klaipėda...

– Namai.

– Meilė...

– Muzika.

– O muzika?

– Meilė (juokiasi).

– Dievas...

– Namai. Keista, bet – namai.

– Žmogus...

– Hmm... Artimas.

– Ir pabaigai... Ar sulaukėte daug kvailų klausimų, bendraudamas su žurnalistais?

– Ne. Kvailų klausimų nebūna. Sulaukiau tik klausimų, kurių sulaukiau ne laiku ir ne vietoje.

– Jus lengva įžeisti?

– Ne. Nemanau. Aš pasirenku niekada neįsižeisti. Aš turiu stuburą. Šiais laikais labai dažnai žmonės dėl visko įsižeidžia.

Automobilis Lietuvoje – per tris darbo mėnesius, Ukrainoje jam įsigyti reikia penkių darbų

Lietuvaičiai kelia sparnus, laimės ieškodami svečiose šalyse, o kai kam – mūsų šalyje upės pienu teka. Štai Ilienکو Bohdan šamų auginimo verslą savo gimtinėje išmainė į samdomą darbą uostamiestyje. Užauginęs tūkstantį šamų, paliko juos suvalgyti giminėms ir artimiesiems, o pats jau pusantrų metų Klaipėdos krašte montuoja pastolius. Ilienکو – vienas iš šimtų ukrainiečių, kuris geresnio gyvenimo ieško mūsų šalyje, nesitikėdamas, kad bent jau artimiausiu metu šviežiai išrinktajam prezidentui aktoriui Vladimirui Želenskiiui realybėje pavyks bent jau per pusę taip puikiai tvarkytis, kaip seriale „Tautos tarnas“ jo įkūnytam herojui.

Ligita SINUŠIENĖ



„Vlasava“ vairuotojai iš Ukrainos: Nikolaj ir Konstantin

Trys mėnesiai darbo – ir automobilis

Šiuo metu jau pusantrų metų dirbantis Klaipėdos įmonėje UAB „Elme transportas“, Ukrainoje I. Bohdan gyvena ne didmiestyje, bet ir ne kaime – aštuonis tūkstančius gyventojų turinčioje miesto tipo gyvenvietėje. Dirbo kartu su broliu verslininku, vadovaujančiu statybų įmonei. „Brolis liko Ukrainoje, bet kiekvienais metais situacija mūsų šalyje vis blogėja. Finansinis klausimas visada čia bus, – sako Ukrainos pilietis. – Štai Lietuvoje per tris mėnesius nusipirkau automobilį, o Ukrainoje reiktų turėti bent penkis ar šešis darbus. Čia (Lietuvoje – aut. pastaba) yra galimybė susitaupyti! Čia dirbdamas galiu nuvažiuoti ir kur nors pailsėti. Ukrainoje toliau šimto kilometrų niekur nepajudėsi. Tačiau suprantu ir lietuvius. Kai nuomoji butą ir čia nuolat gyveni, yra kur išleisti pinigus. Mes, ukrainiečiai, turime didelį privalumą – buto nuomą mums apmoka įmonė. Be to, ukrainiečiai čia dirbdami toliau bendrabučio niekur neišeina, nes vengia papildomų išlaidų. Tiesiog stengiasi taupyti pinigus ir siunčia juos šeimoms į Ukrainą“.

Mūsų pajūryje vyras ketina rimtai įsitvirtinti, net ir jo žmona Lilija čia ieško darbo. Jiems anksčiau teko padir-

bėti ir Lenkijoje, bet paskui vėl grįžo į savo šalį. „Dabar abu planuojame likti Lietuvoje. Žmona pagal savo specialybę gali dirbti banke, kaip dirbo Ukrainoje, bet nemoka lietuvių kalbos. Todėl Lietuvoje jai teko dirbti valytoja. Tačiau du mėnesius lankė lietuvių kalbos kursus. Čia yra dvi ukrainiečių bendruomenės, kurios rengia nemokamus kursus. Tačiau darbo kol kas Klaipėdoje dar nesurado, galbūt vasarai įsidarbins Palangoje, lyg ir turi vieną pasiūlymą žiemai. Tačiau aš tikrai noriu likti čia, bent jau kol kas, – atvirauja vyras. – Jūra šalia. Ramu. Klimatas įprastas – nejaučiu jokio skirtumo. Iš pradžių net nesupratau, kur esu – Ukrainoje ar Lietuvoje. Ir bendrauti laisvai galima rusų kalba. Tik jauni žmonės nemoka rusiškai. O parduotuvėje, ligoninėje – visur galima susikalbėti rusų kalba. Lenkijoje per keturis mėnesius gyvenimo nors kelis lenkiškus žodelius jau žinojau.“

Lietuvaičiai pritingi?

Beje, Ilienکو taip lengvai nepaliko savo šalies, vis bandė joje įsitvirtinti. Gaudavo, kaip pats sako, 230 eur atlyginimą, todėl vertėsi, kaip išmanė. „Stengiausi užsiimti savo



lienکو Bohdan šamų auginimo verslą Ukrainoje išmainė į samdomą darbą Klaipėdoje

verslu, pradėjau šamus auginėti, – pasakoja ukrainietis. – Jūs (lietuviai – aut. pastaba) irgi juos parduodate. O aš norėjau Ukrainoje tuo verstis, tačiau reikėjo finansinio kapitalo. Užauginau tūkstantį šamų, bet reikėjo šešių tūkstančių eurų dokumentams sutvarkyti, kad galėčiau juos parduoti. Iš tiesų todėl ir išvykau į Lietuvą užsidirbti. Tačiau padirbėjęs čia atsisakiau savo idėjos. Net ir Lietuvoje šamai sunkiai parduodami. Tuos mano šamus suvalgė tėvai, draugai, brolis ir kiti giminačiai, o man, nors auginau, jų paragauti net neteko. Išvažiavau į Lietuvą, – juokiasi Iljenko. – Dirbdamas samdomą darbą Klaipėdoje kas mėnesį atsidedu po 300–400 Eur. Stengiuosi daugiau dirbti ir daugiau uždirbti, o lietuviai nedaug dirba, kaip pastebėjau“.

UAB „Elme transportas“ dirba apie 20 Ukrainos piliečių. „Nėra norinčių sunkauso darbo, – paklaustas, kodėl tenka dirbti užsieniečius, apie tautiečius sako įmonės direktorius Algimantas Dirgėla. – Pastolių montuotojų Lietuvoje neužtenka ir apskritai lietuviai yra palepę. O ukrainiečiams suteikiame ir gyvenamąją vietą, kai kurie čia jau ir su šeimomis gyvena. Čia būna 90 dienų, paskui išvyksta į Ukrainą, ir vėl po trijų mėnesių sugrįžta“.

Ukrainiečiai – ypatingai motyvuoti darbuotojai

Palangos UAB „Vlasava“ direktoriaus pavaduotojas Modestas Čeponkus „Lietuvos pajūriui“ sakė, kad Lietuvoje trūkstant vairuotojų, tenka juos vilioti iš kitų šalių. Taigi, ir

iš Ukrainos. „Vlasava“ šiuo metu turi 71 darbuotoją, šeši jų – Ukrainos piliečiai. Pirmąjį ukrainietį įmonė įdarbino pernai gruodį. Čia ukrainiečiai uždirba 3 kartus daugiau nei savo šalyje, tai yra, vidutiniškai – apie 722 eur į rankas arba priskačiuojamus 927 eur. Konkretus atlygis priklauso ir nuo išdirbto valandų skaičiaus. „Ukrainiečių ieškojome specialiai naujam maršrutui Klaipėda–Herson, atsidariusiam prieš daugiau nei pusantros metų, – pasakoja M. Čeponkus. – Pirmasis mūsų maršruto partneris vyko iš Ukrainos, o su įvairių įmonių ir šalių vairuotojais bendraujame nuolatos. Patys ukrainiečiai, sužinoję apie naują maršrutą, mūsų pasiteiravo, ar mums nereikės naujų vairuotojų“.

Tiesa, prieš įdarbinant kitos šalies piliečius, įmonei teko pasivaikščioti biurokratijos takais, pirmiausia – kreiptis į Užtimumo tarnybą. „Jei per dvi savaites neatsiranda mūsų šalies piliečių, norinčių įsidarbinti į siūlomą darbo vietą, tada jau galime kreiptis į užsieniečius. Ir tik tada Socialinės apsaugos ir darbo ministerija (SADM) išduoda leidimą įdarbinti kitos šalies piliečius, – apie svečios šalies piliečių įdarbinimo tvarką pasakoja M. Čeponkus. – Iš lietuvių iš tiesų sulaukėme tik kelių skambučių, bet išgirdę, jog teks važinėti į Ukrainą, nebeperskambino“.

Kokie darbuotojai yra ukrainiečiai?

„Iš tikrųjų galėčiau juos pagirti, – sakė M. Čeponkus. – Darbštūs, imlūs, nes jie yra jauni vyrai, 34-erių–35-erių metų, nori išlaikyti savo šeimas. Fiziškai stiprūs, labai motyvuoti, savo uždirbtus pinigus siunčia šeimoms į Ukrainą. Visi mūsų darbuotojai ukrainiečiai yra vedę, neturime vienių. Ir jie labai vertina mūsų įmonę, kurioje dirba, saugo ir brangina savo darbo vietą, džiaugiasi turėdami darbą“.

„Lietuvos pajūrio“ pašnekinti ukrainiečiai „Vlasava“ vairuotojai džiaugėsi galintys dirbti Lietuvoje.

„Daug gerų žodžių apie lietuvius buvome girdėję iš savo tėvynainių prieš atvykdam į čia. Man čia viskas labai patinka: darbo santykiai gerai, mus supranta rusiškai, žmonės – geri, geranoriški. Žinoma, čia ir mūsų algos gerokai didesnės. Anksčiau dirbau Chersone vairuotoju – važinėčiau į Maskvą, Varšuvą,“ – sakė Nikolaj.

„Man viskas patinka Palangoje – ir jūra šalia, ir pažvejoti galima, dabar belieka tik šeimas atsivežti į Lietuvą, bet pradžia reikia užsidirbti pinigų. Visi „Vlasavoje“ dirbantys ukrainiečiai vairuotojai yra labai patenkinti,“ – sakė Konstantin.

Lietuviai pageidauja didesnių atlyginimų

Leonido Smirinenko vadovaujamoje UAB „Baltic premator Klaipėda“ dirba dešimt dažytojų iš Ukrainos. „Trūksta dažytojų. Apskritai niekas nenori dirbti, ir ne dėl pinigų, – apie lietuvius kalba L. Smirinenko. – Jaunimas apskritai tokios, mažiau kvalifikuotos, profesijos nenori. Arba pageidauja labai didelio atlyginimo. O be naudos įmonei negalėsime padaryti savo produkcijos. Todėl darbuotojų tenka ieškoti kitur, pavyzdžiui, Ukrainoje“.

Tačiau ne visi žurnalo kalbinti pašnekovai atvirai kalba apie ukrainiečių darbo sąlygas jų vadovaujamosiose įmone. Patikina, kad turi net ir po keliasdešimt darbininkų iš Ukrainos, kad juos aprūpina darbo vietomis, bet savo pareigų ir pavardės pašnekovai nesutinka atskleisti. „Lietuvoje labai trūksta darbo jėgos, – kalbėjo viena tokia anonimė. – Lietuviai uždirba daugiau ir nori dar daugiau, todėl vyksta, pavyzdžiui, į Norvegiją. Nes mes, kad ir kiek mokėtume, negalime jiems tiek sumokėti, kiek norvegai.“

Kasmet į Lietuvą dirbti atvyksta vis daugiau ukrainiečių. Pernai mūsų pajūrio krašte įsidarbino 827 Ukrainos piliečiai: 743 – Klaipėdoje, 53 – Palangoje ir 31 – Kretingoje. 2017 metais čia dirbo 595 ukrainiečiai: 563 – uostamiestyje, 25 – Palangoje ir 7 – Kretingoje.

O į ukrainiečių darbo vietą mes labai daug investuojame, pavyzdžiui, suteikiame gyvenamąjį būstą, jeigu reikia, keliame jų kvalifikaciją. Ir net jeigu jiems mokame mažiau, nei lietuviams, jie vistiek čia uždirba daug daugiau nei savo šalyje. Ukrainoje, priklausomai nuo darbovietės, atlyginimas gali nesiekti nė 100 eurų”.

Pajūryje dirba beveik tūkstantis ukrainiečių

Kasmet į Lietuvą dirbti atvyksta vis daugiau ukrainiečių. Pernai mūsų pajūrio krašte įsidarbino 827 Ukrainos piliečiai: 743 – Klaipėdoje, 53 – Palangoje ir 31 – Kretingoje. 2017 metais čia dirbo 595 ukrainiečiai: 563 – uostamiestyje, 25 – Palangoje ir 7 – Kretingoje. Minėtuose miestuose Ukrainos piliečiai su leidimais dirbti daugiausiai įsidarbina pastolių statytojais, pastatų apšiltintojais, laivų korpusų dažytojais, elektrotechnikais, staliais, plataus profilio statybininkais, virėjais, plytų mūrininkais, vamzdinių montuotojais.

Kaip skelbia Socialinės apsaugos ir darbo ministerija, darbdavys, norintis įdarbinti užsienietį, turi kreiptis į Užimtumo tarnybos Klientų aptarnavimo departamentą, kurio veiklos teritorijoje registruota laisva darbo vieta ir pateikti prašymą dėl užsieniečio įdarbinimo kartu su visais reikalingais dokumentais. Leidimas dirbti užsieniečiui išduodamas iki atvykimo į Lietuvą per 7 darbo dienas nuo dokumentų pateikimo dienos. Gavęs leidimą dirbti, užsienietis turi kreiptis dėl vizos gavimo. Toks kelias laukia įmonių, norinčių įdarbinti užsieniečius, kuriems taikomas darbo rinkos testas, o tai sudaro tik maždaug apie 30 procentų visų į Lietuvą atvykstančiųjų dirbti užsieniečių.

Bevizis režimas Ukrainos piliečiams taikomas nuo 2017 metų birželio. Buvimo Lietuvoje laikotarpis gali trukti iki devyniasdešimt dienų per šimto aštuoniasdešimties dienų laikotarpį. Nuo 2017 m. sausio 1 dienos liberalizavus užsieniečių įsidarbavimo tvarką, nebereikia gauti leidimų dirbti užsieniečiams, kurie patenka į trūkstančių profesijų sąrašą.



Modestas Čeponkus yra UAB „Vlasava“ direktoriaus pavaduotojas

Užimtumo tarnyba, sprendama kvalifikuotos darbo jėgos trūkumo problemą, 2018 metais išdavė leidimus dirbti Lietuvoje ir priėmė sprendimus dėl atitikties darbo rinkos poreikiams – 5237 užsieniečiams (trečiųjų šalių piliečiams).

Kiekvienais metais daugiausiai užsieniečių atvyksta iš kaimyninių šalių. Per praėjusius metus dirbti Lietuvoje atvyko piliečiai iš 54 šalių. Didžioji leidimų dirbti dalis buvo išduota Ukrainos piliečiams, kurie sudaro 70 proc. atvykstančiųjų dirbti į mūsų šalį.

Užimtumo tarnybos duomenimis, pajūrio įmonėse dirba apie 15 procentų visų į Lietuvą dirbti atvykstančių Ukrainos piliečių.

PALANGOS SPORTO CENTRAS

Tel. (8 460) 40 289
Tel. p. info@sportpalanga.lt

Nuomuojujame: transportą (autobusą), sporto salę, stadiono aikštę, sporto inventorių.

Kviečiame naudotis teniso kortais, atletinės gimnastikos sale.



SUMMER¹⁹SOUND

RUGPJŪČIO 2-3 D., LIEPOJA

GOGOL BORDELLO
DYNORO

Sigala.
THE HIM

BERMUDU DIVSTŪRIS | CARNIVAL YOUTH | LABVĒLĪGAIS TIPS
VERY COOL PEOPLE FEAT. EDVĀRDI, ANSIS & KRISTĪNE PRAULIŅA
LAIME PILNĪGA | TOMS GRĒVIŅŠ | MAKREE (LIVE) | VIŅA | CHRIS NOAH
DOUBLE FACED EELS | AIJA ANDREJEVA | JĀNIS STĪBELIS | ANSIS
ATOM | SUB SCRIPTUM | ANTIKVĀRINIAI KAŠPIROVSKIO DANTYS
RAHU THE FOOL | JAUTI | DJ ASPIRĪNS | DTD | ZIEDU VIJA | JURGA
NEON SATURDAYS | ...

Bilietus platina
bilietai

REMA: **Liepāja** INFORMACINĀJĀJĀI: **DELFI**

VAŠKINIŲ FIGŪRŲ PARODA

(vaikams ir suaugusiems)

Vytauto g. 67
(Šalia fontano)

Darbo laikas:
kasdien 10:00 - 22:00

Palangos koncertų salės vasaros repertuaras

PREMJERA!
PSICHA!
Liepos 10 d. 20 val.
Rugpjūčio 21 d. 20 val.

Aštri komedija

PREMJERA!
(NE)TIKRAS MILIJONIERIUS
Liepos 17 d. 20 val.

Nuotykių komedija

VYRAS PO PADU
Liepos 5 d. 20 val.

Nuotykių komedija

STRIPTIZO ERELIAI
Liepos 23 d. 20 val.

Aštri komedija

PASIKLYDĘS SKAMBUTIS
Rugpjūčio 4 d. 20 val.

Nuotykių komedija

PRIMADONOS
Rugpjūčio 23 d. 20 val.

Nuotykių komedija

Sekite mus:

Bilietai: www.dominoteatras.lt

PALANGOS KONCERTŲ SALĖ

Bet koks nekilnojamasis turtas Palangoje yra gera investicija

Palangos NT brokerė (beje, viena iš šios agentūros įkūrėjų) Regina Lingė įsitikinusi, kad auganti šalies ekonomika, kylantys atlyginimai, vis dar nedidelės būsto paskolų palūkanos – pagrindiniai veiksniai, kurie artimiausioje ateityje skatins būsto įsigijimą. O Palangoje – jūra ir sparčiai gražėjantis mūsų miestas. „Bet koks nekilnojamasis turtas Palangoje yra gera investicija, nes jį galima išnuomoti, gauti pajamų ir iš nuomos padengti kreditą,“ – R. Lingė sakė žurnalui „Lietuvos Pajūris“.

Lukas JOGAILA

– Kas būdinga NT rinkai šią vasarą?

– Ši vasara nedaug skiriasi nuo praėjusios. Praėję metai NT rinkoje buvo sėkmingi. Ir šių metų pirmoji pusė rodo, kad nekilnojamojo turto įsigijimas įgauna pagreitį. Todėl nėra priežasčių, kodėl jis turėtų sustoti, ypač Palangoje. 2008 metų krizę lėmė perkaitusi NT rinka bei atsiradęs NT burbulas, o jis kol kas tikrai šalies nekilnojamojo turto rinkai negresia.

Palangoje nekilnojamąjį turtą žmonės perka kaip antrą būstą poilsui arba nuomai, kuri yra pelninga. Būsto kainų kritimo kol kas tikėtis čia neverta. Auganti šalies ekonomika, kylantys atlyginimai, vis dar nedidelės palūkanos – tai pagrindiniai veiksniai, kurie skatina būsto įsigijimą, o Palangoje – ir jūra bei gražėjantis mūsų miestas. Bet koks nekilnojamasis turtas Palangoje yra gera investicija, tad kodėl nepasinaudojus tokia proga ir neįsigijus būsto Palangoje?

– Kokie pokyčiai nekilnojamojo turto rinkoje įvyko joje per paskutinius tris metus?

– Pirkėjai pasidarė akivaizdžiai reiklesni, nori geros kokybės, naujos statybos ar renovuoto būsto. Kokybė visiems – labai svarbi, mažai kas domisi senais, apleistais namais ir butais. Dabar „ant bangos“ – naujos statybos būstas.

Atsirado labai daug lietuvių, gyvenančių ir dirbančių užsienyje, kurie investuoja į mūsų pajūrį. Kaip jie patys sako: čia – saugu, ramu, gražu, čia jų giminės ir artimieji, čia visada norisi sugrįžti. Be to, jie užsidirbę pinigų, todėl mūsų pajūris, kaip investicija jiems pasidarė patrauklus.

Palanga – tobulas miestas auginti vaikus, o senjorams oriai leisti senatvę. Todėl atsiranda vis daugiau vyresnio amžiaus žmonių, kurie ieško būsto pastoviam gyvenimui čia, Lietuvos pajūryje. Jie atvažiuoja ne tik iš didmiesčių, bet



Regina Lingė – žinoma pajūrio nekilnojamojo turto brokerė

ir iš mažesnių miestelių. Kaip jie sako: iš pensijos mums neišeina sutaupyti, kad nors savaitę paatostogauti Palangoje, o įsigijus čia būstą, visas gyvenimas – kaip atostogos... Čia nevargina didmiesčių triukšmas, kamščiai, užterštas oras. Čia pušynai, jūra, ramybė ir gyvenimo džiaugsmas.

– Kokius NT projektus laikote sėkmingais? Kokius ne?

– Nelabai norėčiau vardinti, kurie projektai nekilnojamojo turto brokeriams atrodo nelabai sėkmingi. Pasakyčiau taip: viskas „juda“, vieni projektai – lėčiau, kiti – greičiau, kitus jau baigia išpirkti. Manau, visi projektų vystytojai yra patenkinti.

Nepaisant augančių kainų, vis daugiau būsto ieškančių gyventojų akys krypta į butus, esančius arčiau jūros, taip pat vilioja Birutės parkas. Kalbant apie kokybę, vis tik pirmoje vietoje išlieka „Pajūrio terasos“. Šis projekto vystytojas orientuojasi į kokybę, kuri matoma kiekvienam, net plika akimi, nereikia būti statybų ekspertu.

Patrauklus projektas – „Gintarinė kopa“. Tai vieta apsupta pušynų, iš terasos galima grožėtis saulėlydžiais, o tiesiai iš kiemo, per pušyną vos kelios minutės iki jūros.

– Ar tiesa, kad esant didelei NT paklausai, NT pasiūla Palangoje, ypač naujo būsto segmente nėra didelė?

– Esant didelei paklausai tiek naujų, tiek senos statybos butų miegamajame rajone, NT pasiūla yra išties nedidelė. Mažas pasirinkimas ir naujos statybos būstų, skirtų pastoviam gyvenimui. Kažkodėl mūsų projektų vystytojai labiau orientuojasi į poilsui skirtus butus. Nedidelės kvadratūros, poilsui skirti butai yra patys populiariausi, nes nėra labai brangūs, todėl daugeliui įperkami. Labai trūksta naujos statybos namų, kotedžų, skirtų pastoviam gyvenimui. Dabar daugelio lietuvių svajonė yra nedidelis namukas su gabalėliu žemės, o jei ir jūra netoli, tai jau – „svajonių būstas“. Tokie namai parduodami nespėjus jų pastatyti.

– Kokie projektai, kurie bus pradėti vystyti netoli moje ateityje, manote, kad yra verti didesnio dėmesio?

– Dauguma naujų projektų statomi visai šalia jūros, Kunigiškėse, centrinėje miesto dalyje pradėta statyti apie 20 butų. „Pajūrio terasų“ namas tikrai sulauks pirkėjų dėmesio. Ne tik dėl labai geros vietos, bet ir dėl projekto vystytojo teikiamos pirmenybės kokybei, kuri pirkėjams yra labai aktuali.

Dėmesio turėtų sulaukti ir „Birutės parko Vilos“. Modernus projektas Birutės parke – pačioje nuostabiausioje Palangos vietoje, prie pat Gintaro muziejaus ir Botanikos parko. Nuo jūros gyvenvietę skiria vos keli šimtai metrų nuostabaus pušyno. Tai – svajonių namai, ne tik norintiems praleisti atostogas, bet ir apsigyventi vienoje gražiausių pajūrio vietų.

– Kokia yra paklausa prabangiam būstui? Ar žinote, kiek kainuoja brangiausias namas?

– Prabangiems būstams yra atskiras pirkėjų kontingentas. Ne paslaptis, kad žymiai paprasčiau parduoti nedidelės kvadratūros butą už visiems prieinamą kainą, nei prabangius apartamentus ar prabangų namą. Todėl visi projektų vystytojai geriau imasi statyti kompaktiškus, nebrangius butus, nes juos parduodant – mažiau rizikos. Prabangiam būstui pirkėjo reikia ieškoti ilgiau ir tai gali užtrukti. Yra Palangoje daug brangaus nekilnojamojo turto ir jis kainuoja net po kelis milijonus eurų. Dažniausiai jų šeimininkai nenori reklamuotis. Nori, kad turtas butų parduotas „tyliai“. Ne paslaptis, kad tokiame būstui yra ir pirkėjų. Žinoma jų nėra daug, bet yra tikrai turtingų žmonių. Ne veltui sakoma – „kiekvienai prekei savo pirkėjas“. Ir tai yra tiesa. Iš savo praktikos galiu pasakyti, nieko nėra neparduodamo, tik reikia laiko ir, aišku, kaina turi būti protinga.

– Ar domimasi būsto įsigijimu senuosiuose miegamuosiuose rajonuose?

– Tikrai paklausūs yra senos statybos butai miegamajame Palangos rajone, bet ypač domimasi renovuotais butais su reguliuojamu šildymu. Šie butai yra didesnės kvadratūros, pigesni nei naujos statybos, turi rūsius, yra pritaikyti pastoviam gyvenimui. Gražiai sutvarkyta aplinka, treniruokliai, saugios vaikų žaidimų aikštelės, daug žalumos – dar vienas privalumas. Kaip ir šalia jų esantys prekybos centrai, daržovių kioskeliai, vaikų darželiai, mokyklos, dviračių takai, dabar – ir naujoji autobusų stotis. Čia gyvenimas vyksta tiek žiemą, tiek vasarą. Tačiau šių butų pasiūla labai minimali, o pirkėjų yra tikrai nemažai. Todėl sudėtinga kažką tinkamo pasiūlyti ieškantiems to-

Prabangiems būstams yra atskiras pirkėjų kontingentas. Ne paslaptis, kad žymiai paprasčiau parduoti nedidelės kvadratūros butą už visiems prieinamą kainą, nei prabangius apartamentus ar prabangų namą. Prabangiam būstui pirkėjo reikia ieškoti ilgiau ir tai gali užtrukti. Yra Palangoje daug brangaus nekilnojamojo turto ir jis kainuoja net po kelis milijonus eurų.

kio būsto. Ne paslaptis, kad šių butų kainos smarkiai kyla.

– Kaip nusipirkti būstą už gerą kainą? Ar turite „auksinių“ patarimų?

– Nekilnojamas turtas – viena didžiausių mūsų gyvenimo investicijų. Naujas būstas tampa geresnio gyvenimo pradžia. Todėl reikėtų rinktis atsakingai, nesivadovaujant emocijomis, gerai įvertinus visas galimybes ir konkrečiai žinoti poreikius. Aš visada pirkėjų pirmiausia klausiu: kokio būsto jūs ieškote: poilsui ar nuolatiniam gyvenimui? Tada jiems paaiškinu, kuo šie butai skiriasi ir kokį geriau rinktis vienu ar kitu atveju. Kai kurie pirkėjai atvyksta neišanalizavę būsto rinkos Palangoje, nežinodami kas kiek kainuoja, kas ir kur statoma, ką geriau pirkti – naujos ar senos statybos būstą. Jų vienintelis reikalavimas, kad jūra būtų arti. Todėl mūsų, NT brokerių, paslaugos yra tikrai reikalingos. Labai svarbu pasirinkti gerą NT brokerį. Galima paprašyti ir draugų, įsigijusių būstą Palangoje, rekomendacijų.

Dažnai, ko gero, matome skelbimą: „Parduodu be tarpininkų“. Kodėl visiems atrodo, kad tiesiai iš pardavėjo nupirkti yra pigiau? Taip galima labai apsigauti. Kai nekilnojamąjį turtą pardavimui siūlo NT brokeris, jis visada nustato realią rinkos kainą, nes mūsų tikslas yra parduoti, o ne pardavinėti. Savininkas gali prašyti tiek, kiek jis nori, nors tai gali visiškai neatitikti rinkos kainos. Todėl yra galimybė permokėti.

Dar vienas mitas, kad jeigu žmogui skubiai reikia pinigų, jis pigiai (būstą) parduoda. Kainas dabar žino visi, nors, žinoma, tokiais atvejais jas galima „neblogai“ pakoreguoti.

Priminčiau, kad nekilnojamojo turto rinkoje viskas matuojama atsiperkamumu per tam tikrą laiką. Jei perkate nuomai, reikėtų paskaičiuoti, per kiek laiko jums atsipirks būstas. Jei perkate gyvenimui, irgi reikėtų pasvarstyti, kad pasikeitus aplinkybėms, norint parduoti, nepatirtumėte nuostolių.

Pirkėjams noriu palinkėti gerų paieškų, sklandžių sandorių, smagaus įkurtuvių džiaugsmo bei gražių akimirų svajonių būste.

– Kaip galima su jumis susisiekti?

– Paskambinus telefonu +370 677 75 045 arba parašius į mano el. pašta: info@palangosnt.lt

Palanga – pirmasis miestas iš Vidurio ir Rytų Europos, surengsiantis Europos varinių pučiamųjų orkestrų čempionatą



Vyngantas Rekašius yra VšĮ „Palangos orkestras“ vadovas

Oi, kaip Palanga driokstels kitais metais – kurortas gavo teisę surengti Europos varinių pučiamųjų orkestrų čempionatą. Tikimasi, kad į Palangą atvyks iki 28 orkestrų iš visos Europos, o paskui juos – šimtai čempionato dalyvių ir tūkstančiai svečių. Apie neeilinį įvykį „Pajūrio žurnalas“ kalbėjosi su Vyngantu Rekašiumi, VšĮ „Palangos orkestras“, kuriam Palangos miesto savivaldybė pavedė organizuoti šį renginį, vadovu.

Linus JEGELEVIČIUS

– Pirmasis Europos varinių pučiamųjų orkestrų čempionatas buvo surengtas 1978 m. Londone, nuo tada dėl teisės rengti čempionatą kasmet tarpusavyje konkuruoja žinomi Vakarų Europos miestai. Palanga – pirmasis Vidurio ir Rytų Europos valstybės miestas, iškovojęs teisę surengti Europos varinių pučiamųjų orkestrų čempionatą. Kaip tai Palangai pavyko?

– Teisės surengti Europos varinių pučiamųjų orkestrų čempionatą (EBBC) Palanga siekė nuo 2013 metų – kuomet dar tik buvo planuojama rekonstruoti Palangos koncertų salę. Siekdama išlaikyti per 40 metų susiformavusį renginio prestižą, Europos varinių pučiamųjų instrumentų asociacija (EBBA) kelia itin didelius reika-

lavimus pageidaujantiems šį čempionatą organizuoti, tad norėdama tapti jo šeimininke, Palanga ne tik turėjo įrodyti turinti organizatorių komandos potencialą, bet ir pasiūlyti patogų susisiekimą su kurortu bei svečiams tinkamą infrastruktūrą. Ir be abejonės – pasiekti, jog kurorto Koncertų salė nepriekaištingai atitiktų keliamus reikalavimus. Galiausiai tai pavyko padaryti. Reikia pasakyti ir tai, kad Lietuva Europos varinių pučiamųjų orkestrų asociacijos (EBBA) nare yra nuo 2007 metų ir aktyviai siekė šį renginį pritraukti į Lietuvą, parodant mūsų muzikinės kultūros tradicijas ir pažangą, kurią varinių pučiamųjų instrumentų orkestrų žanras pasiekė per pastaruosius du nepriklausomybės dešimtmečius.

– **Kokie parengiamieji darbai jau vyksta ar prasi-
dės netrukus?**

– Galima sakyti, jog darbai kone nenutrūkstamai vyksta dar nuo tada, kai 2013 metais Palanga pareiškė norą tapti EBBC priimančiu miestu. 2014 metais pasirašėme bendradarbiavimo sutartį su Lietuvos varinių pučiamųjų instrumentų orkestrų asociacija, 2015 metais pastatyta Palangos koncertų salė, vyko keli jos akustikos testavimai, kurių metu Palangą aplankė geriausi Europos varinių pučiamųjų instrumentų orkestrai. Suformavome vietos organizatorių komandą, telkiame savanorius, kurių indėlis tokio masto renginyje labai svarbus. Periodiškai vyksta susitikimai su Europos varinių pučiamųjų orkestrų asociacijos (EBBA) prezidentu Ulf Rozenberg bei generaliniu sekretoriumi Kor Niehof ir visa asociacijos valdyba. Visi siekiame to paties tikslo – užtikrinti, kad prestižiškiausias varinių pučiamųjų instrumentų orkestrų renginys ir toliau išlaikytų šią kartelę, ir kas dar svarbiau, kad kiekvienas čia atvykstantis orkestrantas jaustųsi lyg namie – vertinamas ir gerbiamas.

– **Kaip bus atrinkti varinių pučiamųjų orkestrai dalyvauti čempionate? Ar jau žinoma, kurie dalyvaus? O orkestrų iš Lietuvos, Latvijos ir Estijos bus?**

– Teisę dalyvauti Europos čempionate įgyja šalių – asociacijos narių Nacionaliniuose čempionatuose nugalėję orkestrai. Didžioji dalis šių metų Nacionalinių konkursų dar tik įvyks, tad galutinis dalyvaujančių orkestrų sąrašas paaiškės šioms metams besibaigiant. Iš viso Palangoje tikimės pamatyti iki 28 orkestrų, kurie varžysis trijose kategorijose: Čempionų (Champion), Iššūkio (Challenge) ir Jaunimo (Development). Tiesa, jau galime pasidžiaugti, kad bene labiausiai pasaulyje apdovanotą varinių pučiamųjų instrumentų orkestrą „Cory Band“ Palangoje tikrai išvysime, mat jis laimėjo šių metų Europos čempionatą, vykusį Montreux, o tai reiškia, kad Velso atstovai ne tik varžysis Čempionų sekcijoje, bet ir pasirodys EBBC 2020 Gala koncerte.

Mūsų kaimyninės šalys – Latvija, Estija, beje, ir Lenkija nėra asociacijos narės, tačiau tai, kad čempionatas vyksta Baltijos regione ir arčiau nei bet kada, tikimės, paskatins atkreipti dėmesį į šį žanrą ir kaimyninėse šalyse. Tuo tarpu Lietuvos atstovai EBBC dalyvauja nuo 2005 metų. Šiomet Šveicarijoje vykusiame čempionate varžėsi du Lietuvos kolektyvai ir abu užėmė garbingas antrąsias vietas: „Challenge“ arba „Iššūkio“ kategorijoje puikiai pasirodė Lietuvos muzikos ir teatro akademijos varinių pučiamųjų instrumentų orkestras „BrassLT“, diriguojamas Russell Gray iš Jungtinės Karalystės, o Panevėžio rajono Naujamiesčio kultūros centro – Dailės galerijos jungtinis varinių pučiamųjų instrumentų orkestras „Aukštyn“ (dirigentas – Piet Visser, Nyderlandų Karalystė) sidabrą pelnė jaunimo iki 18 metų amžiaus (Development) kategorijoje. Tikimės, kad abu šie kolektyvai savo jėgas išbandys ir Palangoje.

– **Kokius pageidavimus čempionato „savininkai“ yra išreiškę Palangai dėl techninių ir organizacinių dalykų?**

– EBBC savininkai nuo 2015 metų, vertindami Palangos infrastruktūrą, pasiekiamumą, vietos organizatorių gebėjimus, Palangoje teikiamų apgyvendinimo paslaugų bei maitinimo kokybę, ypatingų papildomų pageidavimų neišreiškė. Didžioji organizacinių klausimų dalis siejama su pačio čempionato vieta, t. y. Palangos koncertų sale. Dėl renginio specifikos prie Palangos koncertų salės papildomai reikės įrengti patalpas orkestrų pasirošimui,

Teisė organizuoti EBBC 2020

– **tai įvertinimas ne tik Palangai, bet ir visai Lietuvai. 2015 metais EBBA atliktos analizės duomenimis, skaičiuojant minimaliais rodikliais, čempionatas sukuria apie 7000 lovardienų apgyvendinimo sektoriui.**

ekspozicinių stendų išdėstymui, lankytojų maitinimo paslaugų teikimui. Scenoje bus sumontuota akustinė kriauklė (Acoustic Shell). Taip pat svarbus kokybiško interneto ryšio užtikrinimas ir panašūs klausimai, kurie pasirodymo metu yra sprendžiami.

– **Kaip ir kur Palanga semiasi gerosios tokių čempionatų vykdymo patirties?**

– Niekas taip gerai nepadeda suvokti renginio visumos, kaip dalyvavimas jame, todėl pastaraisiais metais mūsų komandos nariai lankėsi EBBC įvairiose Europos valstybėse. Tai leidžia ne tik patirti čempionato dvasią ir mastelį, bet ir iš vidaus išnagrinėti jo struktūrą, integruotis į vietos organizatorių komandą ir sulaukti atsakymų į daugybę praktinių klausimų. Vien šiemet Palangos komanda žinių semtis vyko dukart: vasario mėnesį lankėsi Bergene, Norvegijoje vykusiame Nacionaliniame varinių pučiamųjų orkestrų čempionate, kuris savo dydžiu, struktūra ir dalyvių gausa prilygsta Europos čempionatui. Balandį žinių sėmėmės EBBC Šveicarijoje, o rudenį laukia kelionė į varinių pučiamųjų orkestrų muzikos lopšį – Didžiąją Britaniją.

– **Ar visi čempionato renginiai vyks tik naujoje Palangos koncertų salėje? Kur numatytas čempionato atidarymas ir uždarymas?**

– Taip, didžioji čempionato renginių dalis vyks Palangos koncertų salėje. Čia numatyti ir čempionato Gala koncertai. Čempionato atidarymas planuojamas nuostabiausioje kurorto vietoje – Palangos Birutės parką puošiančiuose Grafų Tiškevičių rūmuose. Tai ne tik būdas pristatyti Europai savo istoriją bei vertingą architektūrinį paveldą, bet ir simboliškas veiksmas – juk būtent Grafai Tiškevičiai laikomi orkestrinės muzikos tradicijos Palangoje pradininkais. Jos tąsa ir šiandien rūpinasi 66-erius metus kurorte muzikuojantis „Palangos orkestras“.

– **Kokią pridėtinę vertę čempionatas sukurs visam Lietuvos pajūrio regionui, Palangai?**

– Teisė rengti Europos varinių pučiamųjų orkestrų čempionatą Palangoje yra labai svarbus sprendimas, garsinantis Lietuvą, o tuo pačiu ir Palangą. Jei prieš šešerius metus EBBA šalių narių delegatams reikėjo rodyti kur yra Palanga, tai šiais metais tik nedaugelis jų dar nebuvo čia atvykę. Teisė organizuoti EBBC 2020 – tai įvertinimas ne tik Palangai, bet ir visai Lietuvai. 2015 metais EBBA atliktos analizės duomenimis, skaičiuojant minimaliais rodikliais, čempionatas sukuria apie 7000 lovardienų apgyvendinimo sektoriui. Atitinkamą naudą pajus ir maitinimo bei transporto paslaugų teikėjai, maisto prekių bei suvenyrų pardavėjai.

Palangos kurorto gyventojams ir svečiams – įspūdinga kultūrinė vasara

Renginių pasiūla Palangos kurhauzo, Palangos koncertų salėse, muziejuose ir kitose kurorto erdvėse liepos ir rugpjūčio mėnesį yra labai didelė, tad belieka pasirinkti, kas miela jūsų akims ir širdžiai.

Muzikinė Palangos Kurhauzo vasara

Vasaros sezoną pasitinkanti Palangos kurhauzo koncertų salė birželio-rugpjūčio mėn. kvies į daugiau nei 40 koncertų ir kitų renginių. Vasara Palangoje išsiskirs labai įvairialype, aukšto meninio lygio profesionaliosios muzikos programa, kuri bus pristatyta Kurhauzo koncertų salėje. Koncertines programas pristatys Tarptautinis M.K.Čiurlionio muzikos festivalis, vyks meistriskumo kursų „Piano masters 2019“, „Nomedos Kazlaus vokalo ir aktorinio meistriskumo vasaros akademijos“, Akordeonistų festivalio baigiamieji koncertai. Muzikines programas atliks ir žinomi Lietuvos atlikėjai, dainininkai – Liudas Mikalauskas (bosas), aktorius Vladas Bagdonas, Linksmieji klasikai su smuikininku Zbignevu Levickiu, populiariosios muzikos atlikėjai Irūna ir Marius Jampolskis ir kt.

Socialinė akcija „Pasveikink jūrą Palangoje“

Palanga ketvirtą kartą inicijuoja socialinę akciją „Pasveikink jūrą Palangoje“. Paskutinį liepos savaitgalį, pirmą kartą susitikti su jūra iš įvairių Lietuvos miestų ir miestelių atvyks sunkiai gyvenančių šeimų vaikai. Ši akcija organizuojama prisidedant prie Nacionalinės socialinio saugumo kampanijos „Už saugią Lietuvą“. Akcijos metu Palangoje pirmą kartą apsilankys apie 600 vaikų, kurių amžius nuo 7 iki 12 metų. Atvykusių vaikų laukia dviejų dienų programa, kurios svarbiausia dalis – susitikimas su jūra.

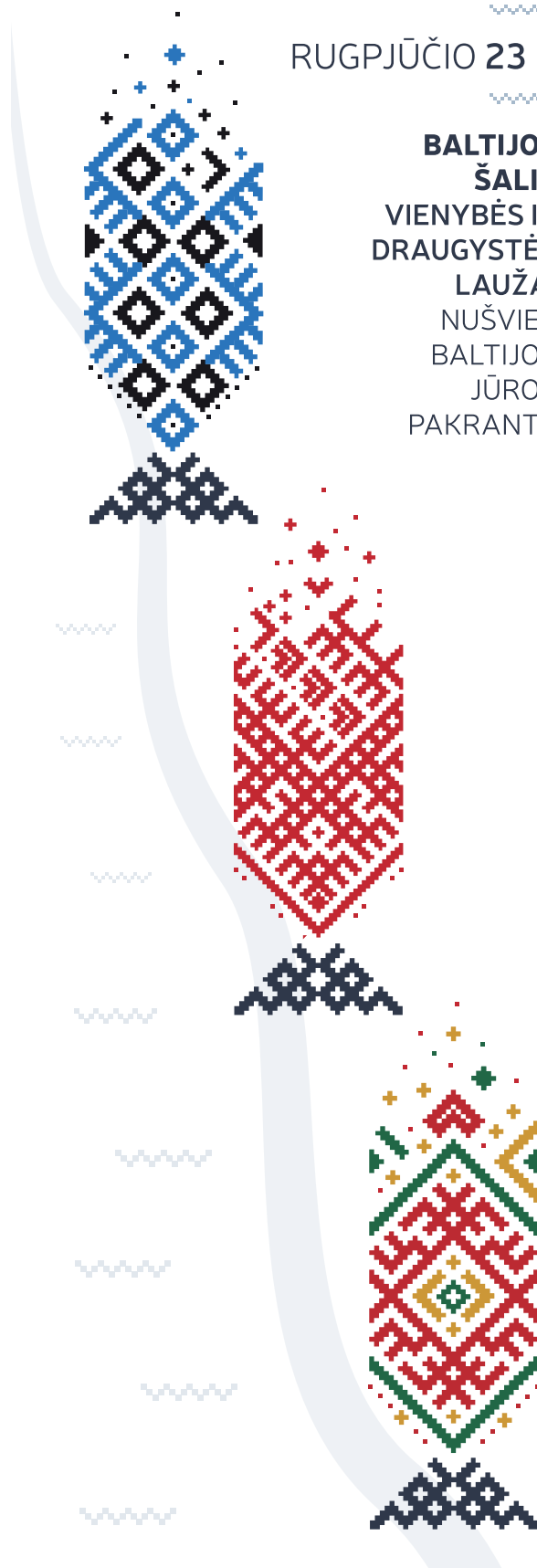
Baltijos kelio 30-metis

2019 metais minimos 30-osios Baltijos kelio metinės. 1989 m. rugpjūčio 23-ąją įvykęs Baltijos kelias – vienas didingiausių modernios Lietuvos istorijos epizodų. Šią dieną lietuviai, latviai ir estai drauge susijungė į 600 km besitęsusių žmonių grandinę ir taip pademonstravo visam pasauliui, kad yra pasiruošę taikiai kovoti dėl nepriklausomybės. Minint jubiliejinę datą, rugpjūčio 23 d. Baltijos jūros pakrantėje uždegsime vienybės ir draugystės laužus, kurie simbolizuoja draugystę, vienybę ir Baltijos šalių bendrą istoriją. Šventės metu vyks įvairūs kultūriniai renginiai – folkloro, tradicinių šokių vakarai, kuriuose aktyviai dalyvauti kviečiame Palangos bendruomenę ir kurorto svečius.

BALTIJOS KELIO 30-METIS

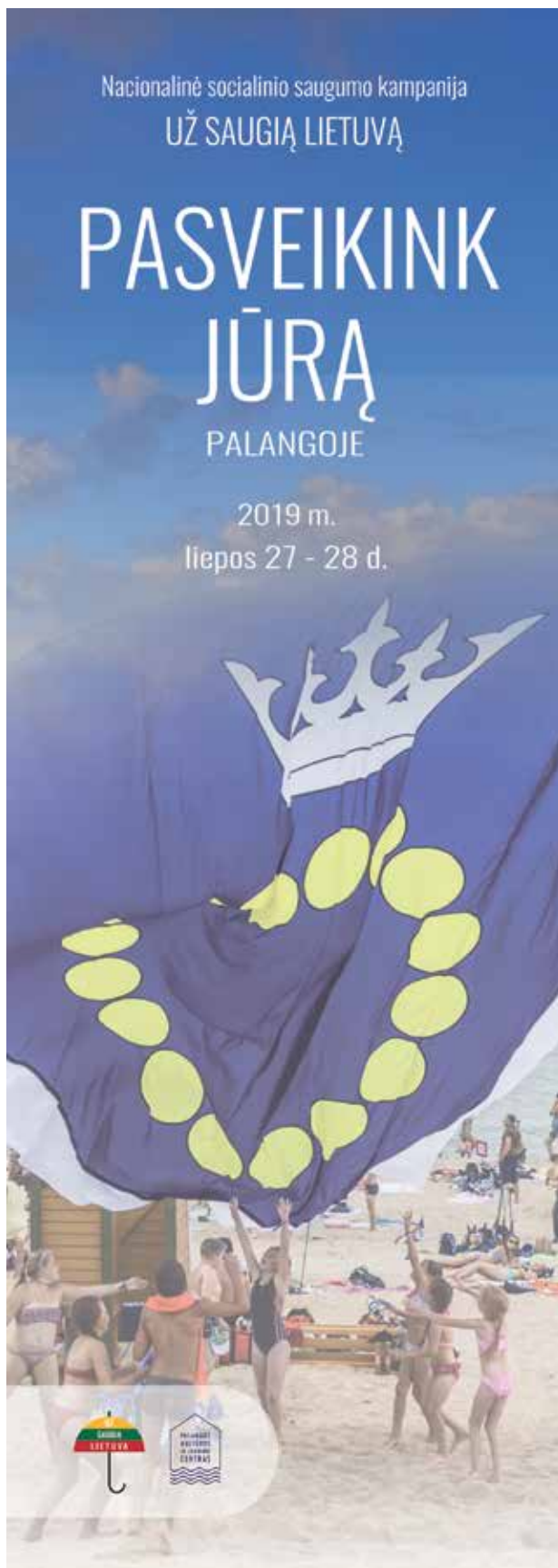
RUGPJŪČIO 23 D.

BALTIJOS
ŠALIŲ
VIENYBĖS IR
DRAUGYSTĖS
LAUŽAI
NUŠVIES
BALTIJOS
JŪROS
PAKRANTĘ



Tarptautinis liaudiškų šokių festivalis „Palangos miestely“

Palanga - senoji Kuršių žemė, vienas iš seniausių miestų ir didžiausių Lietuvos kurortų, turintis galias kultūrinės tradicijas. Miestas didžiuojasi vienu seniausių šokio ko-



lektvų Lietuvoje – Palangos „Bočiai“, kuris įkurtas 1961 m. ir kurio veikla niekada nebuvo nutrūkusi. Prie garbaus amžiaus šokių kolektyvo prisijungė ir vyresniųjų tautinių šokių grupė „Banguolis“.

2019 metai paskelbti Pasaulio lietuvių metais. Festivalis „Palangos miestely 2019“ yra vienas iš renginių, patvirtintų Pasaulio lietuvių metų minėjimo kalendoriuje.

TARPTAUTINIS LIAUDIŠKŲ ŠOKIŲ FESTIVALIS
„Palangos miestely“
2019 rugsėjo 21 d.
Pasaulio lietuvių metams

Festivalio atidarymas
Bendras visų dalyvių šokis
 Grafų Tiškevičių al.

Šventinė eisena
 Vytauto g., J. Basanavičiaus g.
 iki Jūrės ir Kastyčio skvero

Festivalio dalyvių pasirodymai
 Jūrės ir Kastyčio skveras,
 J. Basanavičiaus g. ir Birutės al. sankirta,
 Vytauto g. prie gen. J. Žemaičio paminklo

Pagrindinis festivalio tikslas – išsaugoti ir puoselėti lietuvišką tapatybę bei skatinti jaunąją kartą nepamiršti savo šaknų, ugdyti ir išlaikyti lietuviybės dvasią. Rugsėjo 21-22 dienomis Palangoje, jau ketvirtą kartą vyksiančiame festivalyje, dalyvaus per 300 šokėjų iš Lietuvos, Latvijos, Vokietijos, Ukrainos, Austrijos ir kitų šalių.

Palangos kultūros ir jaunimo centro inf.

Robertas Gabrys: „Net neįsivaizduoju, ką veikčiau be fotografijos“



„Minimalistinė savo charakteriu, dažniausiai monochrominė Roberto Gabrio fotografija išsiskiria veik neapčiuopiamu objektu/siužetu, todėl jo darbus galėtume įvardinti savotiška potapybine abstrakcija, kur fiksuojama apibrėžtis, faktūra, nuojauta. Roberto darbai – tai tylos ir pauzės estetika, bendravimas su žiūrovu dažniau lydimas vidujinio balso nei aiškaus žodžio“.

Žydrūnė JANKAUSKIENĖ

Savęs, savo kūrybos pristatymui R.Gabrys pasirenka būtent šiuos menotyrininkės Godos Giedraitytės žodžius.

Kita menotyrininkė, Danguolė Ruškienė, apie autoriaus kūrybą yra pasakiusi kiek kitaip. „Sąmoningai atmetus tai, kad Klaipėdos išskirtinumą nulėmė jos geografinė padėtis, galima teigti, kad ryškiausius jos bruožus suformavo istorija – palyginti dažna tautų, šeiminkavusių šioje teritorijoje, kaita. Jos, deja, ne visuomet prisidėdavo prie Klaipėdos kultūros ir tradicijų turtinimo, bet taip pat palikdavo gana ryškius neigiamų veiklų pėdsakus. Būtent tokia Klaipėda, apkibusi įvairiaspalviais ir daugiaplaniais istorinių įvykių sluoksniais, – Roberto Gabrio fotografijoje. Tai – miestas, kurio ypatybės lemia praityje palikti ženklai. Galbūt dėl šios priežasties R. Gabrys, ieškodamas charakteringiausių Klaipėdai reiškinų, apsistoja senamiestyje. Miesto zonoje, kurioje kaip niekur kitur koncentruojasi istorinė praeitis“.

Tie, kas matė R.Gabrio darbų, tikriausiai pastebėjo, jog juose itin retai galima pamatyti žmogų. Jis čia atsiranda, sušmėžuoja tarsi atsitiktinė peizažo detalė. Įdomus išskirtinumas šio fotomenininko kūryboje dar ir tai, kad jo Klaipėdoje nėra metų laikų. Apskritai, R.Gabrio darbai tarsi palieka žiūrovą vieną su Klaipėda ir ją gaubiančia amžinybe. Tad, kaip pastebi menotyrininkai, galbūt todėl, nors ir matyta tūkstančius kartų, Klaipėda čia atrodo dar ne iki galo pažinta, kitokia.

Ką apie save, savo kūrybą ir fotografiją galvoja pats fotomenininkas?

Kaune (Šančiuose) gimęs R. Gabrys sako, kad pasaulio suvokimo ir fotografijos subtilybių mokosi visą gyvenimą.

– Kada ir kaip tapote klaipėdiečiu?

– Kai mane atvežė į Klaipėdą, buvau paauglys. Man pasisekė, kad teko gyventi arti gamtos – Melnragėje, o vėliau ir Giruliuose. Išskirtinė pajūrio gamta, naujos pažintys ir paauglystė kūrė mano naujas patirtis. Pamilau Klaipėdą ir nuo to meto save vadinu klaipėdiečiu.

– Kas Jums yra fotografija: darbas, pomėgis?

– Fotografavimas man yra gyvenimo būdas, net neįsivaizduoju, ką veikčiau be fotografijos.

– Kaip ir kada ji atsirado Jūsų gyvenime? Koks buvo Jūsų pirmasis fotoaparatas, kokią techniką naudojate?

– Mano mokytojai pavyko sužadinti vaizduotę, pamatyti daiktus, kaip jie atrodytų iš nematomos pusės. Tai paskatino tyrinėti aplinką ir labiau domėtis fotografija.

Fotoaparata padovanojo giminaičiai aštuntajame dešimtmetyje, pirmoji fotografija (arba pirmas bandymas) buvo prosenelės portretas: ji šildėsi saulėje ant medinio suoliuko, su skarele ir iki žemės marga tamsia suknele, virš galvos žydėjo alyvos... Fotografavau ant nespaltotos juostelės, bet nuotaiką, pamenu, pavyko perteikti. O vėliau fo-



Roberto Gabrio nuotr.



tografija įtraukė kaip sukurs upėje, užbūrė visam gyvenimui – tai buvo stebuklas, kai pamatytą vaizdą gali perkelti ant fotopopieriaus, užsidaryti vonios kambaryje, kur paslaptina raudona šviesa ir nežinia kaip atsirandantys vaizdai popieriaus lapelyje. Ir tada perskaičiau pirmąją knygą apie fotografiją. Iš pradžių paruoštus ryškalus pirkdavau fotoprekių parduotuvėje, vėliau pagal įvairius receptus gamindavau pats. Chemikalus reikėdavo sverti mažomis svarstyklėmis po kelis miligramus, juos tirpinti reikiamoje temperatūroje ir sumaišyti tam tikru eiliškumu, - man tai buvo be galo įtraukiantis užsiėmimas. Aname amžiuje fotografavo ne visi, nes reikėjo daugiau žinių ir darbo, kad padarytum fotografiją, kurią gali parodyti draugams ar surengti parodą. Pirmasis aparatas tikriausiai buvo FED'as, vėliau pavyko įsigyti vokiškus, japoniškus fotoaparatus.

– Visi fotografai tam tikru metu išgyveno savotišką krizę, ne visi išlaikė šiuolaikinių technologijų išbandymą. Kaip tas metas atsiliepė Jūsų kūrybai?

– Kažkaip natūraliai viskas buvo, juk tai įvyko ne per vieną dieną. Fotografija – tai rezultatas, ką noriu išreikšti, todėl atlikimo techniką rinkausi pagal sumanymą. Skaitmeninė technika patogesnė, o dirbant analogine paprastai būna „gyvesnis vaizdas“, daugiau pustonių; aišku, kad tai pamatytum, reikia atidžiau įsižiūrėti į fotografiją.

– Esate pripažintas meno žmogus. Ką manote apie fotomenininko statusą – ar juo gali vadintis bet kas, kas geba nuspausti mobiliajame telefone mygtuką ir užfiksuoti, net jeigu ir išskirtinį momentą?

– Išskirtinis momentas gali pakliūti ir atsitiktiniam mygtuko spaudėjui. Fotografo specialybė, kaip ir kitos, reikalauja patirties, pastovaus mokymosi, noro atrasti, gebėjimo pamatyti, kas atrodo lyg ir nesvarbu ar neįdomu, ieškoti nesustojant ir tada turėtų gautis „geri dalykai“.

– Kaip reaguojate į jaunosios kartos kritiką, kad menas turi būti kitoks?

– Man patinka kritika, jeigu ji argumentuota, o atsakyti, koks menas „turi būti“, manau, neįmanoma. Dabar jaunimo mene daugiau bendravimo, daugiau išmąstymo ir šis menas iš žiūrovo reikalauja visapusiškų žinių, pasiruošimo.

– Kaip manote, kur link judės fotomenas? Ar išliks fotografo amatas apskritai?

– Kiekvieno laikmečio skirtingi poreikiai – tai, kas rodoma dabar, anksčiau buvo nesuprantama ar tiesiog nepadoru. Dabar kūryboje susilieja įvairios sritys: tyrinėjimas, vaizdas, garsas, įvairios technologijos. Galvoju, kad ir ateityje kažkas panašaus bus kuriama. Taigi, fotografijos ratas sukasi – nemažai fotografijos mylėtojų vėl grįžta prie senųjų technologijų, atranda fotografiją iš naujo. Dabartinės technologijos tobulėja tiesiog šuoliais, bet žmogus už fotoaparato, manau, dar ilgai bus reikalingas.

– Klaipėdos apskrities levos Simonaitytės bibliotekai padovanojot solidžią savo darbų kolekciją. Kodėl?

– Klaipėdos fotografijų ciklą pradėjau fotografuoti dar praėjusiame amžiuje. Bibliotekai padovanojau dokumentuotą skaitmeninių failų kolekciją, ji pasiekiamą tiek skaitytojui, tiek menotyrininkui. Mano sustabdytos akimirkos



jau tapo istorija ir dabar tyrinėtojas gali palyginti praeities ir dabarties senamiesčio vaizdus. Surinkau didžiulį darbų archyvą, esu išleidęs signalinį fotoknygos egzempliorių, tačiau išleisti fotoalbumui reikia lėšų. Vis dar ieškau leidėjų ir rėmėjų, manau, mums bendradarbiaujant, knyga apie mūsų Klaipėdos senamiestį pasieks skaitytoją.

– **Kodėl renkatės fotografuoti tuščią miestą? Juk dabar taip modernu rodyti gyvenimą tokį, koks yra: chaosas, skubėjimas, spalvinis triukšmas ir t.t., o pažvelgus Jūsų fotografijas viskas dingsta, paskęsta rūke, lieki vienas su savo miestu.**

– Klaipėda – fotogeniškas miestas, fotografuoju bet kokį jo veidą, bet šiame projekte miestas išsirinko mane... Todėl, kad čia gyvenu ir jį jaučiu, čia daug išgyventa, daug patirta – tai meilė ir duoklė šiai vietai. Kad pajausčiau ir įamžinčiau jūrinio miesto dvasią, rinkausi rudens ir pavasario laiką: kai miestas apsigaubia ūku, kai medžiai beveik be lapų, kai dramatiška šviesa, kai mažiau mašinų. Todėl senamiestis mano fotografijose labiau „be žmonių“, čia rečiau sutinkamas praeivis, tada miesto architektūra išsigrynina, leidžia save fotografuoti. Realizuojant šį sumanymą, niekur nepaskubėsi, reikia būti tinkamu metu iš anksto surastose vietose, kad žiūrovas patirtų tai, ką pajautėte Jūs.

– **Viena menotyrininkų užsiminė, jog apsistojoje Klaipėdos senamiestyje, ieškodamas kūrybinių impulsų. Kiek tame yra tiesos?**

– Mano sumanymas buvo fotografuoti Klaipėdos architektūrą, todėl pasirinkau senamiestį, nes tai -seniausia istorinė miesto dalis. Aš iš tiesų apsigyvenau senamiestyje, kad jį nufotografuočiau. Esu įsitikinęs, kad tik čia nuolat gyvenant, įmanoma būti reikiamoje vietoje ir reikiamu metu. Visas Klaipėdos senamiestis man yra įdomus, stebiu jį ir fotografuoju skirtingais metų laikais, todėl, einant į miestą, fotoaparatas visada su manimi. Kad kadre

neliktų trukdančios informacijos, tenka ištis nemažai išlaukti, būtina „sugauti“ šviesą ir atrasti tai, kas svarbiausia – išgrynintą senamiesčio architektūrą ir miesto būseną.

– **Tikėtina, kad per visą savo kūrybinį kelią išbandėt ne tik architektūrinį peizažą. Kokius žanrus dar esat įvaldę?**

– Fotografavau įvairiose srityse: ir portretą, ir peizažą, buvo laikas, kai buvau paniręs į makro fotografiją. Dirbau fotostudijoje, fotoreporteriu laikraščiuose, o šiuo metu užsiimu reklamine, daiktų ir natūrmortų fotografija. Šis darbas reikalauja ypatingo susikaupimo, specifinės technikos ir dažnai kelia naujus iššūkius.

– **Ar miesto fotografavimas jau galutinė stotelė, ar turit idėjų, planų į pasaulį pažvelgti bei mums jį parodyti dar kitu rakursu?**

– Tai tikrai ne „galutinė stotelė“, noriu padirbėti gatvės fotografijoje, praplėsti žinias portreto srityje, dar laukia kiti projektiniai darbai, ir gyvenimas vis kažką „noriai“ koreguoja.

– **Ko palinkėtumėte žurnalo „Lietuvos pajūris“ skaitytojams? Gal jie, eidami jūsų pėdomis, galėtų Klaipėdą atrasti iš naujo?**

– Linkiu ieškoti ir patirti atradimo džiaugsmą, atrasti savą kūrybos kelią.

**Fotoaparata padovanojo
giminaičiai aštuntajame dešim-
tmetyje, pirmoji fotografija buvo
prosenelės portretas:**



Važiuokite į Palangą, Kauną
ir Vilnių su Palangos vežėja



**GREITIEJI EKSPRESAI
Į VILNIŲ:**

9:45; 12:00; 18:20 val. iš Šventosios AS
10:15; 12:30; 18:50 val. iš Palangos AS

**GREITIEJI EKSPRESAI
Į KAUNĄ:**

6:05 val. iš Šventosios AS
6:30 val. iš Palangos AS

**Komfortabilių turistinių autobusų nuoma
jūsų kelionėms Lietuvoje ir už jos ribų**

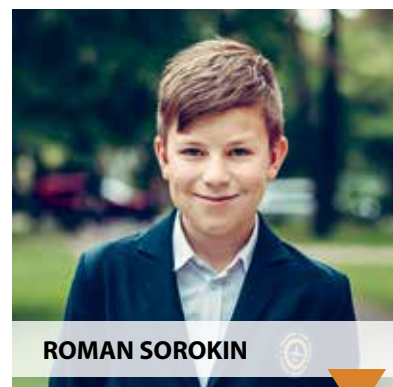
Tel. + 370 460 43141, el. p. nuoma@vlasava.lt
Adresas: Medvalakio g.16, Palanga

Naujojo Lietuvos šimtmečio vaikai Laiptai į sėkmę Palangos Vlodo Jurgučio pagrindinėje mokykloje



SOLISTAI: DOMANTAS VAITKUS, PAULĖ VIŠOCKYTĖ, MARIJA VIEVERSYTĖ, MĖTA VISMINAITĖ, EVA JOKŠAITĖ

Respublikinių, tarptautinių konkursų Ispanijoje, Latvijoje, Lietuvoje prizinių vietų laimėtojai, įvairių muzikinių televizinių projektų, festivalių Latvijoje, Lietuvoje laureatai, paramos renginių, koncertų dalyviai.



ROMAN SOROKIN

6b klasės mokinys, matematikos konkursų nugalėtojas. Tarptautiniame matematikos konkurse „Kengūra 2019“ pateko į Lietuvos geriausiųjų 50-tuką.



LIEPA BUDGINAITĖ

7 b klasės mokinė, įvairių piešinių konkursų laimėtoja. Respublikinio piešinių konkurso, skirto „Europos kalbų diena paminėti 2018“ I vietos laimėtoja. Darbas eksponuotas Lietuvos Respublikos seime, kur ir buvo įteiktas apdovanojimas. Valstybės vaikų teisių apsaugos ir įvaikinimo tarnybos organizuotame vaikų piešinių konkurse „Kaip įsivaizduoji vaiko teisių gynėją?“ pasižymėjo originaliu, kūrybišku žvilgsniu ir laimėjo I vietą.



GODA MOTIEJAITYTĖ

5c klasės mokinė. Mokosi puikiai. Tarptautinių baletų šokėjų konkursų bronzos, aukso medalių laimėtoja. Išrinkta į Pasaulio baletų šokėjų TOP10.



LUKRECIJA LUKOŠYTĖ

7c klasės mokinė. Tarptautinės anglų olimpiados KINGS II vietos laimėtoja, projekto „Kalbų Kengūra 2019“ anglų kalbos programos auksinės kengūros diplomo laimėtoja, buvo apdovanota specialiu prizu – kelione į Čekiją.



JUOZAS KORSAKAS

6a klasės mokinys – aktyvus mokyklų tarybos narys, nuolatinis renginių vedėjas. Matematikos konkursų laimėtojas. Tarptautinio matematikos konkurso PANGEA 2019 I vietos laimėtojas.

Laimono Tamošiūno nuotr.

**CHORAS „VĖTRA“**

Daugelio muzikinių festivalių, televizinių projektų, paramos koncertų dalyvis, laureatas, reprezentuojantis ne tik savo mokyklą, bet ir savo miestą įvairiuose prestižiniuose respublikiniuose, tarptautiniuose renginiuose.

**MŪZA SVETICKAITĖ**

8a klasės mokinė. Mokosi puikiai. Lietuvos Nacionalinio radijo ir televizijos projekto „Lietuvos tūkstantmečio vaikai“ finalo II vietos laimėtoja. Nacionalinio konkurso „Lietuvos istorijos žinovas“ II etapo Lietuvos Respublikos seime I vietos laimėtoja. 51-ojo Lietuvos mokinių jaunųjų filologų konkurso II vietos laimėtoja, 2-ojo respublikinio poezijos konkurso „Haiku Palangai 2019“ I vietos laimėtoja.

**JUSTĖ VERONIKA JOCYTĖ**

7a klasės mokinė, moksleivių krepšinio lygos mergaičių čempionatų U14 ir U16 čempionė. U16 Lietuvos rinktinės narė ir Europos mergaičių lygos sidabro medalių laimėtoja. Atstovo Europos rinktinę „Jr.NBA“ Pasaulio čempionate JAV ir iškovojo sidabro medalį.

**ROBERTA BRASAITĖ**

5b klasės mokinė, moksleivių meninio skaitymo konkursų nugalėtoja. Klaipėdos apskrities Meninio skaitymo ir dainuojamosios poezijos konkursas „Lietuviško žodžio šviesoje...“ pagrindinio prizo laimėtoja.

**ŠOKIŲ STUDIJA „VĖTRUNGĖ“**

Tarptautinių šokių konkursų: „I.V.E. Ostsee Dance Cup 2019“ Vokietijoje, laimėtas pagrindinis prizas – „Mero Taurė“, „Baltic Amber Jurmala 2019“ Latvijoje, laimėtas Grand Prix, „Baltik amber Suvalki 2018“ laimėtos I vietos. Respublikinių šokių konkursų prizinių vietų laimėtoja, televizinių projektų dalyvė.

Buvę „Shodan“ auklėtiniai: „Shodan“ buvo geriausia gyvenimo mokykla

Kur užmezgamos ištis tvirtos draugystės? Kur it plienas (už)grūdinamas charakteris, kuris gyvenime padeda įveikti ne tik sunkumus, išbandymus, net kritines situacijas, bet, svarbiausia, ir save? Ir iš kur dažnai plūsta ryškiausi paauglystės prisiminimai? Net ir praėjus daugeliui metų, šiandien skirtinguose žemės kampeliuose esantys keturi pajūriečiai – Julija, Henrikas, Erika ir Arnas – pritariamai linkteli galvomis: karatė kyokushin mokykloje „Shodan“, pirmoje tokioje mokykloje Vakarų Lietuvoje.

Lukas JOGAILA

Buvo tarytum antroji šeima

„Ir „Shodan“, ir visa kyokushin karatė organizacija man buvo lyg antroji šeima, kurioje praleisdavau didžiąją laisvalaikio dalį,“ – prisimena Julija Glotovaitė, klaipėdietė, kuri, baigusi mokslus, dabar dirba duomenų analitike, taip pat mokosi robotizavimo.



Mergina šalies jaunimo karatė kyokushin čempionatuose yra pasidabinusi ne vienu medaliu, tačiau šiandien ji yra įsitikinusi, kad didžiausias jos pelnytas apdovanojimas – atsakinga, savimi pasitikinti ir ryžtinga asmenybė.

„Nė minutę neabejoju: jeigu ne „Shodan“, šiandien būčiau kitokia. Šios mokyklos indėlis į mano asmenybės formavimą buvo universalus: ugdė tvirtą kovotojos charakterį, grūdino ant tatamio ir už jo, mokė pasiekti savo tikslų, skatino užmegzti tvirtus ir motyvuojančius santykius su kolegomis, draugais, komandos nariais. Svarbiausia, kad išmokau ir kitiems padėti,“ – mergina sakė, Lietuvos pajūriui.

Nuo merginos kovų ant tatamio jau praėjo beveik dešimt metų, tačiau kai kurias draugystes, užmegztas „Shodan“, ji iki šiol puoselėja.

„Mokykloje pradėtos draugystės – tvirtos. Taip, žmonės „išsibarsto“ po pasaulį, atsiranda nauji draugai ir kiti interesai. Tačiau meilė sportui, ypač karatė kyokushin mus iki šiol vienija – bendraujame socialiniuose tinkluose, susitinkame karatė kyokushin varžybose. Tiek puikių akimirkų! Taip smagu jose išvysti buvusias drauges iš „Shodan“, – sakė Julija.

Ar mergina rekomenduotų šią mokyklą naujos kartos vaikams, paaugliams?

„Žinoma!“ – Julija nesuabejoja nė akimirka. „Shodan“ rekomendacijų net nebereikia, kai yra pelnytas toks geras vardas,“ – pridūrė.

Buęs „shodanietis“ dirba prestižinėje advokatų bendrijoje

Henrikas Stelmokaitis prieš 10 metų taip pat dar smagiai visiems kibo į atlapus – tiesiogine žodžio prasme! – ant tatamio „Shodan“ treniruotėse ir varžybose (vaikinas savo kolekcijoje turi ne vieną medalį ir taurę!). Šiandien jis, baigęs teisės mokslus, dirba teisininku advokatų profesinėje bendrijoje „Motieka ir Audzevičius“, specializuojasi konkurencijos teisės bylose.

„Maždaug kartą į metus taip pat vedu mokymus neurolingvistinio programavimo, psichologinės jurisprudencijos temomis. Kas yra neurolingvistinis programavimas galima paskaityti mano knygoje „Naudinga, Lengva, Pritaikoma“, o apie konkurencijos teisės baicias ir juokingas vingrybes – mano įrašuose LinkedIn. Šios dvi gyvenimo sritys puikiai papildė vieną kitą, nors teisei skiriu didžiąją dalį laiko. O visą „laisvą“ laiką skiriu šeimai – penkių metų Aaronui ir pusantrų metų Elzei,“ – pasakoja jis.



Ar „Shodan“ ir karatė prisidėjo prie jo asmenybės formavimo?

„Ko tikrai neišmokau kitur, o tik „Shodan“ pas Luką Kubilių (mokyklos įkūrėją – aut.) yra tikslo siekimas, ne-

paisant fizinio skausmo ar jėgų stygiaus. Prisimenu jo žodžius: kai jau atrodo, kad nėra jėgų, jų iš tiesų dar yra mažiausiai tiek pat.

„O kai ir šitas jėgas sunaudoji, jų lieka dar keliems smūgiams ar atsispaudimams. Tai nuolat prisimenu savo gyvenime. Kai, regis, jau atrodo, kad baigiasi kantrybė, suvokių, kad galiu iškentėti dar tiek pat vaikų išdaigų,“ – šypsojosi Henrikas. Surimtėjęs jis pasitelkė ir kitą pavyzdį: „Kai darbe atrodo, kad jau atidaviau visas jėgas pasiruošti bylai, pradedu galvoti kaip tuomet ant tatamio: vadinasi, faktų analizė ir argumentų vystymas dar yra tik įpusėtas, dar liko įveikti pusė kelio. Aš tai galiu!“

Jaunas vyras „Lietuvos pajūriui“ atskleidė, kaip užgrūdintas kūnas ir charakteris jam padėjo bene kritiškiausią gyvenimo valandą.

Skendo, bet krantą pasiekė sutelkęs valios jėgas

„Kartą taip atsitiko, kad viename ežere tiesiog nuplaučiau per toli. Atrodė, kad jėgos niekada nesibaigs. Pasukus link kranto, jis man visai neartėjo... Kai pradėjo trūkti oro, o raumenis ėmė traukti mėšlungis, nepasiduoti panikai padėjo tik suvokimas, išmoktas „Shodan“: kai jau, regis, visai nebelieka jėgų, kovoti, nes jų dar yra paslėptų, jų iš kažkur atsiranda didelės valios pastangomis... Tad, jėgoms tuomet mane vandenyje apleidžiant, sau pasakiau: raumenys dar turi jėgų likučių, ir pailsėti galėsiu krante, o ne dugne... Jei nebūčiau sau šito tuomet ežere įsiteigęs, šių eilučių, ko gero, jau šiandien neskaitytumėte,“ – pasakojo H. Stelmokaitis. „Mano šilčiausi prisiminimai iš „Shodan“ driekiasi atminties siūlais ir į vieną vėsų vakarą, kuomet būrys mūsų „shodaniečių“ iki išnaktų vakarojo karatė stovykloje, o aš brazdinau gitara joje,“ – prisiminė vyras.

Kai šiandien jis Vilniuje ar Klaipėdoje gatvėje prasilenkia su buvusiais karatė mokyklos draugais, jiems šypsteli ar paspaudžia ranką.

„Juk tiek kartu išlieta prakaito. Pagarba žmogui, išėjusiam „Shodan“ mokyklą, svarbiausia, ji niekada niekur gyvenime nedings,“ – sakė pašnekovas.

Ar ūgtelėjus vaikams, jis juos atves į „Shodan“ mokyklą?

„Jei „Shodan“ atidarys skyrių Vilniuje, jie jau pirmą dieną stovės prie jos durų! Aaroną jau pradėsime mokyti vertybių ir fizinio aktyvumo viename Vilniaus karatė kyokushin klubų jau šį rudenį. Elzytė tokiam sportui dar šiek tiek per jauna,“ – sakė laimingas tėtis.

„Shodan“ veiklą stebiu nuolatos ir negaliu atsidžiaugti – pirmi varžybose, pirmi rungtynėse, pirmi Lietuvoje. Šios mokyklos filosofija, etika, profesionalumas – aukščiausio lygio, todėl, žinoma, aš „Shodan“ visiems rekomenduoju,“ – sakė teisininkas.

Karatė išugdė drausmę ir valią

O buvęs „shodanietis“ Arnas Augutis augo Kretingoje, studijavo grafinį dizainą Vilniaus Dailės Akademijoje. Šiuo metu vaikinai dirba dizaino agentūroje „Folk“, įvairioms kompanijoms ir įmonėms kuria grafinį identitetą, daro kitus grafinio dizaino darbus, taip pat piešia iliustracijas, piešinius.

„Man karatė išugdė discipliną. Tikrai prisidėjo prie valios ugdymo, gebėjimo susikaupti ties viena užduotimi,“ – sakė jis.

Paklaustas apie ryškiausius prisiminus iš „Shodan“, Arnas pastebėjo, kad kiekviena treniruotė buvo nepakartojama.



„Jos būdavo tokios įvairios, mokykloje buvo tikrai įdomu ir nenusibosdavo. Gerai prisimenu keletą varžybų, kuriose man teko kovoti su stipresniais priešininkais ir juos įveikti,“ – sakė A. Augutis.

Jam su kitais draugais iš „Shodan“ dabar netenka dažnai susitikti, nes dauguma jų gyvena visame pasaulyje, tačiau susitikus, nuolat visus aplanko geri prisiminimai.

„Karatė rekomenduočiau visiems, nes tai yra universalus sportas, pagrįstas ne vien fiziniu krūviu ar technika, bet ir pagarba bei tradicijomis. Ir, žinoma, patarčiau to mokyti geriausiame klube, tai yra – „Shodan“, – sakė jis.

Buvusi „shodanietė“ netrukus sės už lėktuvo šturvalo

Buvusi „shodanietė“ Erika šiuo metu gyvena Vilniuje, rengiasi tapti komercinių lėktuvų pilote.

„Kai prisimenu „Shodan“ ir ko mus joje mokė treneriai, man pirmiausia į galvą ateina pagarba. Visiems. Savo bendražygiams ir mokytojams, kitaminčiams. Joje išmokau punktualumo, vienybės, vidinės ramybės, tvirtumo, būti savimi,“ – pasakojo Erika.



Jos ryškiausias prisiminimas iš „Shodan“ – pirmoji treniruotė.

„Prieš ją jaudinausi iki drebulio. Tačiau kai ji baigėsi, namo grįžau su šypsena. Buvau dėkinga broliui, kurio dėka joje ir atsidūriau,“ – sakė mergina. „Aš be galo pasiilgstu savo „Shodan“ mokytojų, kurie, nepaisant didelio užimtumo, iki šiol su visais buvusiais auklėtiniais bendrauja lyg būtų geriausi kiekvieno draugai!“ – šypsojosi būsimoji pilotė.



Palangą šiemet puošia apie 200 tūkstančių 70 rūšių gėlių

Per beveik 50 metų UAB „Palangos komunalinio ūkio“ vadybininkės miesto apželdinimui ir želdinių priežiūrai Gražinos Kuleševičienės profesiniame gyvenime pasitaikė ir labai linksmų akimirų. Kai vienais metais komunalinio gėlių priežiūrėtojos padarė kompoziciją iš gėlių ir tarpusavy ginčijosi, ar ji labiau primena boružę, ar kolorado vabalą, prie jų pribėgo mažas vaikas ir ėmė klykti, rodydamas tėvams pirštu į ją: „Mama, tėtė, kokia graži boružėlė!“ O kitą kartą ponė Gražina, „palaiminusi“ gėlių kompoziciją, vaizduojančią ančiuką, su ašaromis akyse stebėjo, kaip iš nežinia kur atsiradęs vaikutis prie jos ėmė trypti ančiukų šokį. Po akimirkos prie mažojo prisijungė ir tėveliai. „Vaizdas buvo tarsi iš linksmo filmo. Tai – geriausias mūsų darbo įvertinimas,“ – juokėsi G. Kuleševičienė.

Lukas JOGAILA

Teisybės dėlei, būta ir liūdnesnių akimirų: kartą, naujai pasodintą gėlyną „žalias“ jaunimėlis per naktį taip sutrypė linksmindamasis, kad ryte atvykusios gėlynų priežiūrėtojos teiravosi viena kitos, kada ir kas spėjo ant gėlynasfalto išlieti...

Kas jau kas, o G. Kuleševičienė Palangą žino kaip savo penkis pirštus, o gėles, jų ypatumus išmano tarsi botanikos profesorė. Anot jos, kiekvienas Palangos gėlynas turi savo unikalią istoriją.

Ji, visų stebuklų kūrėja, drauge su komunalinio ūkio moterimis Palangą prieš sezoną papuošė pelargonijomis, našlaitėmis, neužmirštuolėmis, surfinijomis, ichondrijomis, salvinijomis, begonijomis, dracenomis, cinerarijomis, magnolijomis, lisimachijomis ir kitomis gėlėmis. Pasodinti ir dekoratyviniai krūmai ir medžiai, pavyzdžiai, diemedžiai, platanai.

Lisimachijų, kurių anksčiau Palangoje nebuvo, ilgai ieškojo, kol Lenkijoje pagaliau rado tinkamą pasiūlymą. Šiemet apželdintojos Palangą pirmą kartą papuošė ir artišoku.

„Kai pamačiau jį vazose Italijoje, man labai patiko. Labai gražūs lapai. Jį galima pamatyti įvažiuojant į Palangą,“ – sakė miesto komunalinio įmonės vadybininkė.

Anksčiau miesto komunalinis ūkis sodindavo ir rožes, tačiau jų buvo atsisakyta.

„Jos – kilmingos gėlės, joms reikia specialių erdvių, skverų, tam tikro istorinio ar kultūrinio fono. Be to, žinia, rožės – nepigios, tad turime skaičiuoti kiekvieną centą,“ – sakė ponė Gražina.

Apie 70 rūšių įvairiausių gėlių ir želdinių arba apie 200 tūkstančių gėlių – tiek šiais metais UAB „Palangos komunalinio ūkio“ gėlynų priežiūrėtojos jų įspraudė į žemę dekoruodamos miestą. Palangoje gėlynai užima šiek tiek daugiau nei 7 tūkstančius kvadratinų metrų.

Kai kurie gėlių laikikliai iš metalo konstrukcijų yra verti atskiros kalbos. Su tokia fantazija ir polėkiu sulankstyti,



Gražina Kuleševičienė jau beveik 50 metų dirba Palangos komunalinio ūkio įmonėje



kad labiau primena meno kūrinius nei paprastas metalo konstrukcijas.

„Ir joms, ir gėlynų formoms, kompozicijoms „pasigau-
nu“ idėjų internete, žinoma, ir pati daug fantazuoju. Kai
kurias idėjas atsivežiau iš Jungtinių Amerikos Valstijų,
Vokietijos, Lenkijos ar iš Latvijos. Aš daug keliauju. Žmo-
nės žino, kad nuolat „gaudau“ idėjas, tad jie, pabuvoję
užsienyje, mielai su manimi dalinasi įspūdžiais – ką ir kur
matė,“ – sakė energinga moteris.

Pavyzdžiui, „delfinukų“ ir „laivelių“ gėlių konstrukcijų
idėjas G. Kuleševičienė atsivežė iš Vokietijos. O „gervių“
kompozicijas, puošiančias Palangos autobusų stotį, „pasi-
skolino“ iš Jungtinių Arabų Emiratų. Kai kurių senų kom-
pozicijų buvo atsisakyta, jas pakeitė naujos.

Anot G. Kuleševičienės, miesto gražinimui – gėlynams
ir vejoms, jų sodinimui ir priežiūrai – skiriama apie 10 pro-
centų komunalinio ūkio biudžeto.

„Gėlių sodinimui paprastai sugaištame apie mėnesį“, –
sakė G. Kuleševičienė, kuri per mėnesį po miestą jo tvarkybos
reikalais nuvažiuoja apie 1500 kilometrų. „Kartais per dieną
nuvažiuoju net 100 kilometrų vien Palangoje“, – juokėsi ji.

Labiausiai ponia Gražina džiaugiasi savo komanda,
uoliai triūsiančiomis apželdintojomis, kurių miesto ko-
munalinio įmonėje dirba keturios.

Žinoma, ne mažiau svarbu, kad gėlės įmonę iš tiekėjų
pasiektų gražios, tvarkingos. Jau daug metų gėles „Palan-

gos komunaliniam ūkiui“ veža tiekėjas, gėlių augintojas
iš Šalčininkų rajono.

„Jis – žemaitis, tai važiuodamas į tėviškę ir pas mus už-
suka. Labai gerai dirba žmogus, sąžiningas, o gėlytės jo
– labai gražios“, – gyrė tiekėją ponia Gražina.

Moteris pati renkasi, kokias gėles užsakyti.

„Žinoma, toks pasitikėjimas mane įpareigoja, bet ir
mūsų naujasis direktorius (Gediminas Valinevičius) daug
žino apie gėles. Man gražu, kai vyrai mėgsta ir nusimano
apie gėles,“ – sakė pašnekovė.

Kartais ir jai, gėlių žinovei, sunku pasakyti, kodėl viena
ar kita gėlytė kurioje nors naujoje vietoje sunkiai prisitai-
ko, neauga.

„Kai atsiradė muzikinis fontanas, prie jo moterys pa-
sodino gėlių, tačiau jos vis neprigydo. Atvirai pasakius,
nežinau kodėl. Todėl fontaną teko apsodinti dekoratyvi-
niais krūmais. Jie gerokai atsparesni nei gėlės, o estetinė
prasmė, ne mažiau puošnūs,“ – sakė G. Kuleševičienė.

Jos kiekvienas rytmetis „Palangos komunaliniame
ūkyje“ prasideda labai panašiai – duodant nurodymus
apželdintojoms. Žinoma, ne tik joms – juk gėlynus reikia
ir laistyti, ravėti.

„Kiekviena diena – tokia pat, panaši, bet kartu kiekvie-
na jų – ir labai skirtinga,“ – sakė G. Kuleševičienė.

Abejoti tuo neverta. Sveiki atvykę į gėlėmis mirgančią
Palangą!

Belgų Malmar džiaugiasi atradusi Klaipėdą ir jos kvalifikuotą jauną darbo jėgą

Malmar bendrovė, kuri yra viena iš pirmaujančių tarp metalo komponentus automobiliams ir statybos pramonei gaminančių įmonių Europoje, jau tvirtai įžengė į Baltijos šalis. Jos gamykla Latvijoje, Ventspilyje, jau veikia 12 metų, o Malmar gamykla Klaipėdoje šią vasarą švenčia pirmąsias savo metines. Sėkmingam įmonės startui mūsų uostamiestyje buvo svarbi ne tik palanki verslo aplinka čia, tačiau lygiai taip pat svarbu buvo ir tai, kad Klaipėdoje yra kvalifikuotos darbo jėgos, galinčios susidoroti su technologiniais iššūkiais.

Lukas JOGAILA



Klaipėdietis Rokas „Malmar“ dirba septynis mėnesius. „Gamykla yra sudariusi geras profesinio augimo galimybes,“ – sakė jis

„Vienas iš svarbiausių prioritetų mūsų kompanijoje yra dėmesys darbuotojams ir mūsų klientams. Kalbant apie darbuotojus, mes nereikalaujame iš jų ypatingų kvalifikacijų – mes priimame juos į darbą be reikiamos patirties, tačiau apmokome savo gamyklose,“ – žurnalui „Lietuvos pajūris“ sakė Dorsan de Buysscher, Malmar Group direktorius. „Vienintelis dalykas, ko mes pageidaujame, kad žmonės būtų motyvuoti ir nebijotų mokytis, kad dirbtų kaip vieninga komanda.“

Kai lankėmės šios belgų bendrovės gamykloje Klaipėdoje, įsikūrusioje Svajonės g. 22, nustebino tarsi laikrodžio mechanizme suderinti, sinchronizuoti jos darbuotojų veiksmas. Daugeliui jų tenka dirbti su itin preciziškomis lazerio staklėmis – Malmar produkcija yra žinoma dėl savo aukštos kokybės gaminių.

Mūsų pokalbio metu ponas Dorsan ypač daug dėmesio skyrė naujų darbuotojų priėmimo į darbą temai. Anot jo, Malmar suteikia visas galimybes tobulėti, siūlo konku-

rencingą atlyginimą, o geriausius savo darbuotojus skatina suteikdama jiems karjeros galimybes.

„Pavyzdžiui, mūsų gamybos vadovas Ventspilio gamykloje pradėjo dirbti kaip lazerio staklių operatorius, tačiau sėkmingai kopė karjeros laipteliais. Mūsų siekis, kad mūsų darbuotojai nuolat tobulėtų ir augtų kartu su visa kompanija,“ – sakė Dorsan de Buysscher.

„Mūsų kompanija yra palyginus nedidelė, valdoma tos pačios šeimos narių, todėl mes norime visiems savo darbuotojams sukurti jausmą, kad jie yra dalis vienos didelės šeimos. Mes skatiname visus darbuotojus dirbti kartu, dalintis savo patirtimi, imtis atsakomybės ir generuoti naujas idėjas, kurios yra labai svarbios gerinant visą gamybos procesą. Visuose mūsų kompanijos padaliniuose mes pabrėžiame mūsų svarbiausias vertybes: bendradarbiavimą, darbo našumą, sprendimų skaidrumą ir kokybės siekimą,“ – pabrėžė ponas Dorsan.

Malmar Klaipėdos gamykloje pašnekinau Roką, palinkusį prie staklių.

„Malmar dirbu septynis mėnesius. Dirbti šioje gamykloje man rekomendavo draugas, kuris čia taip pat dirba. Jis gyrė gamyklą vadovų požiūrį į darbuotojus, sakė, kad gamykla yra sudariusi geras profesinio augimo galimybes. Įsitikinau ir pats, kad tai – tiesa,“ – sakė klaipėdietis.

Malmar gamykloje Ventspilyje dirba 280 darbuotojų, o Klaipėdoje – 50.

Kurti gamyklą mūsų uostamiestyje buvo nuspręsta dėl palankios geografinės padėties ir plataus metalo konstrukcijų gaminių poreikio.

„Malmar“ gamykloje Klaipėdoje dirbama ne tik su moderniais metalo pjovimo lazeriais, bet ir metalo lenkimo staklėmis, suvirinimo robotais, o visa gamyba kontroliuojama nuotoliniu būdu. Gamykloje per mėnesį perdirbama apie 250 tonų metalo ir pagaminama tūkstančiai detalių sunkiasvoriams automobiliams, kurios siunčiamos į Europoje veikiančius bendrovės sandėlius Lenkijoje ir Belgijoje. Iš jų detalės keliauja į visame pasaulyje įsikūru-



„Malmar Lietuva“ gamyklos Klaipėdoje vadovas Darius Kazakevičius (priekyje)



„Nuolat investuojame į naujausias technologijas. Tik paspaudę vieną kompiuterio klavišą, paspaudimu galime stebėti užsakymus ir jų gamybos procesus, terminus, įvairias operacijas. Tai padeda užtikrinti, jog uostamiestyje metalo pramonės gamyboje būtų teikiamos aukščiausios kokybės paslaugos“, – teigė jis.

Įdomu, kad visi užsakymai gamyklai – skirtingi, todėl kiekvienu atveju į bet kurio metalo komponento gamybą reikia žvelgti kūrybingai, individualiai. Esant kliento pageidavimui, Malmar būsimą detalę gali parodyti kompiuterio ekrane pasitelkus trimatį (3D) erdvinį vaizdą demonstravimo būdą.

Atskira kalba – Malmar požiūris į savo klientus. Dorsan de Buysscher sako, kad kompanija sau nekelia tikslo turėti kuo daugiau klientų, nors Malmar klientų sąrašas – visame pasaulyje žinomų kompanijų vardai.

„Geriau turėti santykinai mažiau klientų, tačiau jiems skirti visą dėmesį ir 100 procentų kokybišką paslaugą. Kompanijoje į savo klientus žiūrime kaip į savo partnerius“, – pabrėžė Dorsan De Buysscher.

Anot jo, Malmar gamyklos Klaipėdoje perspektyvos – neabejotinai geros.

„Mes čia norime panaudoti visą aukštųjų technologijų potencialą. Klaipėdos profesinio rengimo centrai rengia kvalifikuotus, motyvuotus darbuotojus. Visai netoli yra Vokietija ir Skandinavijos šalys. Vadinasi, Malmar gamykla Klaipėdoje yra teisingame kelyje“, – įsitikinęs vienas kompanijos savininkų ponas Dorsan.

šias sunkiasvorių automobilių gamyklas. Be to, „Malmar Lithuania“ yra įdiegta automatizuota brūkšnių kodų valdymo sistema. Ja kontroliuojami gamybos procesai, valdoma technika, stebimas darbo našumas. Į gamyklą atvežti ir iš jos išsiunčiami produktai žymimi brūkšniniais kodais, kurie nuskenuojami ir suvedami į elektroninę sistemą. Brūkšnių kodų sistema užtikrina, kad visi procesai vyktų laiku ir tiksliai.

Anot gamyklos Klaipėdoje vadovo Dariaus Kazakevičiaus, praėjusių metų liepą Malmar gamykloje Klaipėdoje detales vilkikams gamino 6 darbuotojai, o šiandien gamykloje sėkmingai dirba jau 50 žmonių.

„Ir tai tikrai nėra riba. Vargiai telpame turimose patalpose, nuolat plečiamės. Artimiausiu metu planuojama įsteigti dar daugiau naujų darbo vietų“, – sakė gamyklos Klaipėdoje vadovas Darius Kazakevičius.

Anot Dorsan de Buysscher, Malmar gamyklos Latvijoje apyvarta per 12 metų išaugo daugiau kaip 12 kartų, o praėjusiais metais, palyginus su 2017-aisiais, net 27 procentais. Kompanijos ekonominiai rodikliai šiemet – taip pat labai geri.

Pasak D. Kazakevičiaus, vienas svarbiausių „Malmar Lithuania“ prioritetų – žengti koją kojon su naujausiomis technologijomis metalo komponentų gamyboje bei sudaryti palankias darbo sąlygas darbuotojams.

„Lietuviai yra tikrai gabūs ir darbštūs. Pas mus jau užaugo ne vienas specialistas, inžinierius“, – sakė D. Kazakevičius.

Siekiant gerinti darbo procesus ir didinti gamybos pajėgumus, įsigyta technologijų už daugiau nei 1,6 milijonus eurų.

„Malmar dirbu septynis mėnesius. Dirbti šioje gamykloje man rekomendavo draugas, kuris čia taip pat dirba. Jis gyrė gamyklą vadovų požiūrį į darbuotojus, sakė, kad gamykla yra sudariusi geras profesinio augimo galimybes. Įsitikinau ir pats, kad tai – tiesa,“ – sakė klaipėdietis.



UAB „Palangos vandenys“ tinklų priežiūros ir statybos skyriaus vedėjas Arkadijus Roščinas pagrindinėje vandenvietėje žino kiekvieną prosdyną

Pagrindinę Palangos vandenvietę pamėgo briedžių šeimyna

Kai kas nors kalba apie griežtai saugomas teritorijas, turbūt įsivaizduojame, kad šneka eina apie kokį nors nacionalinį parką ar karinį dalinį, tačiau šie žodžiai visai kitas mintis kelia Palangos vandentvarkos įmonei UAB „Palangos vandenys“. Pagrindinė Palangos vandenvietė, užimanti net apie 40 hektarų teritoriją, dėl savo reikšmės nacionaliniam saugumui yra ne mažiau akylai saugoma – ji yra aptverta, veikia signalizacija, yra griežtai ribojamas pašalaičių patekimas.

Linas JEGELEVIČIUS

Joje apsilankiau kartu su UAB „Palangos vandenys“ tinklų priežiūros ir statybos skyriaus vedėju Arkadijumi Roščinu, kuris čia, regis, žino kiekvieną prosdyną ar takelį.

„Žmonės čia yra reti svečiai, tad visą miškingą vandenvietės teritoriją (joje net ežerukas tyvuliuoja) pamėgo žvėrys – vandenvietėje lapnoja briedė su briedžiuku (jį vandenų darbuotojai net nufotografavo!), yra stirnų, barsukų. Briedžiai didžiausias bėdas kelia – mėgsta per vandenvietės tvorą šokti ir ją pažeidžia. Kartą per savaitę čia būtinai mūsų darbuotojas užsuka: pasižiūri, ar tvarkingos sklendės, ar veikia slėgio matuokliai, debitomačiai, ar koks nors miško gyvūnas kokios išdaigos neiškrėtė“, – sakė A. Roščinas.

Pagrindinės Palangos vandenvietės forma man primena mini majų piramidę – yra trapecijos formos. Įdomu!

Beje, kam žodis „vandenvietė“ yra neaiškus, paaiškinsiu. Tai – teritorija, kurioje iš žemės gelmių imamas vanduo tinkamas mūsų visų vartojimui.

Tai – tik viena iš penkių Palangos miesto gyventojus aptarnaujančių vandenviečių. Kitos yra Šventojoje (turi 4 gręžinius), pagrindinė, kurią mes ir aplankėme, yra Austėjos g. (turi 11 gręžinių), dar viena – Žiogupio g. su 5 gręžiniais. Nebeeksploatuojama yra pirmoji Palangos miesto vandenvietė Plytų gatvėje bei Palangos miesto valymo

įrenginių eksploatavimui naudojama maža vandenvietė Būtingėje.

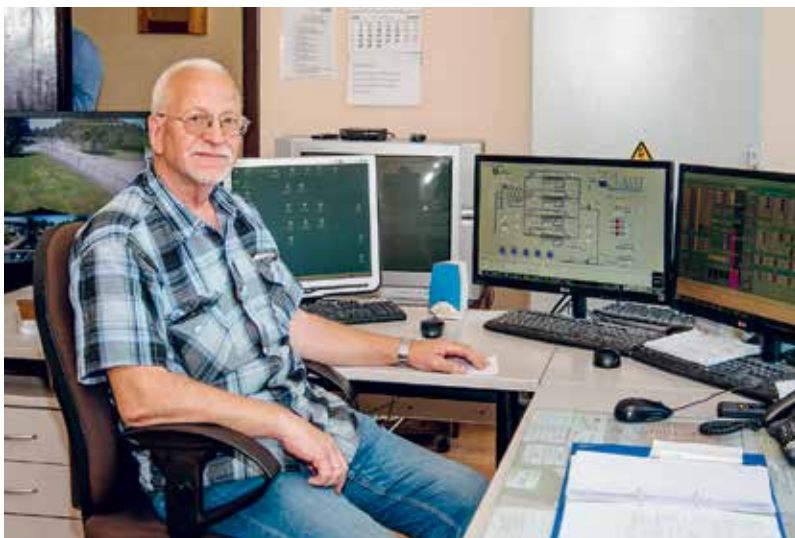
„Siurbliai joje yra nuleisti į 70–100 metrų gylį, nors patys vandens gręžiniai yra 220–260 metrų gylyje. Kiekvienoje vandenvietėje siurbliai yra nuleisti į skirtingą gylį. Toks vanduo dar nėra švarus ir tinkamas gerti. Mes jį vadiname žaliu. Jis turi praeiti mūsų vandens ruošyklą, kurioje toks žalias vanduo yra išvalomas nuo geležies ir fluoro“, – sakė A. Roščinas.

Sovietmečiu pagrindinėje kurorto vandenvietėje buvo 13 gręžinių, dabar eksploatuojami šeši. Kodėl?

„Palangoje sumažėjo vandens suvartojimas – vanduo išgaunamas ir panaudojamas efektyviau“, – sakė UAB „Palangos vandenys“ darbuotojas.

Visų Palangos vandenviečių našumas – apie 25,000 kubinių metrų per parą. Tiek galėtų būti išgaunama vandens iš žemės gelmės. Anot A. Roščino, vandens suvartojimas mieste ypač išauga per tradicines automobilių lenktynes liepą, kuomet į didžiausią šalies kurortą suguža tūkstančiai auto sporto mėgėjų.

Ne sezono metu UAB „Palangos vandenys“ Palangos miestui ir Šventajai tiekia 2,500–3,000 kubinius metrus vandens, o vasarą, pavyzdžiui, liepą, siurbliai sukasi visu



UAB „Palangos vandenys“ dispečeris Jonas Petrulis



Vandens ruošykla: vandens nugeležinimo filtrai ir atbulinio osmoso įrenginiai

pajėgumu – išgaunamo vandens kiekis į viršų šauna keletis kartus ar net daugiau.

Beje, giluminiai vandens siurbliai yra suaugusio žmogaus dydžio, t. y. 2–2,5 metrų ir 250 milimetrų diametro.

Į klausimą, ar toks žemės gelmių vanduo nėra sūrus dėl Baltijos jūros kaimynystės, A. Roščinas atsako šyptelėdamas: „Praktiškai ne. Tiesioginio sąlyčio su jūros druskingu vandeniu nėra. Nuo sūraus vandens patikimai saugo silpnai vandeniui laidžių molingų darinių 60–70 metrų storio klodas.“

Tiesą sakant, iš gelmių išsiurbtame vandenyje, nors itin mažais kiekiais, galima rasti daugumą Mendelejevo cheminės lentelės elementų.

Pagal tai, kiek UAB „Palangos vandenys“ vasarą tiekia vandens per parą – apie 10.000 kubinių metrų – Palanga patektų tarp dešimties didžiausių šalies vandens tiekėjų.

Beje, UAB „Palangos vandenys“, kaip ir kiekviena vandens tiekimo įmonė, už iš žemės gelmių išgautą vandenį valstybei moka gamtos resursų mokestį. Jis griežtai apskaitomas debitomačiais.

Iš požemių, anot A. Roščino, vanduo vamzdžiais keliauja į vandens ruošyklą. Mes apsilankėme UAB „Palangos vandenys“ geriamojo vandens ruošykloje, kur mechaniniais filtrais iš „žalio“ vandens šalinamas geležis, o naudojant sudėtingus atvirkštinio osmoso filtrus – fluoridai.

„Tai yra viena iš pažangiausių technologijų, kuri vandenį išvalo beveik nuo bet kokių gamtoje esančių priemaišų ir vandenį teršiančių medžiagų. Atvirkštinė osmozė (arba atvirkštinis osmosas) – tai plačiai naudojamas filtravimo metodas, kurio metu vanduo yra leidžiamas per specialias membranas su ypač mažomis poromis. Būtent šios filtre esančios membranos ir padeda atskirti vandens molekules nuo įvairių teršalų ir priemaišų,“ – sakė mano pašnekovas.

Išvalytas vanduo toliau keliauja į vandens talpyklas (rezervuarus). „Palangos vandenyse“ jų yra keturi: du – po penkis tūkstančius kubinių metrų, vienas – dviejų tūkstančių, dar kitas – trijų tūkstančių kubinių metrų talpos.

Vandens saugyklos man primena povandeninį laivą – kyšo kaminai su geltonais galais, juos A. Roščinas vadina alsuokliais. „Kai vandens lygis talpyklose svyruoja, jie užtikrina, kad vandenyje nesusidarytų oro tarpų,“ – sako jis.

Visuose rezervuaruose vienu metu telpa apie 15 tūkstančių kubinių metrų vandens.

„Vandens kiekis juose priklauso nuo poreikio. Žiemą

paprastai naudojame tik du rezervuarus, kurių bendra talpa – 5 tūkstančiai kubinių metrų, o vasarą pasitelkiami kiti du, abu kartu jie yra 10 tūkstančių kubinių metrų talpos,“ – sakė mano pašnekovas.

Iš rezervuarų vanduo antro pakėlimo siurblynėje esančiais siurbliais pumpuojamas į miestą, tuo pačiu palaikomas ir reikiamas slėgis miesto vandentiekio sistemoje.

Pagal parduoto vandens kiekį vandens įmonės yra skirstomos į penkias kategorijas – UAB „Palangos vandenys“ pakliūva į trečiąją. Joje nerasite nė vienos kitos Palangos dydžio savivaldybės. O pagal vasaros sezono vandens tiekimo kiekius UAB „Palangos vandenys“ pakliūva į antrąją kategoriją, iškart po didžiųjų miestų.

Bendrovė nuo stambiausių Lietuvos vandentvarkos įmonių neatsilieka ir procesų valdymo srityje: visas vandens kelias kaip ant delno – direktoriaus, jo pavaduotojo ir dispečerinės specialistų kompiuterių ekranuose.

Juose matoma absoliučiai visa vandens tiekimo užtikrinimui reikalinga informacija: kiek vandens išpumpuojama iš kiekvieno gręžinio, kokie yra jo suvartojimo kiekiai kiekvieną valandą, savaitę, mėnesį ar per metus, koks vandens slėgis tinkluose, kurie siurbliai tuo metu dirba ir taip toliau.

Mažiausiai vandens palangiškai suvartoja gilią žiemą – iki 40–50 kubinių metrų per valandą naktį, o vasarą piko metu, apie 10 valandą ryte, kai keliausi poilsiautojai ir eina maudytis, per valandą suvartojamo vandens kiekis šoktelį iki 600 kubinių metrų.

Palangoje iš viso yra šiek tiek daugiau kaip 12 tūkstančių vandens vartotojų – ir gyventojų, ir įmonių.

Gyventojams ir miesto svečiams ne tik tiekiamas geriamas vanduo, bet ir centralizuotai surenkamos ir tvarkomos buitinės nuotekos. Apie 19 km ilgio slėgiminėmis buitinių nuotekų linijomis miesto buitinės nuotekos perpumpuojamos į Būtingėje pastatytus ir neseniai atnaujintus Palangos miesto nuotekų valymo įrenginius, kur nuotekos išvalomos biologinių procesų metu pašalinant azotą, fosforą bei kitas medžiagas, atskiriamas nuotekų dumblas ir tik valytos, reikalavimus atitinkančios nuotekos (vanduo) išleidžiamos į Baltijos jūrą. Įrenginys nuo kranto nutolęs apie 2,3 km ir yra apie 14 m gylyje. Įdomus faktas, kad jis atvestas nuo pat Mažeikiuose įsikūrusios Mažeikių naftos perdirbimo gamyklos, tačiau šiuo metu naudojamas tik valytoms Palangos miesto nuotekoms išleisti.

10 vietų, kurias rekomenduojame aplankyti Palangoje ir Šventojoje

Palanga garsi savo turizmo ir kultūros ištekliais, įdomia kurorto istorija, žymiais objektais. Palangos turizmo informacijos centras siūlo jums aplankyti dešimt ne tik populiarių, bet ir savo istorija turtingų objektų.

Palangos Švč. Mergelės Marijos Ėmimo į dangų bažnyčia ir apžvalgos aikštelė

Prieš daugiau nei šimtą metų (1897–1907) pagal švedų architekto Karlo Eduardo Strandmano projektą statyta Palangos Švč. Mergelės Marijos Ėmimo į dangų bažnyčia savo neogotikiniu grožiu ir didybe traukia kone kiekvieno praeivio žvilgsnį.

Bažnyčios bokštas pritaikytas turizmo reikmėms, čia įrengta apžvalgos aikštelė, kurios plotas – apie 18 m². Pro langus galima pasigrožėti miesto panorama, jūra ir visai iš arti išvysti įspūdingo dydžio varpus bei jų mechanizmą. Apžvalgos aikštelėje įrengti du monokliai-teleskopai. Darbo dienomis lankytojai įleidžiami nuo 9.00 iki 17.30 val., sekmadieniais – nuo 13.30 iki 17.30 val. Mišių ir santuokų apeigų metu lankytojai neįleidžiami. Aikštelės lankymas nemokamas.

Vytauto g. 51, Palanga



Palangos kurorto muziejus

Muziejus įsikūręs unikaloje, analogų ne tik Palangos, bet ir visos Lietuvos kurortinėje architektūroje neturinčioje viloje „Anapilis“. XIX a. pabaigoje statyta „Anapilio“ vila priklausė Palangos grafo Felikso Tiškevičiaus motinai grafienei Sofijai Tiškevičienei, todėl vila ilgą laiką buvo vadinama „Sofijos“ vardu.

Palangiškių legenda byloja apie vilos savininkės Sofijos Tiškevičienės pomėgį kviesiti vėles. Esą, grafienė virš palėpės buvo įsirengusi slaptą veidrodžių kambarį, kur iškviestos vėlės nebegalėdavo iš jo ištrūkti ir grįžti į savo pasaulį. Vietiniai gyventojai vilą aplenkėdavo ir dėl iš ten sklindančių vėjo vargonų skleidžiamų garsų. Pasakojama, jog grafienė Sofija Tiškevičienė buvusi silpnos sveikatos ir, vos tik pasijausdavo blogiau, eidavo klausytis vėjo vargonų skleidžiamų garsų, kurie jai padėdavo nusiraminti.

Muziejuje eksponuojami įvairūs archeologiniai, istoriniai eksponatai, numizmatika, nuotraukos. Čia vyksta paskaitos, konferencijos, koncertai, susitikimai su žymiais žmonėmis, eksponuojamos parodos, demonstruojami filmai.

Birutės al. 34A, Palanga, www.kurortomuziejus.lt



Birutės parkas

Palangos perlu vadinamas vienas iš gražiausių parkų Šiaurės Europoje – Birutės parkas. Jis kasmet tvarkomas, kad taptų dar patrauklesnis poilsiautojams. Parko projektą grafų Tiškevičių užsakymu XIX a. pabaigoje įgyvendino garsus prancūzų kraštovaizdžio architektas, dendrologas Eduardas Fransua Andrė.

Vaikščiudami po Birutės parką, būtinai aplankykite legendomis apipintą Birutės kalną, iškilusį 21 m virš jūros lygio, nuo kurio atsiveria gražus reginys į ošiančią jūrą.

Tradiciškai triskart per savaitę – kiekvieną vasaros ketvirtadienį, penktadienį ir šeštadienį – 18.30 val. Birutės parko rotundoje susirenka pučiamųjų instrumentų muzikos gerbėjai – profesionalus Palangos orkestras palangiškiams ir svečiams dovanoja nemokamus koncertus gamtos apsuptyje.

Vytauto g. 15, Palanga



Jūros tiltas ir J. Basanavičiaus gatvė

Dabartinė populiarioji pramogų ir pasivaikščiavimo vieta – J. Basanavičiaus gatvė – XIX a. buvo vadinama Tiškevičiaus bulvaru. Tarpukariu Palangą aplankė dr. J. Basanavičius. Pagerbdami Lietuvos patriarchą, palangiškiai Tiškevičiaus bulvarą pervadino J. Basanavičiaus vardu.

J. Basanavičiaus gatvėje yra išlikusių autentiškų, grafų Tiškevičių laikus menančių vilų. Tai pagrindinė gatvė, vedanti link Palangos kurorto simbolio – jūros tilto. Įdomu tai, jog lygiagrečiai su dabartine J. Basanavičiaus gatve buvo nutiesti bėgiai iki tilto galo. Jais į laivą buvo gabenamos plytos iš Tiškevičiaus plytinės. Gatvė buvo negrįsta, smėlėta, sunku eiti. Poilsiautojai galėjo nuvažiuoti iki tilto „konke“ – arkliu traukiama transporto priemonė, kuri riedėjo bėgiais. Nuo 1892 m. jūros tiltas tapo mėgstama pasivaikščiavimo vieta. Dabartinio tilto, pastatyto 1998 m., ilgis – 470 m. Čia galima pasiklausti jūros ošimo, žuvėdrų klyksmo, o vakare patogiai įsitaisyti ant suolo ir pasimėgauti jūrą besileidžiančios saulės spinduliais.

Skvere prie jūros tilto stovi dar vienu kurorto simboliu tapusi, meilės legenda garsėjanti skulptūra „Jūratė ir Kastytis“ (skulptorė Nijolė Gaigalaitė).

J. Basanavičiaus g., Palanga



Palangos pasakų parkas

Lietuviškų pasakų parkas, lankytojus viliojantis ne tik itin jaukia aplinka, žaismingomis skulptūromis, bet ir netradiciniais sprendimais – pasakų atributus čia galima liesti, o pačias pasakas – išklausyti lietuvių ir anglų kalbomis. Skulptūras kūrė menininkai ieškojo sprendimų, sujungiančių šiuolaikinį meną su šimtmečius menančia liaudies kūryba.

Pasakų parkas įsikūręs gražioje vietoje, pušyne ties Birutės parku ir meno bei pramogų klubu „Kupeta“.

S. Daukanto g. 24A, Palanga



Grafų Tiškevičių alėja ir Palangos Kurhauzas

Ši erdvė alsuoja XIX a. pabaigos – XX a. pradžios dvasia. Alėją puošia dvi bronzinės skulptūros: „Grafienė Antanina Sofija Loncka-Tiškevičienė“ ir „Grafas Feliksas Tiškevičius“. Skulptūrų kompoziciją jungia grindinyje įkomponuota metalinė juosta, kurioje išgraviruotas Tiškevičių giminės šūkis lotynų ir lietuvių kalbomis: „Deligas quem diligas“ ir „Išsirink, ką myli“. Grafų Tiškevičių alėją puošia originalūs retro stiliaus šviestuvai bei grindinys. Dar viena alėjos puošmena – ties Kęstučio gatve pagal 1901 m. projektą atstatyti mediniai vartai, puošti raižiniais.

Grafų Tiškevičių alėjoje įkurtas Kurhauzas. Apie 1877 m. grafas F. Tiškevičius pastatė erdvų restoraną ir pirmąjį kurorto viešbutį. Kurhauzas tapo populiaria ir mėgiama poilsiautojų susibūrimo vieta. Čia veikė ne tik restoranai, bet ir skaitykla, įrengta biliardo, kitų žaidimų salė. Šiame pastate buvo rengiami spektakliai, koncertai. Taip Kurhauzas tapo besikuriančio kurorto širdimi.

Grafų Tiškevičių al. 1, Palanga



Palangos gintaro muziejus

1897 m. Birutės parke pastatyti neorenesansinio stiliaus rūmai, kuriuose nuo 1963 m. įkurtas vienas lankomiausių muziejų visoje Lietuvoje – Gintaro muziejus. Pirmojo aukšto erdvės lankytojus žavi istoriniais rūmų interjerais, pasakojančiais apie grafų Tiškevičių laikus. Antrajame aukšte pristatoma unikali gintaro ekspozicija, kuri supažindina su gintaro susidarymu, prekybos keliais, gavyba, apdirbimu, archeologiniais eksponatais bei unikalia inkliuzų kolekcija. Lankytojai taip pat gali išvysti gintaro morfologijos ekspoziciją ir vieną didžiausių gintarų visame pasaulyje – „Saulės akmenį“.

Vytauto g. 17, Palanga, www.ldm.lt/pgm



Palangos skulptūrų parkas

Ties Vytauto ir J. Simpsono gatvių sankirta įsikūręs Skulptūrų parkas vasarą tampa ramų poilsis su šeima ar bičiuliais mėgstančiųjų traukos vieta. Lankytojai gali gėrėtis net 28 skulptūromis. Čia galima pažaisti gigantiškais lauko šachmatais.

Parko teritorijoje vasaros sezono metu veikia alternatyvi kultūrinė-socialinė erdvė „I Love Palanga“. Čia vyksta įvairūs kultūriniai renginiai: koncertai, kino peržiūros, edukaciniai užsiėmimai. Visi renginiai nemokami.

Vytauto g. 39A, Palanga



Skulptūra „Žvejo dukros“

1982 m. kopose, ties Šventosios uosto vartais, atidengta įspūdinga skulptorės Zuzanos Pranaitytės 4 m aukščio skulptūrinė kompozicija „Žvejo dukros“ – tai trys į jūrą žvelgiančios ilgaplaukės merginos, laukiančios iš žvejybos sugrįžtančio tėvo.

Šventoji, Palangos m. sav. (kopose, ties Šventosios uosto vartais)



Beždžionių tiltas ir sveikatos centro „Energetikas“ skulptūrų parkas „Akmens amžius“

Beždžionių tiltas – svyruojantis, kabantis tiltas per Šventosios upę, pastatytas 1973 m., dabar atnaujintas, dažnai vadinamas Šventosios simboliu.

Skulptūrų parkas „Akmens amžius“ įsikūręs harmoningoje ir atviroje Sveikatos centro „Energetikas“ teritorijoje. Gilias gydymo tradicijas puoselėjančio sveikatos centro medikų ir menininkų pastangomis kuriamoje unikaloje erdvėje nuo 2005 m. organizuojami tarptautiniai akmens skulptorių simpoziumai kasmet pritraukia vis daugiau įvairių kartų profesionalių skulptorių iš Lietuvos, Austrijos, Prancūzijos ir kitų ES šalių, taip pat iš JAV, Rusijos, Baltarusijos. Skulptūrų parkas „Akmens amžius“ džiugina 50 akmens skulptūrų, demonstruojančių skulptorių meistriskumą ir atskleidžiančių senąsias tradicijas šiuolaikiniame kontekste.

Visai šalia, paėjus šiauriau, už skulptūrų parko, kopose galima aplankyti Žemaičių alką – pagonišką šventvietę su paleoastronominė observatorija.

Kuršių takas 1, Šventoji, Palangos m. sav.



NEATRASTA KRETINGA: kviečia vienuolynų požemiai

Kviečiame į ekskursiją **„Kretingos požemiai. Jeigu sienos prabiltų“**. Jos metu aplankysite Kretingos bažnyčios kriptas, kuriose išvysite Chodkevičių šeimos sarkofagus, karo su švedais metu užmūrytų žmonių palaikus. Šv. Antano rūmuose pasivaikščiosite po buvusias kameras, kuriose kalėjo NKVD kankinami žmonės, pamatysite kankinimų šulinį. O naujai duris atvėrusioje Tiškevičių koplyčioje apžiūrėsite šios šeimos sarkofagus, daugiau sužinosite apie šios garsios šeimos gyvenimo akimirkas. O gal norite išgirsti daugiau įdomių faktų apie Dievui pašventusių žmonių veiklą? Leiskitės **„Vienuolių takais“** į **„Pažintį su 5 Kretingos vienuolynais“**. Ekskursijų metu aplankysite vyrų bei moterų vienuolynus, pagal galimybes susitiksime su vienuoliais, sužinosite apie vienuolynų jų kasdieninį gyvenimą.

Tel. + 370 445 73 102

Adresas Vilniaus g. 2B, Kretinga

El. p. tic@kretingosturizmas.info

Facebook [kretingosturizmas](https://www.facebook.com/kretingosturizmas)

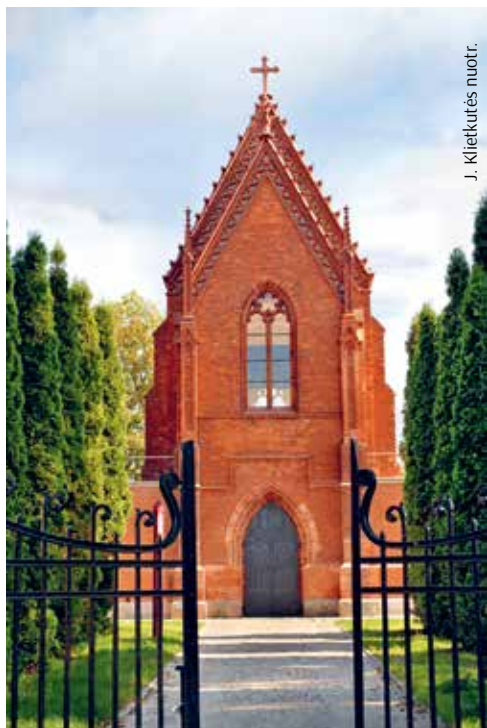
www.kretingosturizmas.info



Nuotrauka yra Kretingos rajono savivaldybės administracijos įsigyta įgyvendinant ES lėšomis finansuojamą projektą – „Bernardinų takais“



Nuotrauka yra Kretingos rajono savivaldybės administracijos įsigyta įgyvendinant ES lėšomis finansuojamą projektą – „Bernardinų takais“



J. Kliekutės nuotr.

*Kretingos rajono turizmo informacijos centras –
geriausias Jūsų turiningo laisvalaikio gidas.*

Pamario kraštas kupinas netikėtumų ir paslapčių

Pamarys, kuris visiems pirmiausia siejasi su Šilute, yra žvejų Meka. Tai viena žuvingiausių vietų Baltijos regione. Nemuno deltos regioninis parkas ne veltui vadinamas paukščių rojumi. Kasmet pavasarinių ir rudens migracijų metu čia apsistoja įspūdingi sparnuočių būriai. Čia, kaip niekur kitur Lietuvoje, juntama gamtos didybė ir grožis. Kraštas paženklintas upių santakomis, daugeliui žinomas dėl didžiojo pavasarinio potvynio, kurio metu gausiai užliejamos pievos ir keliai. Šiame krašte į vieną bendrą gyvenimą suteka ne tik upės, bet ir Mažosios bei Didžiosios Lietuvos kultūros.

Penkios pagrindinės lankytinos vietos pamaryje:



Šilutės miestas

Šilutėje ryškiausiai išlikę įspūdingi Rytprūsių architektūros atspindžiai, daug senoviškų puošnių pastatų tokių kaip: Hugo Šojaus dvaro kompleksas, evangelikų liuteronų bažnyčia, senoji turgaus aikštė, gaisrinė, paštas ir kt.



Švėkšnos miestelis

Buvęs Rytų Prūsijos ir Didžiosios Lietuvos pasienio miestelis, garsus aukščiausiu rajone, 65 m dvibokšte neogotikine, raudonų plytų bažnyčia bei XVIII a. įkurtu grafų Pliaterių parku su įspūdinga liepų alėja, vila, tvenkiniais ir skulptūromis. Spalio pabaigoje Švėkšnos parkas suspindi moliūgų – žibintų šviesomis.



Ventės ragas

Labiausiai turistų lankoma vieta pamaryje; pro Ventės ragą eina vienas didžiausių paukščių migracijos kelių, kur veikia viena seniausių Europos ornitologinių stočių. Įrengta paukščių žiedavimo stotis ir muziejus.



Rusnė

Didžiausia sala Lietuvoje, garsi gamtos grožiu, paukščių įvairove bei pavasariniais potvyniais. Tai viena seniausių, unikaliausių ir iš dalies įdomiausių Mažosios Lietuvos krašto gyvenviečių.



Minijos kaimas

Nemuno deltos regioniniame parke esantis kaimelis unikalus: Minijos upė, burianti žvejus, čia atstoja gatvę. Tačiau jos taip lengvai nepereisi – tilto nėra, o pagrindinė susisiekimo priemonė – valtis. Minijos kaimą vietiniai vadina mažąja Lietuvos Venecija.

Vila „Pas Justiną“



Palangoje esanti vila „Pas Justiną“ suteiks jums ramų ir patogų poilsį.

Vila įsikūrusi ramioje ir strategiškai geroje miesto dalyje. Nuo vilos iki autobusų stoties 700 m, iki jūros 900 m, o iki prekybos centro tik 50 m.

Vilos šeimininkai laukia jūsų ištisus metus ir užtikrina ramų poilsį prie jūros.

S U S I S I E K I T E S U M U M I S:

El. p. justinas.masalskas43@gmail.com, Žvejų g. 40, Palanga

Tel.: + 370 460 54 089, mob.: + 370 699 66 767, + 370 699 07 292

Kas Jums yra laimė?



Agnė ir Eglė iš Kauno: „Labai sunku apibūdinti vienu žodžiu, bet mano manymu, laimė yra balansas“, – sako Agnė. – „O man laimė šiuo metu yra tai, kad aš nepatiriu streso, kad šviečia saulė, geriu kavą ir vaikštau su dukra“, – dalinasi Eglė.



Daiva iš Klaipėdos: „Man laimė – tai pajusti būseną čia ir dabar. Nebūti nei praeityje, nei ateityje – tiesiog čia ir dabar.“



Dovilė ir Kornelijus iš Vilniaus: „Laimė yra meilė.“



„Norėtusi labai filosofškai pakalbėti, bet gal atsakysiu paprastai – muzika. Gyvenu keistą gyvenimo etapą, kai neturėčiau jaustis laimingas ir viskuo patenkintas, bet taip jau yra, kad esu laimingas ir tiek,“ – dalijasi **Arnas iš Lazdijų**.



ANTANO MONČIO NAMAI-MUZIEJUS

S. Daukanto g. 16, Palanga
www.facebook.com/antanasmoncys/



„Laimė man yra gyventi, kvėpuoti, džiaugtis gyvenimu, jausti pasitenkinimą, kai dėl tavo veiklos, darbo ar elgesio kitas žmogus jaučiasi laimingas, ta graža, grįžtamasis ryšys ir daro mane labiausiai laimingą, tai – mano raktas į laimę,“ – dalinasi **Vaiva iš Klaipėdos**.



„Daug alaus ir keptos duonos su sūriu, – juokauja **Gytis ir Kristina** iš Vilniaus. – O iš tikrųjų, tai vaikas. Kai pamatėm jį pirmą kartą, suprato, kokie galime būti laimingi.“



„Kai aplink visi yra sveiki ir viskas yra gerai. Man sveikata yra didžiausia laimė“, – įsitikinusi **Ieva iš Plungės**.



„Laimė yra būti šalia artimo žmogaus“, – vienbalsiai tvirtina **Romualda ir Algirdas iš Jonavos**.

Palangos gintaro muziejus

(Lietuvos dailės muziejaus padalinys)

PALANGOS GINTARO MUZIEJUS – DAUGIAFUNKCINĖ KULTŪROS ERDVĖ GRAFŲ TIŠKEVIČIŲ RŪMUOSE:

- Atkurtų istorinių interjerų ir gintaro ekspozicijos, parodos,
- ekskursijos,
- edukaciniai užsiėmimai,
- koncertai, susitikimai.

Darbo laikas:

Birželio 1 – rugpjūčio 31 d.:

II–VI 10.00–20.00, VII 10.00–19.00

Rugsėjo 1 – gegužės 31 d.:

II–VI 11.00–17.00, VII 11.00–16.00

*Valstybinių švenčių išvakarėse dirba viena valanda trumpiau
Nedirba pirmadieniais ir valstybinių švenčių dienomis*



El. p. gintaro.muziejus@ldm.lt, tel. (8 460) 53 501

Edukacinių užsiėmimų ir ekskursijų užsakymas:

El. p. gintaro.muziejus@ldm.lt, www.ldm.lt

tel.: (8 460) 30 314, (8 460) 30 326



„Laimė yra chimera. O iš tiesų – tai tokia būseną, kai pasijunti laimingas nei iš šio, nei iš to. Nebūtinai ką nors nusipirkęs, nebūtinai turtingas. Tai kaip ta paukštė – skrido ir nuskrido. O apskritai, praktiška laimė – tai kai esi sveikas, kai vaikai, šeima laimingi, kai visiems viskas gerai. Reikia suprasti, kad laimė yra tavyje: nori būti laimingas – būk“, – sako **Egidija iš Kauno rajono**.



Klaipėdietis Tomas: „Laimė man yra tam tikra akimirka“.



„Laimė yra žmonių santykiai, o visa kita – tikrai priedas prie laimės,“ – įsitikinusi **Rasa iš Klaipėdos**.



Palangiškiai **Eglė ir Deividas:** „Laimė yra buvimas kartu.“

**Mėgsti picą
kaip ir mes?
...ir ne tik...**

**EAT
JODA
PIZZA**

Siūlome ir salotų!

Ateik į mūsų „EATJodaPIZZA“ piceriją
Piktužio g. 21, Palanga (priešais Plytų g. Maximą)

DARBO LAIKAS: Trečiadienį–ketvirtadienį–
sekmadienį – nuo 10 val. iki 22 val.
Pentadienį ir šeštadienį – nuo 10 val. iki 23 val.

Telefonas užsakymams: 8 602 78778
FACEBOOK'e ieškok mūsų @EATJodaPIZZA
www.eatjodapizza.mozello.com



Elzė ir Silvija iš Klaipėdos: „Laimė yra kai pagaliau draugė po ilgo laiko sutinka išeiti į miestą. Ir iš tikro – maži dalykai mums suteikia daug laimės. Pavyzdžiui, visą vasarą mes būname kartu ir nuvažiavimas prie jūros mus daro laimingas“.



Dalia iš Klaipėdos: „Mano laimė yra mano šeima“.



„Aš nežinau, kas yra laimė, – sako **mažasis vilnietis Aras**, tačiau **tėtis Evaldas turi atsakymą:** „Kai nereikia niekuo rūpintis ir viskas eina sava vaga ir klostosi gerai“.



Donatas ir Tomas iš Kretingos: „Laimė yra gyvenimas, galimybė kiekvieną dieną pabusti“.



Skuodiškė: „Laimė yra būti su šeima, su broliu, o ypač – pabūti su savimi, paskaityti kokią knygą“.



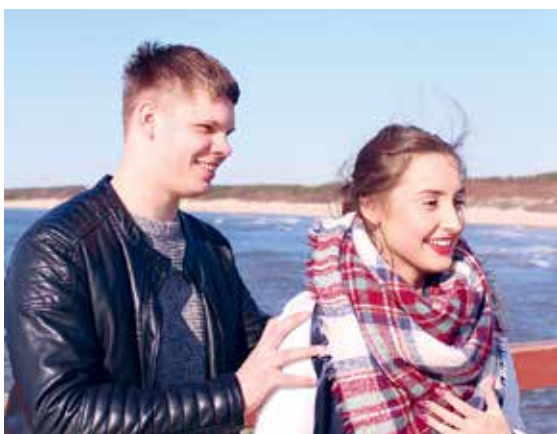
Klaipėdiečiai Eglė ir Vytautas: „Savaitgaliniai pasivaikščiojimai ir buvimas kartu“.



Paulius ir Karolina: „Laimė yra buvimas kartu ir artimų žmonių palaikymas“.



„Vieniems reikia daugiau, kitiems mažiau. Šiandien yra geras oras, mes sočiai pavalgę – jaučiamės laimingi,“ – šypsosi **Aurelija, Daiva ir Giedrius iš Plungės.**



Arminas ir Ieva iš Gargždų: „Laimė – tai buvimas kartu.“



Silvija iš Šiaulių: „Laimė yra šeima, o mano vyrui atostogos, taip?“ **Donatas** pritariai linkteli ir priduria, kad **dukrai Radvilei** laimė tai smėlis, jūra, o **mažajai Gustei** – bėgimas.

PALANGOS SPORTO CENTRAS

Tel. (8 460) 40 289
Tel. p. info@sportpalanga.lt

Nuomuojujame: transportą (autobusą), sporto salę, stadiono aikštę, sporto inventorių.

Kviečiame naudotis teniso kortais, atletinės gimnastikos sale.





Irena ir Diana iš Kalvarijos: „Sveikata, šeima, draugai, vidinė ramybė ir kad nepritrūktų svajonių!“.



„Jei šiandien – tai geras oras, buvimas su šeima – pati akimirka suteikia daug džiaugsmo“, – dalinasi **Lijana ir Auris iš Kauno**.



Lina ir Adomas iš Palangos: „Būti kartu. Ir sveikata yra laimė. Ir draugai. Ir geri pojūčiai!“.



„Laimė – tai akimirkos džiaugsmas“, – sako **Artūras**. „O man atrodo, kad laimė yra kai tu esi sveikas, saulė šviečia, tu gali judėti, gali veikti, džiaugtis aplinka,“ – savo mintimis dalinasi **Jolanda iš Klaipėdos**.

Kalbino ir fotografavo Inga ŠVIESAITĖ



„Sveikata dar ne viskas, tačiau be sveikatos viskas yra niekas“ – Sokratas

Vadovaudamiesi žymaus graikų filosofo žodžiais, visa tai ir siekiame. Palangos sveikatingumo centras, organizuoja 3 ir 10 dienų stovyklas, norintiems efektyviai atsikratyti viršsvorio, išsivalyti organizmą, įgauti naujų žinių ir sveikai gyventi.

KĄ SIŪLOME?

Atostogas, po kurių jausitės lyg naujai gimę, kiekvieną kartą naujai susikuriančią draugų bendruomenę, pokalbius su bendraminčiais, daugybę vertingų patarimų ir receptų, kaip būti sveiku, mėgautis maistu ir atsikratyti nereikalingų kilogramų.

KODĖL MES?

Mūsų profesionalų komanda, sukaupusi ilgametę patirtį sveikos gyvensenos srityje, yra pasiryžusi pasidalinti su jumis savo žiniomis, kurios leis jums pradėti naują, sveikesnį gyvenimo etapą.

KUR MES?

Esame fcbooke – Palangos sveikatingumo centras

www.psvcentras.lt, info@psvcentras.lt, registracija ir informacija telefonu +370 606 87 850, Daukanto g. 10, Palanga

Kodėl reikia pasitikrinti dėl lytiškai plintančių infekcijų?

LYTIŠKAI PLINTANČIOS INFEKCIJOS (LPI)

Lytiškai plintančios infekcijos – tai infekcijos, kuriomis užsikrečiama per įvairių rūšių lytinius santykius. Ilgai jos buvo vadinamos venerinėmis (Venera – romėnų meilės ir grožio deivė).

Buitiniu keliu, ypač laikantis asmens higienos, LPI neužsikrečiama.

Dauguma LPI (sifilis, gonorėja, chlamidijozė ir kt.) pagydomos.

Yra LPI, kurios laiku negydomos gali sukelti sunkių padarinių sveikatai, pvz., nevaisingumą.

Yra LPI, kurios neišgydomos (herpesas, genitalijų karpos, ŽIV).

Genitalijų karpos, herpesas ypač pavojingos, nes jų sukelti pažeidimai kartojasi.

Sifilis, hepatito B virusas, chlamidijos, ŽIV infekcija, pūslelinė ir gonorėja nėštumo, gimdymo metu ar tuoj po gimdymo gali būti perduotos iš užsikrėtusios motinos naujagimiui.

KAIP UŽSIKREČIAMA LYTIŠKAI PLINTANČIOMIS INFEKCIJOMIS (LPI)?

Užsikrečiama įvairių rūšių lytinių santykių be apsaugos priemonių su užsikrėtusiais LPI asmenimis metu. Užsikrėtęs asmuo gali ir nežinoti apie turimą infekciją.

ŽIV, hepatito B virusais galima užsikrėsti, kai užsikrėtusio asmens kraujas, lyties organų išskyros pateks į Jūsų kraują (pvz., per pažeistą gleivinę) arba naudosite infekcijomis užkrėstas adatas, darant tatuiruotes.

Didesnę riziką užsikrėsti LPI turite tada, jei santykiuojate su asmeniu turėjusiu daug lytinių partnerių, ypač nenaudojant prezervatyvo.

Norint sumažinti riziką užsikrėsti, rekomenduojama įvairių rūšių lytinių santykių metu naudoti prezervatyvą.

KAIP APSISAUGOTI NUO LPI?

- Venkite atsitiktinių lytinių santykių, turėkite pastovius lytinius santykius, su ištikimu ir LPI neužsikrėtusiu asmeniu.
- Sumažinkite lytinių partnerių skaičių
- Atminkite, kad prezervatyvų naudojimas lytinių santykių metu sumažina riziką užsikrėsti LPI. Prezervatyvus naudokite visų rūšių (vaginalinių, oraliųjų, analinių) santykių metu.

LYTIŠKAI PLINTANČIŲ INFEKCIJŲ (LPI) POŽYMAI

Užsikrėtus LPI ne visada iškart atsiranda ligos požymių. Kartais ligos požymiai gali atsirasti po savaitės, mėnesio ar dar vėliau. Kai kuriais atvejais jų visai nebūna, o užsikrėtusios LPI moterys dažnai nejaučia jokių požymių. Užkrėsti kitus galima net ir tada, jei nėra jokių susirgimo požymių.

Dažniausi požymiai (simptomai) yra:

1. Išskyros iš šlapimo ir / ar lyties organų (moterims jų pagausėja). Išskyrų spalva įvairi nuo geltonai žalsvos iki permatomos.

2. Skausmingas, padažnėjęs šlapinimasis.
3. Baltos apnašos varpoje, vaginoje ar burnoje.
4. Bėrimai lyties organų srityje.
5. Padidėję kirkšnies limfmazgiai.
6. Skausmingumas kapšelyje, pilvo apačioje.
7. Kraujo pasirodymas po lytinių santykių.
8. Išeinamosios angos skausmas ir / ar pažeidimas.
9. Sąnarių skausmas.

KĄ DARYTI, JEI ĮTARIATE, KAD UŽSIKRĖTĖTE LPI?

Atsiradus išvardytų ar / ir kitų simptomų, reikia nedelsiant kreiptis į gydytoją.

Nesigdykite patys, vadovaukitės tik medikų patarimais ligų gydymo klausimais. Tinkamai parinkus vaistus, dauguma LPI pagydomos. Norėdami patikrinti dėl lytiškai plintančių infekcijų, kreipkitės į šeimos gydytoją, ginekologą ar dermatovenerologą. Neteisingas gydymas gali tapti lėtinių ligų ir komplikacijų priežastimi.

Visoms nėščioms moterims patariama išsitiirti dėl ŽIV, sifilio ir kitų lytiškai plintančių infekcijų. Išgydyta nuo LPI nėščioji neperduos infekcijos vaikui.

Jeigu įtariate, kad galėsite užsikrėsti žmogaus imunodeficitu virusu, prieš pastodama, būtinai pasitikrinkite dėl ŽIV.

KOKIE BUS ATLIEKAMI TYRIMAI?

Tyrimui dėl LPI paimama išskyrų iš varpos, vaginos ar gimdos kaklelio, kartais iš burnos, išeinamosios angos. Vyrams tyrimams mėginys imamas nesišlapinus kelias valandas.

Kai kurių infekcijų (pvz., sifilio, ŽIV ir kt.) išaiškinimui imamas kraujas iš venos. Naudojant greituosius testus tiriama kapiliarinis kraujas iš piršto.

JEI GYDYTOJAI NUSTATĖ LPI?

Kiekviena LPI gydoma skirtingai: tabletėmis, injekcijomis ar tepalais. Gydymo kursą visada reikia baigti, nors simptomai gali išnykti dar nebaigus pilno gydymo kurso.

Informuokite savo lytinius partnerius. Lytiškai plintančių infekcijų gydymas gali būti sėkmingas tik kartu gydant lytinius partnerius. Antraip infekcija pasikartos.

Gydymo metu patartina vengti lytinių santykių.



PASITIKRINK PATS.
GREITŲJŲ TESTŲ IEŠKOK VAISTINĖSE IR INTERENTĖSE PARDUOTUVĖSE



LYTIŠKAI PLINTANČIŲ INFEKCIJŲ (LPI) SIMPTOMAI IR KOMPLIKACIJOS

LYTIŠKAI PLINTANČIOS INFEKCIJOS (LPI) – TAI INFEKCIJOS, KURIOMIS UŽSIKREČIAMA LYTINIŲ SANTYKIŲ (VAGINIŲ, ORALINIŲ ARBA ANALINIŲ) METU NUO ŠIOMIS INFEKCIJOMIS UŽSIKRĖTUSIO LYTINIO PARTNERIO.

PAGRINDINIAI LPI SIMPTOMAI:

- Išskyros iš šlapimo takų ar lyties organų.
- Išskyrų spalva įvairi – nuo geltonai žalsvos iki permatomos.
- Skausmingas, dažnesnis šlapinimasis.
- Baltos apnašos varpoje, makštyje ar burnoje.
- Išbėrimai lyties organų srityje.
- Padidėję kirkšnių limfmazgiai.
- Skausmas kapšelyje, pilvo apačioje.
- Kraujo pasirodymas lytinių santykių metu ar po jų, mėnesinių ciklo viduryje.
- Išėinamosios angos skausmas, perštėjimas.
- Anogenitalinės karpos.
- Sąnarių skausmai.

LPI GYDYMAS

Užsikrėtus kitomis LPI, būtina kuo greičiau pradėti gydymą. Gydymą paskiria gydytojas. Labai svarbu kartu gydyti ir lytinį partnerį. Lytinių partnerių gydymas neleidžia pakartotinai užsikrėsti LPI ir tuo pačiu išvengiama nuo komplikacijų išsivystymo. Kol nebaigiamas gydymo kursas ir neišnyksta simptomai, nerekomenduojami bet kokie lytiniai santykiai.

LPI KOMPLIKACIJOS:

- Šlaplės, šlapimo pūslės, priešinės liaukos uždegimas
- Makšties infekcijos
- Gimdos kaklelio uždegimas
- Mažojo dubens uždegimas
- Sėklidės uždegimas
- Sėklidės prielipo uždegimas
- Sąnarių ir akių uždegimai
- Tiesiosios žarnos uždegimas
- Negimdinis (ne gimdoje) nėštumas
- Priešlaikinis gimdymas
- Nevaisingumas moterims ir vyrams
- Įgimtas sifilis
- Nervų sistemos, smegenų, kaulų, širdies ir kraujagyslių sistemos pažeidimai
- Ataugančios genitalinės karpos
- Anogenitalinis vėžys
- Gimdos kaklelio vėžys

KAIP APSISAUGOTI NUO LPI?

Patikimiausias būdas išvengti LPI – tai susilaikyti nuo lytinių santykių ar turėti ilgalaikius abipusiai monogامينius lytinius santykius su asmeniu, kuris žino, kad nėra užsikrėtęs. Riziką užsikrėsti lytiškai plintančiomis infekcijomis sumažina prezervatyvų naudojimas lytinių santykių (vaginalinių, oralinių, analinių) metu.



Vila „Ramybė“ – ramus poilsis atokiau nuo naktinio Palangos šurmulio



Vila „Ramybė“ – 1926 m. poilsiui statytas išskirtinis medinės architektūros pastatas

Lietuvos vasaros sostine tituluojamoje Palangoje esama ištis sočiai vietų, kuriose poilsį sau ras ir ne itin lepus, ir paties išrankiausio skonio poilsiautojas. Yra kur nakvoti, yra kur pavalgyti, yra kur nueiti norintiems pasiklausyti koncertų ar pažiūrėti spektaklių, netrūksta ir meno salonų.

Livija GRAJAUSKIENĖ

Tačiau tik vienoje vietoje visoj Palangoj – nuo Nemirsetos iki Būtingės – galima rasti viską: ramų poilsį netoli triukšmingosios Jono Basanavičiaus gatvės ir įstabiojo Birutės parko, jaukią kavinę – barą, kultūros centrą, kuriame koncertuoja ir spektaklius rodo žymūs paties įvairiausio stiliaus Lietuvos ir užsienio muzikos atlikėjai bei aktoriai, galeriją, kurioje savo kūrinius pristato tiek jauni, tiek tituluoti menininkai, kur vyksta menų dirbtuvių užsiėmimai bei susitikimai su dailininkais, skulptoriais, juvelyrais, fotografais, poetais, prozaikais.

Visa tai telpa po ženklu „Ramybė“: vila „Ramybė“, „Ramybės“ klubas ir „Ramybės“ galerija.

Arba – www.ramybepalanga.lt

Vila „Ramybė“ – tradicijos nuo 1926 metų

Ramybės ir Vytauto gatvių kampe esanti vila „Ramybė“ pastatyta 1926 m. kaip pensionatas su restoranu. Kadaise šioje vietoje tikrai buvęs ramus mažos kurortinės gyvenvietės pakraštys. Ši vila nuo seno žinoma kaip menininkų ir visuomenininkų pamėgta vieta – joje susirinkdavo pabendrauti tarpukario Lietuvos kultūros veikėjai.

Sovietmečiu vila buvo nacionalizuota, joje įkurti Finansų ministerijos poilsio namai.

Šiandien viloje vėl šeimininkauja pirmųjų šeimininkų G. ir S. Darginavičių palikuonys, pastatui grąžinta pirminė funkcija ir senasis pavadinimas, atgaivinta jauki kultūrinė aplinka.

Vilą „Ramybė“ ir prie jos įkurtus „Ramybės“ klubą bei galeriją, kaip ir tarpukariu, pamėgo dabartinės Lietuvos menininkai, iškilūs kultūros ir visuomenės veikėjai.

Vila „Ramybė“, Vytauto g. 54, Palanga
palanga@vilaramybe.lt, +370 620 76729

**„Ramybės“ klubas: įprasminėti
laisvalaikio vakarai**

„Ramybės“ kultūros centras įsikūrė 2005-aisiais metais buvusiam primojų kurorto kino teatro, atidaryto 1940 m., pastate. Per keletą dešimtmečių čia veikė ir kino teatras, ir metrikacijos biuras, ir muzikinis klubas. O nuo 1973 m. čia buvo Palangos miesto kultūros skyrius.

Šios unikalių Palangos kultūrinės erdvės valdymą ir puoselėjimą perėmusi vila „Ramybė“ nuoširdaus darbo dėka čia yra sukūrusi išskirtinę „Ramybės“ aurą. Kultūros centre praleisti laiko susirenka kūryba besidomintys ar tiesiog jai atviri žmonės.

Visus metus savaitgalių vakarais, o vasaros mėnesiais kasdien čia vyksta koncertai, kameriniai spektakliai, literatūros vakarai ir knygų pristatymai, nekomercinio kino seansai.

Šią vasarą „Ramybės“ klube koncertuos VAN Quartet (Armėnija), Deidrey Francois & The Road Band (Kanada / Lietuva), Leon Beal ir Sax Gordon (JAV), R. Difartas ir A. Difartė, grupė el Fuego, Jeronimas Milius ir Česlovas Gabalis



„Ramybės“ galerijoje vyksta susitikimai ne tik su dailininkais: savo naujausią eilėraščių rinktinę „Miegančios chimeros“ (2019 m.) pristato poetė Elena Karnauskaitė



Baltojoje salėje savo darbus pristato juvelyrė bei emalės meistrė



„Ramybės“ galerijos parodų salėje eksponuojami Lietuvos ir užsienio dailininkų kūriniai (nuotrauka iš specialiai šiai erdvei kurtos Miglės Kosinskaitės tapybos parodos „Nokturnal animals“ atidarymo 2017 m. rugpjūtį)

bei visa eilė Lietuvos ir užsienio atlikėjų, savo spektaklius rodyd Klaipėdos jaunimo teatras, Idioteatras, „Atviras ratas“ ir kiti teatrai.

**„Ramybės“ kultūros centras, Vytauto g. 35, Palanga
info@klubasramybe.lt, +370 648 46042**

**„Ramybės“ galerija: parodos,
menų dirbtuvės, susitikimai**

Prieš devynerius metus įkurta „Ramybės“ galerija jau sulaukė Lietuvos menininkų pripažinimo: čia savo parodas eksponuoja ir kūrinius atveža tiek garsūs mūsų šalies kūrėjai, tiek pradedantys dailininkai. Galeriją pamėgo ir žiūrovai: juk ne daug kur mūsų šalyje parodas galima aplankyti nemokamai. Be to, nuo balandžio iki spalio veikiančioje galerijoje vienu metu būna atidaromos kelios parodos: nedidelėse jaukiose salėse eksponuojama ir tapyba, ir juvelyrė, ir skulptūra, rengiamos ir tekstilės ar odos meistrų ekspozicijos.

Ne išimtis ir 2019-ųjų metų sezonas. Liepos mėnesį galerijoje bus eksponuojamos Vytauto Kauno, Adelės Liepos Kaunaitės ir Antano Šerono tapybos bei Marytės Dominaitės, Mindaugo Lasinsko, Tatjanos Semane ir Žilvino Grigaičio juvelyrė, emalės bei tapybos darbų parodos.

Galerija „Menų tiltas“ liepos pabaigoje – rugpjūčio pradžioje pristatys prancūzų ekspresionistų tapybą, išskirtinius juvelyrė kūrinius eksponuos Vaidas Gaižauskas.

Rugpjūčio mėnesį „Ramybės“ galerijoje naujausius tapybos darbus eksponuos dailininkas Andrius Zakarauskas, juvelyrė parodą surengs Benas Staškauskas.

Visą rugsėjį galerijoje bus galima išvysti Edward Cur-

tis fotografijų parodą „Šešėlių gaudytojas“ ir Urtės Bimbaitės, Justės Kamarauskaitės bei Indrės Aleksiejūnienės grafikos, stiklo ir emalės kūrinius.

Be jau tradicija tapusių meno dirbtuvių, tokių, kaip „Puodeliavimai“ su Nomeda Marčėnaite, bei susitikimų su menininkais šiemet galerijoje liepos ir rugpjūčio mėnesiais pirmą kartą vyks mados kūrėjų **Designer Space** Pop-Up „Vasara Palangoje“.

**„Ramybės“ galerija, Vytauto g. 35, Palanga
palanga@ramybesgalerija.lt
+370 687 31778, +370 607 88990**



„Ramybės“ klubo sceną ir publiką pamilo Grammy laureatas flamenko gitaristas, kompozitorius, dainininkas Hernan Romero (antras iš dešinės), dažnai čia koncertuojantis su saksofonininku Kęstučiu Vaiginiu (ketvirtas iš dešinės) ir bičiuliais



PASLAUGOS:

Smėlio žvyro karjero eksploatavimas
Žiemos ir vasaros aplinkotvarkos darbai

Pastatų griovimas ir utilizavimas

Statybinės technikos nuoma

www.vakarustatyba.com

Tel. +370 652 22849, +370 656 67107

El. p. vakarustatyba@gmail.com

Tel. / Faks. +370 460 32097



Giuseppe Bergonzi (viduryje), Mail Boxes Etc. personalo vadovė Domantė Padleckaitė ir Mail Boxes Etc. pardavimų vadovas Edvinas Mironovičius.

Dėl „Mail Boxes Etc.“ franšizių Lietuvoje – ažiotažas

„Lietuva tampa vis svarbesniu tašku „Mail Boxes Etc.“ žemėlapyje, o Lietuvos verslininkai noriai jungiasi prie šio pasaulinio franšizės tarnybos centrų, kurie specializuojasi trečiųjų šalių logistikos, spausdinimo bei rinkodaros paslaugų srityse, tinklo, kuris visame pasaulyje turi daugiau nei 1600 tarnybos centrų. Lietuvos rinka dėl geros ekonominės padėties dabar labiau nei bet kada siekia pritaikyti sėkmingą verslo modelį, kuris jau veikia daugiau nei 47 šalyse“, – pastebi Giuseppe Bergonzi, „MBE Worldwide“ pasaulinės plėtros generalinis direktorius, atvykęs iš Italijos derėtis dėl franšizių su Lietuvos verslininkais.

„Mail Boxes Etc.“ yra vienas iš didžiausių mažmeninių paslaugų centrų tinklų visame pasaulyje.

Puiki proga turėti pasaulinį verslą

Vos vasario mėnesį veiklą Lietuvoje pradėjusi „Mail Boxes Etc.“ sulaukė didžiulio susidomėjimo – vystyti šią veiklą pagal franšizę jau panorą 6 Lietuvos verslininkai. Dar šiais metais „Mail Boxes Etc.“ centrai bus atidaryti Kaune, Šiauliuose ir Panevėžyje. Šiuo metu kompanija jau veikia Vilniuje ir Klaipėdoje.

„Nenuostabu, kad užmojai Lietuvoje yra dideli, tai yra viena didžiausių Baltijos regiono šalių, turinti stiprią ekonomiką. Kadangi „Mail Boxes Etc.“ veikia franšizės principu, tai yra puiki proga Lietuvos verslininkams tapti pasaulinio verslo dalimi“, – teigia G. Bergonzi.

„Mail Boxes Etc.“ misija – tenkinti klientų poreikius: kam siuntą reikia pristatyti greičiau, kam reikia individualaus paėmimo, o kam – pakavimo paslaugas.

„Mūsų kompanijos darbo principas yra kiek kitoks nei tradicinių kurjerių tarnybų. Turėdami daug partnerių mes galime užtikrinti, kad siuntos klientus pasieks kaip įmanoma greičiau“, – privalumus vardina G. Bergonzi.

Elektroninės prekybos plėtra Europoje

Kurjerių verslas visame pasaulyje išgyvena pakilimą, kadangi elektroninės prekybos mastai kasmet vis didėja.

„Elektroninė prekyba pramonei daro ypatingą įtaką. Dabar žmonės siunčia ir gauna siuntų daug daugiau nei anksčiau, prie to taikomės ir mes“, – teigia G. Bergonzi.

Didžiausias „Mail Boxes Etc.“ išskirtinumas – nemokamai supakuoja siuntas. Tai patrauklu tiek fiziniams asmenims, tiek įmonėms, taupančioms laiką, nes laikas – pinigai.

„Kitas svarbus dalykas – pasikeitę vartotojų įpročiai. Šiandien retas pirkėjas nusiteikęs savo prekės laukti kelias dienas. „One day delivery“ yra viena iš pagrindinių paslaugų, kurios nori pirkėjas ir net yra pasiruošęs už tai sumokėti daugiau. Todėl greitis ir pristatymo efektyvumas tampa vis svarbesni, tam turime turėti patikimus partnerius“, – sako „MBE Worldwide“ pasaulinės plėtros generalinis direktorius.

„Mail Boxes Etc.“ daug investuoja į pristatymo kokybę, labiausiai rūpinasi vadinamąja „First mile“. „Tai reiškia, kad mums labai svarbu prekę iš vartotojo jam patogių laikų, o tai galime padaryti tik būdami netoliese“, – sako G. Bergonzi.

Jūsų siuntas supakuosime **NEMOKAMAI!**

Susisiekite su mumis: www.mbe.lt

SUSISIEKITE SU MUMIS: WWW.MBE.LT

Office Vilnius Švitrigailos g. 1, Vilnius **Office Klaipėda** Galinio Pylimo g. 28-45, Klaipėda



Mus jungia jūra!
www.muziejus.lt
www.ljm.lt
+370 698 37299



POILSIO IR REABILITACIJOS CENTRAS „PUŠYNAS“

Nuostabiame gamtos prieglobstyje, tik 300 metrų iki jūros Jūsų laukia...

**Apgyvendinimas jaukiuose vienviečiuose, dviviečiuose, triviečiuose,
liukso klasės kambariuose bei apartamentuose.**

Centre įrengtos konferencijų salės, o aktyviam poilsiui- puikūs teniso kortai.

Tel. Nr. 8 612 52 545

El. paštas: registratura@palangapusynas.lt

www.palangapusynas.lt



TIKROJI PRABANGA – RAMYBĖ KASDIENOJE

Tai privatus bei itin ramus naujos statybos būtų gyvenamasis kvartalas Palangos pušyno kaimynystėje, visai greta jūros kranto, ne tik atostogauti, o gyventi ir džiaugtis pajūrio gyvenimu kasdien.

Čia harmoningai dera gyvenamųjų apartamentų kokybė ir prestižas drauge su gamtos natūraliu jaukumu ir ramybe. Atokiau nuo miesto šurmulio įkurti apartamentai leis mėgautis kiekviena diena taip, lyg gyventumėte atostogų ritmu.

LOKACIJA

- Žaliausia miesto dalis
- Pirmoji pajūrio juosta
- Vos 5 min. iki jūros pėstute
- 10 min. kelio iki Palangos jūros tilto
- „Ranka pasiekiamas“ bėgimo takas Labrytis

SPECIFIKACIJOS

- Funkcionaliai išplanuoti 2-3 kambarių butai
- Gyvenamoji paskirtis
- A bei A+ energinės klasės pastatai
- Itin ekonomiškas dujinis grindinis šildymas
- Kondicionavimo sistema oras-oras
- Rekuperacinė vėdinimo sistema
- Pilna, stilinga apdaila
- Namo fasadas dengtas ilgaamžiška klinkerio apdaila
- Erdvūs balkonai ar terasos kiekvienam butui
- Dviračiams ar kitiems laisvalaikio atributams laikyti įrengti sandėliukai

APLINKA

- Mažaaukštė statyba
- Nedidelė bendruomenė
- Uždara ir saugi kiemo teritorija
- Įvažiavimas, automobilių stovėjimo aikštelė ir takeliai iškloti trinkelėmis
- Sutvarkyta, apželdinta ir nuolatos puoselėjama aplinka
- Vaikų žaidimo aikštelė