

Lietuvos PAJŪRIS 2023

VASARA–RUDUO

**Vytautas
Grubliauskas:**

*„Klaipėda –
miestas su siela
dryžuotais
marškinėliais, tai –
visada jauna
širdis, plakanti
džiazo ritmu“*

Nomeda Kazlaus:

*„Gyvenimo esmė – ne naujas
mobilusis telefonas, krūva
modingų rūbų ar dar
vienas nuostabus vakarėlis“*

Iryna Holoborodko:

*„Vos įvažiavusi į
Palangą pajutau, kad
ši žemė mane priima“*

Klaipėdietė

PATRICIJA LIAUDANSKAITĖ:

„Svajonių šypseną, darbą ir laimę radau Antalijoje!“



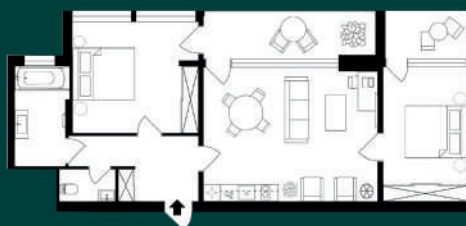
ŽILVINAS

HOTEL PALANGA

2 kambarių apartamentai | 56 m²



3 kambarių apartamentai | 70 m²



Daugiau nei 50 metų skaičiuojantis, vienas unikaliausių Palangos kurortinės paskirties objektų kviečia poilsiautojus neparmirštamam poilsiui prie Baltijos jūros.

Pakibęs virš žemės, su neregėto dydžio konsolėmis ir atstumais tarp atramų, medžio struktūrą primenančios formos pastatas, darniai įsiliejo į natūralią Palangos kurorto gamtą ir tapo neatsiejama jo dalimi, o 2013 m. šis didingas pastatas buvo įrašytas į Kultūros paveldo registrą.

2020 m. visi apartamentai buvo modernizuoti ir pritaikyti šiuolaikinio žmogaus poreikiams, tačiau tuo pačiu metu buvo išsaugota kiek įmanoma daugiau originalių interjero elementų tam, kad atvykę poilsiautojai pajautų šios ypatingos vietos dvasią ir prisimintų turtingą pastato istoriją. Praeitį menanti didybės manija vis dar atsispindi apartamentų dydyje: apsigyventi galite net 56–70 m² apartamentuose, kurie sudaryti iš 2–3 kambarių.

Strategiškai viešbutis įsikūręs itin patogioje kurorto vietoje – kiek atokiau nuo naktinio gyvenimo triukšmo, tačiau vos 100 m iki Baltijos jūros paplūdimio ir 500 m iki J. Basanavičiaus g.

**Kai Tavo atostogų laikas dvelkia
pušų sakais ir tiksi ne sekundėmis,
o ritmu, kuriuo kvėpuoja jūra.**

MOKYKIS, TOBULĖK IR DIRBK!



**KLAIPĖDOS ERNESTO GALVANAUSKO
PROFESINIO MOKYMO CENTRAS**

VKDOMOS PROGRAMOS:

Statybos srities.
.....

Verslo srities.
.....

Sveikatos priežiūros
paslaugų srities.
.....

Transporto srities ir kt.
.....

Centre vykdomas
pagrindinis (9, 10 kl.),
vidurinis ugdymas kartu su
profesija ir tęstinis mokymas,
suaugusiųjų pagrindinis ir
vidurinis ugdymas.

KODĖL MES?

Lanksčiai deriname
mokymosi būdus ir laiką.

Siūlome jūsų poreikius
atitinkančią mokymo(si)
aplinką.

Mokama stipendija.

Siūlome savo patirtį –
profesinį mokymą vykdomė
daugiau nei 50 m.



PRIVALUMAI

Galimybė lavinti vairavimo
įgūdžius autodrome,
bei įgyti visų kategorijų
vairuotojo pažymėjimą.

Privalomieji pirmosios
pagalbos ir higienos įgūdžių
mokymai.

KOKIU BŪDU GALIMA MOKYTIS?

Mokykline forma.

Pameistrystės forma.

Nuotoliniu būdu.

Kompetencijų pripažinimo būdu.



KLAIPĖDOS ERNESTO GALVANAUSKO PROFESINIO MOKYMO CENTRAS

WWW.GPMC.LT

TAIKOS PR. 67, KLAIPĖDA 94112, LIETUVA. TEL.: (8 46) 34 01 32; EL. PAŠTAS: INFO@KLAIPEDOSGPMC.LT

KLAIPĖDOS ERNESTO GALVANAUSKO PROFESINIO MOKYMO CENTRAS

KRETINGOS FILIALAS

KRETINGOS R. SAV., KRETINGOS SEN., KRETINGOSDŽIO K., SODŽIAUS G. 1C
TEL.: (8 445) 79 308; EL. PAŠTAS: FILIALAS@KLAIPEDOSGPMC.LT



TECHNORAMA – ateities kampelis Klaipėdoje



Tadas Narušis, Klaipėdos „Akropolio“
TECHNORAMA parduotuvės vadovas

Norint pamatyti ateitį, laiko mašina nereikalinga. Ją neblogai atstoja Klaipėdos „Akropolio“ veikianti TECHNORAMA parduotuvė. Čia žmonės užsuka ne tik apsipirkti, bet ir pasižvalgyti į technikos naujoves arba pasišnekučiuoti prie kavos. Jos galima paragauti viduje įsikūrusioje eksperimentinėje kavinėje-laboratorijoje, kurioje testuojami įvairūs kavos ruošimo būdai bei technika. Būtent čia sutikome parduotuvės vadovą Tada Narušį. Gurkšnojant kavą, pokalbis pasuko technologijų ir technikos ateities tema. Į kokias naujoves verta sutelkti savo dėmesį?

„Apple Vision Pro“: naujos realybės akiniai

– Įsivaizduokite, kad darbo vieta, pramogų kambarys su žaidimų konsole, dvimetris 4K televizorius, netgi ši kavinė, o galbūt ir visa parduotuvė vienu mygtuko spustelėjimu persikelia į jūsų akinius, – pasakoja Tadas. – Neseniai „Apple“ pristatė „Vision Pro“ akiniai papildo supančią aplinką tikroviškais elementais arba sukuria visiškai naują virtualų pasaulį, kuriame galima dirbti, žaisti ir bendrauti. Daugybė kamerų ir jutiklių fiksuoja akių bei veido raumenų judesius. Akiniai sukuria šeiminingo avatarą, kuris matomas bendraujant internetu ir aplinkiniams.

„Vision Pro“ akiniai parduotuves pasieks tik kitais metais. Ilgas laukimo laikas ir 3500 eurų perkopsianti kaina kai kuriuos ekspertus verčia atsargiai vertinti „Vision Pro“ perspektyvas.

– Manau, jie neteisūs, – argumentuoja Tadas. – Panašių abejonių netrūko ir pristatant „iPhone“ bei kitas technologijų pasaulį pakeitusias „Apple“ naujoves. Ši kompanija nebijo išradinėti dviračio net tada, kai kitiems tai padaryti nepavyksta. Palyginti su konkurentų siūlomais VR akiniais, „Vision Pro“ yra daug universalesni. Jie atstoja visavertį kompiuterį, televizorių, žaidimų konsolę ir daugybę kitų daiktų. Susumuokite jų kainą, ir „Apple“ pasiūlymas pasirodys daug patrauklesnis.

„Apple Vision Pro“
akiniai puikiai tiktų fan-
tastinio filmo herojui.



„Apple“ kompiuteriai mokosi žaisti

– Kompiuteriniai žaidimai – labai rimtas dalykas. Jų kūrėjai uždirba daugiau nei filmų studijos ir muzikos leidėjai kartu sudėjus. Nors „Apple“ sėkmingai atsirikia šio pyrago dalį mobiliuosiuose įrenginiuose, tačiau kompiuteriuose toliau karaliauja „Windows“. „Apple“ kompiuteriams galios tikrai netrūksta, tačiau žaidimų kūrėjai vengia kurti jiems skirtas pramogų versijas. Artimiausiu metu padėtis turėtų radikaliai pasikeisti. Mat „Apple“ išleido įrankį, kuris leidžia per kelias valandas perdaryti žaidimus, kad



jie veiktų „Mac“ platformoje. Todėl žaidimų mėgėjams rekomenduoju atidžiau pasižvalgyti į „Apple“ kompiuterių ekspoziciją. Visai galimas daiktas, kad kitą žaidimų kompiuterį rasite būtent joje, – mirkteli TECHNORAMA parduotuvės vadovas.

HONBIKE sukūrė elektrinį dviratį, pritaikytą ir pradedančiajam, ir patyrusiam dviratininkui.



Elektrinis dviratis, kurio nereikia prižiūrėti

– Posakį apie dviračio išradimą jau minėjau, o dabar pakalbėkime apie tikrą dviratį. Elektrinį, – pasiūlo Tadas. – Jis idealiai tiks net tiems žmonėms, kurie iki šiol nevažinėjo nei tradiciniais, nei elektriniais dviračiais. HONBIKE UNI4 tiesiog imi ir važiuoji. Jam nereikalinga reguliari techninė priežiūra. Gamintojas žada, kad pirmą kartą dviračių dirbtuvėje teks lankytis tik įveikus daugiau nei 10 000 km atstumą. Su viena baterijos įkrova UNI4 įveikia net 100 km atstumą, o kylant į įkalnę talkina geroskopu aprūpinta pagalbos sistema.

Šviesi ateitis – OLED televizoriams

– Neplanuojate keisti televizoriaus? Užsukite į TECHNORAMĄ ir pakeisite nuomonę! – juokauja Tadas Narušis. – Rekomenduoju pasidomėti naujos kartos OLED modeliais. Dabar jie sugeba išgauti ne tik tobulą juodą spalvą, bet ir ypač intensyvius šviesius atspalvius. Tokių televizorių galima drąsiai statyti ne tik pritemdytame kambaryje, bet ir šviesoje patalpoje. Labai ilgą laiką OLED televizorius gamino viena kompanija – LG. Dabar prie jos prisijungė „Samsung“, pasiūliusi naujos kartos OLED ekranus su papildomu kvantinių taškų sluoksniu. Jis atsakingas už ypač tikslų atspalvių perteikimą ir rekordinį šviesumą.



„Samsung S95C“ televizorius turi kvantinių taškų sluoksnį, sudarytą iš kelių nanometrų dydžio dalelių, kurios padeda atkurti neįtikėtinai tikrovišką ir ryškų vaizdą.

„Apple“ nori, kad visi „Mac“ taptų žaidimų kompiuteriais.



Dirbtinis intelektas žaidžia slėpynių

– Apie dirbtinį intelektą visi staiga pradėjo kalbėti, tarsi jis būtų socialinių tinklų žvaigždė, mokanti piešti, rašyti eiles, programuoti ir daryti už mus mokyklos namų darbus. Tačiau jo iškilimas labiau primena Pelenės istoriją. Jau kelerius metus išmanieji procesoriai yra aprūpinami neuroniniais tinklais, kurie aptarnauja dirbtinio intelekto funkcijas. Kiekvieną kartą, kai fotografuojate žvaigždėtą dangų, įjungiate televizoriuje mažos raiškos „YouTube“ filmuką ir to nepastebite, arba užsidedate išmaniąsias triukšmą slopinančias ausines, jūsų prietaisuose ima darbuotis dirbtinis intelektas. Kol ekspertai diskutuoja, ar „ChatGPT“ užkariaus pasaulį, jo giminaičiai patyliukais tai jau padarė ir taikiai įsikūrė TECHNORAMA parduotuvės telefonų, televizorių ar net garso technikos skyrių lentynose. Kai ten užsuksite, būtinai perduokite linkėjimų!



Pradėti šalia „Ikea“ kylančio „Vikingų verslo slėnio“ statybos darbai

Komercinio nekilnojamojo turto vystymo įmonių grupei VPH, įgyvendinusiai prekybos centro „Maxima XX“ ir Palangos autobusų stoties komplekso bei Klaipėdos prekybos parko „Liepų 81“ projektus, priklausanti bendrovė „Vikingų verslo parkas“ spartina naujo daugiafunkčių patalpų („stock-office“) projekto sostinėje statybas.

Greta pagrindinio šalies oro uosto ir prekybos centrų „Ikea“, „Nordika“ bei „Decathlon“ įsikursiantis verslo slėnis, planuojama, duris atvers 2024 metų pradžioje. Jau žinoma, kad patalpose pirmieji įsikurs „Ramirent“.

„Pietinė Vilniaus dalis ir toliau išlieka strategine miesto plėtros kryptimi. Reikšmingos investicijos, kasmet gerėjanti infrastruktūra čia skatina kurtis verslą bei gyventojus. Šioje miesto teritorijoje stabiliai veikiantys tarptautiniai prekių ženklai ir jų plėtra kuria aktyvius pirkėjų srautus – net ir atokiau gyvenantys priemiesčių gyventojai šią teritoriją gali pasiekti per maždaug 20 minučių. Įvertinę esamą ir ateities vietos potencialą, būsimi nuomininkai aktyviai domisi mūsų vystomu projektu“, – sako Artūras Šukys, VPH grupės partneris ir UAB „Vikingų verslo parkas“ vadovas.

Planuojama, kad kitąmet „Vikingų verslo slėnyje“ įsikurs iki 36 skirtingose srityse veikiančių verslų: tarptautinės mažmeninės prekybos įmonės, smulkusios vietos verslas, B2B segmento prekių ir paslaugų pardavėjai, specializuotų prekių parduotuvės, internetinės prekybos atstovai. Šiuo metu jau buriama prekybos profesionalų bendruo-





menė. Tarp būsimų nuomininkų – didžiausios statybinės įrangos nuomos kompanijos Baltijos šalyse „Ramirent“ įrankių nuomos punktas. Įmonė įsikurs 600 kv. metrų patalpose.

Pasak projekto nuomos partnere tapusios nekilnojamojo turto paslaugų bendrovės „Colliers International Advisors“ partnerio Regimanto Kacevičiaus, Vikingų g. 5 plėtojamas projektas išskirtinai konkurencingas savo lokacija – tai ne tik aiški miesto plėtros kryptis, bet ir aiškus vietos identitetas.

„Tarptautinių plačiai žinomų prekės ženklų kaimynystė čia įsikursiantiems verslams užtikrins puikų matomumą ir nuolatinį lankytojų srautą. Ši lokacija pirkėjų atrasta ir pamėgta jau ne pirmus metus, čia santykinai neilgai veikiančios prekybos įmonės jau spėjo išgyventi ir plėtros etapus. Be to, būsimą verslo parką patogų pasiekti ne tik viešuoju transportu, nuosavu automobiliu, bet netgi dviračiu, keliaujant naujai įrengtu dviračių maršrutu nuo miesto centro pusės“, – sako R. Kacevičius.

Sklype greta „Decathlon“ vystomi trys verslo parko pastatai. Didžiausias korpusas kyla sklypo dalies centre, aplink įrengiant iki 230 antžeminių automobilių stovėjimo vietų ir patogų privažiavimą ratu. Kiti du mažesnių tūrių ir ploto pastatai statomi sklypo kraštuose.

Numatytas standartinis patalpų dydis sieks 290–390 kv. m, tačiau pagal nuomininkų poreikius jungiant gretimus modulius galima sukurti ir 1500 kv. m plotą sudarančią ekspozicinę, prekybinę ar sandėliavimo erdvę. Kiekviena verslo parke įsikūrusi įmonė turės atskirą įėjimą klientams ir vartus prekėms pristatyti. Visos nuomojamos patalpos turės sandėliavimo ar prekybinės paskirties erdvę, atskiras mažesnio ploto prekybos ekspozicijai pritaikytas patalpas su antresole, kurią paprasta pritaikyti biuro patalpoms. Dėl modernių inžinerinių sprendimų A++ energetinės klasės pastatuose išlaidų sąnaudos bus minimalios.

„Vikingų verslo slėnį“ projektavo architektūros studija „313 Architects“, generalinis projekto rangovas – „Baltijos plienas“.

VPH įmonių grupė plėtoja ir valdo komercinį nekilnojamojį turtą tarptautiniams ir vietiniams nuomininkams Baltijos šalyse. Tarp VPH grupės Lietuvoje išvystytų projektų: šalia Molėtų plento iškilęs naujos kartos prekybos parkas UNA, prekybos slėnis „Nørdika“, pirmoji Baltijos šalyse „Decathlon“ parduotuvė Vilniuje bei prekybos parkas „Liepų 81“ Klaipėdoje.

Projekto nuomos partnerė – nekilnojamojo turto paslaugų bendrovė „Colliers International Advisors“.

Kontaktai pasiteirauti:

✉ eimantas.karieta@colliers.lt ☎ +370 602 73567





**FIRST TIME IN THE BALTIC STATES!
EUROPEAN BRASS BAND
CHAMPIONSHIPS 2024**

IN ASSOCIATION WITH WORLD OF BRASS

PALANGA, LITHUANIA | APRIL 27TH – MAY 5TH

*Are you brass
enough to take it?!*

45th EUROPEAN BRASS BAND CHAMPIONSHIPS

9th EUROPEAN YOUTH BRASS BAND CONTEST

9th EUROPEAN COMPOSERS COMPETITION

19th EUROPEAN YOUTH BRASS BAND



ebbc2024.orkestras.pro

ORGANISED BY THE MUNICIPALITY OF PALANGA
IN COOPERATION WITH THE EUROPEAN
BRASS BAND ASSOCIATION



Palangos
miesto
savivaldybė

Kai gyveni mieste su siela dryžuotais marškinėliais ir jauna širdimi, plakančia muzikos ritmu

Jūsų rankose – naujas nemokamo žurnalo „Lietuvos pajūris“ numeris.

Likome ištikimi senai žurnalo tradicijai – rašyti apie paprastus (taip, taip – būta ir įžymybių žurnale, jų yra ir šiame!), bet įdomius, su daug gyvenimo prieskonių pajūrio žmones, juose „išlukštenti“, jei ne deimantą, tai bent lietuviško gintaro grynuolį.

Man įdomiausi tie pokalbiai, kai aptarus interviu ir jį baigus, regis, žmogų priešais save jau pažįsti kaip nuluptą, o jis ar ji – diktofonui jau nesisukant – užsimena „tarp kitko“ apie ką nors „nesvarbaus“ ir netikėto, kas kilsteli bent jau mano antakius.

„Tarp kitko, prieš dešimt metų, sulaukusi beveik 40, aš pasikriktijau – man to reikėjo“, – mūsų pokalbio gale prisipažino Patricija, naujojo „Lietuvos pajūrio“ viršelio herojė. Toks neblėstantis energijos kamuoliukas!

Gyvenime mėtyta ir vėtyta klaipeidietė laimę, svajonių darbą ir ramybę rado Turkijoje, Antalijoje. Perla Dental Centre klinika, jai atlikusi dantų implantaciją, pasiūlė dirbti ryšių su lietuviais pacientais vadove.

Palangos baseino plaukimo trenerė ir architektė bei trijų atžalų mama Lina (tiek apie ją težinojau iki mums susitinkant interviu) mane taip pat privertė aiškinti, pasirodo, ji – šių metų Lietuvos *freediving-o* (nėrimo ir nardymo be papildomos įrangos sulaukčius kvėpavimą) šalies čempionė bei karatė fanatė. O tokia kukli!

Žinoma, pristatyti kitos mūsų žurnalo herojės, Nomedos Kazlaus, operos žvaigždės, ir Palangos didelės bičiulės, nereikia. Po valandos interviu dingtelėjo, kad Nomedą pažįstu jau kelis gyvenimus. Tokia ji įtraukli, žemiška, bet pakylėta.

Jeigu man reikėtų rinkti mieliausią frazę, pasakytą kurio nors herojaus ar herojės, rengiant šį žurnalą, be abejonės, ja taptų buvusio Klaipėdos mero Vytauto Grubliausko žodžiai: „Klaipėda – miestas su siela dryžuotais marškinėliais, tai – visada jauna širdis, plakanči džiazo ritmu.“

Ar yra kas nors gražiau apibūdinęs mūsų uostamiestį?

40 kilogramų atsikračiusi palangiškė Sandra, dar viena mūsų žur-



nalo herojė, prisipažįsta pagaliau tapusi laiminga: „Išsilaivinau iš savo paties kalėjimo!“

Link 80-ies artėjanti Lina Gaudiešienė, taip pat palangiškė, „Lietuvos pajūriui“ sakė: „Nejaučiu jokie fizinio skirtumo tarp jaunystės ir šiandienos.“ Nieko sau!

Perskaitę ar bent atidžiai pervertę naują „Lietuvos pajūrį“, ir jūs skubėkite pabumpsėti kamuoliu, su vėjeliu pralėkti pajūrio dviračių trasa ar tiesiog pasivaikščioti.

Gi ne veltui sakoma: „Sveikame kūne – sveika siela.“ Ir, žinoma, svarbiausia – neužmiršti jų abiejų. O jei jaučiate, kad jie – silpnesni, pajūris – puiki vieta abu sustiprinti.

Linas JEGELEVIČIUS
„Lietuvos pajūris“ leidėjas ir redaktorius

Žurnalas „Lietuvos pajūris“

ISSN 2538 - 8894

Leidėjas: MB „Pajūrio žurnalas“
Redaktorius ir direktorius

Linas Jegelevičius
Tel. 8 620 53440
pajuriozurnalas@gmail.com

Žurnalistai:
Ligita Sinušienė, Lukas Jogaila

Korektorė: Rasa Gedvilaitė

Dizainerė: Laura Tekorienė

Fotografai: LT FOTO, Radvilė Kucevičiūtė

Viršelio nuotrauka:
Radvilės Kucevičiūtės

Buhalterė: Jonas Paulauskas

Interneto svetainė
www.pajuriozurnalas.lt

Facebook paskyra
www.facebook.com/LietuvosPajurisTau

Už reklamos turinį ir jos kalbą redakcija neatsako

Spausdino:
Mukūsala (Mukūsala Printing Group) spaustuvė Rygoje

Tiražas: 8 000

Žurnalas yra nemokamas ir yra platinamas Palangoje, Klaipėdoje, Klaipėdos rajone, Neringoje, Kretingoje, Šilutėje, Skuode ir Vilniuje

Klaipėdietė Patricija Liaudanskaitė: „Svajonių šypseną, darbą ir laimę radau Antalijoje!“

Linas JEGELEVIČIUS

Lietuves į tolimas saulėtas šalis neretai atvilioja meilė, o teisininkę Jūratę Patriciją Liaudanskaitę, kuriai gyvenime teko ir didelei parduotuvei „Maxima“ uostamies-ty vadovauti, į daugelio lietuvių pamėgtą Turkiją, Antaliją, atvedė... gražios šypsenos paieškos. Jos klaipėdietei užtruko net 8 metus. Jau suspindėjęs ja, likimas jaunatviškai ir energija trykštančiai 49 metų lietuvei dosniai atseikėjo to, ko ji niekada nesitikėjo: **Perla Dental Centre** klinika, jai atlikusi dantų implantaciją, pasiūlė dirbti ryšių su lietu-
viais pacientais vadove. „Man tai – svajonių darbas. Visiems padedu – aš tokia. Gražūs dantys – ir puiki nuotaika, ir didesnė savivertė, ir naujos galimybės gyvenime. O gerų ir blogų klinikų yra ir Lietuvoje, ir Turkijoje. Žinau, kad dantis susitvarkiau, o dabar dirbu vienoje geriausių Antalijos klinikų“, – žurnalui „Lietuvos pajūris“ sakė Patricija.



Patricija su **Perla Dental Centre** klinikos įkūrėju dr. Onur Ademhan, kuris yra taip pat ir klinikos burnos bei žandkaulių chirurgas

– Jūsų gyvenimo istorija – ryški. Daug metų dirbote viename didžiausių šalies prekybos centrų „Maxima“, o po to išvažiavote į Airiją... rinkti pievagrybių. Nieko sau!

– Tikra tiesa! Baigiau teisę, tačiau teisės srity niekas nesukbėjo man darbo siūlyti. 2000-aisiais įsidarbinau vienos Klaipėdos „Maxima“ kasininke, po pusės metų jau tapau pamainos viršininko pavaduotoja, po metų – pamainos viršininke, o po 8 metų buvau paskirta „Maximos“ Liepojos gatvėje Klaipėdoje direktore. Iš viso šiame prekybos tinkle praleidau 15 metų. Tai buvo labai įdomi patirtis, tačiau neslėpsiu – stresas buvo mano nuolatinis palydovas. Visas mano gyvenimas buvo skirtas darbui, net savaitgaliais.

Viską pakeičiau gan staiga ir radikaliai – 2015-iaisiais, prieš pat Kalėdas, išvažiavau pasižvalgyti į nedidelį miestuką pietų Airijoje, netoli Dublino. Planavau „persikrovus“ mintis po Naujųjų grįžti. Tačiau likau – Airijoje praleidau 7 metus, visus juos rinkau pievagrybius (*juokiasi*) vienoje grybų fermoje.

Darbas – nelengvas, pasilenkus arba pasilypėjus ant specialių stelažų dideliuose tvankiuose šiltnamiuose – pievagrybius augino keliomis eilėmis ant stelažų, tvanku, dar toks ryškus apšvietimas, bet aš *kaifavau* (šypsosi), dirbau pagal laisvą grafiką. Gyvenau kaimuke su apie 30 namų. Šalia buvo miškas, bet jame jokie grybai neaugo. Daug airių pievagrybius naudoja gamindami beveik kiekvieną valgį.

– Karjerą grybų fermoje padarėte?

– Buvau tikrai atsakinga darbuotoja ir jeigu būčiau norėjusi siekti karjeros, manau, tą būčiau padariusi, bet nenorėjau įsipareigojimų ir būti „pririšta“. Tik tie, kurie daug metų dirba vadovais, mane, matyt, supras. Neslėpsiu: kai kurie lietuviai, sužinoję apie mano darbinę praeitį, pakeldavo antakius: „Kaip tu, tiek metų buvusi vadove tokioje didelėje kompanijoje, „Maxima“, dabar gali lankstyti grybų fermoje?“ O aš jiems atsakydavau juokdamasi: „Bet jūs niekada nebuvote 15 metų vadovu dideliame prekybos centre!“ Man tiesiog reikėjo atokvėpio nuo tokio įtempto vadovės darbo! Fermoje dirbo daug lietuvių, o paskutiniaisiais metais į ją ėmė važiuoti ir ukrainiečiai, bulgarai ir tailandiečiai.

– Airija jums patiko?

– Atvirai pasakysiu: nelabai. Vien dėl oro – apsiniaukę ar lyja. Man reikia saulės, jūros tolių. Jau prieš kelerius metus pradėjau dažniau į Antaliją skraidyti – ne tik atostogų, bet ir pažvilgčiodama į odontologijos klinikas – mano burnoje buvo daug netvarkos. Visiems laikams Airiją ir pievagrybius palikau 2022-ųjų spalį.

– Atgal į Lietuvą?

– Į Antaliją. Ieškodama, kur gydyti ir implantuoti dantis, internete išnaršiau ne vieną šalį ir tam skyriau – nepatikėsite! – ne vienerius ar dujus metus, o net aštuonerius (*šypteli*). Kaip ir dauguma, norėjau puikios kokybės paslaugų už priimtina kainą. Kaip ir nemažai kitų lietuvių, odontologijos kainų čia, Lietuvoje, nelabai galėjau „įkasti“, tačiau ryžtis dantų tvarkymui užsieny, ypač Turkijoje, pristigdavau drąsos.

Aišku, gąsdino ir stereotipas, kad Turkijoje kokius nors ryklio dantis, o ne kokybiškus implantus sudės (*juokiasi*). Bet tai – mitas, nes gerų ir blogų klinikų yra visur. Lietuvoje ir Turkijoje – taip pat.

Vis tik, pasirinkusi Turkiją, savo dantų panoraminės



Perla Dental Centre yra pirmiausia orientuota į užsieniečius, tarp jų – daug lietuvių pacientų

nuotraukas siunčiau į ne mažiau kaip 15 klinikų joje – ir Antalijoje, Marmary, Izmiere, Stambule. Buvo toks katės pirkimas maiše – nieko apie jas nežinojau, neturėjau rekomendacijų. Paieškomis net pertrauką padariau, kol prieš dujus metus, atostogaudama Kemere, viename viešbuty, atsitiktinai kalbėdama su ten dirbančiu pardavėju, iš jo išgirdau: „Mano draugas, su kuriuo kartu mokėmės, Antalijoje dirba ortodontu klinikoje Perla. Ji tikrai patikima ir šiuolaikiška. Ją jums tikrai rekomenduočiau.“

Nors turėjau netrukus išskristi, smalsumas nugalejo – nuvažiavau į ją. Įspūdį ji man paliko labai gera, modernų – nuo eksterjero ir interjero iki įrangos. Klinika – per keturis aukštus, joje dirba būrys vertėjų – iš anglų, vokiečių, rusų, persų, arabų ir taip pat lietuvių kalbų. Žinoma, didelė gydytojų komanda, savo srities specialistų.

– Kam iš tokio būrio jūs patikėjote savo burną?

– Mane priėmė pats klinikos įkūrėjas dr. Onur Ademhan, kuris yra taip pat ir klinikos burnos bei žandikaulių chirurgas. Pasikalbėjau su juo, man padarė burnos panoraminės nuotraukas ir pasilikau (šypsosi). Buvau naivi, norėjau visko greitai, po operacijos jau planavau kitą dieną sėsti į lėktuvą ir skristi namo, bet, mano didelei nuostabai, turėjau pakeisti skrydžio bilietą, apsistoti jų siūlomame viešbutyje ir likti kelioms dienoms klinikos gydytojų priežiūroje, kitu atveju dr. Onur kategoriškai atsisakė man daryti operaciją, nesvarbu, kokius pinigus mokėsiu už savo gydymą. Tai mane labai nustebino gerąja prasme, supratau, kad jiems tikrai yra svarbus pacientas, jo sveikata ir, žinoma, klinikos reputacija.

Mane apgyvendino klinikos viešbutyje, buvo padaryta operacija, t. y. viso apatinio žandikaulio implantavimas, ir po keletos dienų išvykau atgal į Airiją laukti kito vizito į kliniką, kad būtų baigtas gydymas po sugijusių implantų. Su nekantrumu laukiau tos tobulos šypsenos, apie kurią taip ilgai svajojau. Praėjus daugiau nei keturiems mėnesiams, vėl grįžau į kliniką, buvau pasitikta oro uoste, nemokamai apgyvendinta viešbutyje ir jau po savaitės džiaugiausi tobula ir išsvajota šypsena. Su ja pranyko ir nerimo debesėliai. Puikiai žinau iš savo asmeninio ir savo pažįstamų pavyzdžių, kad



Patricija sako: „Kai sieloje – ramybė, galiu šypsotis ir padėti žmonėms turėti naują ir išsvajotą šypseną, tai ir visas gyvenimas – kitoks“

kai burnoje – daug netvarkos, jos nemažai ir galvoje – lydi slogi nuotaika ar net depresija. Ką jau kalbėti apie tinkamą maisto sukratymą ar estetiką.

Man svajonių šypsena kainavo apie 10 tūkstančių Amerikos dolerių, bet Lietuvoje būčiau mokėjusi beveik triskart daugiau. Sutikite, kad tai – tiesiog labai labai dideli pinigai.

– ... ir netrukus pradėjote dirbti Perla Dental Centre?

– Taip. Pasidovanojusi svajonių šypsena, ėmiau daug – aišku, niekieno neprašoma – apie Perla Dental Centre įvairiose socialinių medijų grupėse, ypač tose, skirtose lietuviams, rašyti pozityvius atsiliepimus, dalindamasi savo asmenine patirtimi joje, atsakinėjau į klausimus apie kliniką ir savo gydymą. Man tiesiog buvo smagu, kad, patikėję mano gydymosi istorija, lietuvių joje gerokai padaugėjo, o atvykę jie pasakydavo: „Man jus Patricija, jūsų buvusi pacientė, rekomendavo.“ Netrukus klinikos savininkas dr. Onur man pasiūlė dirbti pas jį – būti atsakingai už ryšius su lietuvišiais pacientais. Tiesiog buvau apstulbusi: juk Turkija jau seniai, kaip sakau juokaudama – mano didžioji meilė, o toks darbas – mano svajonių darbas! Klinikoje dirbu nuo 2022-ųjų metų.

– Jūsų akys švyti, kai šnekate apie Turkiją. Kuo ji jums taip prie širdies?

– Turkijoje kiekvienais metais atostogauju nuo 2006-ųjų... Mane žavi ir Turkijos oras, ir jos didinga istorija, ir jos žmonės, jų mentalitetas, ir, žinoma, kainų ir kokybės santykis. Esu skersai ir išilgai išvažinėjusi Antaliją ir manęs neapleidžia jausmas, kad aš visą gyvenimą joje praleidau – laiminga!

– Koks yra turkiškas mentalitetas?

– Jis – įvairus, priklauso nuo regiono. Provincijose turkai – labai draugiški, svetingi, pagarbūs, didelių šeimų žmonės. Aišku, niekur neskuba ir dėl nieko nestresuoja (šypsosi). Jie labai gerbia užsieniečius. Žinoma, kurortuose mentalitetas – kitoks. Kai tave vos ne už skverno tempia į parduotuvę ar restoraną, matyt, kai kam ir nemalonu ar įkyru. Manęs tai neerzina. Absoliučiai!

– Esate žavi moteris. Ar lengva atsispirti karštų turkų vyrų dėmesiiui?

– (Juokiasi). Jie tikrai nesivaržo! Reikšti savo jausmus laisvai, nevaržomai – tai dalis jų mentaliteto. Turkų moterys – labiau konservatyvios, tačiau, pavyzdžiui, Stambule, Antalijoje daug Turkijos moterų niekuo nesiskiria nuo europiečių, kartais net negali suprasti, jog tai ne europietės moterys.

– Iš kokių šalių pacientų daugiausia jūsų klinikoje?

– Didžioji dalis – užsieniečiai ir lietuviai iš viso pasaulio – JAV, Kanada, Izraelis, Jungtinė Karalystė. **Perla Dental Centre** yra pirmiausia orientuota į užsieniečius, žinoma, klinikoje gydos ir vietiniai Turkijos pacientai. Pirmoje vietoje – anglai ar Jungtinėje Karalystėje gyvenantys asmenys, taip pat ir daug lietuvių tenai gyvenančių. Pastarųjų paskutiniu metu – itin daug. Bet sulaukiame ir nemažai skandinavų, prancūzų, vokiečių. Aš esu vienintelė lietuvė klinikoje – pasitinku ir išlydžiu visus lietuvius, jiems vertėjauju, padėdu visais klausimais.

– Kodėl verta rinktis jūsų kliniką?

– Mūsų klinika savo pacientus nemokamai apgyvendina,



Perla Dental Centre laboratorijoje ir klinikoje – tik pažangiausia įranga

nemokamai teikia transporto į kliniką ir iš jos paslaugą, pasitinkame oro uoste. Kitaip nei Lietuvoje, kur odontologijos klinikos prašo mokėti už tarpines paslaugas, laikinus dantis, darbą – Perla Dental Centre kiekvienam savo klientui pasako vieną, galutinę kainą. Tai – labai patogu ir nereikia kvaršinti galvos, ir apmokėjimas už gydymą yra dalimis, atvykus į kliniką pacientas sumoka 60-70 procentų gydymo sumos, o likusią dalį moka atvykęs į kliniką baigiamajam gydymui – jeigu pacientui taikomas implantavimas, tokiu atveju pacientas pas mus į kliniką turi atvykti du kartus. Jeigu gydantis atsiranda būtinybė papildomoms odontologinėms paslaugoms, už jas pacientui reikia susimokėti tik už papildomas medžiagas.

Klinikoje esančioje laboratorijoje, kurioje dirba 12 dantų technikų ir dantų dizainerių, dantys yra pagaminami per 4-5 dienas. Jei reikia implantų, gydymo procesas tęsiasi kelis mėnesius, po gijimo laikotarpio pacientas atvyksta jau baigiamajam protezavimui ir išleidžiamas namo su nauja tobula šypsena.

Pacientams, kurie itin bijo operacijos, implantavimo, dantų šalinimo ar turi panišką baimę dantų gydymui, mes siūlome sedaciją – pacientas operacijos metu miega, o kitą dieną tiesiog nieko neprisimena. Kiekvienas pacientas gali pasirinkti dantų spalvą ir formą. Kai kurie net atsiveža jiems įsiminusių šypsenų žurnaluose ar internete nuotraukų, yra atveju, kai pacientai paprašo tokios šypsenos kaip mano (juokiasi): „Aš noriu tokios!“.

Mūsų klinika suteikia garantiją bet kokiam gydymui – protezavimui ar implantams. Garantiniu laikotarpiu iškilusią problemą mes gydome nemokamai.

Mūsų klinikos laboratorijoje ir klinikoje – tik pažangiausia įranga, kurios kitos klinikos neretai net neturi. Prisi-

menu sovietmečiu, kai reikėjo eiti pas stomatologą mokykloje, jau už stomatologinio kabineto durų alpdavau, o dabar galiu matyti, kaip vyksta operacija ir man tai niekaip neturi įtakos. Iš viso klinikoje Perla Dental Centre dirba apie 80 darbuotojų ir mūsų kolektyvas vis papildo naujais specialistais.

Perla Dental Centre turi savo centrinę kliniką ir filialą – abu Antalijoje. Filiale dirba ortodontai ir vaikų gydytojai. Mūsų planuose – filialo atidarymas Anglijoje, galbūt ateityje ir Lietuvoje. Taip pacientai sutaupyti laiko, galėsime konsultuoti vietoje, sudaryti pirminį gydymo planą ne nuotoliniu būdu, o vietoje, iki atvykimo pas mus į kliniką Antalijoje, taip pat esant kažkokioms problemoms po gydymo galėtume pacientą pasikviesti į mūsų klinikos filialą apžiūrai.

– **Kaip registruotis vizitui jūsų klinikoje?**

– Visus kviečiu susisiekti su manimi – telefonu (WhatsApp +90 530 357 01 70, +370 659 14805, elektroniniu paštu – patricia@perladentalcentre.com ar per klinikos „Facebook“ puslapį – perladentalcentre arba www.perladentalcentre.com) Aš pacientus pasitinku klinikoje. Nesant komplikacijų, implantavimo ar sudėtingų atvejų, galima viską atlikti per savaitę ir jau džiaugtis nauja šypsena. Jeigu

reikalingas implantavimas, gydymas-protezavimas yra baigiamas antrojo vizito metu po 3-6 mėnesių, priklausomai nuo to, kokia buvo atlikta operacija, ar buvo reikalingas kaulo priauginimas, ar sinuso membranos pakėlimas. Pirmas paciento susitikimas klinikoje įvyksta su dr. Onur, kuris įvertina paciento dantų būklę, sudaro galutinį gydymo planą, yra aptariamos visos detalės ir tik tada pradedamas gydymas, implantavimas, protezavimas ir t. t.

Nuoširdžiai džiaugiuosi, kad mūsų klinikos pacientai jau pažįsta ir mane, ir mūsų klinikos komandą – mes visada esame atviri savo pacientams ir jų problemoms. Klinikos Perla Dental Centre komanda dirba tam, kad žmonės taptų laimingi, jiems sugražinus šypsenas ir pasitikėjimą.

Visais klausimais dirbu ne tik darbo valandomis – esu pasiekiamas visada. Neretai man tenka ne tik konsultuoti, bet ir būti psichologe bei drauge, nes pacientams, turintiems problemų su dantimis, kartais reikia tiesiog palaikymo, padrąsinimo.

– **Kokia auksinė taisyklė, renkantis odontologijos kliniką Turkijoje?**

– Jokių būdų – ne kaina ir nevažiuoti bet kur. Tikrai noriu perspėti, kad galite skaudžiai nudegti, pasirinkdami

odontologijos kliniką su mažomis kainomis. Nenuostabu, kad, pasidavę joms, po operacijos ir gydymo, vietoje svajonių šypsenos, galite tikrai likti nepatenkinti ir nusivylę rezultatu. Tokie pacientai ištūžį ant visos Turkijos ir jos odontologijos klinikų išlieja grįžę socialiniuose tinkluose ir viešose medijose, taip pat ir socialinių tinklų grupėse.

Tiesiog būtina įdėmiau pasidomėti, paskaityti pacientų komentarus, rekomendacijas, išklausti pažįstamų ar jau apsilankiusių mūsų klinikoje pacientų nuomones. Mano patyrimu, nemažai klinikų Turkijoje įsriegia turkiškus implantus, Perla Dental Centre dirba su viso pasaulio žinomiausiomis implantų kompanijomis, naudojame aukščiausios kokybės „MegaGen“, „Straumann“, „Nobel“, „Osstem“, „Bego“, „Medentica“, „Neodent“ implantus, pacientui pageidaujant, užsakome jo pasirinktus implantus.

Tik mūsų klinikoje jie – triskart pigesni, nes Turkijos rinka – didelė, tiekėjas taiko dideles nuolaidas. Žinoma, mūsų klinikoje yra naudojami ir turkiški implantai, tačiau jų paprastai pageidauja vietiniai pacientai, ne europiečiai.

Klinikos savininkas ir burnos žandikaulių chirurgas dr. Onur Ademhan ir kiti mūsų klinikos chirurgai, protezuotojai nuolat dalyvauja minėtų implantų kompanijų seminaruose, konferencijose ir kongresuose, semiasi patirties, domisi

pačiomis naujausiomis technologijomis ir naudoja visas naujoves mūsų klinikoje.

Dr. Onur – atskira istorija. Jam tik 39 metai, bet jis jau 17 metų dirba odontologu-implantologu, o 12 metų atlieka burnos ir žandikaulių operacijas. Beje, vaikystėje jis svajojo tapti pilotu.

– **Ar lengva dirbti su turkais?**

– Taip. Nes jie – labai europietiški, inteligentiški, didžioji dauguma puikiai kalba angliškai, rusiškai. O kaip žmonės –

draugiški, geranoriški ir malonūs.

– **Matyt, ne vienas lietuvis vienu šviu nušauna du zūkius – gydos ir/ar protezuoja dantis ir atostogauja Turkijoje?**

– Iš tiesų, taip. Tai – patogu. Nenuostabu, kad daug pacientų derina dantų gydymą ir protezavimą su atostogomis. Pavasarį ar vasarą, taip pat ir rudenį, tokių pacientų – arti 70 procentų.

– **Koks jums yra didžiausias jūsų klientų komplimentas?**

– Kai pacientas, išvydęs savo naują šypseną, pradeda iš laimės verksti, gali plačiai šypsotis ir kad mes galime tai padaryti, gražinti pacientams pasitikėjimą savimi ir padaryti juos laimingus. Pacientų atsiliepimai apie mūsų kliniką, puikios rekomendacijos ir pasitikėjimas mūsų klinika ir



Pasidovanojusi svajonių šypsena, ėmiau daug – aišku, niekieno neprašoma – apie Perla Dental Centre įvairiose socialinių medių grupėse, ypač tose, skirtose lietuviams, rašyti pozityvius atsiliepimus, dalindamasi savo asmenine patirtimi joje, atsakinėjau į klausimus apie kliniką ir savo gydymą. Man tiesiog buvo smagu, kad, patikėję mano gydymosi istorija, lietuvių joje gerokai padaugėjo, o atvykę jie pasakydavo: „Man jus Patricija, jūsų buvusi pacientė, rekomendavo.“ Netrukus klinikos savininkas dr. Onur man pasiūlė dirbti pas jį – būti atsakingai už ryšius su lietuviais pacientais. Tiesiog buvau apstulbusi.

mūsų komanda mums suteikia daug energijos eiti toliau ir tobulėti kartu su visomis naujausiomis technologijomis.

– Žinau, kad rengiatės LI-TEXPO parodai rudenį.

– Taip, Perla Dental Centre spalio 27-28 dienomis dalyvaus LITEXPO parodoje „Būk sveikas“, kurioje pristatysime savo kliniką parodos dalyviams. Kviečiu visus susidomėjusius atvykti į parodą ir pabendrauti gyvai su dr. Onur Ademhan.

– Ar jau pramokote turkiškai?

– (Šypsosi). Trupučiuką jau suprantu, bet planuoju pradėti mokytis, nes gyvenant Turkijoje tai tikrai man labai svarbu.

– Esate tvirtai įsitikinusi, kad Turkija – jūsų galutinė stotelė?

– Neabejoju, kad taip. Esu buvusi ir Italijoje, Izraelyje, Ispanijoje – daug kur kitur, bet mano širdis – Turkijoje (*juokiasi*). Kai tik išlipu joje iš lėktuvo, akis nukreipiu į dangų – padėkoju, kad čia esu. Beje, aš tik prieš 10 metų pasikrikštijau – mano geležinkeliečiai tėveliai nebuvo tikintys, tai teko tuo pasirūpinti pačiai ir tai padariau pranciškonų vienuolyne Pakutuvėnuose, vėliau su jais keliavome į piligriminę kelionę po Izraelį.

– O pajūrio pasiilgstate?

– Nors esu gimusi Rokiškyje, dar net į pirmą klasę nėjau, kai persikėlėme su tėveliais ir šeima gyventi į Plungės rajoną, tačiau žymi mano gyvenimo dalis – nuo 2000-ųjų – praleista Klaipėdoje, todėl, žinoma, kartais ilgesys aplanko. Ypač mūsų pajūriui, Baltijai, kuri tokia savita, visai nepanaši į žydrą Viduržemio ar Juodąją jūrą. Pasiilgstu mūsų lietuvių kalbos. Grįžusi stengiuosi nuvažiuoti į Neringą ar Palangą – jose toks ypatingas „draivas“. Svetur pasiilgstu mūsų lietuviškų katalikiškų bažnyčių, todėl grįžusi būtinai apsilankau Palangos bažnyčioje, taip pat ir Pakutuvėnų pranciškonų vienuolyne,



Svetur Patricija pasiilgsta lietuviškų katalikiškų bažnyčių, todėl grįžusi būtinai apsilanko Palangos bažnyčioje, taip pat ir Pakutuvėnų pranciškonų vienuolyne

čia visada randu ramybę ir jaučiuosi kaip namuose, susitikimai su vienuoliais – visada tokie ypatingi ir pakylėjantys... Kai sieloje – ramybė, galiu šypsotis ir padėti žmonėms turėti naują ir išsvajotą šypsena, tai ir visas gyvenimas – kitoks. Nebijau pasakyti: „Esu laiminga.“





























PALANGOS KONCERTŲ SALĖ

Liepos mėnesio renginiai

<p>01 d. 18 val.</p> <p>TEATRO KOMEDIJA „BUVUSI MILIJONIERIAUS ŽMONA“ kakava.lt</p>	<p>12 d. 19 val.</p> <p>THE UNDERWATER BUBBLE SHOW bilietai.lt</p>	<p>23 d. 20 val.</p> <p>DOMINO TEATRAS: KOMEDIJA „TOBULI MELAGIAI“ kakava.lt</p>
<p>02 d. 20 val.</p> <p>VISI HITAI 2 PASAULIO MUZIKOS ŠEDEVRAI UNIVERSE ORCHESTRA bilietai.lt</p>	<p>13 d. 20 val.</p> <p>DOMINO TEATRAS: PREMJERA „KAŽKAS ČIA NE TAIP“ kakava.lt</p>	<p>24 d. 19³⁰ val.</p> <p>OG VERSION Summer 2023 bilietai.lt</p>
<p>04 d. 20 val.</p> <p>SEMYON SLEPAKOV kakava.lt</p>	<p>14 d. 20 val.</p> <p>LINAS ADOMAITIS IR NIKO. VANDENYNAI bilietai.lt</p>	<p>25 d. 20 val.</p> <p>KEISTUOLIŲ TEATRAS „PASKUTINIAI BRĖMENO MUZIKANTAI PO 20 METŲ“ bilietai.lt</p>
<p>05 d. 18 val.</p> <p>DOMINO TEATRAS: „KAKĖ MAKĖ IR MAGIŠKA KELIONĖ“ kakava.lt</p>	<p>15 d. 20 val.</p> <p>CALUM SCOTT kakava.lt</p>	<p>26 d. 20 val.</p> <p>DOMINO TEATRAS: KOMEDIJA „STRIPTIZO ERELIAI. NEW EDITION“ kakava.lt</p>
<p>06 d. 20 val.</p> <p>GABRIELIUS VAGELIS. VASAROS ŠOU kakava.lt</p>	<p>19 d. 20 val.</p> <p>XI TARPTAUTINIS M. K. ČIURLIONIO MUZIKOS FESTIVALIS bilietai.lt</p>	<p>27 d. 20 val.</p> <p>KONCERTAS „MAGIŠKAS LIŪTAS KARALIUS IR JO PASAULIS...“ bilietai.lt</p>
<p>07 d. 20 val.</p> <p>SPEKTAKLIS „GAL NEDAROM TRAGEDIJOS“ (YASMINA REZA) bilietai.lt</p>	<p>20 d. 20 val.</p> <p>A CH PREMJERA „JAUNYSTĖ“ bilietai.lt</p>	<p>28 d. 20 val.</p> <p>S. POVILAIČIO DAINŲ KONCERTAS: ŠV. KRISTOFORO KAMERINIS ORKESTRAS, I. VALINSKIENĖ, O. VYŠNIAUSKAS IR KITI bilietai.lt</p>
<p>08 d. 19 val.</p> <p>MANTAS: RHAPSODY RECOMPOSED bilietai.lt</p>	<p>21 d. 20³⁰ val.</p> <p>KASTYTIS KERBEDIS bilietai.lt</p>	<p>29 d. 20 val.</p> <p>MARIJONAS MIKUTAVIČIUS IR KAUNO BIGBENDAS bilietai.lt</p>
<p>11 d. 20 val.</p> <p>DOMINO TEATRAS: KOMEDIJA „TOBULI MELAGIAI“ kakava.lt</p>	<p>22 d. 20³⁰ val.</p> <p>NATALIJA BUNKĖ bilietai.lt</p>	<p>30 d. 18 val.</p> <p>TEATRO KOMEDIJA „SUPER NEREIKALINGI“ kakava.lt</p>

Rugpjūčio mėnesio renginiai

<p>01 d. 19 val.</p>  <p>BROLIŲ ANEKDOTŲ ŠOU kakava.lt</p>	<p>09 d. 20 val.</p>  <p>WHITE & BLACK. THE MAGIC OF PIANO (LIVE SHOW) kakava.lt</p>	<p>18 d. 20 val.</p>  <p>VAIDAS BAUMILA kakava.lt</p>
<p>02 d. 12 val.</p>  <p>DOMINO TEATRAS: „KAKĖ MAKĖ IR MAGIŠKA KELIONĖ“ kakava.lt</p>	<p>10 d. 20 val.</p>  <p>MULEN RUŽO LEGENDA bilietai.lt</p>	<p>19 d. 20 val.</p>  <p>SPEKTAKLIS „GAL NEDAROM TRAGEDIJOS“ (YASMINA REZA) bilietai.lt</p>
<p>02 d. 20 val.</p>  <p>DOMINO TEATRAS: PREMJERA „KAŽKAS ČIA NE TAIP“ kakava.lt</p>	<p>11 d. 20 val.</p>  <p>INGA JANKAUSKAITĖ bilietai.lt</p>	<p>21 d. 15 val.</p>  <p>KLAIPĖDOS JAUNIMO TEATRAS „VORO VESTUVĖS“ kakava.lt</p>
<p>03 d. 20 val.</p>  <p>A/CH PREMJERA „JAUNYSTĖ“ bilietai.lt</p>	<p>12 d. 19 val.</p>  <p>STONKUS & KATLERIS: #MANTAINAMIE kakava.lt</p>	<p>22 d. 20 val.</p>  <p>DOMINO TEATRAS: INTERAKTYVI KOMEDIJA „SEX GURU“ kakava.lt</p>
<p>04 d. 20 val.</p>  <p>DŽORDANA BUTKUTĖ bilietai.lt</p>	<p>13 d. 20 val.</p>  <p>SAULIUS PRŪSAITIS IR IGLĖ bilietai.lt</p>	<p>23 d. 19 val.</p>  <p>PREMJERA „LEGENDA. VYTAUTAS KERNAGIS. ISTORIJOS IR DAINOS“ kakava.lt</p>
<p>05 d. 20 val.</p>  <p>MAKSIM GALKIN kakava.lt</p>	<p>14 d. 20 val.</p>  <p>JAZZU kakava.lt</p>	<p>24 d. 20 val.</p>  <p>DOMINO TEATRAS: KOMEDIJA „STRIPTIZO ERELIAI. NEW EDITION“ kakava.lt</p>
<p>06 d. 19 val.</p>  <p>R. KMITA „REMYGA“. REŽ. O. KORŠUNOVAS bilietai.lt</p>	<p>15 d. 20 val.</p>  <p>ALGIRDUI KAUSPĖDUI - 70. GERIAUSIOS „ANTIŠ“ IR „KANDIŠ“ DAINOS bilietai.lt</p>	<p>25 d. 20 val.</p>  <p>PASAULIO KINO MUZIKA. Visi Hitai bilietai.lt</p>
<p>07 d. 18 val.</p>  <p>KONCERTAS VISAI ŠEIMAI „DISNĖJAUS FILMŲ MUZIKA“ kakava.lt</p>	<p>16 d. 20 val.</p>  <p>MANTAS JANKAVIČIUS „KALĖDOS VASARA“ bilietai.lt</p>	<p>26 d. 19 val.</p>  <p>EDMUNDAS KUČINSKAS medusa</p>
<p>08 d. 20 val.</p>  <p>OPERA - TRIPTIKAS „NERINGA“ (JŪRA, KOPOS, PUŠYS) kakava.lt</p>	<p>17 d. 20 val.</p>  <p>KEISTUOLIŲ TEATRAS „PASKUTINIAI BRĖMENO MUZIKANTAI PO 20 METŲ“ bilietai.lt</p>	<p>BILIETUS KVIEČIAME ĮSIGYTI INTERNETU www.palangosks.lt Vytauto g. 43, Palanga</p>



GABIJA

WWW.GABIJA.LT

Magiškos akimirkos, įkvepiančios ypatingam poilsiui!

Viešbutis Gabija plačiai pasitinka svečius vienoje gražiausių Palangos kurorto vietų – priešais pagrindinius vartus į Birutės parką. Erdvės pojūtis, gamtos artumas ir tvyranti ramybė kuria unikalią aplinką, harmoningai papildančią viešbučio teikiamą komfortą...



+370 (460) 48251



info@gabija.lt

Vytauto g.40 / S. Dariaus ir S. Girėno g. 2, PALANGA

VAIKŲ
REABILITACIJOS
SANATORIJA



KAIP MUS RASTI



Vytauto g. 30, LT-00160 Palanga
Tel. (8 460) 40 102, (8 460) 40 103
el.paštas info@palangosgintaras.lt
www.palangosgintaras.lt

Mus rasite ir Facebook
paskyroje!



PALANGOS KURORTO MUZIEJUJE
BIRUTĖS AL. 34A
LIEPA-RUGPJŪTĮ



PALANGOS KURORTO MUZIEJUS



MEDOS NORBUTAITĖS

TAPYBOS PARODA

KLOUNADA

PAULIAUS RUKO

ŠIUOLAIKINĖS JUVELYRIKOS PARODA

MEMORABILIA

NISHMAN[®]

Kuo yra ypatinga NISHMAN produkcija?

NISHMAN produkcija ypatinga tuo, kad ji sudaryta iš aukščiausios kokybės ingredientų, tačiau yra įperkamos kainos. Tad galime teigti, jog NISHMAN yra puikus kainos ir kokybės pavyzdys. Taip pat šis prekės ženklas yra mylimas barberių (profesionalių vyrų kirpėjų), manome, kad ne be reikalo.

Ar NISHMAN produkcija – tik vyrams?

Taip, produkcija yra skirta vyrams, bet kai kuriuos produktus tikrai drąsiai gali naudoti ir moterys. Asortimente turime ir plaukų formavimo vaškų, kurie yra vandens pagrindo, todėl jų naudojimas ypatingai lengvas. Turime ir skutimosi gelių, įvairių kvapų losjonų po skutimosi, veido priežiūros liniją, šampūnų, kondicionierių, pudros tipo vaško, ūsų ir barzdos priežiūros liniją ir dar daug kitų. Turime ir specialaus asortimento kirpykloms bei meistrams.

Ar NISHMAN veikia visose trijose Baltijos šalyse?

Taip, esame vienintelis oficialus prekės ženklo atstovas Baltijos šalyse. Ir turime išskirtines teises į prekių pristatymą rinkai.



Kompanijos devizas: „Tol nesustosime, kol visas pasaulis neišgirs mūsų balso“. Kiek pasaulio jau jį išgirdo?

Iš tikrųjų NISHMAN prekės ženklas jau gan stipriai paplitęs pasaulyje. 40 šalių galima įsigyti šios produkcijos, tarp jų tokios šalys kaip Prancūzija, Australija, Vokietija, Norvegija, Didžioji Britanija, JAV ir dar daugelis kitų. Dabar jau – ir Baltijos šalyse.

Kas būdinga NISHMAN kosmetikos pakuotėms?

NISHMAN pakuotės turi savitą išskirtinį dizainą, sukurtos taip, kad būtų patogų naudoti kiekvieną dieną.

Ar jūsų produkcija ekologiška ir tvari?

Taip, NISHMAN pasižymi tuo, jog yra ekologiškai draugiškas prekės ženklas.

Ar turite fizinių parduotuvių Lietuvoje?

Mūsų tikslas – tiekti kokybiškas prekes, kurios būtų prieinamos kiekvienam bei tiekti prekes galutiniam vartotojui, taip pat ir kitoms fizinėms bei internetinėms parduotuvėms, todėl artimiausiu metu savų parduotuvių neplanuojame. O mūsų prekes rasite partnerių lentynose – tiek barbershopuose, tiek kosmetikos prekių parduotuvėse. Kaip, pavyzdžiui, pas mūsų pirmąjį klientą – pradininką – “The Gentlemen Barbershop” Vilniuje, Totorių g. 3. Čia rasite visą mūsų asortimentą.



O kaip galima NISHMAN produkcijos užsisakyti internete?

Šiuo metu galima užsisakyti nishman.lt puslapyje, taip pat per mūsų NISHMAN Baltic Facebook puslapį arba Instagram nishman_baltic, dėl bendradarbiavimo visuomet galite susisiekti ir elektroniniu paštu sales@nishman.lt. Taip pat mus galite rasti didžiausiose prekybos platformose internetu pigu.lt ir varle.lt

O vasarai kokią NISHMAN produkciją ypač rekomenduojate?

Vasarai išties rekomenduojame dvifazį kondicionierių, kadangi vasaros metu plaukai gauna daugiau saulės, vandens – tai daro neigiamą įtaką plaukų būklei. NISHMAN dvifazis plaukų kondicionierius atkuria sausus ir pažeistus plaukus, suteikia jiems lankstumo ir spindesio. O viskas daugiau priklauso nuo Jūsų norų ir gyvenimo būdo – kasdieniam naudojimui rinktis labiausiai Jums tinkantį plaukų vašką, losjoną po skutimosi, o jei auginate barzdą ar ūsus, taip pat nepamirškite apie jų būklę. Tam puikiai tinka ūsų ir barzdos aliejukas, šampūnas bei kondicionierius, turime ir kvėpalų.



www.facebook.com/nishmanbaltic
Instagram: [nishman_baltic](https://www.instagram.com/nishman_baltic)

☎ (8-646) 50450

✉ info@nishman.lt
✉ sales@nishman.lt

🌐 www.nishman.lt



Smaragdo baldai

Tai kas nepaprasta!

Smaragdo baldai – tai, kas nepaprasta! Arba – baldai karališkam poilsiui, nes kiekvienas baldas gaminamas pagal individualų kliento poreikį, norą ar įgeidį. Gaminame įvairiausių formų minkštus nestandartinius baldus biurams, viešbučiams, individualiems namams, mokykloms ar darželiams – nuo mažiausio pufo iki didžiausio minkšto kampo pagal kliento išmatavimus. Jaunatviškas, linksmas kolektyvas, sukaupęs daugiau nei dešimties metų gamybos patirties, visada mielai patars ir padės apsispręsti.



Sigitas +370 600 75483

Juozas +370 612 11591



✉ smaragdobaldai@gmail.com

Smaragdo
baldai
Tai kas nepaprasta !



Vasaros malonumai: kaip apsaugoti ne tik savo mylimus akinius, bet ir akis?

Vos ištarus „saulė, jūra ir smėlis“, galvoje šmėkšteli rojų primenantys vaizdai. Tačiau kaitri saulė ir pramogos pajūryje yra pavojingos ne tik mūsų akims, bet ir vienam iš svarbiausių atostogų aksesuarų – akiniams, todėl labai svarbu žinoti, kaip tinkamai apsaugoti akis ir nesugadinti savo mylimų akinių. „Fielmann“ specialistai pataria, kokios yra pagrindinės klaidos ir kaip jų išvengti, kad vasaros malonumai džiugintų?

Smėlėtus akinius valant rankšluosčiu, kuris yra sugėręs daugybę smėlio dalelių, ar prie akinių pridėta mikropluošto servetėlė, tiek akinių lęšiai, tiek ir patys rėmeliai kaipmat yra subraižomi ir sugadinami. Ką daryti? Smėlį nuo akinių reikia gausiai nuplauti po švaraus tekančio vandens srove, jei dar ir išsitepė riebiu kremu nuo saulės, išmaudyti su lašeliu skysto rankų muilo, perskalauti su švariu vandeniu ir nusausinti švaria popierine kosmetine servetėlė. Vis tik specialistai pabrėžia jokiū būdu į paplūdimį nesinešti ir nenaudoti mikrofibros servetėlės, kuria paprastai valote akinius – net ir saugiai laikoma akinių dėkle, paplūdimyje ji taip pat aplips smėliu, tad vėliau valydami ja akinių lęšius subraižysite nepataisomai.

Sūrus jūros vanduo – taip pat žalingas

Neretam iškyla klausimas, kodėl smėliu aplipusių saulės akinių negalima tiesiog nuplauti jūroje? Sūrus jūros vanduo

Fielmann

Deginimasis su korekciniais saulės akiniais – mirties nuosprendis lęšiams

Akinanti saulė erzina, tad nemažai žmonių degindamiesi nuo jos saugosi akiniais. Kone visi galėtų prisiminti bent vieną atvejį, kai kaitindamiesi trumpam užsnūdo ir, spiginant saulei, miegojo su akiniais. Rodos, nieko tokio? Tiesa tokia – po tokio prisnūdimo su numylėtų akinių lęšiais galite atsisveikinti.

„Jei akinius paliksite saulės atokaitoje prieš tiesioginius spindulius tuo metu, kai yra didelė kaitra, labai didelė tikimybė, kad jų rėmeliai deformuos, pigesnis plastikas pasilydys, o lęšiai sueizės ar pradės sluoksniuotis veidrodinė jų danga. Tiesa, tai nepriklauso nuo jų kokybės – grėsmė kyla visiems be išimties akiniais“, – pastebėjimais dalinasi „Fielmann“ specialistai.

Degindamiesi akinius būtinai nusiimkite, įdėkite į dėklą, paslėpkite pavėsyje ar kitoje vietoje, kur jų nepasiektų tiesioginiai saulės spinduliai.

Tiesa, kai kaitrią vasaros dieną sportuojate ar tiesiog vaikštote, akiniams žala nėra daroma, tad būtinai juos užsidėkite ir saugokite akis nuo žalingų UV spindulių.

Akiniai aplipo smėliu? Nebandykite valyti

Deginatės, žaidžiate su vaikais smėlyje ir jūsų akiniai neišvengiamai aplimpa smėliu. Daugelis akinių nešiotojų padaro tai, ko griežtai negalima daryti – nuvalo juos rankomis ar dar blogiau.

Smėlėtus akinius valant rankšluosčiu, kuris yra sugėręs daugybę smėlio dalelių, ar prie akinių pridėta mikropluošto servetėlė, tiek akinių lęšiai, tiek ir patys rėmeliai kaipmat yra subraižomi ir sugadinami.

Ką daryti? Smėlį nuo akinių reikia gausiai nuplauti po švaraus tekančio vandens srove, jei dar ir išsitepė riebiu kremu nuo saulės, išmaudyti su lašeliu skysto rankų muilo, perskalauti su švariu vandeniu ir nusausinti švaria popierine kosmetine servetėlė. Vis tik specialistai pabrėžia jokiū būdu į paplūdimį nesinešti ir nenaudoti mikrofibros servetėlės, kuria paprastai valote akinius – net ir saugiai laikoma akinių dėkle, paplūdimyje ji taip pat aplips smėliu, tad vėliau valydami ja akinių lęšius subraižysite nepataisomai.

taip pat gali pakenkti jūsų akiniams, nepaisant to, kad sąlytis su juo – neišvengiamas, nes dažnas su akiniais eina maudytis į jūrą, tad anksčiau ar vėliau jie gali įkristi į vandenį ar būti aptaškyti. Jei taip nutiko, būtina juos nedelsiant nuplauti švariu vandeniu, o ypač atidi priežiūra turėtų būti brangių metalinių konstrukcijų akiniams, su kuriais optikos specialistai apskritai rekomenduoja privergti maudynių.

Jokių būdu akinių nepalikite automobilyje

Didžioji dalis vairuotojų saulėtą dieną užsideda saulės akinius, kuriuos naudoja tik vairuodami ir neretai palieka automobilyje. „Fielmann“ specialistai pastebi, kad šią klaidą daro didžioji dalis vairuotojų, nežinodami, koks yra žalingas toks pasikaitinimas automobilyje paliktiems akiniams.

Nesvarbu, ar jie yra paliekami daiktadėžėje, porankyje, specialiame skyrelyje virš veidrodėlio ir, itin dažnai atvejais, ant prietaisų skydelio, kaitrią vasaros dieną akinių pažeidimų nepavyks išvengti. Akinių lęšiai sueižėja, rėmeliai deformuojasi, saulės akinių lęšiai tampa matiniais ir dažnai atvejais jų suremontuoti nebepavyksta. Ką dar svarbu žinoti: kad dėl kaitrios temperatūros su akiniais negalima lepintis pirtyje ir būti itin atsargiems šalia kepsnių ar atviro lauko liepsnos.

Akinių pažeidimų išvengti nepavyko? Neremontuokite patys

Laikantis šių patarimų, akinių pažeidimų rizika ženkliai sumažės, tačiau tai tikrai negarantuoja, kad akiniai bus apsaugoti nuo bet kokių pažeidimų. Jei vis tik taip nutiko, „Fielmann“ specialistai ragina nieko nedaryti patiems ir pasibaigus atostogoms užsukti į optiką – įvertinus pažeidimus, bus surasti sprendimai, kaip išsaugoti jūsų mylimus akinius.

Beveik visais atvejais pavyksta atstatyti saulėje perkaitusių akinių rėmelių deformuotą formą, suveržti juos, kad nesmuktų ir patogiai sėdėtų ant nosies, pabraižytus paviršius atnaujinti poliravimo būdu, tačiau, deja, bet sueižėjusių lęšių ar atsiskuksniavusios lęšių dangos nepavyks suremontuoti – juos reikės keisti naujais.

Atostogų metu jūs ilsėjotės, o akiniai akylai saugojo jūsų akis, todėl sugrįžus būtinai juos palepinkite SPA, kuri „Fielmann“ optikose yra nemokama,

nes mums rūpi kiekvienas klientas ir jo matymo kokybė, tad maksimaliai tuo pasirūpinsime. Akinius kruopščiai išplausime specialioje vonelėje – ultragarso sukeltamų vibracijų vanduo su valikliu išplauna net giliai tarp akinių rėmelio ir lęšių esančius nešvarumus. O taip pat, jei matysime poreikį, susidėvėjusias noseles pakeisime naujomis.

Kaip tinkamai apsaugoti akis nuo žalingų UV spindulių pajūryje?

Šiltuoju metų laiku labai daug kalbama apie kenksmingą UV spindulių poveikį odai ir tinkamą jos apsaugą, tačiau ne ką mažiau dėmesio reikėtų skirti ir akims. Iš šalies gali pasirodyti, kad apsaugoti akis nuo saulės – labai paprasta: tereikia rasti sau tinkantį, patinçantį saulės akinių modelį ir nešioti juos saulėtos dienos metu.

Neretai klaidingai galvojama, kad visi akiniai su tamsiais lęšiais apsaugos akis nuo kenksmingų ultravioletinių spindulių, tačiau iš tiesų būtinas specialus UV filtras. Užsidėjus akinius be UV apsaugos, vyzdys, priimdamas daugiau šviesos, išsiplečia, tačiau be filtro UV šviesa yra itin kenksminga.

Labai svarbu žinoti, kad akims gali pakenkti ne tik tiesioginis žiūrėjimas į saulę be apsauginių akinių, tačiau ir poilsis prie vandens telkinių, vaikščiojimas smėlio paplūdimiu. Tyrimai parodė, kad vanduo papildomai atspindi ir padidina UV dozę net 20 proc., o smėlis – apie 10 proc. Intensity UV spinduliuotė gali pakenkti jūsų akių

sveikatai pažeisdama rageną, lęšiuoką, tinklainę, tad vertėtų rinktis kokybiškai pagamintus saulės akinių lęšius – jie turėtų blokuoti 90-100 proc. ultravioletinių spindulių.

Kur tokių akinių ieškoti ir kaip išsirinkti?

„Fielmann“ specialistai rekomenduoja saulės akinius pirkti optikos salonuose, nes kitur parduodamuose neretai bižuteriniuose akiniuose yra naudojamas ne optinis, o paprastas plastikas, kuris iškraipo matomą vaizdą, nėra skaidrus, kas gali sukelti akių įtampą, nuovargį ar netgi migreninius galvos skausmus. Mums rūpi kiekvienas klientas, tad visi optikose parduodami akiniai atitinka jiems keliamus saugumo ir kokybės reikalavimus ir yra pagaminti iš sertifikuotų ir saugių medžiagų. Na, ir galiausiai, iškritus detalei ar sulaužę akinius, juos galėsite atnešti suremontuoti.

Nemažai prastai matančių žmonių šiltuoju metų laiku susiduria su dilema: kokiais būdais apsaugoti akis nuo saulės?

- Pirmasis būdas – įprasti saulės akiniai su tamsintais, regą koreguojančiais akinių lęšiais. Apsauginiai akiniai su dioptrijomis, ko gero, būtų puikus pasirinkimas tiems, kurie nuolat nešioja korekcinis akinius, su jais vairuoja ir būna gamtoje.

- Antroji alternatyva – ant skaidrių korekcinė akinių dedami specialūs „klipsai“ arba papildomi akiniai, vadinami „Suncovers“.

- Universaliausias siūlomas variantas – akiniai „chameleonai“, t. y. akiniai su išmaniaisiais „Transitions“ lęšiais, kurie būnant saulėkaitoje patamsėja, o įėjus į patalpą vėl tampa šviesūs, o be to, turi apsaugą nuo mėlynosios šviesos bei matymo komfortą užtikrinančią poliarizacinę dangą.

- Sportuojantiems ar mėgstantiems aktyvų laisvalaikį – kontaktinių lęšių ir akinių nuo saulės derinys. Tiesa, į sportininkams skirtus akinius taip pat galima įdėti dioptrijas, tačiau „Fielmann“ specialistai rekomenduoja vėčiau derinti kontaktinius lęšius ir kokybiškus, specializuotus saulės akinius – tuomet matymo kokybė yra aukščiausia.

Ypatingas dėmesys – vaikų akių apsaugai

Daugelis tėvų nežino, kad vaikų akys yra daug jautresnės nei suaugusiųjų. Mažųjų akys labiau praleidžia saulės spindulius – spalvos pigmentai, veikiantys kaip natūralūs saulės spindulių filtrai ir suteikiantys apsaugą akims, išsivysto tik bėgant metams. Dėl šios priežasties būtina apsaugoti vaikų akis nuo saulės akinimo ir žalingų UV spindulių poveikio, nes net 80 proc. akies pažeidimų dėl intensyvios saulės šviesos nutinka iki pilnameystės. Įsidėmėkite: per maži akinių lęšiai nesuteikia optimalios apsaugos – saulės akiniai turi apgaubti visą akį ir apsaugoti nuo šoninių atspindžių. Ir nepamirškite – vaikai auga! Būtina reguliariai tikrinti, ar vaikas „neišaugo“ akinių, ar jie dar tinkamai priglundą.

*Nomeda Kazlaus žavisi visu pajūriu,
tačiau Palangoje jai patinka labiausiai*



Nomeda Kazlauskas:

„Gyvenimo esmė – ne naujas mobilusis telefonas, krūva madingų rūbų ar dar vienas nuostabus vakarėlis“

Linus JEGELEVIČIUS

Paklausta, ar jos širdis dabar laisva, Nomeda Kazlauskas, lietuvių operos žvaigždė, viintelė lietuvė, dainavusi pasaulyje pagrindinius vaidmenis su XX amžiaus operos legenda Montserrat Caballe, televizijos laidų autorė, vedėja, prodiuserė, vokalo profesorė, žodį sekundėlę tramdo lūpose ir nušvinta šypsena: „Taip, esu.“ Bet tai – netiesa: Nomeda yra įsimylėjusi visą pajūrį, ypač Palangą. „Klaipėdoje gyveno mano močiutė Onutė, ir aš vasaras praleisdavau joje arba Palangoje. Pajūryje aš pasikraunu (energijos), „persikraunu“, kai reikia. Nors daug keliauju į šiltuosius kraštus, tačiau būtent Baltijos jūros gelmė ir šaltis mane visada pajūry atgaivina“, – išskirtiniame pokalbyje žurnalui „Lietuvos pajūris“ sakė Nomeda.

– Ar jūrą pasiekiate kiekvieną kartą atvykusi į pajūrį?

– Taip, kiekvieną! Pasidedu lagaminą ir suku prie jūros. Labai mėgstu ilgus pasivaikščiojimus pajūriu, daug metų prie jūros atlieku kvėpavimo pratimus. Su nuo 2015-ųjų metų iki „kovido“ Palangoje vykusios mano vardo vasaros akademijos auklėtiniais ryte pirmiausia visi ateidavome prie jūros. Ji – fantastiška, galinga.

– Kokios jūsų mėgstamiausios vietos Palangoje?

– Dievinu Botanikos parką, man labai gera Kurhauze su nuostabia jo akustika ir atmosfera. Jeigu reikėtų rinktis – Neringa, Klaipėda ar Palanga – neabejotinai pasirinkčiau pasakutiniąją.

– Ką dažniau į jūrą įmetate: pinigėlių ar akmenuką?

– (Juokiasi). Akmenu-

kus! Pinigėliai dažniau metami į žymius fontanus – jūs tai žinote. O ką pinigėlio įmetimas duotų? (Šypteli).

– Norą išpildytų.

– Vadinasi, turėčiau ne vieną jų įmesti. Norų visada turiu daug! (Juokiasi).

– Birželio pabaigoje po pertraukos Palangoje vėl surengėte savo solinį koncertą, tačiau atgaivinti joje savo vardo vokalo ir aktorinio meistriškumo vasaros akademijos talentingiems vaikams ir jaunimui, kuri iki koronaviruso pandemijos Palangoje vyko bene penkerius metus, neskubate. Kodėl?

– Tiesiog jaučiu, kad tam – dar ne laikas. Karas (Ukraino-

je) – visai šalia mūsų. Būkime atviri: kai kurie užsieniečiai mano, kad ir mes esame karo zonoje. Ačiū Dievui, kad ne taip yra. Tačiau kai kurie užsieniečiai dėl karo prisibijo ir pas mus atvykti, ypač ilgesniam laikui. Savaime suprantama, kad ir dėl (koronaviruso) pandemijos negalėjome burtis – 2020 metų vasarą „Nomedos Kazlauskas vokalo vasaros akademija“ vyko, bet mažesniame formate. Laukiame geresnių laikų! Svajoju mano tarptautinę akademiją kada nors stipriai išplėsti iki garsios visame pasaulyje ir stabiliai ugdančios vokalistus su aukščiausio lygio specialistais!

– Kaip jūs išgyvenote pandemiją? Kaip ji pakeitė jūsų bičiulių ir kolegų likimus? Kiek jų neišgyveno? Paniro į depresiją? Ar turėjo radikalai keisti gyvenimą – ne dainuoti, o išvežioti maistą ar dirbti sandėly, kad išgyventų?

– Labai ačiū už klausimą, ku-

rio neretai kiti vengia – nori ir toliau gyventi paviršutiniškame „glamūriniam“ pasaulyje, nes nieko neišmoko iš pandemijos. Nebuvo labai lengva, bet aš galvoju, kad pandemija suteikė puikią progą permąstyti mūsų gyvenimus. Ypač vartojimo ribas. Gyvenimo esmė – ne naujas mobilusis telefonas, naujas kompiuteris, krūva naujų rūbų ar dar vienas nuostabus vakarėlis. Deja, man atrodo, kad daugeliui žmonių trūksta gelmės, dvasingumo, dvasinio tvarumo. Pandemija parodė kryptį, kur turi eiti žmonija. Niekas niekada nepakeis gyvo šilto bendravimo. O jo – vis mažiau!

Atsakau į jūsų klausimą – labai nemažai mano kolegų ir bičiulių iš meno pasaulio per pandemiją neišgyveno. Skau-



Laukiu susitikimo su publika – visada ir su kiekvienu. Į dainavimą, savo darbą, nežiūriu kaip į prievolę, bet – kaip į misiją. Man tai – kaip tikra kunigystė ir tarnystė.



Scenoje – Nomedą Kazlauską ir su Mantas Jankavičius

du. Dėl pandemijos daug meno žmonių pakeitė savo specialybes – ir Lietuvoje taip pat. Dalis išvažiavo – dirba svetur maisto išvežiotojais, sandėliuose.

Depresija – kita tema, apie kurią niekas nenori kalbėti, vyrauja sėkmės, „gliancinės“, instagaminės istorijos. Tarp atlikėjų, meno žmonių – taip pat.

– **Kokia jūsų „negliancinė“ pusė?**

– Oi! Jų turiu daug, jas ypač jaučia mano publika, kuri yra labai protinga,

itikimo su publika – visada ir su kiekviena. Į dainavimą, savo darbą, nežiūriu kaip į prievolę, bet – kaip į misiją. Man tai – kaip tikra kunigystė ir tarnystė. Taip, kaip, manau, tikras medikas jaučia pašaukimą padėti žmonėms. Taip, kaip tikram policijos pareigūnui norisi pagelbėti žmogui bei jį apsaugoti. Taip ir atlikėjas – jis tik tuomet tikras – grynuolis, kai tai daro iš gelmės, misijos suvokimo.

– Pasakysiu labai atvirai – mano pozicija yra labai griežta ir kategoriška: Ukrainai turime padėti viskuo, kiek galime. Dabar – pirmiausia ginklais ir amunicija. Net ir prasidėjus karui, rusų, kurie yra prieš Putiną – labai nedaug. Net ir tie, kurie paliko Rusiją karui kilus, imperialistinį požiūrį išlaikė. Kai prasidėjo karas, kai kurie mano rusai draugai bandė man rašyti ir įrodinėti savo „tiesas“, tačiau viskas tuo ir pasibaigė – nutrūko mūsų ryšiai. Ir jokios rusų kompozitorių muzikos, rusų meno karo metu!

Gyvenu senamiestyje, Vilniaus šerdyje – oi, Linai, kiek aš čia sutinku rusų. Jų čia – masė. Ir jie sėdi geriausiuose mūsų restoranuose, ir juos aptarnauja... rusiškai. Tas pats – ir Ispanijoje, ir kitur. Ar tai normalu? Man – ne.

– **Meldžiatės už Ukrainą ir pasaulį?**

– Taip, visada. Esu praktikuojanti katalikė – apie tai kalbu atvirai, nors kai kam religijos tema – labai privati. Mano dukra Odabela gegužę priėmė Pirmąją komuniją Bernardinų bažnyčioje. Šiandien visų mūsų galimybės domėtis Visata, religijomis, išpažinti įvairius tikėjimus – fantastiškai didelės. Ir jų įvairovė – tokia didelė. Man be galo yra artimi broliai pranciškonai – esu bendravusi ne su vienu jų, ypač su broliu Benediktu Jurčiu. Aš juos be galo myliu ir gerbiu – įsiminiau vieną brolio Benedikto mintį: tikėjimas yra viltis. Taip! Mes visi turime viltį kurti. Įvairiomis formomis – be visų kitų veiklų, esu

Vaikų auginimo prasme, šie laikai – labai sunkūs. Ne tik ekonomine prasme – omenų turiu ir narkotikus, ir socialines medijas. Man šeima – labai svarbu, nes tik ji gali išugdyti pagarbą kitiems, įskiepyti vertybes. Pavyzdžiui, mano dukra rodo fantastišką meilę ir pagarbą seniems žmonėms.

empatiška ir pastabi. Esu laiminga, kad daugelis žmonių į mano koncertus – anot jų, pajausti pakylėjimą, gauti dvasinio narkotiko, jei taip galima išsireikšti teigiama prasme, išgyvendami prisirišimo jausmą – ateina jau daug metų. Man tai – absoliuti laimė. Vienas mano projektų rėmėjų gražiai pasakė: „Nomedą, mes galime viską pasaulyje nusipirkti, bet tokių emocijų, kokias išgyvename tavo dainavimo metu – negalime niekur nusipirkti“. Turbūt toks ir yra mano pašaukimas, uždavinys gyvenime...

– **Nebūna taip, kad nenorite lipti ant scenos?**

– Ne, tikrai taip nebūna. Laukiu sus-

– **Vaikystėje turėjote nepilnavertis-kumo kompleksų?**

– Ne, neturėjau. Nors paauglystėje, pažvelgusi į savo nosį veidrodyje, esu pagalvojusi: „Chm, greičiausiai man kada nors teks operuoti nosį...“ O dabar į ją žiūriu ir galvoju: „Nosis – kaip nosis, tokia organiška – galiu ją puikiai panaudoti dainavimui, giliai įkvėpti oro ir dainuoti“ (*juokiasi*).

– **Baisi tema – karas. Iki jo jūs dainavote ir žinomiausiose Maskvos ir Peterburgo teatrų ir koncertų salėse. Ar kilus karui, su savo kolegomis Rusijoje bendraujate? Ar kalbėtis su jais apie karą nėra beviltiška?**

aktyvi tarptautinės Rotary organizacijos narė, o nuo šių metų liepos ir Vilniaus Perkūno Rotary klubo prezidentė.

– **Esate patyrusi Dangaus ženklų?**

– Žinoma, esu labai dėkinga už juos. Turiu taip pat labai stiprią intuíciją!

– **Ką jūs manote apie „cancelling“, kalbant lietuviškai, atšaukimo kultūrą – reiškiny, kai dėl konkrečių veiksmų ar pasisakymų viešas žmogus ar organizacija patiria masinį gėdinimą ir puolimą? Konkrečiai kalbant, kai kilus karui, Selas (Egidijus Dragūnas) apie jį paskelbė dviprasmišką įrašą „Facebook“, kai kurie viešosios nuomonės formuotojai siekė tiesiog išbraukti jį iš radijų ir televizijų tinklelio, sunaikinti jo karjerą. Manote, kad tai – tinkama?**

– Dabar tapo ir tampa labai madin-ga prisidengti kolektyviniu sprendimu. Mūsų politikai ar įvairių įstaigų vadovai labai mėgsta prisidengti juo: „Taip nusprendė komisija ar panašiai.“ Tai matome visur – ne tik politikoje. Bet kai žmogus važiavo išgėręs – ir tai yra blogai, nes dėl to gali nukentėti ar gyvybės netekti nekalti žmonės – raginti jį dėl to „užmiršti“, man nėra priimtina. Netgi daugiau, toks raginimas – ydingas. Deja, šiais laikais vis daugiau žmonių nori būti Dievo pozicijoje – teisti. Regis, lieka vis mažiau tikrų krikščionių, kurie turi atjautą ir gailėstingumą. Įsitikinusi, kad žmonės turi turėti teisę išsakyti savo

nuomonę, netgi jei jie ir neteisūs. Politikas, atlikėjas, vadovas – kitai tariant, bet koks viešas žmogus, labiau nei žmogus „iš gatvės“ turi jausti atsakomybę – už savo žodžius ir poziciją. Kai žmogus, kuris Lietuvoje gyvena daug metų, jaučia simpatijas Putinui ar palaiko jo teroristinį karą – baisu. Labai baisu.

– **Ar dažnai ant scenos tenka pakliūti į dviprasmiškas ar net komiškas situacijas?**

– Oi, labai dažnai, nes gyvenime dievinu juoką ir humorą. To pirmiausia ieškau ir kitame žmoguje. Chm, ką jums čia papasakoti?...Na, būna, kad skrendu į šiltesnius kraštus, o ten randu labai gražius kailinukus lietuviškai žiemai. Kadangi nelabai gali juos kišti į lagaminą, jais tiesiog apsivelku – kaitinant 40 laipsnių saulei (*juokiasi*)... Kas nors ir paklausia: „Jums – ne karšta?“ Žinoma, kailinius perku ne kiekvienoje kelionėje (*juokiasi*).

– **O scenoje sijonas jums kada nors atsisegė? Ar suknelė nuo pečių nusmuko žemiau nei turėtų?**

– Buvo panašių situacijų – rūbas įplyšo, nutrūko. Prisimenu, kad dainuojant Džiuzepės Verdžio operoje „Don Carlos“, pamiršau, kad operos pabaigoje, jau ketvirtajame veiksmo, turi pakilti ant scenos padarytos grotos. Jos pradėjo kilti man tvirtai į jas įsikibus. Atšokau ir net parkritau ant žemės iš netikėtu-

mo (*juokiasi*). Apskritai kalbant, mano angelai sargai mane stipriai saugo – ir gyvenime, ir scenoje. Esu kiekvieną sekundę labai labai dėkinga mano angelams sargams, Dievui, Visatai už globą ir apsaugą. Tikrai buvo daug įvairių ir rizikingų momentų gyvenime, kuriuos būtinai aprašysime mano memuaruose, pažadu (*juokiasi*).

– **Būna, kad dingsta balsas?**

– Linai, taip negali būti, jeigu esi tikras profesionalas, balsas neturi dingti. Juo turi nuolat rūpintis ir dirbti! Tikri profesionalai dainuoja net su bronchitais ir sinusitais – žinoma, publikai to nė nepastebint. Tai – aukštasis pilotazas. Tam ir reikalinga puiki vokalinė mokykla, patirtis, žinios, už ką taip esu labai dėkinga daug kam.

– **Kaip tausoate savo balsą?**

– Visiškai natūraliai – esu tikra natūralistė. Nenaudoju iki dabar net jokių botoksu, operacijų. Ką turiu – natūralu. Bet niekada nesakau niekada (*juokiasi*). Viskam savas laikas. Kai sutinku puikų daktarą Karapetą Babajaną (*Lietuvos lazerinės medicinos draugijos vienas iš įkūrėjų, chirurgas – aut. past.*), šnektelname ir visada pasijuokiame, jis man sako: „Neskubėk, Nomedą, viskas gerai, dar taupykis...“

– **Esate apdraudusi savo balsą?**

– Nesu. Nemanau, kad tai kas nors Lietuvoje daro. Pasaulyje turbūt balsus



Nomeda Kazlaus su legendinės Monserat Kabalje dukra Monserat Marti

draudžia, bet spėju, kad šiais laikais – mažesniu masteliu. Kai dainavau su Montserrat Caballe (*Ispanijos operos solistė, mirė 85 metų 2018 metais, su ja Nomedą Kazlauskas dainavo nuo 2000-ųjų – aut. past.*), ji man buvo prisipažinusi, kad ir ji balso nedraudžia, o tokius draudimus vadino praeties dalyku.

– **Taurė vyno – prieš išėjimą į sceną ar po?**

– Tikrai po. Esu pastebėjusi, kad mano kolegos ispanai ar meksikiečiai taurės vyno, valgydami pietus prieš pasirodymą, nevengia. Tai – jų įprotis, jiems tai netrukdo.

– **Kaip dažnai sulaukiate komercinių pasiūlymų, pavyzdžiui, reklamuoti valymo priemones ar kokį nors super išmanų dulkių siurbli?**

– (*Juokiasi*). Niekada. Mano rėmėjai – esu be galo dėkinga jiems – siunčia aiškias žinutes: remti aukšto lygio kultūrinį ir dvasinį gyvenimą. Jų identitetas – panašus į mūsų, atlikėjų – vykdyti misiją, apie kurią kalbėjau aukščiau.

– **Už kiek pinigų videosiužete visai Lietuvai aukštai iškeltumėte šepetį tvirtindama, kad jis – pats nuostabiausias?**

– (*Juokiasi*). Už jokią sumą! Šepetį galiu ir nemokamai iškelti, jeigu tai padėtų, pavyzdžiui, surinkti lėšų sergantiems vaikams ar kitam kilniam tikslui – esu labdaringas žmogus. Labai. Dalyvauju daugely labdaringų renginių, įvairių organizacijų veikloje kaip savanorė nuo ankstyvos jaunystės ir labai džiaugiuosi, kad Lietuvoje vis daugiau žmonių įsijungia į savanorystę. Tai yra labai prasminga.

– **Kada paskutinį kartą kreipėtės į policiją dėl itin įkyraus gerbėjo?**

– Gyvename tokiais laikais, kai žmonės yra lengvai pasiekiami – ir per „Facebook“, ir „Instagram“ ir panašiai. Neseniai turėjau labai nemalonią situaciją: man pradėjo įkyriai skambinti kalinys. Jis man rašė, kad labai nori su manimi susitikti. Paprašiau savo gerų draugų iš tam tikrų tarnybų pagalbos – jie tą rašinėtoją ir skambintoją perdavė policijai, kuri nustatė, kad jis tikrai skambino iš kalėjimo.

Apskritai kalbant, turiu labai daug įvairių gerbėjų – nuo operos fanatų iki veikiamų mėnulio fazių, ypač pilnaties, per kurią kai kurie yra itin linkę man rašinėti įvairias seksualinio pobūdžio



Nomeda, pirmyn!

žinutes, būtinai aptardami kiekvieną mano iškirptę ar kojas – tinka joms mano bateliai ar ne (*šypsosi*). Tačiau tikruosius gerbėjus labai vertinu ir dėkoju, kad jų turiu visame pasaulyje.

– **Jūsų širdis dabar – laisva?**

– (*Pauzėlė*) Taip, laisva. Ir džiaugiuosi tuo. Man tai – kaip pereinamasis etapas. Mano labai artimas žmogus (Anapilin) iškeliavo palyginti neseniai – buvo sunku išsiskirti...

– **Kokios netikėčiausias dovanos esate sulaukusi iš savo gerbėjų?**

– Skrydžio į nuostabią šalį su viskuo – viešbučiu, maitinimu. Jo sulaukiau iš vienos ispanų poros po mano debiuto Barcelonos „Gran Teatre del Liceu“, kur dainavau su M. Caballe. Galėjau pati pasirinkti, su kuo man skristi. Viskas buvo apmokėta (*šypsosi*).

– **Po jūsų koncerto kiekvienas gali prieti prie jūsų ir padėkoti, įteikti gėlių?**

– Tam tikros taisyklės yra. Jos priklauso nuo to, kur ir su kuo dainuojai. Prieti prie atlikėjų Lietuvoje, mažoje šalyje,

yra gerokai paprasčiau. Po paskutinio mano koncerto Lietuvos nacionalinėje filharmonijoje, kuris jau tapo tradicija nuo 2012 metų gruodžio mėnesiais, eilėje mane pasveikinti stovėjo apie 200 žmonių. Patikėkite, man tai – labai svarbu ir malonu, stengiuosi visiems skirti meilės ir dėmesio. Kaip minėjau, man atlikėjo darbas – misija, tarnystė. Esame mediatoriai tarp kompozitorių ir publikos. Beje, su dideliu malonumu kviečiu visus šių metų gruodžio 6 dieną į mano šventinį gala koncertą „Laisvės džiaugsmas“ Vilniuje, Lietuvos nacionalinėje filharmonijoje, kur šį kartą pristatysiu publikai labai netikėtą mano duetą su išskirtinio ir reto balso savininku kontratenoru Viktor Priebe iš Švedijos. Bilietai jau prekyboje per kakava.lt sistemą ir filharmonijos kasose. Pats laikas planuoti kalėdines dovanas, lai tai bus koncertas pas mus!

– **Jūsų dukrai Odabelai liepą sukanka 13. Stebite ją ir stebitės kuo nors?**

– Gerąja prasme – taip, stebiuosi ir

žaviuosi ja. Vaikų auginimo prasme, šie laikai – labai sunkūs. Ne tik ekonomine prasme – omeny turiu ir narkotikus, ir socialines medijas. Man šeima – labai svarbu, nes tik ji gali išugdyti pagarbą kitiems, įskiepyti vertybes. Pavyzdžiui, mano dukra rodo fantastišką meilę ir pagarbą seniems žmonėms. Vieną pavasarį prieš daug metų eidamos gan vėlų vakarą Pilies gatve Vilniuje, Oda-bela, išvydusi bobulytę, parduodančią žibuokles, – tebuvo likusi paskutinė puokštelė, man pasakė: „Mamyte, nupirkime ją, kad bobulytei nereikėtų ilgiau čia stovėti...“ Ji kainavo du ar tris eurus, bet dukra padavusi jai mano duotus penkis eurus jai pasakė: „Gražos nereikia, eikite ilsėtis...“ Man buvo miela – empatijos šiame pasaulyje stipriai mažėja ir jos su dirbtiniu intelektu tik mažės.

– Jums kelia nerimą Vakarų pasaulyje sparčiai tarp paauglių populiarėjančios lyties keitimo operacijos, kurioms, tarkime, Amerikoje, tėvų balsas – jau ne kliūtis?

– Labai remiu visas mažumas, ir LGBT taip pat, bet tai, ką jūs paminėjote, prisipažinsiu, man kelia nerimą. Lyties keitimo operacijos turėtų būti daromos tik asmeniui sulaukus pilnametystės. Mokslo įrodyta, kad žmogus visiškai subręsta tik po 18 ar net po 20 metų. Dar daugiau pasakysiu – yra toks puslapis internete – National Library of Medicine – National Center for Biotechnology Information („Nacionalinė medicinos biblioteka“), kur

galima rasti daugybę straipsnių apie neuronų proliferaciją ir jų poveikį smegenims, kai tik 24 metų asmuo visiškai vadovaujasi sąmoningais sprendimais, pasidomėkite, tikrai verta!

– **Visada matau jus su dideliais akiniiais nuo saulės. Dėl privatumo?**

– Tikrai turiu didelę akinių nuo saulės kolekciją (*juokiasi*). Labiausiai mėgstu saugoti akis nuo saulės. Be to, kaip juokauju, akiniai – geriausias mano grimas. Tiksliau – su jais jo nereikia daryti (*juokiasi*). Man labai patinka

Labai ačiū už klausimą, kurio neretai kiti vengia – nori ir toliau gyventi paviršutiniškame „glamūriniam“ pasaulyje, nes nieko neišmoko iš pandemijos. Nebuvo labai lengva, bet aš galvoju, kad pandemija suteikė puikią progą permąstyti mūsų gyvenimus. Ypač vartojimo ribas. Gyvenimo esmė – ne naujas mobilusis telefonas, naujas kompiuteris, krūva naujų rūbų ar dar vienas nuostabus vakarėlis.

natūralus žmogaus grožis.

– **Kas nutiko su jūsų populiaria televizijos laida „Skambantys pasauliai su Nomeda Kazlaus“, kurios jau nematau kurį laiką? Esate joje susėdusi pokalbiams aštuoniomis kalbomis su nuostabiais žmonėmis: Montserrat Caballe, Andrea Bocelli, Placido Domingo, Sarah Brightman, Eimuntu Nekrošiumi, visų neišvardinsiu. Juk laida pripažinta geriausia TV poka-**

lbių laida Lietuvoje 2018 ir 2019 metais!?

– O, man tai – skaudi tema. Šis mano „kūdikis“ gimė iš noro plačiau ir giliau supažindinti žmones su mano kolegomis – žvaigždėmis visame pasaulyje. Jaučiu tiesiog savo labai svarbią misiją Lietuvoje, viešąjį interesą, kuriant šią laidą. Turiu visas aukščiausias kompetencijas, nuostabią kūrybinę komandą, ryšius visame pasaulyje, kad galėčiau dovanoti mano pokalbius. Pernai pirmą kartą po daugybės metų LRT vadovy-

bė nepatvirtino šios laidos. Daugybei žiūrovų, daugybei žmonių – tai tiesiog skandalinga. Jaučiu milžinišką palaikymą! Mano laida – viena iš nedaugelio LRT, nacionalinio transliuotojo laidų, labiausiai atitinkančių LRT misiją – dalintis su žiūrovais iškiliausių pasaulyje kultūros ir meno asmenybių aukso fondu. Šiais metais LRT vadovybei, be kitų pašnekovų, siūliau ir Antonio Banderas, Jose Carreras... Ar Lietuvai nereikia tokio pokalbio? Ne tik man tai labai keista... Skandalinga, bet LRT Viešųjų pirkimų komisija pranešė ir šiais metais, kad nuo rudens mano laida nėra patvirtinta.

– **Nomeda, paskutinis klausimas...**

– Paskutinis? Kaip gaila (*juokiasi*)...

– **Esate labai kūrybinga. Duodu jums pusę minutės sukurti ritmingą ketureilį apie Palangą...**

– Bandome!

Palanga – manoj širdy

Tu esi šalia –

Palanga, tu šviesą skleidi...

Vėl pašauk mane!

– **Oi, nuostabu. Nebuvote iš anksto jo sugalvojusi?**

– (*Juokiasi*). Ne, tikrai ne. Mokykloje esu poeziją rašiusi. Viduje esu net ir poetė! Kada nors išleisime mano poezijos knygelę (*juokiasi*)!



Nomeda su savo vardo vokalo ir aktorinio meistriškumo vasaros akademijos talentais atlieka kvėpavimo pratimus Palangos pajūry



Photo: Eduardas Bareika
www.bareika.lt ©

Klaipėdos rajonas – 4 vandenų kraštas – atveria horizontus turizmui

Klaipėdos rajonas dar vadinamas keturių vandenų kraštu. Jį skalauja Baltijos jūros bangos, Kuršių marios, vingiuoja srauni Minijos upė, žalią rajono veidą gyvina mėlynų ežerų akys. Jaukūs miestai ir miesteliai, gamtos prieglobsčio apsupti kaimai, akį džiuginantys ir vaizduotę įkvepiantys gamtos peizažai, šimtmečius skaičiuojanti lietuvininkų ir žemaičių krašto istorija, per amžius išsaugota kultūra, puoselėjamos tradicijos, šilti ir draugiški žmonės. Visa tai ir dar daugiau atrasite Klaipėdos rajone.

Krašto žmonės didžiuojasi nuostabia gamta, savo istorija ir tradicijomis, nes Klaipėdos rajonas etniniu požiūriu yra išskirtinis. Jį beveik pusiau dalija dviejų Lietuvos etninių grupių istorinis ir kultūrinis palikimas – Mažosios Lietuvos lietuvininkų ir Didžiosios Lietuvos žemaičių. Išlikę Mažosios ir Didžiosios Lietuvos etniniai ir kultūriniai skirtumai puikiai regimi keliaujant po Klaipėdos rajoną. Linkime apsilankyti ir patirti nepamirštamų akimirų, potyrių ir turiningo poilsio!

TOP 5 Klaipėdos rajone:

Olando kepurės skardis ir ekologinis pažintinis takas „Litorina“



Pasinerkite į miško ir vandens oazę, aplankę Olando kepurės kalną, kuris nuolat ardomas bangų mūšos ir į pajūrį leidžiasi 20-22 m aukščio nuožulnumu. Manoma, kad kalnas gavo „Olando kepurės“ pavadinimą dėl jo panašumo į olandišką kepurę, kai žiūrima į jį iš jūros pusės. Nuo skardžio atsiveria jūros vaizdas su stačiais krantais ir akmenuotais paplūdimiais. Per Olando kepurės kraštovaizdžio draustinį vingiuoja ekologinis pažintinis takas „Litorina“.

Drevernos mažųjų laivų uostas ir apžvalgos bokštas



Drevernos mažųjų laivų uostas įsikūręs Kuršių marių pakrantėje. Uoste įkurtas kempingas, teikiamos vandens pramogos, laivų, valčių, irklenčių, vandens dviračių nuoma. Uoste veikia restoranas, kuriame būtina paskanauti žuvies kulinarinio paveldo patiekalų. Viena iš patraukliausių uosto lankytinų vietų – 15 metrų aukščio apžvalgos bokštas, kviečiantis grožėtis Naglių gamtinio rezervato ir Kuršių marių vaizdais, o vasarą vykdomas reguliarus tiesioginis reisas Dreverna–Juodkrantė–Dreverna sujungia Kuršių marių krantus.

Miniatiūrų ir botanikos parkas „Babilono sodai“



Klaipėdos rajone duris atvėrė analogų visoje Lietuvoje neturintis miniatiūrų parkas „Babilono sodai“. Tai parkas, jungiantis nuostabius augalus ir miniatiūrinius architektūrinius pasaulio stebuklus. Paryžiaus Eifelio bokštas, Berlyno Brandenburgo vartai, Romos Koliziejus – tai tik maža dalis žymiausių pasaulio objektų, kuriuos pamatysite šiame parke. Iš viso parke pastatytos 22 žymiausių pasaulio objektų miniatiūros iš 16 šalių.

Svencelė



Tai buriuotojų jėgos aitvarais Meka, įsikūrusi Kuršių marių rytinėje pakrantėje ir gamtos draustinių apsuptyje. Unikaliroje vandens sporto oazėje kiekvienas gali mokytis „suvaldyti vėjus“ ir atsipalaiduoti. Neaprėpiamos erdvės, vanduo, vėjas, kopų vaizdai antrapus marių ir į kraštovaizdį įsiliejantis modernus poilsio kompleksas maloniai laukia kiekvieno.

Dinozaurų parkas, „Apverstas namas“



„Dinozaurų parkas“ yra įsikūręs nuostabios gamtos apsuptyje, „Radailių dvaro“ teritorijoje, tik 7 km nuo Klaipėdos. „Dinozaurų parke“ savo akimis išvysite prieš 65 mln. metų išnykusius dinosaurus. Vaizdingoje teritorijoje ir gamtos apsuptyje įsikūrusiame parke „gyvena“ daugiau nei 40 natūralaus dydžio, šnypščiančių, vandeniu besispujdančių bei riau-mojančių dinosaūrų. Čia taip pat rasite ekstremalų 5D kino teatrą, klaidų veidrodžių bei energetinį Dino labirintą, vandens burbulus, elektromobilius, karuseles ir kitas pramogas. O jeigu norite pajusti gyvenimą aukštyn kojomis, užsukite į „Apverstą namą“, kuriame žaismingai susijauks kasdienė rutina ir patirsite neišdildomų įspūdžių bei pojūčių!

Pėsčiųjų takai Jūsų aktyviam poilsiui

Šv. Jokūbo kelias vakarų Lietuvoje



Šv. Jokūbo kelias – tai per Lietuvą besidriekiantis piligriminis, tarptautinis, pažintinis, kultūrinis kelias, kuris jungia Lietuvą su bendru Šv. Jokūbo kelio tinklu ir veda į Santjago de Kompostelą (isp. Santiago de Compostela), kur, manoma, yra palaidotas apaštalas Jokūbas.

Šv. Jokūbo kelias Vakarų Lietuvoje – tai paženklintas kultūrinis, pažintinis, piligriminis Šv. Jokūbo kelias per 10 Vakarų Lietuvos savivaldybių, t. y. Klaipėdos raj., Klaipėdos m., Palangos m., Kretingos raj., Plungės raj., Telšių raj., Šilutės raj., Šilalės raj., Tauragės raj. ir Jurbarko raj.

Kelias paženklintas specialiu, visoje Europoje vienodu, Šv. Jokūbo kelio ženklu – geltona kriaukle mėlyname fone. Visas maršrutas driekiasi apie 460 km. Jį sudaro 19 skirtingo ilgio atkarpų. Keliaujant jomis, atrasite gražiausius Vakarų Lietuvos kampelius, Baltijos jūros pakrantę, pažintinius takus, gamtos paveldo objektus, kopsite į piliakalnius, aplankysite bažnyčias, muziejus, pilis ir kitus reikšmingus kultūros paveldo objektus. Kiekvieno etapo pabaigoje pateikiami nakvynės vietų, kuriose laukiami pilgrimai, pasiūlymai. Kai kurie etapai turi ir tarpines nakvynės vietas. Taip pat kiekviena atkarpa turi aprašymą, o prireikus daugiau informacijos visada jums pagelbės turizmo informacijos centrai, esantys šiame kelyje.

Sveikatos takai

Sveikatos takai – tai pėsčiųjų pasivaikščiojimo maršrutas Pajūrio regioniniame parke, Karklėje. Sveikatos takų sistemą sudaro keturi žiediniai takai: raudonasis – „Karklė“ 4 km, geltonasis – „Olando kepurė“ 3,5 km, mėlynasis – „Kalotė“ 4,5 km, žaliasis – „Didžiosios Svajonės takas“ 3,3 km. Bendras sveikatos takų ilgis yra 15,3 km.

Pradėti vaikščioti Sveikatos takais galima bet kurioje jums patogioje ir patikusioje vietoje. Visi trys takai yra žiediniai – tad pasivaikščioję grįšite į tą vietą, nuo kurios pradėjote eiti. Galima pasirinkti vieną iš takų arba eiti visus 15,3 kilometrų visais takais, kurie yra paženklinėti atitinkamomis spalvomis.

Pradėjus eiti nuo Pajūrio regioninio parko direkcijos aikštelės, nepasiklysti padeda rodyklės, o lentelėse randama informacija apie nueitą atstumą bei vaizdingi palyginimai, kiek kalorijų sudeginama nueinant atitinkamą atstumą. Tam panaudoti populiarūs maisto produktai ir patiekalai, todėl priverčia susimąstyti apie sveikesnę mitybą ir fizinį aktyvumą.



Paukščių takai

Paukščių takai – tai išskirtinis pažintinis pėsčiųjų maršrutas į saugomą teritoriją – Kliošių kraštovaizdžio draustinyje esančią Tyrų pelkę. Balandžio 1 – rugpjūčio 31 d. yra laikas, kuomet apsilankymai draustiniuose yra ribojami, todėl, paženklinus pėsčiųjų takus, sudaromos puikios sąlygos saugiai, nepažeidžiant floros ir faunos, pažinti mus supančią gamtą.

Maršrutas prasideda Drevernos mažųjų laivų uoste, driekiasi per Drevernos kaimą, tęsiasi pylimu iki sodybos „Strykis“. Tuomet paėjęs gatve, pasiekiamas Tyrų pasivaikščiojimo takas. Jis prasideda nusukus nuo pagrindinio kelio ir tęsiasi palei Karaliaus Vilhelmo kanalą, įsuka į seną mišką, užsuka į aukštapelkę ir pasiekia užmirkusias pamario pievas. Tako pabaigoje naujai pastatytas apžvalgos bokštelis leis pasimėgauti nepakartojamais Kuršių marių bei Kuršių nerijos smėlio kopų vaizdais.

Keliaudami šiuo nuorodomis pažymėtu taku, pavieniai turistai turės puikią galimybę aplankyti saugomas vietas, susipažinti su trimis skirtingomis ekosistemomis (miškas, pelkė ir pieva) bei išgirsti pamario kraštui būdingų paukščių giesmeles. Keliaujantiems maršrutu tereikia pamačius lentelę su paukščio atvaizdu nuskanuoti QR kodą. O į savo išmaniuosius telefonus parsisiuntus programėlę „BirdNET“ galima ne tik išgirsti takuose pažymėtus, bet ir atpažinti gamtoje išgirstus paukščius.

Pažintinio pėsčiųjų tako į Tyrų pelkę ilgis – 14 km (į abi puses). Takas skirtas pėstiesiems. Tinka visai šeimai, tačiau būtina pasirūpinti tinkama avalyne. Eidami taku rekomenduojama vadovautis kryptį nurodančiomis rodyklėmis, o paukščių garsų klausytis su ausinėmis.

Kalnų takai

Kalnų takai – tai išskirtinis pėsčiųjų maršrutas kalvotomis Lapių vietovėmis. Dvi skirtingo sudėtingumo trasos padės jums pasijusti kaip tikruose kalnuose!

Lapiai neveltui yra vadinami Lietuvos Šveicarija. Vaizdingos Lapių apylinkės, Žvelsos upės krante stūksantis legendomis apipintas Lapių piliakalnis, Lakštingalų slėnis užburia



kiekvieną čia atvykusį. Vasarą turistus vilioja plaukimas baidarėmis Minija, o žiemą ir pavasarį – ekstremalus plaukimas Žvelsos upe. Žiemos pramogų mėgėjai laukiami ant Utrių kalno, kur veikia net trys skirtingo lygio slidinėjimo trasos.

Kalnų takų sistemą sudaro dvi skirtingo sudėtingumo trasos – mėlynoji ir raudonoji. Mėlynosios trasos ilgis – 6,8 km, o keliaujant raudonąja trasa įveiksite 4,5 km. Mėlynoji trasa skirta visiems turistams, mėgstantiems aktyviai leisti laisvalaikį. Raudonoji trasa yra ypatingai ekstremali, tad ją keliauti rekomenduojame tik patyrusiems žygeiviams. Raudonąją trasą pasieksite keliaudami mėlynąja. Maršrute yra trys raudonosios trasos atkarpos (283, 280 ir 287 metrų ilgio), pažymėtos rodyklėmis, ant kurių nurodytas kilimo į kalną aukštis. Perėję vieną atkarpą, vėl grįžtate į mėlynąją trasą.

Maršrutas veda žvėrių pramintais takeliais, šlaitais, griovomis. Keliaudami šiomis, nuorodomis pažymėtomis trasomis, pavieniai turistai turės galimybę susipažinti su viena ekstremaliausių baidarių plaukimui upių Lietuvoje – Žvelsa, čia gyvenančiais miško žvėreliais – usūriniais šunimis bei barsukais, aplankyti net 6 m storio Rudaičių ažuolą.

Išsamesnę informaciją, pėsčiųjų takų žemėlapius, sezono naujienas bei tai, ką galite pamatyti Klaipėdos rajone, rasite Klaipėdos rajono turizmo informacijos centro interneto svetainėje:

www.klaipedosrajonas.lt

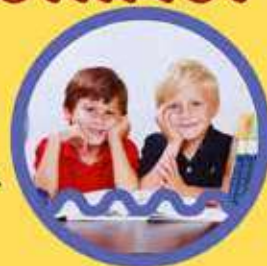


EDUKACIJOS VAIKAMS IR JAUNIMUI PALANGOS KURORTO MUZIEJUJE

(Birutės al. 34A)

MĒLYNA? MĒLYNA!

Cianotipija – intriguojantis, įdomus ir įtraukiantis fotografinis procesas. Jis seniai nebenaudojamas, todėl dabar yra puiki proga tai išbandyti! O pabandyti gali kiekvienas – nuo darželinuko iki senjoro.



PALANGA LEGENDOSE IR PDAVIMUOSE (1–6 kl.)

Užsiėmimų metu išgirsite keturis pasakojimus apie Palangą ir Baltijos jūrą, o patys turėsite sudėlioti dėliones ir atpažinti juos.

PASIENIS (1–5 kl.)

Atvykus į muziejų pasitiks linksmoji muitininkė, kuri jus nukels į tuos laikus, kai Lietuvoje karaliavo „jos didenybė kontrabanda“!



PAPASAKOK PALANGĄ (6–12 kl.)

Pasitelkę savo žinias, greitą mąstymą ir įveikdami užduotis, turėsite rasti, kur mūsų muziejuje slepiasi Palangos istorija.

🏠 www.kurortomuziejus.lt

☎ 8 460 30576

✉ ekskursijos@kurortomuziejus.lt

*Įsnykęs Palangos geležinkelis,
vėjo vargonų gaudesys
ir grafų paslaptys...*

Atrask istoriją iš naujo!

**Palangos
kurorto
muziejus**

(Birutės al. 34A)



Darbo laikas
III-VII 10-19 val.
www.kurortomuziejus.lt

№ 1. Une cabine pour les baigneurs.

à Polonga.



HELIOS Galerija

Sprendimai **tavo**
namų idėjoms





✉ palanga@3o.lt
f outoffice
☎ 8 668 00355

Out of office -

Bedradarbystės erdvės didžiausiame Lietuvos kurorte, Palangoje, suteikia galimybę ne tik pailsėti, bet ir nepamiršti užsibrėžtų KPI'ų. Erdvės suteikia geriausią interneto ryšį, čia rasite jaukią atmosferą bei puikią terpę megzti verslo ryšius. 3o - vos keli žingsniai nuo Birutės parko, jūros kranto bei miesto centro.

Ją tiesiog privalu aplankyti siekiantiems produktyviai dirbti – ar tik kelias valandas, ar visą sezoną.





Nei per karšta, nei per šalta – „Daikin Altherma“ šilumos siurbliai idealioms sąlygoms namuose

Šalant orams pastebime, jog daugeliui namų ūkių kyla iššūkių su temperatūros ir mikroklimato valdymu. Neretai pasitaiko, kad senos statybos namuose žiemą būna per šalta, o naujos statybos, priešingai, – vasarą įkaista tiek, kad tampa pernelyg tvanku. Tokiu atveju INDUSTEK UAB savo klientams pataria bene geriausią investiciją į sveikatą - „Daikin Altherma“ šilumos sprendimus.

INDUSTEK, UAB ekspertai pastebi, kad vartotojai vis sparčiau atsisako šildymo kietu kuru ir verčiau renkasi šilumos siurblius. Bene populiariausi Lietuvoje yra universalieji „Daikin Altherma“ oras-vanduo šilumos siurbliai. Šis šildymo ir mikroklimato valdymo sprendimas žengia koją kojon kartu su dujiniais katilais populiarumo atžvilgiu. Ir nors gamintojai siūlo daugybę kitų variantų, kodėl Lietuvos vartotojas visgi renkasi „Daikin Altherma“?

Tobulėjant technologijoms ir keičiantis statybų reikalavimams, namams tampa vis sandaresniems, ekonomiškam ir ekologiškam šildymo būdas darosi vis

labiau aktualus. Ypač dabar, kai kiekvienas namo savininkas skaičiuoja investicijas į savo nekilnojamąjį turtą ir nori pasirinkti racionalų ir taupų namų šildymo sprendimą.

„Mažydami apie patalpų šildymą arba vėsinimą, dauguma galvoja kaip apie du visiškai nesusijusius sprendimus. Tačiau „Daikin Altherma“ šilumos siurbliai gali patenkinti abu šiuos poreikius. „Daikin Altherma“ oras-vanduo ir kiti šilumos siurbliai yra varomi iš atsinaujinančių energijos šaltinių gaunama energija, todėl yra laikomi vieni iš tvariausių namo šildymo sprendimų. Tačiau prireikus šie šilumos siurbliai geba pasinaudoti atvirkštinu įprastu šilumos siurblio veikimo principu ir kas leidžia itin efektyviai atvėsinti namų patalpas bei vandenį,“ - dalinasi INDUSTEK UAB vadovas Vaidas Ragaišis.

Statistika nemeluoja

2021 m. Lietuvoje, naudojantis parama iš APVA, skiriama senų, taršių katilų keitimui namų ūkiuose, buvo finansuota projektų už daugiau nei 10 mln. eurų, o 2022 m. tam skirta net 25 mln. eurų. Bene

dažniausiai keičiami seni malkiniai katilai. Vietoje jų, vartotojai dairoosi į tvaresnį ir taupesnį šildymą ir mikroklimato valdymą siūlančius oras-vanduo šilumos siurblius.

Viena iš pagrindinių „Daikin Altherma“ populiarumo priežasčių yra patogumas, nes nebereikia rūpintis malkų pirkimu, skaldymu, sandėliavimu, džiovimu ar netikėtai pasibaigusį granulių papildymu. Taip pat daugelis džiaugiasi, jog ši sistema užima ganėtinai mažai vietos: vos 60x60cm plotą arba net mažiau nei 0,4 kvadratinio metro užimanti sistema nepalyginami efektyviau panaudoja turimą erdvę lyginant su senesnių technologijų sprendimais.

Dar vienas aktualiausių ir neretai pirkėjus nustebinančių faktų yra tai, jog trečios kartos Altherma linijos oras-vanduo šilumos siurbliai gali gaminti šilumą ir vandenį pakaitinti net iki 70 laipsnių lauke esant -18 laipsnių temperatūrai, o efektyvų šildymą palaiko ir iki -28 laipsnių Celsijaus speigo atveju.

Žvilgsnis į Ateitį - DAIKIN ALTHERMA 4

Ką tik praūžė didžiausia ŠVOK paroda,



kurioje DAIKIN pristatė Altherma 4 produktų liniją, kurį neužilgo bus pasiekiami ir Lietuvos gyventojams. Ekspertų manymu, Altherma šilumos siurblių besirenkantis vartotojas, pirmiausiai, renkasi inovatyvų ir itin ekonomišką sprendimą tvariai ateičiai. Apie DAIKIN naujieną rinkoje skaitykite plačiau www.industek.lt.

DAIKIN šildymo įrangos asortimentas:

- DAIKIN Altherma 3 šilumos siurbliai (oras-vanduo);
- Geoterminiai/Gruntiniai šilumos siurbliai;
- Hibridiniai šilumos siurbliai (oras-vanduo/dujos/saulė);
- Dujiniai katilai;
- Monoblokas (oras-vanduo).

IDEALUS JŪSŲ NAMŲ MIKROKLIMATAS 365 DIENAS PER METUS!

Kiekvienam žmogui aktuali gera savijauta ir sveikata, todėl oro valytuvai ir drėkintuvai tampa įprasta Lietuvos gyventojų namų dalimi.

Patalpų oras dažnai yra net kelis

kartus labiau užterštas nei lauko oras, o mes didžiąją dalį savo laiko praleidžiame viduje. Todėl nenuostabu, jog vis daugiau Lietuvos gyventojų renkasi investuoti į savo sveikatą pasirinkdami įsigyti naujos kartos Daikin oro valytuvus bei drėkintuvus. Turėdamas ilgametę patirtį oro kondicionavimo ir klimato valdymo srityje DAIKIN puikiai žino, ko reikia idealiam mikroklimatui, mat geba ne tik pasirūpinti švarių patalpų oru, bet ir palaikyti reikalingą drėgmės lygį.

Pasirūpinti oro kokybe yra itin svarbu žiemą, nes specialistai pastebi, kad atšalus orams kenksmingų medžiagų kiekis namuose padidėja keletą kartų. Prie to prisideda dėl įjungto šildymo sausėjantis oras, bei mažiau vėdinamų patalpų kai verdame maistą ar skalbiame ir džioviname drabužius.

Optimalios drėgmės palaikymas yra ypač svarbus tiems, kurie dažnai serga kvėpavimo takų ir alerginėmis ligomis, ar kenčia nuo astmos. Dar daugiau, sveikas drėgmės lygis pagerina miego bei poilsio kokybę. Tuo tarpu tyras oras patalpoje tampa ypatingai aktualus, nes iškvėpto anglies dvideginio perteklius mažina

darbingumą, gali sukelti galvos skausmą.

Laimei, Daikin apie tai jau pagalvojo ir rūpinasi Lietuvos gyventojų sveikata bei gerove kiaurus metus. DAIKIN oro valytuvai su drėkinimo funkcija „Ururu“ geba palaikyti tinkamiausią žmogui 40–60 proc. oro drėgmę. Tai padeda apsaugoti mūsų gleivinę nuo kvėpavimo takų negalavimų ir išsausėjimo, tampame atsparesni virusams ir alergenams, esame geresnės savijautos.

Lietuvos gyventojai jau spėjo įvertinti DAIKIN oro valytuvus, todėl juos vis dažniau galima pamatyti gyvenamosiose patalpose, nedideliuose biuruose, mažmeninės prekybos parduotuvėse, medicinos įstaigų laukiamuosiuose ir gydytojų kabinetuose.

DAIKIN oro valytuvų ir drėkintuvų privalumai:

- ta pati įranga ir drėkina, ir valo;
- apsaugo odą, gerklę ir nosiaryklę nuo išsausėjimo;
- palaiko tinkamą kambario drėgmę;
- galingas įsiurbimas ir tylus veikimas;
- kompaktiškas inovatyvus dizainas.



10 įdomių faktų apie Mano BŪSTAS

- *Bendrovė nuo gegužės pradžios perpus sumažino tokių darbų kaip lempučių bendrojo naudojimo patalpose keitimas ir smulkių remontų darbų gyventojų butuose įkainius. Jie sumažėja beveik 50 proc.
- *„Mano BŪSTO“ Avarinė tarnyba 2022 metais klientų turtą gelbėjo daugiau nei 25 tūkst. kartų. Vykdami į iškvietimus nuvažiavo 367 tūkst. km. arba 9 kartus aplink Žemės rutulį.
- *Vidutinis avarinės tarnybos atvykimo laikas – 54 min., o vidutinis gedimų likvidavimo laikas – 46 min.
- *2022 metais „Mano BŪSTO“ klientų aptarnavimo centras su klientais kalbėjosi 18 tūkst. val., atsiliepė į 235 tūkst. skambučių. Skambučių pikas – 10:00-11:00 val.
- *Į 81 proc. skambučių atsiliepiama greičiau nei per 20 sek.
- *Darbų atlikimo terminas klientų objektuose sutrumpėjo 40 proc.
- *Klientų pasitenkinimas įmone per metus išaugo 46 proc.
- *11,1 mln. kWh šilumos energijos arba beveik vienas milijonas eurų – tiek per 2022/2023 metų šildymo sezoną, pasitelkę išmanių sprendimus, vilniečiams padėjo sutaupyti „Mano BŪSTO“ specialistai, atsakingi už daugiabučiuose esančių šilumos sistemų priežiūrą.
- *Atlikusi vidinį auditą įmonė nutraukė sutartis su dalimi rangovų, kurie, prisidengę infliacija, galėjo piktnaudžiauti didesnėmis kainomis. Rangovų darbų kokybė bei kainos toliau griežtai kontroliuojamos, kad klientai gautų kokybiškas paslaugas už optimalią kainą.
- *2023 metų balandį „Mano BŪSTO“ darbuotojai dalyvavo „Nacionaliniame miškasodyje“, kurio metu pasodino net 2500 medelių.



Mindaugas iš Liepų g. 49:



Anksčiau turėjome kitą namo administratorių. Bet džiaugiamės vėl namą patikėję UAB „Mano BŪSTAS“, kuris dirba sąžiningai, reaguoja laiku, yra malonūs. Ypač tapo lengva su „Mano BŪSTAS“ bendrauti, kai mūsų namui buvo paskirta jų nauja vadybininkė Sandra.

Vaidas iš Kuosų g. 20:



UAB „Mano BŪSTAS“ man imponuoja, kad jie pateikia detalią informaciją apie numatytus vykdyti, vykdomus ar atliktus darbus. Be to, yra lengvai pasiekiami – operatyviai atsako į skambučius ir elektroninius aiškus. Tai, kad didžioji dalis mūsų namo gyventojų vėl administratoriumi pasirinko „Mano BŪSTAS“ rodo, kad dauguma pasitiki šia įmone.



Koki pažadą klientams ištesėjo namo prižiūrėtojas?

Ar įmanoma per mažiau nei pusantrų metų paslaugų kokybę pakelti į naują lygį, laimingų klientų skaičių padidinti trečdaliu ir įgyti konkurencinį pranašumą? Vienos įmonės patirtis atskleidžia, kaip per sąlyginai trumpą laikotarpį ištesėti klientams duotą pažadą ir ženkliai pagerinti veiklos rodiklius.

Daug kasdienio darbo, pastangų, užsispyrimo ir šiek tiek sėkmės. Taip pokytį, kurį pavyko pasiekti per mažiau nei pusantrų metų, šiandien vertina „Mano BŪSTO“ Klaipėdos regiono vadovas Marius Šiaulys. Ir priduria, kad priėmus teisingus sprendimus net ir nelaimingi klientai gali kardinaliai pakeisti savo požiūrį į teikiamų paslaugų kokybę ir iš peikėjų tapti rėmėjais. Būtent tai ir rodo bendrovės patirtis.

„Maždaug prieš 15 mėnesių pradėjome nuosekliai matuoti klientų pasitenkinimo indeksą ir jau pirmieji rezultatai aiškiai indikavo, ko iš mūsų tikisi klientai ir kur turime galimybių labiau pasistengti bei augti. Matydami, ko trūksta mūsų klientams, iš esmės ėmėmės veiklos pertvarkų nuosekliai gerindami paslaugų ir aptarnavimo kokybę. Į tai jau po pusmečio sureagavo ir klientai, mat nuolatinių matavimų rezultatai rodė kryptingai augantį jų pasitenkinimą“, – sako M. Šiaulys.

Visapusę daugiabučių namų priežiūrą vykdanči įmonė skaičiuoja, kad per pastaruosius pusantrų metų klientų pasitenkinimo indeksas pagerėjo beveik trigubai ir, palyginti su kitomis šio sektoriaus įmonėmis, šiuo metu yra apie 15 punktų aukštesnis nei rinkos vidurkis.

Pasirinktas veiklos kokybės matavimo būdas, nors ir pakankamai naujas Lietuvoje, tačiau yra ganėtinai populiarus užsienyje, didžioje bendrovėse, nes tai unikali metodika, atverianti galimybes ilgalaikiams organizacijų veiklos planams kurti. Taip pat tai efektyvus įrankis, leidžiantis operatyviai reaguoti į bet kokias organizacijos klaidas ar matyti taikomų sprendimų efektyvumą. Klientų pasitenkinimo indekso NPS (angliškai – „Net Promoter Score“) metodiką savo veikloje naudoja daugelis didžiųjų korporacijų, tokių kaip „Google“, „Facebook“, „Amazon“ ir kt.

Analizuojant klientų pasitenkinimo anketas matyti, kad gyventojai teigiamai vertina paslaugų kokybę ir aptarnavimą, nes didžiąją dalį klausimų jau pavyksta išspręsti pirmojo susitikimo ar skambučio metu.

Per pastaruosius metus klientai 35 proc. palankiau vertina įmonės atliktų darbų kokybę ir greitį bei avarinės tarnybos operatyvumą, kuri gedimus dabar likviduoja per maždaug 46 minutes. Dvigubai geriau klientai vertina ir įmonės darbuotojų teikiamas konsultacijas būsto priežiūros bei remontų klausimais, Klientų centro veiklą, nes į 81 proc. skambučių atsiliepiama greičiau nei per 20 sekundžių.

M.Šiaulio teigimu, didžiausią įtaką kylantiems rodikliams turėjo skiriamas didelis dėmesys kokybės pokyčiams, kurie susiję tiek su darbuotojų nuolatiniu žinių tobulinimu, tiek glaudesniu ryšiu su klientais.

Dar vienas įrodymas, kad daugiabučių gyventojai pastebi bei vertina „Mano BŪSTO“ veiklos pokyčius – buvusių klientų sugrįžimas. Tokių atvejų, kai įmonės paslaugų atsisakę gyventojai išbando kitus paslaugų tiekėjus, tačiau galop sugrįžta – vis daugiau.

„Geras aptarnavimas, kokybiškos paslaugos ir nuolatinis kompetencijų ugdymas yra vieni iš svarbiausių mūsų prioritetų. Investavome į sistemų naujinius, kurie dar patogiau leidžia klientams suteikti grįžtamąjį ryšį ar pranešti apie kylančius iššūkius bei žymiai greičiau sulaukti reikalingos pagalbos. Taip pat nuolat plečiame ir giliname darbuotojų žinias. Kylantys rodikliai rodo, kad judame teisinga linkme ir planuojame dar daugiau dėmesio skirti įmonės paslaugų kokybės užtikrinimui, klientų poreikių atliepimui“, – teigia M.Šiaulys.





Investicija į langus = svajonių namai, gyvenimo kokybė ir prabangos skonis

Ar gali būti kas nuostabiau, kai po sunkios darbo dienos grįžtate į svajonių namus ir nuovargis akimirksniu išgaruoja? Jausmas toks, lyg atsidūrėte unikaliame gamtos kampelyje, kuris labiau primena atostogų oazę. Gamta susilieja su namo erdvėmis: jus svaigina levandų aromatai, paukščių ir svirplių choras, gaivina malonus vėjelis.

Gyvenate vienybėje su pulsuojančia gamta. Atostogų dvelksmas kasdien! Tikroji prabanga – ramybė ir komfortas. Visa tai lengvai pasiekama. Kokybiški aliuminio langai panaikina ribą tarp gamtos ir namų erdvių, tampa prabangos ir komforto akcentu.

KODĖL VERTA INVESTUOTI Į LANGUS TAIP PAT KAIP IR Į PRABANGŲ AUTOMOBILĮ?

Žmonės investuoja pinigus, kad padidintų savo kapitalą, portfelį, kad ateity galėtų iš jų gyventi. Vieni in-

vestuoja į akcijas, kiti perka NT, auksą, prabangius laikrodžius ar net rankines, kaip „Hermes“, kurių vertė kasmet auga.

„Kodėl žmonės traukia prabangūs automobiliai? Vieni gali sau tai leisti, kiti nori išskirtinumo, didesnės galios ar sportinio režimo, tretį sukūrė didesnė šeima, ketvirtį renkasi dėl saugumo – kuo automobilis prabangesnis, tuo bus saugesnis.

O kur mes praleidžiame daugiausiai laiko po darbų? Jei namai išskirtiniai, patogūs, prabangūs – nieko daugiau nebereikia: tiesiog norisi į juos grįžti,

gera juose būti, net nesinori taip dažnai keliauti, jautiesi lyg atostogautum kasdien.

Kokybiški langai suteikia namui saugumo, solidumo, prabangos, komforto. Paprasti langai to nepadarys niekada, jie tik atliks savo funkciją. Investavę sykį į kokybiškus aliuminio langus, jais džiaugsitės visą gyvenimą. Aliuminio langai – norintiems gyvenime kažko daugiau – komforto ir laisvės“, – teigia aliuminio langus, duris bei fasadus tiekiančios belgų kompanijos „Reynaers Aluminium“ vadovas Lietuvoje Linas Kėvelaitis.

LANGAI – KAIP PASTATO AKYS

„Langai – tai pastato akys: tu pro jas žiūri ir į gamtą, kiemą, grožiesi peizažais. Kuo didesni langai – tuo daugiau šviesos, jautiesi arčiau gamtos. Kai langai dideli ir gražūs – namas visiškai kitaip atrodo: daugiau prabangos, elegancijos, grakštumo, solidumo. Jauti moralinį pasitenkinimą“, – dalinasi L. Kėvelaitis.

Labai akivaizdus palyginimas: maždaug 20 kvadratinų metrų ploto kambarys su mažu langu, kokiu kvadratinio metro dydžio. Ir tas pats 20 kvadratinų metrų ploto kambarys su visa stikline siena. Įsivaizduokite jausmą, kad pirmame kambaryje jausitės lyg kokiame rūsyje, kur tektų gaudyti šviesos ir saulės spindulius, o antrame norėsis leisti laiką maloniai. Viena detalė – langas – yra tokia svarbi, pakeičianti žmogaus savijautą būnant tame kambaryje.

Aluminio langai gali būti itin didelių gabaritų arba, tarkime, kaip svetainę paversti terasa? Galima juk padaryti slankiojančias duris, kurių visas namo kampas atsidaro. Žiemą vakarieniaujate svetainėje, jaučiatės šiltai ir patogiai, o vasarą – praveriate langus, vakarieniaujate prie to paties stalo ir jau esate terasoje, gamtos apsupty.

„Visiškai kitokia gyvenimo kokybė, į kurią investavus negaila nė vieno euro. To neparagavus, sunku suprasti. Didžiuliai, panoraminiai langai priartina žmogų prie gamtos. O juk ko labiausiai trokštame grįžę po darbų, kur visiems pakanka rūpesčių ir stresų? Norime atsipalaiduoti, mėgautis ramybe, tai reiškia, būti arčiau gamtos. Neįtikėtina, kiek daug gali suteikti žmogui tiesiog kokybiški langai“, – sako „Reynaers Aluminium“ atstovė Lietuvoje vadovas. ■



► Jei langai labai dideli, profiliai – mediniai, tai jų plotis gali būti ir daugiau nei 20 cm! Tuo tarpu aluminio langų profiliai būna iki 3,5 cm!



PAGRINDINIAI FAKTAI, KODĖL VERTA INVESTUOTI Į ALUMINIO LANGUS

► Ilgaamžiškumas. Viena iš pagrindinių priežasčių, kodėl verta investuoti į kokybiškus aluminio langus, yra jų ilgaamžiškumas. Aluminio langai gaminami iš tvirto, atsparaus korozijai ir ilgaamžio aluminio, kuris nereikalauja ypatingos priežiūros. Aluminio langai atlaiko įvairias oro sąlygas, įskaitant lietuviškas saulės spindulius, sniegą ir net drėgmę, todėl galite būti tikri, kad jie tarnaus jums ilgą laiką ir reikalaus mažiausios priežiūros – tik kartą per porą metų pareguliuoti langus.

► Energijos taupymas. Kokybiški aluminio langai yra geri izoliatoriai, kurie padeda sumažinti šilumos ir šalčio praradimą namuose. „Reynaers Aluminium“ langų sistemos atitinka ir viršija A+ ir A++ keliamus reikalavimus. Dėl geresnės šilumos izoliacijos jūsų šildymo ar kondicionavimo sistemos veiks efektyviau ir taupiau. Be to, aluminio langų izoliacinės savybės taip pat gali sumažinti triukšmą iš gatvės ar kaimynų, padidindamos jūsų gyvenamojo ploto komfortą.

► Tvarumas. „Reynaers Aluminium“ kompanijai itin rūpi tvarumas ir poveikis aplinkai. Ji investuoja į pažangiausias technologijas, nuolat tobulina gamybos procesus, kad padidintų produktų ilgaamžiškumą ir mažintų energijos naudojimą. Ši tarptautinė kompanija pasiryžo iki 2030 metų sumažinti savo anglies pėdsaką net 46 proc.!

► Estetika ir dizainas. Kokybiški aluminio langai suteikia jūsų namams modernią ir patrauklią išvaizdą. Jų dizainas gali būti pritaikytas pagal jūsų skonį ir interjero stilių. Aluminio rėmai yra itin ploni (gali būti iki 3,5 cm) ir stiprūs, leidžiantys maksimalų natūralios šviesos patekimą į patalpas. Tokie langai tiesiog išnyksta erdvėje – namai alsuoja pra-

bangą, elegancija ir kokybe.

„Prestižinės klasės projektai neįsivaizduojami be aluminio. Mūsų langai sukurti tikriems lyderiams, čempionams, vadovams. Rimti langai – rimtiems žmonėms, kurie nenori rūpesčių, o trokšta ramybės, kad galėtų atsipalaiduoti“, – sako „Reynaers Aluminium“ kompanijos Lietuvoje vadovas Linas.

Jei didžiuliai langai būtų su mediniais ar plastikiniais rėmais, jų plotis galėtų būti kelis kartus didesnis, t. y. 15–20 cm, ir užstotų dalį gražaus vaizdo, kai tuo tarpu aluminio sprendimai yra tik 3,2–5 cm.

„Pabuvus pastate su aluminio langais ir po to sugrįžus į panašaus dydžio erdves su PVC langais – jausmas būna toks, tarsi norėtum įkvėpti, bet nebegali. Vienas užsakovas yra pasakęs: „Jaučiuosi kaip uždarytas nuo kažko“. Daiktas yra, plotas užstiklintas, tačiau laisvės ir ramybės jausmas jau kitoks. Bėgant metams, platesni rėmai ima erzinti ir, va, tuomet žmonės prisimena: „Et, kodėl neinvestavau tuomet į aluminio langus“, – sako L. Kėvelaitis.

► Didesnė NT vertė. Faktas, kad prabangesni ir prabangesni langai ne tik sukuria tobulo namo įspūdį su visais geriausias aluminio langų privalumais, bet ir didina tokio nekilnojamojo turto vertę.

„Kartą investavę į kokybiškus aluminio langus, turėsite begalę privalumų: karališką vaizdą, daugiau komforto, daugiau kokybės, daugiau erdvės, daugiau šviesos, daugiau ramybės, ilgesnį garantinį laikotarpį, mažiau priežiūros, nereikės reinvestuoti į langus šimtą kartų. Ta investicija nebus daug didesnė nei į kitokius langus, tačiau suteiks daug reikšmingesnių privalumų ir atsipirks šimteriopai“, – įsitikinęs „Reynaers Aluminium“ Lietuvoje vadovas L. Kėvelaitis.

Vytautas Grubliauskas:

„Klaipėda – miestas su siela
dryžuotais marškinėliais, tai – visada
jauna širdis, plakanti džiazu ritmu“

Linas JEGELEVIČIUS

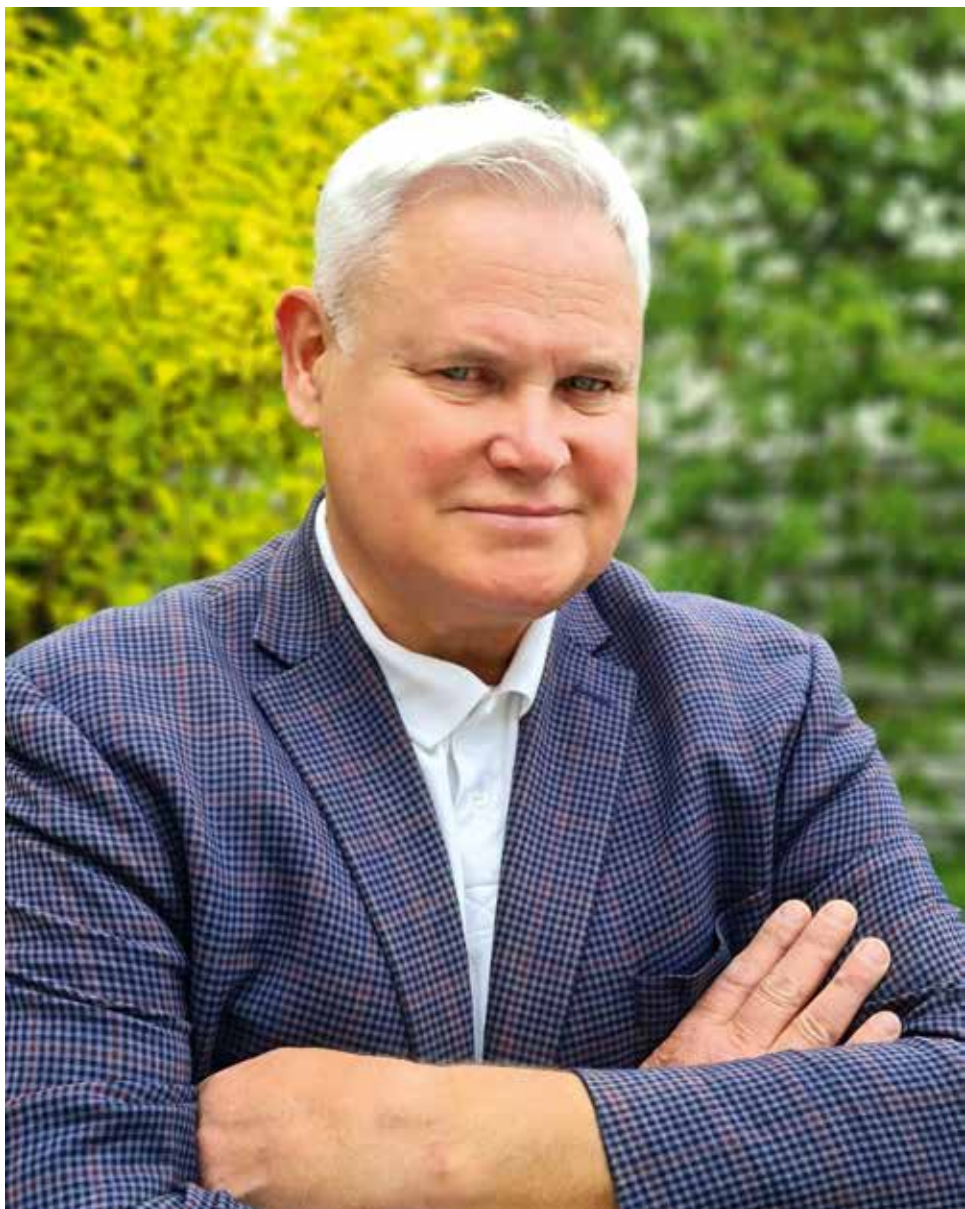
Viskam yra pradžia ir pabaiga. Dvylika metų prie Klaipėdos šturvalo stovėjęs Vytautas Grubliauskas po rinkimų šių metų kovą – be mero skeptro. Ar lengva žengti į kitokį gyvenimą – su gerokai mažiau skambučių, atsakomybės ir, žinoma, mažiau liaupsių bei kritikos? „Žmogus – ne kompiuteris, kur uždarei vieną programą ir iškart gali įjungti kitą, tad laiko priprasti prie visiškai kitokio gyvenimo ritmo, tempo, atsakomybės naštos, dėmesio gausos tikrai šiek tiek reikėjo, bet tai truko apie savaitę“, – žurnalui „Lietuvos pajūris“ sakė V. Grubliauskas.

– Kuri diena jums buvo labiau jaudinanti: ta pirmoji, jus pirmąkart išrinkus Klaipėdos meru 2011-aisiais, ar paskutinioji jūsų darbo mero pareigose diena šių metų balandį?

– Abi šios datos mano gyvenimo kelyje labai svarbios, nors suprantama – labai skirtingos. Jei prieš 12 metų žengiau tuo keliu su dideliu jauduliu širdyje ir suprasdamas, kad laukia daug naujų iššūkių ir atradimų, tai po 12 metų palikau tas pareigas labai ramia širdimi, labai daug ko išmokęs ir sužinojęs ir jokios dramos ar konvulsijų – tam buvau pasiruošęs.

– Kokius savo darbus per 12 metų mero pareigose išskirtumėte? Kokius projektus buvo sunkiausia įvykdyti? Kodėl?

– Projektų – gausybė, kiekvienas jų su savąja, dažniausiai sėkmės istorija. Pirmasis jų tai buvo „Švyturio“ arena, po



to Klaipėdos baseinas, Sąjūdžio parkas, Danės skveras, Ferdinando aikštė, naujoji Vaikų poliklinika, gausybės miesto viešųjų erdvių sutvarkymas ir atnaujinimas, pagaliau naujojo miesto Bendrojo plano patvirtinimas, o sunkiausiai sekėsi su baseinu – jo istorija nesibaigia ir šiandien. Priežastis? Rangovai, procedūros, terminai...

– Turbūt neneigsite, kad neretai sprendimai ar svarbių klausimų aptarimai buvo daromi ne Tarybos posėdžių

salėje ar mero pasitarimų kabinete, o kitur – na, ne medžiojant, bet prie arbatos puodelio neformalioje aplinkoje ar pasivaikščiojant kuriame nors parke atokiau nuo visų akių? Jokių būdu nesakau, kad tai – tik blogai.

– Leidžiama daug kas, kas nepažeidžia įstatymų ir tvarkų, bet neleidžiama nieko, kas tokias rizikas kelia. Kaip matote, Klaipėdoje tos ribos nebuvo peržengtos, skambių „antrankių žvangėjimų“ išvengta, garsių atsistatydinimų beveik nebuvo, gal tik antrosios kadencijos pabaiga buvo šiek tiek labiau įtempta.

– Neabejoju, kad stovint prie trečiojo pagal didumą miesto, Klaipėdos, vairo jums teko atremti daugybę lobistų su savo interesais. Ar galite, neminėdamas konkrečių pavardžių ir projektų, prisiminti įkyriausius prašytojus? Tokius, kurie jums iki šiol kelia pasidarymą ar šypsena?

– Neabejoju, tyrinėjimo ir stebėjimo, kiek aš „sukalbamas“ ar ne, buvo, bet kai nuo pat pradžių labai aiškiai išsakiau savo vertybes ir griežtą poziciją, kurios visada nuosekliai laikiausi, ta žinia visiems buvo puikiai žinoma ir visi aiškiai suprato – nieko neleisti nebūs ir jokių kompromisų su sąžine ir įstatymu nebūs taip pat. Tokiu principu gyvenau visus tuos metus, o apie savo „nepaperkamumą“ girdėjau apie tai kalbant ir Lietuvoje, ne tik Klaipėdoje.

– Ar visus 12 metų eidamas miegoti išjungdavote nakčiai telefoną? Matyt, būta naktų, kai teko iš patalų ir vidurnaktį ropštis bei skubėti spręsti netikėtą situaciją? Galite prisiminti kelias tokias?

– Tokių situacijų tikrai buvo ne kartą. Pamenu, gerokai po vidurnakčio skambino

žmogus, kuriam po H. Manto g. viaduku prieš akis nukrito didžiulis vamzdis ir vos neįvyko tragedija. Buvau įvykio vietoje po 10 min. Klaipėdiečiai skambindavo dėl smarvės ir kvapų pietinėje miesto dalyje, tad 3-4 val. ryto ten vykdavau kartu su aplinkosaugininkais. O kur buvę Danės išsiliejimai iš krantų ir vykimas į sodų teritoriją, Jūrų kelto gaisras jūroje ir jo grįžimas į Klaipėdą. Gerai, kad visada „po ranka“ turėjau nuomojamą automobilį, nes vairuotojas tokio tempo ir apkrovų, ko gero, būtų neatlaikęs, o pareigą atlikti reikėjo būtent 24/7 visas 366 dienas keliamaisiais metais ...

– Natūralu ir žmogiška, kad kažkas nepavyko. Kas nepavyko jums?

– Kas labiausiai nepavyko ar nuvylė, tai ta aplinkybė, kad gana operatyviai suformavus rinkiminį komitetą, didžioji jo narių dalis „emigravo“ į šiltesnius politinius vandenis ir ten tapo karštais kritikais ar kovotojais, dažniausiai emociniu pagrindu, o ne dėl dalykinių motyvų. Komandos subūrimas, koalicijos suformavimas buvo didžiuliai iššūkiai, kuriuos ne visada pavykdavo suvaldyti.

– O žvelgdamas į naujo uostamiesčio mero, Arvydo



(Iš kairės) Vytautas Grubliauskas, Klaipėdos meras nuo 2011 metų iki 2023 metų balandžio 19 d., Arvydas Vaitkus, dabartinis Klaipėdos meras, ir Rimantas Taraškevičius, Klaipėdos meras 2001–2011 metais

Vaitkaus, darbą, kokių svarbių žinučių pirmiausia ieškote jo komunikacijoje ir, svarbiausia, kokių pokyčių iš jo laukiate?

– Pirmiausiai dėmesingai seku ne tik ir ne tiek jo komunikaciją, kiek vertinu realius veiksmus ir darbus. O į daugelį situacijų žvelgiu kiek netradiciniu rakursu – o kaip tose situacijose elgtųsi ir kokius sprendimus darytų tie kiti buvę kandidatai, likę už borto? Žemaitaitis, Petrošius, Girskienė? Tai labai gera metodika, padedanti suvokti, kad klaipėdiečiai išsirinko geriausią merą iš to gausaus pretendentų būrio. O kaip jam seksis ne tik pirmosiomis dienomis, bet ir gerokai ilgesniu laikotarpiu, parodys laikas ir darbai. O kalbant apie pokyčius, linkiu labai atsakingai ir dalykiškai vertinti, kurie iš jų būtini, neišvengiami, o kurie tik veiksmo imitacija. O svarbiausia – išvengti inicijuojamų pokyčių, nepasitarus ir neįvertinus bendruomeniu, kurias jie paliestų, nuomones, siūlymus, poziciją ir, žinoma, – kritika, kad ir kaip kartais tai nėra lengva ir paprasta. Arvydas – puikus administratorius ir geras vadybininkas, ko dabar labai reikia pasikeitusių įstatymų kontekste, o politinė patirtis ir išmintis kaupsis

kiekvieną dieną, juo labiau, kad pasiruošusių padėti, o jei reikia ir patarti, visada bus šalia.

– **Jūs abu – draugai? Bičiuliai?**

– Pirmiausiai, mes abu klaipėdiečiai, po to jau kolegos ir bendroje veiksmo orbitoje esantys politikai, nors jam dabar dar tenka būti ir administratoriumi. Aš visada esu pasiruošęs bet kokiam pokalbiui bet kokia tema, jei tik to reikėtų, o kiek ir kada tuo būtų pasinaudojama, tai jau Arvydo pasirinkimas.

– **Na, abu esate bent jau naujosios Klaipėdos valdančiosios koalicijos partneriai. Kodėl sutikote būti joje? Pirmu smuiku jūs ir socialdemokratai joje negrieš.**

– Kaip juokavau – į valdančiąją daugumą, būnant ne pačia gausiausia frakcija miesto Taryboje, turi būti pakviestas, o va, opozicijoje vakansijų visada yra ir neprašant. O vienas pagrindinių mūsų frakcijos apsisprendimo ir pasirinkimo motyvų buvo tiesioginė galimybė ir atsakomybė dalyvauti pradėtų, baigiamų, tęstinių projektų įgyvendinime, nes tie procesai labai daugiaplaniai, grėsmės ar rizikos ne visada matomos „plika akimi“, tad patirties tuose procesuose tikrai nebus per daug. O visuminis orkestro skambesys priklauso nuo visų jame grojančių orkestrantų susiklausymo, susigrojiimo ir ansambliško – kiekvienas muzikantas svarbus ir jo falšas gali sugadinti tobuliausio primarijaus profesionalumą, tad orkestre nėra ir negali būti silpnųjų grandžių, jei siekiama darnos ir tobulumo.

– **Ar prisijungėte prie Socialdemokratų partijos todėl, kad – staiga? – pasijutote socialdemokratu, ar, nepykite, dėl kokių nors išskaičiavimų? Pavyzdžiui, aukštos vietos partijos sąraše ateinančiuose Seimo rinkimuose? Ar į Europos Parlamentą, nors tai man pačiam skamba neįtikėtina?**

– Manau, puikiai suprantate, kad didžiausioje Lietuvos politinėje partijoje tikrai netrūksta kandidatų nei į vieną iš Jūsų išvardintų pozicijų, tad turėti iliuzijų, kad būsi „pamalonintas“, būtų tiesiog naivu. Stipriausias motyvas buvo visiškai sveiku protu sunkokai suvokiama realybė, kad populiariausia Lietuvos partija neturi nei vieno nario miesto Taryboje, buvę prieš tai, tikrai buvo gana ryškūs ir aktyvūs politikai. Misija įvykdyta – trys LSDP atstovai šiuo metu miesto Taryboje, o asmenines politines ambicijas tikrai ramia širdimi įsivertinau ne kaip didžiausią prioritetą.

– **Ko dar pasigendate Klaipėdoje – kaip jos gyventojas pirmiausia?**

– Nebijočiau žodžio „proveržis“, ypač kalbant apie gyventojų skaičiaus didėjimą, nes žmonės traukia žmones ir tai nėra greitas ir lengvas sprendimas – tai visas priemonių, pastangų, sprendimų ir investicijų kompleksas, tad ir sprendimų tam reikia kompleksinių, sisteminių, ne vienadienių, gal ne visada ir labai populiarių, bet būtinų.

– **Dabar, kai turite daugiau laiko, kam skiriate daugiau dėmesio?**

– Šeimai, šeimai ir dar kartą šeimai, nes noriu kuo greičiau gražinti tas „skolas“ dėmesio, laiko skyrimo, bendravimo, buvimo drauge kontekste. O juo labiau, kad tos dvasinės ir moralinės skolos šeimai, per tuos 12 metų jau sukaupe ir nemažai palūkanų. Jas gražinti noriu taip pat.

– **Jūsų tėvas visą gyvenimą iki pensijos dirbo Klaipėdos autobusų parke vairuotoju, o mama – Klaipėdos viešojoje bibliotekoje Knygų saugyklos skyriaus vedėja. Už ką esate labiausiai dėkingas savo tėvams?**



Vytautas Grubliauskas su savo vaikais

– Už gyvenimą, už gimimą Klaipėdoje, už teisės pasirinkti savo kelią nevaržymą, kas tais laikais būdavo neretas reiškinys.

– **O kai jūs žvelgiate į savo atžalas – o jų net penkis turite – savęs juose daug matote? O gal nuogaustaujate, kad tuos du mažuosius jau labiau veikia ne tėtis su mama, o koks nors *instagramas*?**

– Išties, net penkias, nuo 14 iki 36 metų, tad visų jų požiūriai labai skirtingi. Bet ko siekiame labiausiai – ne kažką slėpti ar nutylėti, bet labai aiškiai ir atvirai apie viską kalbėtis, o vertinimas – tai jau jų reikalas. Džiaugiuosi, kad visi jie labai savarankiški, jokio „išlaikytinių“ mentaliteto nepripažįstantys piliečiai, nevengiantys dalyvauti ir visuomeninėse veiklose.

– **Per daugybę metų, iki aktyvios politikos, vienas ir su diksilendu dalyvavote daugybėje prestižinių džiaz muzikos festivalių bei koncertų JAV, Vokietijoje, Olandijoje, Šveicarijoje, Švedijoje, Suomijoje, Didžiojoje Britanijoje, Lenkijoje, Latvijoje, Rusijoje ir kitur. Ko labiausiai ilgitės iš tų laikų?**

– Tai tikrai buvo labai šauni ir turininga istorija, nepakartojamos patirtys ir susitikimai su pasaulio šalių džiaz publika. Džiazavome drauge su nuostabiais kolegomis, de ja, keletas jų jau džiazuoja anapus – Romualdas Malinauskas, Artūras Rimkus... Ir nors tai būdavo labai sudėtingos, ilgos ir varginančios kelionės, bet vitališka džiaz energija visa tai atpirkdavo. Kaip nesilgėsi tų akimirku, įspūdžių, prisiminimų.

– **O kai suima liūdesys kokią nors minutę, ko stveriatės?**

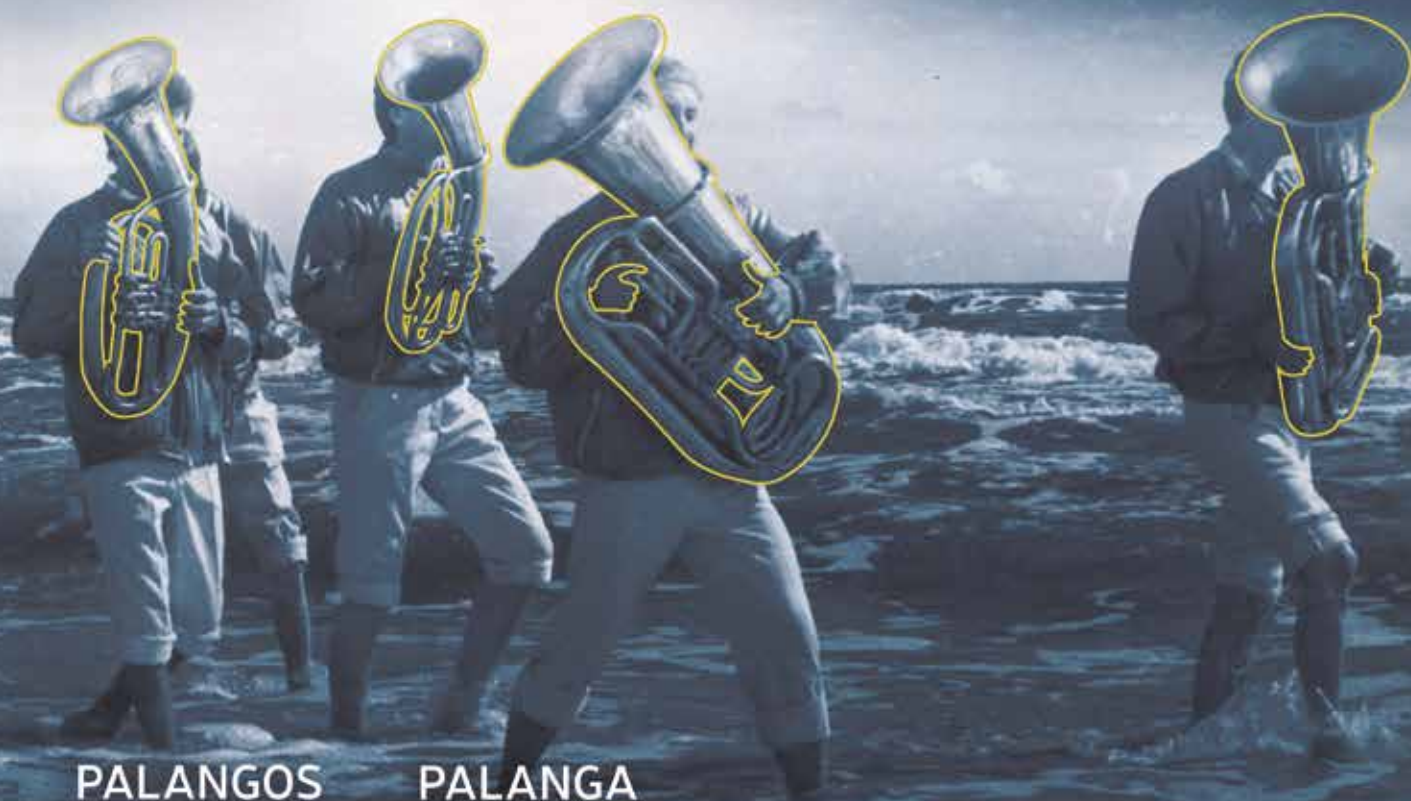
– Susikaupiu ramybei, stengiuosi nurimti ir nusiraminti, tiesiog pakreipti mintis priešinga kryptimi, paskęsti knygoje arba... nerti į svaiginančias džiaz gėlmes, kuriose „nuskęsti“ – tikra palaima.

– **Pabaikite prašau sakinį: „Klaipėda...“**

– ...tai miesto siela dryžuotais marškinėliais, tai – visada jauna širdis, džiaz ritmu plakanti uostamiesčio krūtinėje.“

SUMMER OF
WIND BAND
2023

Orkestro vasara



PALANGOS
BIRUTĖS
PARKO
ROTONDOJE

PALANGA
BIRUTĖS
PARK
ROTUNDA

18.30

BIRŽELIS

	5	12	19	26
	6	13	20	27
	7	14	21	28
1	8	15	22	29
2	9	16	23	30
3	10	17	24	
4	11	18	25	

LIEPA

	3	10	17	24	31
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	
	7	14	21	28	
1	8	15	22	29	
2	9	16	23	30	

RUGPJŪTIS

	7	14	21	28	
	1	8	15	22	29
	2	9	16	23	30
	3	10	17	24	31
	4	11	18	25	
	5	12	19	26	
	6	13	20	27	

IŠGIRSK



SUŽINOK



www.orkestras.pro

PALANGA 7
1253-2023



K LIETUVOS
KULTŪROS
TARYBA

Iryna Holoborodko:
„Vos įvažiavusi į Palangą pajutau,
kad ši žemė mane priima“



Su Iryna susipažinau praėjusią vasarą. Ji buvo kitokia, nei savo pašmonėje įsivaizdavau karo pabėgėlę. Pilna energijos ir pro kraštus besiliejančio optimizmo, linksmą, netgi kvatoklę. Labai greitai susidraugavome. Nuolat užsimiršdavau, kad ši moteris – karo auka. Kaip su drauge pasidalindavau ir savo džiaugsmiais bei rūpesteliais. Tuo labiau, kad mudvi susiejo ir bendras darbas – abi dirbame su ukrainiečiais moksleiviais. Po susitikimų vis grauždavausi dėl savo neįautrumo, tik vėliau Iryna atsivėrė, kad tas mano užsimiršimas jai netgi padėjo atgauti žmogišką orumą. Mat, nors ir be galo dėkinga už visokeriopą palangiškių pagalbą, jai labai svarbu jaustis tiesiog žmogumi, nors ir reikalinga pagalba, bet norisi ne vien užuojautos...

Priešo pajėgose žmonių nėra

Taip pat tik vėliau sužinojau, kad toji plati šypsena slepia, kažin, ar išgydomas karo žaizdas. Palangoje girdėdama skrendančius mokomuosius karo lėktuvus, Iryna su sūnumi kaskart puldavo ant žemės ir dengdavosi galvą rankomis. Dabar jau sugeba susivaldyti ir nebekristi, bet smegenys lėktuvo garsą vis dar identifikuoja kaip pavojaus signalą.

Didžioji Irynos atvirumo akimirka įvyko vasario 25-ąją, kitą dieną po Rusijos įsiveržimo į Ukrainą metinių. Kalbėjomės iki vėlumos. Tada pirmąsyk Iryna nuosekliai papasakojo, ką per tuos metus išgyvenusi, kaip įvykiai sekė įvykius, kol atsidūrusi Palangoje.

Iryna – iš Nikolajevo. Ten su tėvais ir tada keturmečiu sūnumi gyveno prie pat pagrindinio kelio, vedusio į Odesą, kuriuo prieš pajėgas ir siekė prasibrauti (tiesa, nesėkmingai), dėl ko šis miesto kvartalas buvo labiausiai apšaudomas. „Pagyvenę žmonės po raketų apšaudymo mirdavo ne nuo žaizdų, o tiesiog iš baimės, nuo širdies priepuolių tiesiog savo namuose. Tokio siaubo niekada gyvenime nesu jautusi. Visuomet buvau labai tolerantiška žmonėms, bet kalbant apie priešą, jaučiau, kad tai – net ne žiaurūs žmonės, apskritai ne žmonės, bet „suščiastvo“ (būtybės – išvertus iš rusų kalbos)“, – prisimena moteris.

Jaučia ir augalus, ir žmones

Čia negaliu nepaaiškinti apie ypatingą Irynos jautrumą, su kuriuo, kaip ji pati sako, ir gimusi. „Dar vaikystėje

jausdavau gėles, medžius. Dar nė nežinojau, kad juos reikia laistyti, bet jauste jausdavau, kuriam trūksta vandens“, – pasakoja Iryna. Lygiai taip pat ji jaučia ir žmones.

Vedama šio vidinio jausmo prieš kelerius metus Ukrainos prezidento rinkimuose Iryna savo balsą atidavė už Volodimirą Zelenskį, savo pasirinkimu pribloškusi visą savo inteligentiškąjį draugų ratą. Juk Iryna, būdama profesionali marketingo specialistė, vadovavo sėkmingam nuosavam verslui, dirbo su tokiais pasaulinio lygio prekių ženklais kaip „Intel“, „Microsoft“, „XEROX“, „LaVita Moderna“, „J.A.M.“, viešbučių tinklu „Radisson Blu Hotel“ ir kt., organizavo daugybę socialinių projektų (pavyzdžiui, negalią turinčių moterų madų „FASHION CHANCE“).

„Žinodama, kad V. Zelenskis neturi politinės patirties, balsavau už Žmogų. Man buvo tekę jį matyti, keliaujantį traukiniu Kijeve, kai dar nebuvo toks populiarus. Stovėdavome vienoje eilėje, pirkdami bilietus, visada buvo mandagus. Ir dabar aš pirmą kartą per visą savo gyvenimą jaučiu, kad tai yra mano pasirinkimas, mano Prezidentas, ir kad kas benutiktų, jaučiu savo dalį tame, kur einu kartu su juo“, – sako I. Holoborodko, beje, nešiojanti garsiojo serialo „Tautos tarnas“ pagrindinio herojaus, kurį ir įkūnijo V. Zelenskis, pavarde.

Nužudyti putiną savyje

„Vis dėlto akla nesivadovauju savo pojūčiais, bet pajutusi, pavyzdžiui, tam są, atidžiai stebiu tą žmogų. Ir visuomet tai pasitvirtina“, – stebina moteris.

Net ir jausdama neigiamas vibracijas Iryna nepuola atsiriboti nuo žmogaus.

Priešingai, visuomet bando suprasti, kodėl jis toks, kas jį sužeidė, o svarbiausia, kodėl jį Dievas atvedė į jos gyvenimą, kokią pamoką ji turinti išmokti.



Šiuo metu savarankiškai studijuodama Ukrainos ir Lietu-

vos istoriją, Iryna atvirauja: „Žaviuosi Jūsų tautos tvirtybe, kaip, iš esmės išliedami nedaug kraujo, sugebėjote išsaugoti laisvę ir atkovoti Nepriklausomybę. Tikiu, kad tos stiprybės jums ir davė tai, kad nepaisant spaudimų, sugebėjote išsaugoti savo kalbą“.

Lygiai taip pat Iryna žiūri ir į karą – ieškodama ir dvasinių priežasčių.

„Kai visi degė troškimu užmušti Putiną realiame kūne, aš pirmiausia apsisprendžiau nužudyti putiną savyje, – mintimis dalijasi žurnalo pašnekovė. – Jaučiu ir asmeninę atsakomybę, kad mes, ukrainiečiai, leidome rusų kalbai mūsų šalyje beveik išstumti mūsų gimtąją. Tokiu būdu tarsi atvėrėme duris dar labiau Rusijai įsiveržti pas mus. O kalba – be galo svarbi, ji parodo, kas tu iš tiesų esi. Pavyzdžiui, nors aš nuo vaikystės kalbėjau rusiškai (tėtis galvojo, kad rusų kalba man atvers didesnes galimybes), prieš keliolika metų, po operacijos pabudusi iš po narkozės, prabilai ukrainietiška. Su visais kalbėjais ukrainietiška, pati to net neįjaušdama!



Neįmanoma išgyventi raketos nukritimo į namus ir likti tokiu pačiu. Mano gyvenimas jau niekada nebus toks pat, kaip iki tų dviejų raketų.

pačiu. Mano gyvenimas jau niekada nebus toks pat, kaip iki tų dviejų raketų.

Kalboje yra stipri jėga.“

Šiuo metu savarankiškai studijuodama Ukrainos ir Lietuvos istoriją, Iryna atvirauja: „Žaviusi Jūsų tautos tvirtybe, kaip, iš esmės išliedami nedaug kraujo, sugebėjote išsaugoti laisvę ir atkovoti Nepriklausomybę. Tikiu, kad tos stiprybės jums ir davė tai, kad nepaisant spaudimų, sugebėjote išsaugoti savo kalbą“.

Beje, Iryna yra pastebėjusi, kad jai netgi mūsų kalbos lengviau sekasi mokytis, aiškinimuisi bei vertimui naudojant būtent ukrainiečių, o ne rusų kalbą.

Ištrūkimo pradžia – nuo maldos

Irynos gyvenimo patirtis liudija ne tik apie kalbos, bet ir maldos galią. Iš Nikolajevo išvykstant visiems, kas tik turėjo galimybę, Iryna su keturmečiu Nestoru buvo priversta likti čia, nes kaimynai pirmenybę automobiliuose teikė savo daiktams, nei moteriai su vaiku.

„Nikolajeve liko tik senukai, kurie negalėjo ar nenorėjo išvykti. Liko ir mano tėvai. Ir aš su sūnumi – turbūt vieninteliu vaiku mūsų kvartale. Nestoras dvi savaites žaidė tik su po gatves klaidžiojančiomis katėmis, – su ašaromis akyse prisimena moteris. – Buvo beprotiškai sunku matyti, kaip jam trūko vaikų. Darželyje Nestoras buvo populiarus vaikas ir staiga liko vienas. Per bombardavimus uždėdavome jam ausines ir mudvi su mama jį visaip linksmindavome, kad nukreiptume dėmesį. Tačiau supratau, kad dėl savo vaiko privalau ištrūkti, kad ir kaip tai atrodė neįmanoma. Miesto autobusai nevažinėjo, į mūsų rajoną – pavojingiausią mieste – išsikviesti taksi buvo neįmanoma. O ir laiko tarp bombardavimo pauzių įvykti būdavo 2-4 valandos, kuomet viskas nutildavo. Per tą laiką dar reikėdavo pataikyti, kad būtų pakeltas Varvarivkos tiltas per

Pietinio Bugo upę.“

Kelias link ištrūkimo prasidėjo nuo maldos. „Internete radau maldą, savotišką išpažinimą, kaip priimti atsakomybę už savo gyvenimą, atsisakyti karo jėgos, kuri prasideda nuo to, kad leidžiame kažkam kitam valdyti save, permetame atsakomybę už savo gyvenimą ir jis, pavyzdžiui, žudo kaimynus, o tu nuo to neva tampi didingesnis. Tuo labiau, kad Ukraina, kaip ir visos posovietinės respublikos, buvome pavaldžios Kremlui, kuriame iki šiol tebeguli Lenino lavonas. Tad nieko stebėtina, kad Kremlius, garbinantis lavoną, sėja mirtį. Metų metais mums buvo primetama rusiška propaganda, ir pačioje Rusijoje žmonės iki šiol gyvena „po hipnoze“. Jie savo atsakomybę už gyvenimą perkėlė Putinui, valstybei. Jiems taip paprasčiau, bet to kaina – labai didelė, – mintimis dalijasi ukrainietė. – Taigi, perskaičiau tą tekstą balsu, pasimeldžiau – būtent tada ir įvyko lūžis. Pradėjau strateguoti išvykimo planus ir radau jėgų išvykti. Ši malda išliko mano devizu visame kelyje.“

Iryna išvyko į jos kvartalą atvykusiu vieninteliu taksi, atvežusiu savanorius.

Palangoje atrado lietuvišką šeimą

Persikėlus į Odesą pirmuoju atradimu tapo geležinkelio stotyje įrengtas vaikų kambarys.

„Nešvarus, nieko jame ypatingo, bet čia buvo vaikų! Mano sūnus bėgo prie kiekvieno, čiupinėjo, tarsi tikrindamas, ar jis tikras. Koks jis buvo laimingas!“ – ašarų neišlaiko moteris nuo prisiminimų.

Iš Odesos iškeliavo į Lvovą, pas dukterėčią, kuri gyvena dešimtame daugiabučio aukšte. Sirenos kaukdavo kone kasnakt, skelbdamos, kad reikia leistis į rūsį. Nesinaudojant liftu, su miegančiu keturmečiu sūnumi ant rankų. „Man padėdavo ir giminaitės vyras, bet vis tiek išvargau net labiau nei Nikolajeve“, – atvirauja Iryna.

Tad iš Lvovo Iryna nusprendė keliauti į Lenkiją, pas pusseserę į Krokuvą.

„Lenkija tikrai mums labai draugiška, labai rūpinasi karo pabėgėliais, bet ta žemė kažkodėl man buvo svetima. Be to, norėjau ne pašalpų kaip karo pabėgėlei, bet troškau pati dirbti ir

užsidirbti. Esu įsitikinusi, kad geriau žmogui duoti meškerę, o ne žuvį. Pradėjau domėtis, kokia šalis mums, ukrainiečiams, suteikia daugiausiai teisių. Taip sužinojau apie Lietuvą. Iš tiesų važiauvau į Klaipėdą, bet iki jos taip ir nebenuvažiauvau – pasilikau taip širdingai mane priėmusioje Palangoje, – šypsosi pašnekovė. – Jau važiuodama, dar net neišlipusi iš autobuso, pajutau, kad ši žemė mane priima. Čia atradau savo lietuvišką šeimą. Pirmiausia mane priėmė nuostabūs žmonės Asta ir Karolis Sidabrai, kurie man ne tik suteikė stogą ir lovą, ne tik vaišino mane skaniausiais ir gražiausiai patiektais valgiais ant staltiese nukloto stalo, su degančiomis žvakėmis, ne tik supratingai ir jautriai reaguodavo į mano vaiką, kuris klykdavo ir traukdavo tą staltiesę nuo stalo, bet jie mane supažindino su Lietuvos įstatymais, padėjo ieškoti pastovaus būsto. Esu laiminga, kad vėliau Palangoje įkūrėme Palangos ukrainiečių asociaciją „Sodyba“ (Iryna ir yra asociacijos vadovė – aut. pastaba), organizuojame bendrus renginius, mokomės lietuvių kalbos.“

O savo gyvenimą Iryna padalijo į dvi atkarpas – iki ir po raketų, įsirežusių į



Esu laiminga, kad vėliau Palangoje įkūrėme Palangos ukrainiečių asociaciją „Sodyba“ (Iryna ir yra asociacijos vadovė – aut. pastaba), organizuojame bendrus renginius, mokomės lietuvių kalbos.“

jos namus. Viena sprogo šalia jos namo, nunešusi dalį fasado, kita atsitrenkė į pati namo kampą, bet nesprogo.

„Vonioje su tėvais stovėjome susikibę rankomis, sūnus – ant rankų. Neįmanoma išgyventi raketos nukritimo į namus ir likti tokiu pačiu. Mano gyvenimas jau niekada nebus toks pat, kaip iki tų dviejų raketų“, – sako Iryna, birželio pabaigoje Palangoje atšventusi 45-ąjį gimtadienį.

Iryna – mokytojo padėjėja Palangos Vlado Jurgučio progimnazijoje ir būrelio „Art terapija“ Palangos moksleivių klube.





Liepų g. 53A,
Klaipėda

Karaliaus Mindaugo pr. 64-45,
Kaunas

info@grozioevoliucija.lt
+370 610 02968

www.grozioevoliucija.lt

 grozioevoliucija

 grozio_evoliucija

STUDIJA GROŽIO EVOLIUCIJA



Studijoje "GROŽIO EVOLIUCIJA" siūloma atrasti inovatyviausias veido ir kūno procedūras ir išbandyti analogų rinkoje neturinti „LPG Cellu M6 Alliance Premium“ aparatą, ULFIT HIFU – neinvazinę ir efektyvią veido ar kūno odos stangrinimo bei kontūravimo procedūrą, kriolipolizę. Šią procedūrą galima prilyginti liposakcijai (riebalų nusiurbimui), tačiau ji atliekama nepažeidžiant odos, nenaudojant anestezijos ir nėra jokio reabilitacinio periodo. Mūsų studijoje kriolipolizės procedūra atliekama naujaisiu, efektyviausiu ir analogų Vakarų Lietuvoje neturinčiu – "FusioMed CRYOLIPOSCULPT" aparatu.

SAVIPAGALBOS GRUPĖ – TAI KELIAS Į SAVĖS PAŽINIMĄ

Dažnai mes norime kitiems būti geri, savęs nevertiname, menkiname. Ieškome savo trūkumų, o privalumų nepastebime.

Bijome jausti jausmus arba negebame tinkamai juos išreikšti.

Norėdami įtikti kitiems, aukojame savo norus, o po to pykstame ant savęs.

O juk verta imtis iniciatyvos ir padėti sau!

Liepos 24-ąją, 18 val.,

Galinio pylimo g. 13, Klaipėda, „TAVO DARNA“ patalpose pradedama ILGALAIKĖ SAVIPAGALBOS GRUPĖ.

Tik pažinus save, įveikus vidines baimes ir kompleksus, galima mėgautis darniu gyvenimu.

GRUPĖS PRIVALUMAI TOKIE:

- Galimybė pažinti save.
- Saugi vieta, kur užtikrinamas konfidencialumas.
- Atviri, prasmingi pokalbiai.
- Erdvė pasidalinti jausmais.
- Galimybė iš kitų grupės narių gauti grįžtamąjį ryšį.

Savipagalbos grupė – tai saugi galimybė išmokti bendrauti ir suprasti savo bendravimo sunkumus bei pamatyti save kitų žmonių akimis. Juk mes vieni kitiems esame veidrodiniai atspindžiai.

Aš, psichologė ir grupių psichoterapeutė, Danutė Kalinkienė, konsultuoju individualiai ir turiu didelę grupių vedimo patirtį. Tad kviečiu prisijungti ir išbandyti grupinių užsiėmimų naudą. Jei jaučiate, kad šis kvietimas Jums, laukiu Jūsų žinutės ar skambučio tel. 8 602 75768.

Internetė: tavodarna.lt

El. paštas: danute.kalinkiene@gmail.com

Adresas: Galinio pylimo g. 13, Klaipėda, „TAVO DARNA“

GRIOVIMO DARBAI

- Privačių pastatų griovimo darbai;
- Viešo naudojimo pastatų griovimo darbai;
- Inžinerinių statinių griovimo darbai;
- Pavojingų statinių griovimo darbai;
- Laikančių sienų griovimas;
- Kruopštus šiukšlių išvežimas;
- Kelmų rovimas.

PAPILDOMOS PASLAUGOS

- Projektavimas ir profesionalūs konstruktoriaus paskaičiavimai;
- Projektų ruošimas;
- Projektų suderinimas;
- Konteinerių nuoma.



Baigiamas Šventosios prieplaukos projektas „Uostas 13“ įpūs energijos ir grožio



Vizija padaryti Šventąją uostamiesčiu, traukos centru, kurį norėtusi aplankyti ne tik vasaros sezono metu, jau tampa realybe.

Igyvendinus žinomo Šventosios verslininko Vaido Šimaitio ilgai brandintą Šventosios prieplaukos projektą „Uostas 13“, pagrindinė Šventosios gatvė – Kopų gatvė – taps gerokai patrauklesnė ir gražesnė, bus sukurta svarbi pridėtinė vertė ne tik jos, bet ir visos Šventosios bei jos jūrų uosto infrastruktūrai.

„Teritorija, kurioje yra vystomas projektas, priklauso Šventosios jūrų uostui, todėl projekto pridėtinė vertė bus didžiausia būtent jam – bus sutvarkyta ir atnaujinta svarbi Šventosios jūrų uosto teritorijos dalis. Vietoj nusidėvėjusių, prastos būklės namelių jau iškilo estetiškos, kompaktiškos bei tvarios vilos, statomi jūriniai konteineriai, šiuolaikiškos prekybos vietos, maitinimo bei pramogų erdvės“, – „Lietuvos pajūriui“ pasakojo verslininkas Vaidas Šimaitis, „Uostas 13“ sumanytojas ir vystytojas.

Projektą įgyvendina pagal Šventosios jūrų uosto direkcijos 2022 metų spalio 20 dieną skelbtą konkursą „Dėl nekilnojamojo turto, esančio Kopų g. 17A, Palangoje“ laimėjusi įmonė UAB „Voster“.

Anot jo, džiugina, kad per palyginti trumpą laiką pavyko įgyvendinti tiek daug.

„Net ir be prašyto, bet negauto finansavimo iš Vyriausybės Palangos miesto savivaldybė nemažai pažengė, atstatydama Šventosios jūrų uostą. „Uostas 13“ – svarbi uosto infrastruktūros dalis. Pagrindinis projekto finansavimo šaltinis – privačios investicijos. Palangos miesto savivaldybei projektas nekainuoja nė cento“, – sakė V. Šimaitis.

Anot jo, bendra numatoma visam projekto įgyvendini-

mui reikalinga suma yra apie pusė milijono eurų.

„Projektas turėtų būti baigtas iki liepos mėnesio pabaigos“, – sakė V. Šimaitis.

Anot jo, Savivaldybei keičiant molų projekto dalį iš betoninių molų į riedulius, gerokai atpinga molų statyba.

V. Šimaitis nuolat šnekėjo apie Šventosios uosto atstatymą – dar 2008–2009 metais, ir verslininkas yra įsitikinęs, kad Šventosios jūrų uostas bus atstatytas sėkmingai.

„Viskas yra „užvesta“, Palanga – „ant bangos“, pinigų, manau, uostui bus, nors jų dabar ir nėra pakankamai, bet jie buvo svarbiausia. Buvo daugybė skeptikų ir pamokslautojų, ką ir kaip daryti. Džiaugiuosi, kad Palanga susigrąžino uostą“, – sakė V. Šimaitis.

O kai bus pastatytas Šventosios jūrų uostas, tai dar neaišku, kas kieno šešėlyje atsidurs, – pusiau juokais, pusiau rimtai sako verslininkas.

„Pamatysime. Aš galvoju, kad pasistačius uostą, kažin kas tada kieno podukra bus, jeigu juokiantis sakytume“, – juokėsi V. Šimaitis, jam priminus populiarųjį mitą, esą Šventoji Palangai ilgai buvo kaip kokia podukra.



Klaipėdos universiteto mokslininkė- išradėja, Prezidento Valdo Adamkaus premijos laureatė prof. Tatjana Paulauskienė: „Noriu, kad Baltijos jūra būtų sveika ir švari“

Lukas JOGAILA

Birželio 5-ąją, Tarptautinę aplinkos apsaugos dieną, Klaipėdos universiteto mokslininkei-išradėjai, profesorei Tatjanai Paulauskienei Lietuvos Respublikos Prezidentūroje buvo įteikta Prezidento Valdo Adamkaus gamtosauginė premija. „Lietuvos pajūris“ kalbėjosi su ponia Tatjana.

– **Ką jums reiškia toks pripažinimas?**

– Man didelė garbė būti šios premijos laureate. Prezidento Valdo Adamkaus premija teikiama už darbus, kurie reikšmingi siekiant apsaugoti bei atkurti gamtinę aplinką, užtikrinti išteklį tvarumą. Sprendimą dėl premijos laureato priėmė profesionali komisija. Pavyzdžiui, vienas iš komisijos narių yra Europos Komisijos narys Virginijus Sinkevičius, dirbantis Aplinkos, vandenynų ir žuvininkystės srityje. Kiti komisijos nariai taip pat yra aplinkosaugos srities autoritetai ir jų nuomonė svarbi tiek man, tiek šios srities bendruomenei Lietuvoje.

Premija man skirta už inovatyvių ir aplinkai draugiškų technologijų, skirtų naftos teršalų valymui iš vandens, kūrimą, ekologinį visuomenės švietimą bei už pasiekimus ir lyderystę ekologijos ir aplinkotyros mokslų srityje. Labai didžiuojuosi savimi ir komanda bei mūsų atliekamais darbais vardan tvarios ateities.

Džiaugiuosi, kad mūsų kuriamos inovacijos yra įvertintos ir už Lietuvos ribų – gavome Europos horizonto „Women TechEU“ programos dotaciją inovacijų plėtrai. Tikiu, kad abu šie apdovanojimai ženkliai prisidės prie kuriamų inovacijų plėtros ir komercinimo.

– **Pranešime spaudai jūs pristatoma kaip Klaipėdos universiteto (KU) mokslininkė, išradėja, profesorė. O pati save kuo labiau laikote?**

– Šiame gyvenimo etape save labiau matau kaip mokslininkę-išradėją, siekiančią užbaigti produkto kūrimą ir pristatyti rinkai. Tai yra didžiulis iššūkis man, kurį noriu įveikti. Universitetuose gimsta daugybė idėjų, tačiau ne visos jos turi praktinę vertę.

Manau, kad mokslininkai taip pat turi būti ir dėstytojai, kad dalintųsi savo žiniomis su studentais, įtrauktų juos į inovacijų kūrimo procesą. Būdama profesorė, dalį savo laiko skiriu darbui su studentais ir matau tame prasmę.

– **Ar jūs klaipėdietė? Kada ir kodėl susidomėjote aplinkosauga?**

– Gimiau ir užaugau Klaipėdoje. Tiek vaikystėje, tiek dabar praleidžiu nemažai laiko prie Baltijos jūros ir norėčiau, kad ji būtų sveika ir švari tiek mums, tiek ir ateinančioms kartoms.

– **Premija jums buvo skirta už inovatyvių ir aplinkai draugiškų technologijų, skirtų naftos teršalų valymui iš vandens, kūrimą ir kitus pasiekimus. Žinau, kad galite apie tai knygą parašyti, bet, prašau, glaustai ir suprantamai visiems papasakoti apie jas...**

– Mes kuriame aplinkai draugiškus sprendimus naftos teršalų valymui jūroje ir uosto akvatorijoje. Vienas iš tokių sprendimų yra biotechnologija, kurios pagrindas yra šiaudai





KU nuotr.

(žemės ūkio likutis) ir iš Baltijos jūros išskirti naftą skaidantys mikroorganizmai. Praėjusių metų vasarą ši technologija buvo sėkmingai išbandyta Klaipėdos uosto akvatorijoje. Dabartiniame etape šią technologiją siekiame išbandyti su kitu mūsų vystomu sorbentu – aerogeliu. Aerogelis yra iš popieriaus atliekų gaminama perspektyvi, multifunkcinė, unikalias fizikines-chemines savybes turinti medžiaga. Ji pasižymi geromis sorbcinėmis savybėmis, turi didelį poringumą ir paviršiaus plotą bei kitas sorbentui būtinas savybes. Inovacija pasižymi tuo, kad mes naudojame naftą skaidančius mikroorganizmus, kurie natūraliai egzistuoja Baltijos jūroje. Ši technologija yra patentuota Lietuvoje ir nuo 2020 metų patentuojama Europos mastu.

– Ar plačiąja prasme, Baltijos jūra yra gerokai nešvaresnė nei kitos? Dėl to, kad ji yra vidinė jūra, t. y. be ištakų į masyvesnius vandens telkinius? Dėl to, kad ja dalijasi ir kai kurios ne itin mums draugiškos šalys?

– Baltijos jūra yra viena iš labiausiai užterštų jūrų pasaulyje. Ji yra gan uždara, vanduo keičiasi labai lėtai – apie 3 proc. per metus, todėl visa patiriama tarša joje užsilieka ilgam.

Be to, Baltijos jūroje yra gana intensyvi laivyba, kiekvieną minutę joje yra apie 2000 laivų. Vienas iš pagrindinių gabenamų krovinių yra nafta ir naftos produktai. Be to, turime nemažai naftos terminalų, kuriuose gali įvykti išsiliejimai. Todėl teigčiau, kad ši problema yra ypač aktuali Baltijos jūrai ir tokia aplinkosauginiu požiūriu jautriame regione būtina naudoti tik aplinkai draugiškus sprendimus, kokius siūlome mes.

– Ar tikite, kad dėl to galima visoms Baltijos jūros kaimynėms susitarti dėl Baltijos jūros apsaugos? O gal atvirkesčiai – yra pavojus, kad nedraugiška valstybė Baltiją – naudotų ekoterorizmui?

– 2021 metais visos devynios aplinkui Baltiją esančios valstybės (Danija, Estija, Suomija, Vokietija, Latvija, Lietuva, Lenkija, Rusija, Švedija) ir ES patvirtino atnaujintą Baltijos jūros veiksmų planą, kurio tikslas sukurti sveiką ir atsparią Baltijos jūros ekosistemą. Planą prireikė atnaujinti, nes iki 2021 metų nepavyko, kaip buvo užsibrėžta, pasiekti geros jūros būklės.

Šiuolaikiniame geopolitiniame kontekste mes turime įvertinti visas, įskaitant ir ekoterorizmo, rizikas ir būti pasirengę jas įveikti. Tikiu, kad bendromis pastangomis mes sukursime švarią ir saugią aplinką, o Baltijos jūra bus sveika, jungianti regionus ir užtikrinanti žmonių gerovę.

– Kokius tyrimus dabar atliekate?

– Dabartiniame etape visą dėmesį skirsime šiaudų su naftą skaidančiais mikroorganizmais tvaraus pakavimo dizaino paieškai bei naftą skaidančių mikroorganizmų integravimui į aerogelio struktūrą. Taip pat su „WomanTech EU“ ir „BlueInvest EU“ programų ir užsienio ekspertų pagalba gilinsime su produkto komercinimu susijusias žinias.

– Pabūkite futurologe: kokia yra visų jūrų, ne tik Baltijos, ir vandenynų ateitis ekologine prasme? Jas valys išmanūs dirbtiniai dumbliai, dirbtiniu intelektu grįstos plaukiojančios ekoplatformos?

– Tikiu, kad ateityje mes pasieksime aukščiausią tvarumo laipsnį ir jūrų bei vandenynų būklė bus gera, mums nereikės nieko valyti, o dirbtiniu intelektu grįstos technologijos bus taikomos vandenynų pažinimui, tvariam maisto ir energijos gavimui.

Mums reikia daugiau kalbėti apie prevenciją, taršos atsiaradimo rizikų mažinimą, o ne valymą. Tikiu, kad mūsų kuriami produktai pirmiausiai bus naudojami kaip prevencinės priemonės ir prisidės prie Baltijos jūros būklės gerinimo.

– Ar jau aišku, kokį poveikį Baltijai daro klimato atšilimas?

– Jau dabar galime matyti klimato kaitos pasekmes Baltijos jūros regione: auga vandens temperatūra, jūros ledo danga mažėja, o metinis kritulių regiono šiaurėje vidurkis didėja. Net ir nedideli pokyčiai, atsirandantys dėl klimato kaitos, turi reikšmingų pasekmių, keliančių grėsmę visai Baltijos jūros ekosistemai.

– Ar realu, kad Lietuvą, pasirinkusi žaliąją kryptį ir ambicingą siekį iki 2050 metų tapti klimatui neutralia valstybe, tai pasieks?

– Prieš keletą metų Europos Komisija nustatė Europos žaliąjį kursą ir ambicingą siekį iki 2050 metų pereiti prie klimatui neutralios ekonomikos. Rinkos tyrimai rodo, kad augimo galime tikėtis tik iš aplinkai draugiškų sprendimų, todėl visi sektoriai neišvengiamai turės transformuotis. Nemažai resursų bus skirta šiai transformacijai, todėl atsiradus daugiau aplinkai ir žmonių sveikatai draugiškų sprendimų. Iš kitos pusės, atsiradus daugiau ribojimų ir draudimų, kurie taip pat prisidės prie bendro tikslo įgyvendinimo. Tikiu, kad auginant piliečių aplinkosauginį sąmoningumą, šį tikslą bus galima pasiekti ir anksčiau.

– Ar jūsų studentai mielai ir noriai dalyvauja jūsų aplinkosauginiuose projektuose?

– Studentai mielai ir noriai prisideda prie realių ir praktinę vertę turinčių aplinkosauginių darbų ir iniciatyvų. Pavyzdžiui, per praktinius darbus jie kuria savo asmenines vandens arba atliekų mažinimo namuose strategijas, diskutuoja aplinkosauginėmis temomis ir ieško sprendimų. Dalyvavimas mokslo projektuose paskatina kai kuriuos iš jų rinktis mokslininko kelią.



Aldo Kazlauskas nuotr.

Palangoje atidarytas vienas didžiausių vakarų Lietuvoje grožio salonų – „Studio5“

Salono įkūrėjos Karinos svajonė ir vizija virto realybe – jus kviečia naujas grožio salonas Palangoje, kuriuo kurortas gali didžiuotis – tiek dėl jo modernaus eksterjero, tiek dėl atliekamų paslaugų kokybės bei jų įvairovės.

Pirmieji „Studio5“ klientai teigia, kad mes nenusileidžiame didžiųjų Lietuvos miestų salonams – ačiū už tokį įvertinimą.

„Studio5“ išsiskiria savo moderniu interjeru, šiltu klientų sutikimu bei galimybe suteikti visas grožio paslaugas vienoje vietoje, įskaitant ir soliariumo paslaugą.

Klientų patogumui galima registracija ne tik skambinant, bet taip pat registruojantis savarankiškai per išmaniąją programėlę.

Visi salone dirbantys meistrai – o jų yra 17 – yra savo srities profesionalai, nuolatos tobulėjantys ir keliantys savo paslaugų kokybę.



Aldo Kazlauskas nuotr.

Susitikime!

Ronžės g. 5B Palanga
+370 (664) 18 828

Studija5palanga@gmail.com

https://instagram.com/studio5_palanga

<https://www.facebook.com/studio5palanga/>

watalook.lt/studio/studio5



STUDIO5_PALANGA





RESTORANAS „MERIDIANAS“ KVIEČIA ŠVĘSTI BRANGIAS AKIMIRKAS

Bures vasaros sezonui pakėlęs Klaipėdos miesto simbolis – burlaivis „Meridianas“ – tęsia daugiau nei 50 metų tradiciją ir kviečia į nesibaigiančius skonių kruizus.

Viršutiniame denyje bei krantinėje prie laivo įsikūrusios lauko terasos, šiltajam metų sezonui paruoštas meniu, grilio patiekalų pasirinkimas, ypatingi dienos pietūs ir jaukūs vakarai denyje po burėmis – tai, kuo vasarą pajūrio gyventojus ir svečius vilioja restoranas „Meridianas“.

Iki susitikimo po „Meridiano“ burėmis!



Restoranas „Meridianas“

Kairioji Danės upės krantinė, Klaipėda, Lietuva

Tel. +370 601 31866,

el. p. info@restoranasmeridianas.lt

www.restoranasmeridianas.lt

 [restoranasmeridianas](https://www.facebook.com/restoranasmeridianas)

 [restoranasmeridianas](https://www.instagram.com/restoranasmeridianas)

Europarlamentarė Rasa Juknevičienė:

„Turime Ukrainai padėti laimėti karą!“

Linas JEGELEVIČIUS

„Jeigu Ukrainą, kurios žemėje tebevyksta karas, pavyktų priimti į Europos Sąjungą dar šiame dešimtmetyje, būtų didelis pasiekimas“, – europarlamentarė Rasa Juknevičienė, kuri yra Europos Parlamento (EP) Europos liaudies partijos frakcijos, didžiausios EP politinės grupės, vicepirmininkė, sakė žurnalui „Lietuvos pajūris“. Strasbūre, kuriame balandžio 17-20 dienomis vyko EP sesija, ponią Rasą pirmiausia išvydau iš žurnalistams skirtos tribūnos – ji įspėjo dėl Kinijos pavojaus.



– Akivaizdu, kad debatus ir aistras dėl Kinijos ypač pakurstė Prancūzijos prezidentas Emanuelis Makronas, kuris, lankydamasis balandžio pradžioje Pekine, sakė, kad Europa neturi imti pavyzdžio iš JAV ar Kinijos Taivano atžvilgiu, nurodydamas, kad blokas rizikuoja įsivelti į ne savo krizes. Kas teisus?

– Emanuelis Makronas ne pirmą kartą brėžia Europos ateities vaizdus ir vizijas. Deja, jų dauguma neturėjo jokio realaus pagrindo. Dabar jis linkčioja Kinijos prezidentui, o dar visai neseniai jis sėdėjo didelio stalo gale, tolokai nuo Rusijos prezidento Vladimiro Putino, Kremliuje. Europos Sąjungos strateginės autonomijos gynybos ir saugumo srityje idėja nėra nauja. Tik Makronas apie ją šįkart pakalbėjo visai nelaiku ir netinkamoje vietoje. Laimei, didžioji dauguma Europos valstybių vadovų supranta, kad vykstant karui Ukrainoje, mūsų transatlantinis ryšys su Jungtinėmis Amerikos Valstijomis

yra gyvybiškai svarbus ir būtinas. Rytų ir centrinėje Europoje – ir Lietuvoje – Europos strateginės autonomijos idėja niekada nebuvo labai populiari, tačiau, manau, kad Makronas, ją priminęs Pekine, ją tiesiog nužudė. Esu už tai, kad Europos Sąjunga vaidintų žymiai didesnę vaidmenį gynybos srityje, ir į ją reikia žymiai daugiau Europos investicijų. Baisiausiu atveju, be Amerikos ir britų pagalbos, viena Europa nebūtų pajėgi su Rusija kariauti. Čia, Europos Parlamente, o ir už jo, Makrono mintys Pekine labiausiai patiko ultra kairiesiems ir ultra dešiniams – Marine Le Pen (buvusi Prancūzijos kraštutinių dešiniųjų partijos „Nacionalinis sambūris“ (RN) lyderė – aut. past.) sekėjams, pavyzdžiui, Prancūzijos europarlamentarui, Le Pen partijos nariui Thierry Mariani, kuris dalyvavo Rusijos organizuoetuose rinkimuose okupuotame Kryme. Tai daug ką pasako.

– Anot kai kurių analitikų, karas Ukrainoje yra aklovietėje – agresio-

rė Rusija nevykdo puolimo naujomis kryptimis, o Ukraina (interviu įvyko balandžio 18 dieną – aut. past.) nėra pasiekusi prasilaužimo. Ką Europos Sąjunga turėtų daryti, kad jis įvyktų ir Ukraina laimėtų?

– Europos Sąjunga yra tik dalis visos pro-ukrainietiškos koalicijos. Akivaizdu, kad Ukrainai dabar jau nepakanka ginklų. Turint omeny, kad karui prasidėjus kai kurios valstybės apskritai abejojo, ar reikia Ukrainai padėti ginklais, dabar, ta prasme, jau matome didelį proveržį. Tačiau kalbant apskritai, Europos Sąjungos finansinė pagalba Ukrainai yra labai didelė. Nežinau, ar mes šiandien dar matytume Ukrainos valstybę, jeigu Europos Sąjunga nebūtų tiek jau Ukrainai padėjusi.

Šiais metais laukiama prasidedančių Ukrainos ir Europos Sąjungos derybų dėl Ukrainos narystės. Tai – itin svarbus žingsnis, kaip ir Ukrainos priėmimas į NATO. Žinoma, tikslas lieka tas pats – Rusiją išvaryti iš užimtų Ukrai-

nos teritorijų.

– Ar karui užsitęsęs nėra pavojaus, kad hedonistinę Vakarų visuomenę iš-tiks karo nuovargis, kuris kraštutinėms politinėms jėgoms nuties kelią į val-džią?

– Žinoma, to labiausiai tikisi Puti-nas. Čia, Europos Parlamente, aiškiai matau, kad mano kolegoms iš Vakarų Europos didelį įspūdį padarė visuo-menės parama Ukrainai. Pavyzdžiui, net Portugalijoje. Apie šiaurės šalis net nekalbu – jose parama Ukrainai buvo ir lieka itin didelė. Žinoma, turime ir kitų pavyzdžių, pavyzdžiui, Bulgari-ją, kur parama Ukrainai dėl tam tikro politinių jėgų pasiskirstymo toje šalyje yra gan pasyvi.

Su nerimu stebiu situaciją ir Len-kijoje, šalyje, kuri iki šiol buvo viena didžiausių Ukrainos rėmėjų. O dabar Lenkija skelbia, kad laikinai uždraudė ukrainietišku grūdų importą. Lenkijos ūkininkai reikalauja visiškai stabdy-ti jų tranzitą per Lenkiją. Esą pigesni ukrainietiški produktai vis tiek patenka į Lenkijos rinką ir taip smukdo vietos gamintojus. Tokių veiksmų ėmėsi ir kai kurios kitos valstybės. Bijausi, kad Lenkijos pavyzdys gali sukelti domino efektą. Turint omeny Ukrainos dydį ir jos įtaką rinkoms, sienų atvėrimas, muitų suderinimas, laisvas prekių ju-dėjimas – labai dideli ir svarbūs klau-simai, kurie nebus paprastai spren-džiami. Priimant Ukrainą į Europos Sąjungą, mūsų laukia ilgas ir sunkus kelias. Europos Parlamente kalbama, kad jeigu pavyktų tai padaryti šiame dešimtmetyje, būtų didelis pasiekimas. Niekas neslepia, kad su dabartiniu sprendimų Europos Sąjungoje priėmi-mo mechanizmu – veto teise – tai bus sunku.

– 2021 metais buvote išrinkta Eu-ropos liaudies partijos (EPP) frakcijos vicepirmininke. Tai pirmas kartas, kai Lietuvos atstovė užima vicepirminin-kės pareigas EPP frakcijos struktūrose. Ar EPP požiūris į Ukrainą skiriasi nuo kitų Europos Parlamento frakcijų? Kaip?

– Europos Parlamentas Ukrainos klausimu dabar yra labai vieningas. Prieš karą kalbėtis su kai kuriais mano kolegomis apie Ukrainos narystę Eu-ropos Sąjungoje buvo sudėtinga, ta-čiau ir dauguma jų dabar jau yra už jos narystę. Kaip didžiausia politinė jėga

Europos Parlamente, Europos liaudies partija, vaizdžiai tariant, yra ES politi-kos Ukrainai varininkė, o partijos pir-mininkas Manfredas Weberis – didelis Ukrainos bičiulis. Mūsų klausoma ir įsiklausoma.

– Esate Euronest (Euronest Parla-mentinę Asamblėją sudaro 60 Euro-pos Parlamento narių delegacija ir po 10 narių iš kiekvienos Rytų partne-rystės šalies Parlamentų. Asamblėjos misija – sudaryti sąlygas ES ir Rytų Europos bendradarbiavimui, ekono-minei integracijai stiprinti – aut. past.) Parlamentinės Asamblėjos narė. Jame – labai skirtingi nariai – nuo Ukrainos iki Azerbaidžano – su skirtingais inte-resais. Kaip karas pakeitė jų pozicijas dėl Europos Sąjungos?

– Ne tik karas Ukrainoje, bet ir po-kyčiai Moldovoje, kurioje prezidente buvo išrinkta provakarietiška Maia Sandu, ir į parlamentą atėjo jos pro-vakarietiška politinė jėga, nustūmusi šalyje nuo valdžios prorusiškus oli-garchus, paskatino tris Euronest ša-lis – Ukrainą, Moldovą ir Sakartvelą (Gruziją) – dar aiškiau deklaruoti pro-europietišką kryptį. Armėnija, kuri taip pat yra Euronest narė, dėl atsinaujin-usio karinio konflikto su Azerbaidžanu dėl Kalnų Karabacho, yra nusivylusi, kad Rusija mažai jai tepadėjo jame, todėl negalima atmesti, kad ir ji ateity pasuks proeuropietišku keliu.

Nerimą kelia padėtis Sakartvele, kuri dar neseniai buvo Euronest lyderė. Jos oligarchiška valdžia, kurios smai-galy yra Bidzina Ivanišvilis, sukaupęs turtus Rusijoje, žodžiais deklaruoja proeuropietišką kryptį, o veiksmais – priešingai. Europos Parlamento sesi-joje Strasbūre turėjo kalbėti Sakartvelo prezidentė Salome Zurabišvili, tačiau buvo pranešta, kad ji neatvyks. Matyt, tokiam vizitui negavo politinių jėgų pritarimo. Jeigu būtų atvykusi, čia, Eu-ropos Parlamente, būtų sulaukusi daug nemalonių klausimų.

– Ar Rusija be Vladimiro Putino bus dar pavojingesnė ir nenusipėjamesnė?

– Tikrai nemanau, kad Rusija be Putino galėtų būti dar pavojingesnė. Ar Putinas, ar kas nors kitas bus Kremliuje – ne tiek ir svarbu. Svarbiausia, kad pačioje Rusijoje įvyktų teigiami poky-čiai, kad ji taptų bent jau neagresyvia šalimi. Kad tam būtų sukurtos sąlygos toje šalyje, pirmiausia Ukraina turi lai-

mėti karą. Antra, pati Europos Sąjunga turi padaryti savo namų darbus – di-dinti paramą Ukrainai, įsteigti specialų tarptautinį tribunolą Rusijos politinių ir karinių vadovų bei jų sąjungininkų nusikaltimams Ukrainoje tirti. Rusijos užkardymas turi vykti ir toliau. Labai svarbu, kad Europos Sąjunga ir Jung-tinės Amerikos Valstijos susitartų dėl būsimo Rusijos strategijos. Dabar mes itin daug kalbame apie strategiją Kini-jos atžvilgiu, bet jos reikia ir santykiams su būsima Rusija – Rusija be agresijos ir imperinių užmačių.

– Europos Parlamente esate įkūrusi neformalią parlamentinę grupę „Eu-ropos Atminčiai“, kuri veikia priimtos EP rezoliucijos dėl „Europos atminties svarbos Europos ateičiai“ pagrindu. Koks jos tikslas?

– 2019 metais priimta rezoliucija dėl Grupės steigimo konstatavo, kad Antrąjį pasaulinį karą pradėjo Josifas Stalinas ir Adolfas Hitleris, nusiuntė stiprų Europos Parlamento signalą ir paskatino diskusijas ne tik Centrinės Europos valstybėse (Lenkijos ir Latvi-jos parlamenteose priimtos rezoliuci-jos), bet ir Pietų Europoje – Portuga-lijos parlamente, kur vyko debatai dėl panašios rezoliucijos priėmimo.

Tokios EP rezoliucijos priėmimas sulaukė ir stiprios Kremliaus reakcijos. Matome Rusijos siekį perrašyti istoriją, ją naudoti kaip informacinio karo ele-mentą, skaldant Europos Sąjungą.

Šios Grupės sukūrimą paskatino kilni tradicija Lietuvoje – birželio 14-ąją, Gedulo ir vilties dieną, tradiciškai vyksta tremties aukų pavardžių skaity-mo akcija „Ištark, išgirsk, išsaugok“.

Idėja sulaukė palaikymo ir Briuselyje – „Solidarnosc“ aikštėje prie Euro-pos Parlamento skaitomos visų totali-tarinių režimų aukų pavardės. Šiemet, birželį, tokia akcija pirmąkart vyko ir Strasbūre.

Tik prisimindami ir tinkamai įver-tinę istorinę atmintį galime tikėtis, kad mūsų pastangos įveikti Europoje augančią netoleranciją, radikalizmą ir antisemitizmą bus sėkmingos.



Mindaugas Skritulskas: „Patarlė „ir vilkas sotus, ir avis sveika“ – ne šiaip sau išgalvota!“

Linus JEGELEVIČIUS

Seimo pavasario sesijoje – taip, taip, nors už lango – jau vasara, tačiau iki liepos pradžios vykusioji sesija Parlamente oficialiai vadinosi „pavasario“ – palangiškis Seimo narys Mindaugas Skritulskas dažniau nei kiti parlamentarai lipo į Seimo tribūną, iš kurios pristatė dvi reikšmingas įstatymines iniciatyvas – joms buvo pritariama. Pirma, pavyko pasiekti, kad savivaldybėms būtų leista pačioms valdyti sporto ir kultūros objektus, kurių statybą jos nors iš dalies finansavo. Antra, priimtos griežtesnės baudos, matyt, tramdys ir didžiąsias triukšmadarius.

–Net 110 Seimo narių balsavus „už“, tik vienam susilaukė, Seimas birželio pabaigoje priėmė įstatymų pataisus leidžiančius pačioms savivaldybėms nevaržomai valdyti savo sporto ir kultūros objektus: baseinus, sporto kompleksus, kultūros sales. Ką jums tai reiškia?

–Esu tikras, tai paskatins verslą labiau investuoti į savivaldybių objektus privačios ir viešosios partnerystės pagrindu, užuot keliems apsikriems verslininkams lyg kokio grobio tykant, kol savivaldybės už savo biudžeto lėšas pasistatys tokius objektus!

Nemaža dalis Seimo narių yra atėjusių iš savivaldos, tad šis klausimas jiems lengviausiai buvo suprantamas. Net ir nemaža dalis liberalių pažiūrų Seimo narių supranta, kad privati iniciatyva nėra absoliutus gėris, o tam tikromis aplinkybėmis, kuomet nėra alternatyvos ar konkurencijos, gali tapti net ir žalinga. Mes jau turėjome karčios patirties, kuomet monopolinis centralizuoto šildymo paslaugos tie-



Seimo narys Mindaugas Skritulskas. Seimo kanceliarijos nuotr.

kimas buvo atsidūręs privataus verslo rankose – tai nemaža dalimi lėmė ir didesnes kainas, ir patikėto turto nustumimą.

– **Matyt, buvo svarbios pastangos ta linkme ir Lietuvos savivaldybių asociacijoje?**

– Savivaldybės asociacija, žinoma, palaikė šią iniciatyvą, kadangi šių įstatymų pataisos užkerta galimybę sukinėti savivaldybėms rankas – primygtinai reikalaujant už jų lėšas sukurtą turtą perduoti privačiam verslui.

– **Atleiskite už naivų klausimą: kodėl tai iki šiol niekam nerūpėjo? Kitais žodžiais klausiant, kodėl kitos savivaldybės nesipriešino, kad jų ko-finansuotus objektus valdytų privatninkai? Tik Palanga pakėlė vaju!**

– Pastebėtina, kad Lietuvos rinkoje dominuoja viena įmonė, kartu su susijusiomis su ja įmonėmis aktyviai siekia perimti valdyti viešąjį turtą: sporto, koncertų arenas, baseinus ir sporto kompleksus, neinvestuojant nei euro. Schema buvo paprasta: kai kuri nors savivaldybė pastatydavo tokį

objektą, bendrovė kreipdavosi į Konkurencijos tarybą, o pastaroji įprastai paslaugiai priimdavo įpareigojantį savivaldybę nutarimą – skelbti konkursą dėl tokio objekto valdymo.

Pažymėtina, kad Palangos meras Šarūnas Vaitkus kartu su Palangos bendruomene pirmas viešai prabilo apie tokią viešojo turto užvaldymo schemą. Reikia pripažinti, kad pakeisti įstatymus nebuvo paprasta ne tiek dėl politinės valios, kiek dėl teisinio konteksto. Teko gerokai pasukti galvą prieš einant per minų lauką: Konstitucijoje įtvirtintus principus, ES direktyvas dėl konkurencijos, Konstitucinio teismo įvairius nutarimus šiuo klausimu, idant minėtos pataisos tam neprieštarautų ir „nesprogtų“.

– Ar privatus operatorius – būtinais blogybė, o administratorius Savivaldybė – tik gėris? Turbūt yra ir įvairių pavyzdžių? Žinote tokių?

– Aš esu už tai, kad kuo daugiau paslaugų teiktų privati iniciatyva, ji paprastai yra lankstesnė, inovatyvesnė, tačiau, kaip minėjau, kai yra natūrali konkurencija, kuri leistų vartotojui pasirinkti. Bet kuomet privatus verslas yra vienintelis savivaldybėje paslaugos teikėjas, kai jis valdo išskirtinai vienintelį objektą, tai yra ne konkurencija, bet jos grimasos. Tuomet turėtų būti leista savivaldybėms ir pačioms valdyti, netaikant konkurencingos proce-

duros, kas, beje, ir yra numatyta aptariamose įstatymų pataisose. Kita vertus, aš sveikinu viešąją ir privačią partnerystę, kai savivaldybė pastato pastatą, nutiesia komunikacijas, o privatus verslas savo lėšomis įrengia objektą ir jį kurį laiką administruoja, tačiau ne ateina „ant gatavo“.

– Ironiška, bet būtent jūsų TS-LKD Vyriausybė savo darbo 2020 metais pradžioje pasiūlė, kad savivaldybių sporto ir kultūros objektus valdytų privatus verslas, ar ne?

– Negirdėjau kokiame kontekste tai buvo pasakyta. Jei objektus, kurie nėra vieninteliai savivaldybėje, kaip, tarkime, Palangos baseinas, ir tai nesukurs monopolinio valdymo, – tame nieko blogo nematau. Pavyzdys yra Palangos koncertų salė: ji valdoma privataus verslo, už tai savivaldybė gauna koncesijos

mokestį, tam tikrą dienų skaičių nemokamai naudotis sale, be to, į šią salę įrangą koncesininkas yra investavęs ir savo lėšų.

– Matyt, buvo pasižvalgyta į kai kurių Vakarų Europos valstybių patirtį šiuo klausimu. Teko domėtis ja?

– ES yra įvairiai, kaip ir Lietuvoje: valdo ir privatininkai, ir viešasis sektorius.

– Jūs inicijavote ir įstatymo pataisas, skirtas triukšmui suvaldyti, padidinus administracinę atsakomybę. Joms taip pat buvo pritarta. Prašau, papasakokite plačiau apie šią įstatyminę iniciatyvą.

– Triukšmas yra rimtas veiksnys, trikdantis sveikatą. Nuolatinis triukšmas lemia ir įvairių ligų paūmėjimą, darbingumo praradimą ir pan. Todėl Europos šalyse į tai žiūrima kur kas rimčiau: už ramybės trikdymą skiriamos ir tūkstantinės baudos. Lietuvoje paprastai triukšmadariams buvo skiriama pusė minimalios baudos – 10 eurų. Tai buvo pasityčiojimas ir iš policininkų, kurie gaišdavo laiką neskirdami dėmesio kitiems svarbiems dalykams, ir iš kenčiančių nuolatinį, pavyzdžiui, naktinių klubų triukšmą, gyventojų. Pastebėta, kad policijai atvykus raminti naktinio klubo administracijos dėl sleidžiamo triukšmo, atsakomybę už tai prisiimdavo vis kitas darbuotojas, sutikęs su ta pačia 10 eurų bauda. Taigi, pasaka be pabaigos. Šiuo metu yra kelis kartus padidintos baudos ne tik fiziniams asmenims, bet yra numatyta atsakomybė juridinio asmens, pavyzdžiui, naktinio klubo vadovui.

– Bet sutikite, kad Palanga nebus miegantis kurortas. Gal jai verta pamąstyti apie zonos, kurioje vakarėliai vyktų ilgiau ir triukšmingiau, sukūrimą? Ar jūs tam pritartumėte?

– Tikrai nenorėčiau, kad nei Palanga, nei Vilnius, nei kitas didesnis miestas taptų miegančiu miestu. Manau, kad tam tikromis sąlygomis viskas gali koegzistuoti. Pastebima Europos miestuose tendencija, kuomet naktinės linksmybės iš miesto centro keliasi į šiek tiek nuošalesnes teritorijas, pavyzdžiui, buvusias gamybines zonas, kurios transformuojasi į naktinės ekonomikos zonas. Galiausiai, juk naktiniai restoranai ar klubai gali dalį gauto pelno skirti savo sienų garso izoliacijai. Patarlė „ir vilkas sotus, ir avis sveika“ ne šiaip sau išgalvota.

– Ironiška, bet būtent jūsų TS-LKD Vyriausybė savo darbo 2020 metais pradžioje pasiūlė, kad savivaldybių sporto ir kultūros objektus valdytų privatus verslas, ar ne?

– Negirdėjau kokiame kontekste tai buvo pasakyta. Jei objektus, kurie nėra vieninteliai savivaldybėje, kaip, tarkime, Palangos baseinas, ir tai nesukurs monopolinio valdymo, – tame nieko blogo nematau. Pavyzdys yra Palangos koncertų salė: ji valdoma privataus verslo, už tai savivaldybė gauna koncesijos



**PALANGOS
KREDITO UNIJA**

**Įsipareigojimai
tuština kišene?**

Perkelk juos į Palangos
kredito uniją

www.palangosunija.lku.lt



RESORT PUB

stebina ne tik savo išskirtinumu, įdomiu interjeru, bet ir gaminama maistu. Mėsos kepimą mes pavertėme tikra švente, kurią gali stebėti ir klientai. Mėsą kepa lauke, visų klientų akivaizdoje, taip galima pasigėrėti ne tik vaizdu, bet ir maloniu kvapu. Firminis baro patiekalas, dėl kurio rikiuojasi eilės – pusės kilogramo šonkauliai. Baras taip pat siūlo gausybę alaus rūšių, galima pasirinkti netgi paauksuotą aukso dulkėmis. Nuotaiką sukuria sena, bet gera roko muzika, o vakarais galima išgirsti varpą, vadinasi, „baras „stato.“



MUS RASITE:

J. Basanavičiaus g. 14, Palangoje

Baro tel. +370 686 80098

Administracijos tel. +370 606 18537

El. paštas: resortpub@gmail.com



NARYSČIŲ KAINOS

Mėnesio
narystė

29 EUR

Mėnesio
narystė

29 EUR

Mėnesio
narystė

44 EUR

MĖNESIO NARYSTĖ
(E-SĄSKAITA)

PASIRAŠANT 1
METŲ SUTARTI

NARYSTĘ GALITE
ĮSIGYTI
REGISTRATŪROJE

MĖNESIO
NARYSTĖ

MOKSLEIVIAMS,
STUDENTAMS,
SENIORAMS IR
NEĮGALIESIAMS

NARYSTĘ GALITE
ĮSIGYTI
REGISTRATŪROJE

MĖNESIO
NARYSTĖ

NARYSTĘ GALITE
ĮSIGYTI
REGISTRATŪROJE



PALANGOS BASEINO
SPORTO KLUBAS



Automobilių ir
mikroautobusų:

- parengimas dažymui
- dažymas • poliravimas.

Plastikinių detalių
remontas.



☒ Nemuno g. 167, Klaipėda

✉ m2mservisas@gmail.com

📱 M2M automobilių kėbulo servisas

www.m2mauto.lt

Marius +370 674 10641

Martynas +370 614 533 15

**IEŠKOK
STIPRIAUSIŲJŲ
PRIE JŪROS!**

Laikraštis „Palangos tiltas“
ir portalas www.palangostiltas.lt
– kad būtumėte stipresni!



**ATSINEŠK PINIGŲ
IR GAUK**

4,2 PROC.

METINIŲ PALŪKANŲ.

Akcija galioja terminuotų
indėlių, ne trumpesnių
nei

12 mėn. ir 18 mėn.,
termino sutartims.

Akcija galioja iki
2023-06-30

Mus rasite:

Palanga, Ganyklų g. 6
Tel. +370 460 53553

www.palangosuniija.lku.lt



Andrius Bagdonas: „Pavykęs referendumas dėl dvigubos pilietybės sustiprins mūsų saugumą bei atsparumą grėsmėms ateityje“

Linus JEGELEVIČIUS

Seimo salėje opozicija ir pozicija neretai – kaip dvi aikštingos katės, tačiau Seimo krepšinio komanda suburta iš valdančiosios daugumos – jai atstovauja ir neringiškis, Lietuvos liberalų sąjūdžio frakcijos narys Andrius Bagdonas – ir opozicijos parlamentarų, – tvirta. Nors Palangoje parlamentarų rinktinė turėjo pripažinti vietos (ne) politikų komandos pranašumą, tačiau po šalto dušo krepšinio turnyre su Estijos ir Latvijos parlamentų narių komandomis Seimo komanda iškovojo Baltijos Asamblėjos taurę. A. Bagdonas mielai atsakė į įvairius „Lietuvos pajūrio“ klausimus – ir apie dirbtinio intelekto programėlę Chat GPT, ir apie kitąmet įvyksiantį referendumą dėl dvigubos pilietybės.

– Ar po nepavykusio balsavimo dėl pirmalaikių Seimo rinkimų valdančioji koalicija, kuriai ir jūs priklausote kaip Lietuvos liberalų sąjūdžio frakcijos Seime narys, tapo gerokai silpnesnė? O gal atvirkščiai – mobilizuosis, susitelks, nes „išsivaikščioti“ prieš Seimo rinkimus kitąmet būtų blogai visoms koalicijos partnerėms?

– Bet kurios valdančiosios koalicijos stiprybė – pasitikėjimas ir atvirumas bendraujant su partneriais. Deja, per šią krizę pagrindiniai mūsų partneriai neišlaikė šio egzamino – priėmė labiau emocijomis, o ne sveika nuovoka paremtus sprendimus, be to, darė tai vienašališkai, nesikonsultuodami su partneriais. Mano supratimu, šioje situacijoje Liberalų są-

jūdžio partija elgėsi racionaliai ir adekvačiai – užuot gilinę krizę ir stūmę valstybę į dar didesnę neapibrėžtumą, ėmėms spręsti įsisenėjusią savivaldos politikų atlyginimo problemą iš esmės. Ir tą padarėme. Konservatorių „audra stiklinėje“ paliks nuosėdų visiems, tačiau manau, kad dabartinėje geopolitinėje situacijoje daugumos parlamentarų sprendimas nedaryti skubotų žingsnių buvo teisingas.

– Esate Seimo Ekonomikos komiteto narys. Estija jau stipriai veržiasi diržus. Ar Lietuva irgi tai darys artimiausiu metu? Kokie ekonominiai rodikliai jus neramina, o kokie džiugina?

– Lietuva, kaip atvira, į eksportą orientuota ekonomika, yra

stipriai priklausoma nuo ekonominės situacijos pagrindinėse savo eksporto valstybėse. Duomenys rodo, kad šiose valstybėse ekonomika ir ypač pramonė lėtėja, o tai persiduoda ir mūsų gamintojams. Mūsų šalies ekonomika pastaraisiais metais pakankamai gerai atlaikė ir pandemijos, ir karo Ukrainoje sukeltus iššūkius bei fiksavo rekordinį augimą. Galima sakyti, kad dabar yra savotiškas balansas. Taip, bendrojo vidaus produkto nuosmukis pirmajame ketvirtyje yra vienas iš ženklų, rodančių, kad kelerius metus trukęs itin spartus ekonomikos augimas stabtelėjo. Tą labiau sąlygoja su itin brangusiais energetiniais ištekliais susijusios gamybos sulėtėjimas, tuo tarpu kitose srityse, ypač aukštosiose technologijose, pakilimas tebėra jaučiamas. Kol kas sunku pasakyti, kaip įvykiai judės toliau, tačiau dabartinė šalies ekonominė situacija tikrai nerodo visą apimančios ekonominės krizės požymių.

– **Esate Aukštųjų technologijų, inovacijų ir skaitmeninės ekonomikos pakomitečio narys. Regis, pasaulio milžinės neturi vieningos nuomonės dėl dirbtinio intelekto įsileidimo į kasdieninį gyvenimą. Kur jūs dirbtiniam intelektui brauktumėte raudoną liniją? Pats dažnai naudojate Chat GPT?**

– Akivaizdu, kad sparčiai besivystančios technologijos kol kas smarkiai aplenkia reguliavimą, kuris šiuo atveju yra labai svarbus. Manau, kad dabar vienas iš prioritetų yra rasti būdų ne stabdyti, riboti, o tinkamai apibrėžti, reglamentuoti šią sferą – nepalikti jos savieigai – galiausiai, pasiekti tinkamą balansą tarp pažangos ir galimų grėsmių. Nemažai naujausių technologijų naudojuosi, tačiau būtent Chat GPT dar neteko.

– **Jums, Seimo ir Pasaulio lietuvių bendruomenės komisijos nariui, širdį turi glostyti Seimo sprendimas kartu su Prezidento rinkimais kitamet surengti ir referendumą dėl dvigubos pilietybės. Galite apie tai traktatą parašyti, bet paaškindite trumpai ir aiškiai, kas laimės pavykus referendumui?**

– Pavykus referendumui, laimės ir Lietuvos valstybė, ir po visą pasaulį dėl pačių įvairiausių priežasčių išsibarstę, tačiau ryšio ir noro būti su gimtine nepraradę piliečiai. Esu įsitikinęs, kad dvigubos pilietybės įteisinimas referendume sustiprins ir Lietuvos saugumą bei atsparumą grėsmėms ateityje, o Lietuva sukurs tvarų, glaudų ryšį su tais darbingais, gabiais, patriotiškais Lietuvos Respublikos piliečiais, kurie išvyko iš Lietuvos po nepriklausomybės atkūrimo 1990 m. kovo 11 d. Dabar svarbiausia, kad žmonės apskritai ateitų pareikšti savo pozicijos šiuo klausimu. Per praėjusį referendumą pritrūko būtent to: ne pritariančių už dvigubą pilietybę balsų, nors jų buvo gerokai daugiau nei pakankamai, bet pačių atėjusiųjų balsuoti. Šioje situacijoje kiekvienas pilietiškai mąstantis gyventojas turėtų tapti savotišku aktyvesnio dalyvavimo referendume ambasadoriumi, juo labiau, kad balsavimas bus rengiamas kartu su prezidento rinkimais.

– **Lietuva per paskutinius beveik trejus metus įsileido virš 100 tūkstančių ukrainiečių, rusų ir baltarusių. Didžioji dauguma jų kalba rusiškai. Ar neužlipsime ant grėblio – siekiame mažinti slaviškos kultūros įtaką, tačiau ji neišvengiamai didės, jei atvykėlių neintegruosime?**

– Suprantama, kad nuo karo bėgantiems išmokti bendrauti lietuvių kalba prireiks laiko. Tinkama, veiksminga, įtrauki nuo represijų ir karo bėgančiųjų integracija į Lietuvos gyvenimą yra raktinis šios problemos sprendimo būdas. Valstybė taip pat turi sukurti labiau motyvuojančias sąlygas šalyje norin-

tiems pasilikti pabėgėliams pramokti lietuvių kalbos, tai ypač aktualu aptarnavimo srityje dirbantiems žmonėms. Šiuo atveju ir darbdaviai, ir darbuotojai privalo suprasti, kad Lietuvoje lietuvių kalba yra ne užgaida, o būtinybė. Galiausiai, kalbos mokėjimas yra pagarba juos priėmusiai šaliai ir čia gyvenantiems žmonėms.

– **Seime esate laikinosios grupės „Žaliosios savivaldybės 2030“ pirmininkas. Kokias pajūrio savivaldybių žaliąsias iniciatyvas jūs išskirtumėte? Ko pasigendate?**

– Prie Žaliųjų savivaldybių nacionalinio tinklo jau prisijungė daugiau nei 20 savivaldybių, tarp kurių yra Klaipėdos miesto ir Kretingos rajono savivaldybės. Šio tinklo viena iš pagrindinių užduočių yra visapusiškai tarpusavyje bendradarbiauti, siekiant užtikrinti ambicingą idėją, jog Lietuvoje bent penkios savivaldybės iki 2030 metų taptų klimatui neutraliomis. Užsibrėžtas nemažas tikslas, dėl to Vyriausybės dėmesys ir parama savivaldybėms, kurios nori siekti klimato neutralumo, yra kritiškai svarbus.

– **Jūs taip pat – laikinosios Bendradarbiavimo su Lietuvos jaunimo organizacijų taryba grupės Seime pirmininkas. Statistika aiškiai byloja, kad rekordiškai mažai jaunimo nori dalyvauti politikoje. Jus tai neramina?**

– Esama teisinė bazė tapti Seimo nariu nuo 21 metų, o savivaldybių – nuo 18-kos, kurią mes, liberalai, įgyvendiname šioje kadencijoje, suteikia visas galimybes jauniems žmonėms aktyviai įsitraukti ir dalyvauti politikoje. Kiek tas noras yra subrendęs, nuoširdus ir tikras, priklauso nuo pačių jaunuolių. Praktika rodo, kad į politiką dažniausiai patenka jauni žmonės, aktyviai besireiškiantys įvairių nevyriausybių organizacijų veikloje, todėl dar ženklesnį jaunimo įsitraukimą į politinę veiklą siečiau su didesne valstybės parama šioms visuomeninėms organizacijoms bei judėjimams.

– **Seime esate subūrę krepšinio komandą. Kaip sekasi žaisti kartu su Seimo nariais iš skirtingų frakcijų?**

– Nepaisant to, kad krepšinio komanda suburta iš valdančiosios daugumos ir opozicijos parlamentarų, kai turime bendrą tikslą, galime susivienyti, siekti ir iškovoti pergalės. Lankmės skirtingose savivaldybėse ir rungtyniaujame prieš vietos krepšinio komandas. Buvome ir Palangoje, tačiau šį kartą palangiškių komandai nusileidome. Tai buvo puiki treniruotė prieš krepšinio turnyrą su Estijos ir Latvijos parlamentų narių komandomis, kuriame iškovojo Baltijos Asamblėjos taurę.



Latvijos Respublikos Seimo archyvo nuotrauka



„SENOJI HANSA“

„Senoji Hansa“ – po šiuo vardu puikuojasi jau 8 sezoną veikiančias restoranas bei 3-jų žvaigždučių viešbutis Palangoje, esantis pagrindinėje miesto gatvėje (J. Basanavičiaus g. 29) ir 20 metų sėkmingai veikiančias restoranas Klaipėdos senamiestyje. Restoranai ir viešbutis dirba ištisus metus, tad lankytojai yra laukiami visada, nepaisant sezoniškumo, oro sąlygų ar priklausant nuo progos atvykti pasimėgauti maistu ir poilsiauti.



RESTORANO VIRTUVĖ

„Senosios Hansos“ restoranų meniu – platus ir nuolat besikeičiantis. Netradiciniai, ant lavos akmenų kepti patiekalai nustebins kiekvieno kliento skonio receptorius! Mūsų virtuvės vadovai rūpinasi aukšta maisto kokybe, išskirtinumu bei kruopščiai atrinktais ingredientais, kad net ir mažiausieji restorano lankytojai liktų sotūs ir laimingi.

Restoranas Palangoje turi erdvią lauko terasą, joje šiltuoju sezonu lankytojai yra kviečiami atvykti pusryčiauti ir pietauti, vaišintis namine, krosnyje kepta duona ir saulės šiluma. O labiausiai terasoje yra pamėgti vasarą vykstantys muzikiniai vakarai su įvairių muzikinių žanrų atlikėjais kone kasdien!

Norint privatumo rengiant asmeninę šventę ar verslo susitikimą – siūlome restorano salėje esančias erdves. Pritaikome jas pagal Jūsų išreikštus pageidavimus (būtina registracija iš anksto).



VIEŠBUTIS

Prabangus, jaukus ir patogus – taip dažniausiai apie „Senosios Hansos“ viešbutį atsiliepia ne pirmąkart atvykstantys poilsiauti svečiai. Viešbutis yra įsikūręs virš „Senoji Hansa Palanga“ restorano.

Pastato architektūra išduoda apie Palangos miesto istoriją, o viešbučio ir restorano pavadinimas – apie senąją pirklų asociaciją „Hansa“. Raštuose žymima, jog pirkliai buvo iš skirtingų žalių, tad 13 „Hansa“ miestų pavadinimų yra pažymėti ant viso 13-kos esančių viešbučio apartamentų durų. Viešbučio svečius rytais pasitinka skanūs ir gausūs švediško stalo pusryčiai: nuo šviežiausių sūrių, mėsos gaminių iki gardžiausių desertų.

Atvykę į viešbutį galėsite ne tik pailsėti, pabūti su šeima ar artimaisiais, susipažinti su „Senosios Hansos“ istorija bei autentika, bet ir būsite nukreipti nepraleisti progos pasinaudoti viešbučio siūlomomis pramogomis ir privalumais.



PRAMOGOS



Nuo Palangos „Senoji Hansa Hotel“ ir restorano – iki jūros vos 300 metrų, ją pasieksite per keleta minučių iškart išėjus į J. Basanavičiaus gatvės alėją. Norintiems laiką praleisti kiek aktyviau, siūlome išsinuomoti dviračius, o skandinavišką gyvenimo būdą propaguojantiems – šiaurines lazdas.



Baigiantis lietuviškai vasarai, nuo rugsėjo mėnesio viešbučio svečiams nemokamai suteikiame 1 valandos SPA malonumus – turkiška sauna ir sūkurinė vonia visiškai privačioje zonoje. Ne viešbučio svečiams yra galimybė išsinuomoti SPA zoną skambinant tiesiogiai.

Tam, kad dar ši vasara taptų labiau įsimintina, o patirtys su „Senoji Hansa“ išliktų kiek ilgiau, savo lankytojams teikiame galimybę surengti dekoruotą ir gėlėmis puoštą „Picnic“ vakarą Baltijos jūros kopose.

Lauksime Jūsų atvykstant!

- ☎ Restoranas „Senoji Hansa“ +370 606 82777
- ☎ Viešbutis „Senoji Hansa“ +370 618 87123
- 📍 Senoji Hansa Palanga
- 📷 senojihansa_palanga
- 🌐 www.senojihansa.lt





Rūtos Jankauskaitės nuotr.

„Laisvės” Morgana Danielė: „Seime stoviu psichikos sveikatos sargyboje!”

Linus JEGELEVIČIUS

„Ne, Laisvės partija tikrai nesiekia pardavinėti heroino kioskuose, – juokėsi „Lietuvos pajūri“ išlydėdama Morgana Danielė, Laisvės frakcijos Seime narė, jo Priklausomybių prevencijos komisijos pirmininkė. – Daug kas ir nepatikės, bet mums taip pat svarbu tautiškumas – nežinodami savo istorijos, ir nežinodami iš kur mes ateiname, negėbėtumėme kalbėti apie daugumą šios dienos aktualijų ar net išlikti šiame įvairovės pasaulyje. O kosmopolitizmas, kad ir kaip baisiai jis būtų vaizduojamas, yra neabejotinai geriau nei Rusijos skelbiamas „savas kelias“.

– Kaip atsidūrėte politikoje?

– Jeigu kas nors dar prieš 10 metų būtų pasakęs, kad aš kada nors būsiu aktyvioje politikoje, būčiau pasakiusi: „Oi, ne. Jūs gal išprotėjote?“. Esu baigusi anglų kalbos studijas Vilniaus universitete, turiu du magistro laipsnius – literatūros ir kino, ir Rytų Europos bei Rusijos politikos. Daugiausiai iki patekimo į Seimą dirbau tarptautiniu lygmeniu – narkotikų politikos ir žmogaus teisių klausimais. Jungtinėse Tautose buvau Pilietinės visuomenės Tarybos narė ir jaunimo atstovė narkotikų klausimais. Lietuvoje dirbau Respublikiniame priklausomybės ligų centre. Kai mane pakvietė dalyvauti Seimo rinkimuose su Laisvės partija, pagalvojau, kodėl gi ne? Jau ilgai dirbau žmogaus teisių klausimais, buvau sukaupusi tarptautinės patirties nuo Afganistano ar Lotynų Amerikos iki Centrinės Azijos ir Rytų Europos. Nusprendžiau, kad tikrai galiu skirti laiko ir jėgų savo šaliai.

– **Laisvės partija yra dažniausiai identifikuojama dėl dviejų savo siekių: įteisinti porų, nepriklausomai nuo lyties, partnerystes ir dekriminalizuoti disponavimą nedideliais narkotikų kiekiais be tikslo platinti, taip pat ir kanapėmis. Jums priimtina tokia partijos samprata?**

– Laisvės partija – toli gražu ne tik apie tai. Mums labai svarbu stiprinti sveikatos paslaugas ir priklausomybių klausimą spręsti kompleksiskai. Mums svarbūs žmogaus teisių klausimai. Bet man žmogaus teisės – ne tik mažumų tema, kaip kartais siaurai matoma.

Man jų spektras – gerokai platesnis, apimantis ekonominius aspektus, ne tik humanistinius. Kitaip tariant, neapgintos žmogaus teisės mums visiems kainuoja! Pavyzdžiui, per ilgos įkalinimo bausmės ir smurtinis elgesys su nu-teistaisiais atima iš žmonių galimybes toliau sugebėti normaliai gyventi visuomenėje. Jie yra kalėjimo išmokyti išlikti žeminimo ir smurto aplinkoje, todėl tęsia išmoktą elgesį ir

toliau, suka savo nusikaltimų ir kalėjimo ratą. Na, o mes susimokame už šių žmonių nesėkmes, ir mokame ne tik pinigais, bet ir vėl patiriama skriauda.

Deja, Lietuva su priklausomybėmis, ypač sunkiomis, visoje Europoje susiduria labiausiai. Pavyzdžiui, injekcinis (narkotikų) vartojimas Lietuvoje yra kur kas labiau būdingas nei kur nors kitur Europoje. Dėl to ir atitinkamos pasekmės – daugiausia mirčių nuo perdozavimo ir naujų ŽIV, hepatito C atvejų dėl dalijimosi tais pačiais švirkštais. Tai – sveikatos, ne tik atskirų visuomenės grupių ar Laisvės partijos klausimas.

Dabar, deja, žmogų (net sulaikytą su mažu kiekiu narkotikų – aut. past.) bandome „pataisyti“ sulaikydami ar net įkalindami. Pasodiname žmogų į kalėjimą, jis iš jo išeina ir ratas vėl kartojasi. Mes siūlome dekriminalizuoti mažų kiekių narkotikų turėjimą, nes aiškiai suvokiame, kad dabartinis persekiojimas nieko nesprenžia.

Priklausomiems žmonėms, ypač su sunkiomis priklausomybėmis, taip pat paaugliams reikalinga konkreti pagalba, o ne mosuoti jiems Baudžiamuoju kodeksu. Jie nėra kriminaliniai nusikaltėliai. Tai yra sveikatos klausimai, kuriuos reikia spręsti sveikatos priemonėmis, o persekiojimas turi būti nukreiptas į organizuotą nusikalstamumą ir platinėjimą.

Grįžtant prie jūsų klausimo, man atrodo, kad gerai, jog Laisvės partija yra siejama su šiais klausimais, nes kitos politinės jėgos, kuri taip aiškiai jais pasisakytų, tiesiog nėra.

Mes – už modernią ir vakarietišką Lietuvą. Deja, posovietinės valstybės bruožų dar turime labai daug – turime stipriai pasistengti, kad jų neliktų. Kad, pavyzdžiui, nors nuo kaimynės Estijos minėtais klausimais labai neatsilik-tumėme – ji žengia tvirčiau ir aiškiau.

Žinoma, mane truputį liūdina, kad kiti mūsų darbai,



kurie taip pat yra labai svarbūs, nesulaukia tiek daug dėmesio nei iš visuomenės, nei iš žiniasklaidos.

– **Esate Sveikatos komiteto narė ir jo Psichikos sveikatos pakomitečio narė. Kai pernai šnekinau Estijos prezidentą, paklaustas, kokius savo visuomenės iššūkius jis ypač išskirtų, mano nuostabai, jis įvardijo estų psichikos sveikatą. Ar jums psichikos sveikata svarbu tik narkotikų vartojimo kontekste?**

– Tikrai ne. Bet priklausomybė dažnai yra nerimo, depresijos pasekmė. Priklausomybė – viena iš psichikos ligų.

Koronaviruso pandemija buvo didelis iššūkis visų psichikos sveikatai. Po jos buvo padidintas visuomenės sveikatos biurų, psichikos sveikatos centrų finansavimas visoje šalyje.

Man itin svarbi ilgalaikė perspektyva. Mano įsitikinimu, kiekvienam politikui ji turėtų būti svarbiausia. Vykstant sveikatos sistemos, kurios dalimi yra psichikos sveikata, reformai, labai svarbu pasižiūrėti, kokių paslaugų reikėtų atskiriems regionams, ar racionaliai panaudojame lėšas ir panašiai.

Džiaugiuosi, kad šioje Seimo kadencijoje, Laisvės frakcijos iniciatyva, Klaipėdoje atidarėme Pagalbos vaikams ir šeimoms skyrių. Jis toks pirmasis Vakarų Lietuvoje. Laisvės frakcijos pastangomis, priklausomybės sričiai Seimas skyrė du papildomus milijonus eurų.

Deja, priklausomi žmonės – itin stigmatizuoti. Nors tokių žmonių yra beveik kiekvienoje šeimoje, daugeliui politikų atrodo nepopuliaru dėl jų stengtis ką nors daryti. Taigi, nuolat stoviu psichikos sveikatos priklausomybių srities sargyboje Seime.

– **Kai kam Laisvės partija – globalizacijos ir kosmopolitiškumo vėliavos nešėja. O tautiškumas „Laisvei“**

svarbu? Ar galima juos suderinti?

– Priešpriešos čia nematau. Tautiškumas mums svarbu, nes nežinodami savo istorijos, ir nežinodami iš kur mes ateiname, negebėtumėme kalbėti apie daugumą šios dienos klausimų. Stipraus identiteto reikia, kad galėtume išlikti įvairovės realybėje. Tačiau Lietuva yra ir globalaus pasaulio dalis, globalizacija mus nuolat keičia. Manau, kad, kalbant apie politiką, mums turėtų būti svarbus globalus kontekstas – laimėti turi globalūs pavyzdžiai ir idėjos. Tarkime, Rusija, kuri skelbia pasirinkusi „savo kelią“, šiandien yra tiesiog labai pavojinga, išprotėjusi ir „užzombinta“. Ji iki šiol gyvena už geležinės uždangos. Jos „savas kelias“ – tai globalizacijos atmetimas, rodymas kaip priešas, ir tai ją pavertė nenuspėjama valstybe su iškrypusia ideologija.

– **Kaip dažnai atsiduriate pajūryje? Ir kas jums, įstatymų leidėjai, svarbu jame?**

– (*Juokiasi*). Nedažnai aplankau pajūrį. Kai galvoju apie jį, man pirmiausia aktualu Baltijos jūros tarša. Apskritai kalbant, Lietuva turėtų stipriau palaikyti Europos žaliąjį kursą ir būti aktyvesnė saugant Baltijos jūrą. Aš asmeniškai pritariu verslinės žvejybos Baltijos jūroje ribojimams. Galbūt Lietuva galėtų save labiau pristatyti kaip trofėjinės žvejybos šalį? Mano svainis – aistringas žvejys, o pusbrolis – televizijos laidos žvejams vedėjas, tad įsiklausau į jų nuomones (*šypteli*). Ir man vaikystėje teko su seneliu meškerę prie vieno tvenkinio Aukštadvaryje laikyti – vis zyždavau, kad neįdomu ir noriu namo (*juokiasi*). Žinoma, yra labai svarbu išlaikyti mūsų bioįvairovę.

– **Šių metų pradžioje tapote mama, tačiau jau po kelių savaičių grįžote dirbti į Seimą, palikdama vyrą namuose su kūdikiu. Kaip jums sekasi derinti įstatymleidystę su motinyste? Ar jūsų vyras nepabamba dėl tokio jūsų sprendimo?**

– Gal būtume ir kitaip vaiko priežiūra pasidaliję, bet pagal dabartinius įstatymus Seimo narė negali išeiti vaiko priežiūros atostogų. Tiesiog neleidžiama pusantrų metų nebūti Seime! (*Sypsosi*). Aš aistringai palaikau tėčius, išeinančius vaiko priežiūros atostogų. Mama su vaiku visada turi ypatingą patirtį – jį išnešioja, gimdo, žindo. O tėtis tą ryšį turi sukurti – geras tėtis turi išmokyti vaiką ir išmaudyti, ir maistuką jam pagaminti, ir pas gydytoją užregistruoti ir nuvesti. Beje, gydytoja, matyt, tradiciškai, žinutes apie apsilankymą su vaiku pas ją siunčia man, o ne tėčiui! (*Sypsosi*). Kai žiūriu į mūsų keturių mėnesių (interviu vyko gegužės antroje pusėje – aut. past.) sūnų, absoliučiai pasitikiu savo vyrų – jis yra puikus tėtis. Daugumą dalykų jis išmano geriau už mamą! (*Juokiasi*). Svarbiausia – ir vaikelis labai laimingas su tėčiu.

– **Ar save ir toliau matote politikoje?**

– Mano motyvacija būti politikoje ir siekti pokyčių tik padidėjo – mūsų šalyje toli gražu ne viskas yra gerai. Kalbant apie jau minėtą narkotikų politiką Lietuvoje, mes labai toli dar nuo Vakarų ir visos Europos. Manau, kad Laisvės partija turi geras politines perspektyvas – Lietuvoje jau užaugo pirmoji mūsų Nepriklausomybės karta, kuri yra labai globali, europietiška, progresyvi ir moderni, kuriai lengviausia save, savo pasaulėžiūrą identifikuoti būtent su mumis. Tačiau tokių žmonių turime įvairiose amžiaus grupėse. Ir tai džiugina bei teikia viltį.

Floros simfonija

Palangos kavinė - restoranas „Floros Simfonija“ maloniai kviečia Jus smagiai praleisti laiką krioklių ir fontanų apsuptoje aplinkoje mėgaujantis mūsų patiekalais, gėrimais ir nuoširdžiu aptarnavimu, stebėti triušius ant stogų, vaikučiams leisti pasidžiaugti vasara ir žaidimais specialiai jiems sukurtose žaidimų aikštelėse.



fspalanga@gmail.com
<https://www.facebook.com/florossimfonijapalanga>
+370 626 88855
Birutės al. 22, Palanga



Dainius Kepenis:

„Daug kas apsidžiaugtų, jeigu „diedukas“ Dainius grįžtų į Palangą visiems laikams“

Linus JEGELEVIČIUS

„Dabar gyvename tokiais neramiais laikais, taip sparčiai besikeičiančiais, kad tai, kas anksčiau užtrukdavo metų metus ar net šimtmečius, šiandien, kaip kaleidoskope, įvyksta per valandą ar net akimirksniu. Vadinasi, įvykių greičiui padidėjus neatpažįstamai, tyko ir daugiau pavojų, galimų istoriją keičiančių pokyčių“, – pokalbį su „Lietuvos pajūriu“ pradėjo palangiškis Seimo narys iš Lietuvos valstiečių ir žaliųjų sąjungos (LVŽS) Dainius Kepenis.

– **Kur ieškoti atsparos tokiu metu?**

– O toli ieškoti nereikia – mūsų Vyduinė! (Vydūnas, kurio tikroji pavardė buvo Vilhelmas Storosta, buvo didysis lietuvių humanistas, mąstytojas – aut. past.). Su juo neprapulsi. Jis, Lietuvos ažuolas ir minties galiūnas, užėmė labai aišką poziciją įvairiais klausimais – lietuviškumui, švietimui, dvasingumui taip pat. Man jis – toks mūsų kelrodė. Tik po jo galime kalbėti apie kitus mūsų didžiavyrius. Juo sekdamas ir aš gyvenime užimu aišką poziciją – kaip tėvas, senelis, politikas, pilietis, lietuvis. Iš kiekvienos minties galiu ką nors išdėstyti ir prasmingo pasakyti. Toli gražu ne apie visus tai šiandien pasakysi.

– **Bet šiandien Lietuvos mokyklose dažniau kalbama apie Eloną Muską (Amerikos verslininką, žinomą kaip garsiųjų įmonių „SpaceX“ ir „Tesla“ įkūrėją, ar Marką Zuckenbergą, „Facebook“ įkūrėją) ar kokią nors aišką Lietuvos nuomonės formuotoją.**

– Tame ir yra mūsų tragedija. Tame pame niekuo. Be savo vertybių, be savo dvasios, be savo didžiavyrių. Prisimenant, tais senais laikais mūsų bendruomenių „feisbuku“ buvo kaimo bažnyčios, į kurias žmonės suvažiuodavo arkliais iš atokiausių kaimų – ir pasimelsti, ir pasidalinti naujienomis. Jeigu ne stipri Bažnyčia 1918 metais, kuomet nebuvo nei radijo, nei telefonų, nei kitų ryšio priemonių, mes niekada nebūtume

iškovoję savo valstybingumą. Bažnyčia tuomet atliko liūto dalį.

Man tikėjimas – svarbu: apsilankau ir Palangos bažnyčioje, ir Klaipėdos Šventojo Pranciškaus Asyžiečio bažnyčioje. Man bažnyčia – ekumeninė sąvoka, vieta, kur šnekama apie žmogaus ryšį su Visata ir Dievu, dvasinį pasaulį.

– **Stebiuosi šių dienų paauglių kalba – jie pradeda kalbėti lietuviškai, nuolat įterpdami angliškų žodžių, kol galiausiai pereina į anglų kalbą. Neseniai Estijos dešinioji partija EKRE pasiūlė įstatymo pataisą apriboti anglų kalbos vartojimą šalies švietimo sistemoje, ypač aukštosiose mokyklose. Gal ir Lietuvai derėtų tai pasvarstyti?**

– Galbūt. Priminsiu, kad mūsų valdantieji mūsų lietuvišką raidyną papildė keliomis naujomis, nelietuviškomis raidelėmis – leidžia pavardes rašyti ne pagal lietuvišką abėcėlę. Mane šurpas krečia – tokiu būdu mes atveriamė Overtono langą (*Overtono langas – sociologinė sąvoka, nusakanti leidžiamu nuomonių spektro ribas; pavadinta pagal JAV politologą Džozefą Overtoną, kuris teigė, jog politinės idėjos gyvybingumas daugiausia priklauso ne nuo politikų asmeninių pasirinkimų, o nuo to, ar ta idėja patenka į visuomenei priimtinių idėjų spektrą – aut. past.*). Jį kuo plačiau atverti pirmiausia ir siekia mūsų neoliberalai. Dėl to ir matome bandy-

mus pakeisti šeimos sampratą, atverti kelią homoseksualioms santuokoms. Ir tuo jų siekiai nesibaigia – matome, kas vyksta Amerikoje, kurioje ypač suvešėjo „dženderinė“ (*gender, lietuviškai – lytis – aut. past.*) politika, kur jau vaikai gali pasikeisti lytį net tėvams nepritarus. Man tai – nesuvokiama. Mes galime ir turime būti skirtingi, bet dvasiškai, gindami savo, mažos tautos, interesus, privalome būti vieningi.

– **Prisimenu, kai „valstiečiai“, atėję į valdžią 2016 metais, Mokslo metų proga pasiūlė kiekvienam mokiniui padovanoti po tautinį kostiumą, buvo išjuokti, o idėja – pasmerкта. Jums – skaudu?**

– Žinoma. Idėja buvo gera, bet ją pirmiausia puolė taršyti būtent neoliberalai. Tikiu, kad per kitais metais vyksiančius naujus Seimo rinkimus suveiks švytuoklės principas – žmonės pasakys tvirtą „ne“ globalizmui ir vėl patikės valdžios vairą mums. Jau dabar įvairiuose rateliuose su kolegomis pašnekame, kad vienas svarbiausių mūsų programos dalykų bus tautiškumas mūsų švietimo sistemoje. Į mokyklą sieksime gražinti ir liaudišką dainą, ir tautinį šokį. Kai tauta apgins savo šaknis, apgins ir save bei savo ateitį.

– **Bet, kalbant mūsų senelių kalba, ar galima upę užtventkti – įbrukti jaunimui tai, kas jiems mažai įdomu ir reikalinga? Ar galite būti tikras, kad jūsų naujų tautinių idėjų neištiks**

toks pat likimas kaip tautinio kostiumo idėjos?

– Turime ir labai gero, net didvyriško jaunimo, kuris tokias idėjas skelbia net neraginamas. Omeny turi vieną vaikina iš Kauno, Aurimą, (*Aurimas Valujavičius irklina valtimi per keturis mėnesius perplaukė Atlantą – aut. past.*), kurio Majamy, į kurį jis atplaukė, nepasitiko nei mūsų ambasadorius Amerikoje, nei kiti mūsų valstybės pareigūnai. Premjerė Ingrida Šimonytė Seime tiesiog išsityčiojo iš mano klausimo apie Aurimą. Kažkodėl visi – sąmoningai ar ne – nepastebėjo jo kelionės tikslo – tokiu būdu paminėti 90-ąsias S. Dariaus ir S. Girėno skrydžio per Atlantą metines. Tokios metinės turėtų būti didelis įvykis šaliai, o jo net nėra tarp oficialių šalies renginių šiomet! Nes jų tautiškumo idėjos šiai valdžiai – svetimos. Po dešimtmečio minint mūsų drąsių lakūnų skrydžio šimtmetį, turėtumėme visose mūsų mokyklose jau dabar pasakoti apie juos ir eiti jų pėdomis – skatinti mūsų jaunimą siekti fizinės ir dvasinės ištvermės, propaguoti sveiką gyvenseną. Bet vėlgi – šiai valdžiai svarbesnės globalizmo idėjos. O susiliejamus mus veda į pražūtį.

– Jūs jau ne pirmą kartą pabrėžiate fizinio lavinimo ir sveikos gyvensenos svarbą.

– Darau tai todėl, nes mūsų jaunimo fizinis pasirengimas – katastrofiškas. Šiandien jau virš 70 procentų amerikiečių jaunuolių dėl sveikatos bėdų ir prasto fizinio pasirengimo netinka kariuomenei. Visi tokie ištižę. Pas mus – apie 55-60 procentų tam netinkamų, nors, palyginti neseniai, tokių netinkamų turėjome 30 procentų. Ar tokie jaunuoliai apgintų savo šalį? Ne, nes sunkiai automatai paneštų. Karo propaganda neužsiimu. Tik primenu lotynišką posakį: „Jei nori taikos, ruoškis karui.“

– **Na, gyvename laiku, kuomet kiekvienas yra laisvas rinktis – sportuoti ar ne, valgyti mėsainius ar sviplius. Balandį Seime surengėte spaudos konferenciją apie cukraus žalą: „Baltoji mirtis: kodėl cukrus kasmet prisideda prie daugiausia gyvybių praradimų Lietuvoje?“. Kodėl jums tai svarbu? Ar Seime yra politinė valia priimti cukraus mokestį?**

– Cukrus kasmet prisideda prie daugiausia gyvybių praradimų Lietuvoje. Kasmet nuo širdies ligų miršta

beveik 22 tūkst. Lietuvos gyventojų. Širdies ligos yra pagrindinė Lietuvos ir pasaulio gyventojų mirties priežastis. 2022 m. daugiau nei pusė visų mirčių (52 proc.) Lietuvoje įvyko dėl širdies ir kraujagyslių ligų. Vien 2021 m. beveik 21 proc. darbingo amžiaus vyrų ir beveik 14 proc. moterų mirė nuo išeminių širdies ligų ir insulto. Dar daugiau – 2020 m. nuo šių ligų mirė 22 835, o emigravo 23 103 žmonės, tad nuo širdies ligų miršta beveik tiek pat, kiek emigruoja.

Ši kraupi statistika auga. Verta pabrėžti, kad nutukimas dėl genetinių ir kitų ligų pasitaiko vos 1–2 proc. visų atvejų, visa kita – netinkamos gyvensenos pasekmė. Dažnai tokius žmonių gyvensenos pasirinkimus lemia švietimo, sveikos gyvensenos įgūdžių trūkumas, netinkama pačios valstybės ligų prevencijos politika. Tad galima drąsiai teigti, kad netinkama gyvensena, netinkama mityba, kurios smagalyje atsiduria cukraus prisotinti produktai, yra pagrindinė priežastis, dėl kurios ilguoju laikotarpiu Lietuva praranda vis daugiau žmonių.

Žinoma, šiame Seime nėra politinės valios priimti cukraus mokestį – garsiai ir viešai kalbėti apie nutukimą jau tampa politiškai nekorektiška. Girdi, negražu kalbėti apie tai ir žeidžia nutukusių žmonių savivertę ir panašiai. Gerai, rinkitės būti nutukusiais, bet bloga žinia visiems tokia: toliau sparčiai didėjant nutukusių asmenų skaičiui, vizito pas savo šeimos gydytoją netrukus lauksime ne tris mėnesius, o gerokai ilgiau. Matysime situaciją, kai net neturėsime pakankamai gydytojų visiems ligoniams dėl netinkamos gyvensenos gydyti.

Daug metų vadovavau savo sveikatos mokyklai Palangoje – mačiau dešimtis ir šimtus nuostabių istorijų – stebuklų, kaip pagerėdavo ar pasitaisydavo žmogaus sveikata radikaliai pakeitus gyvenseną – tinkamai maitinantis ir sportuojant. Deja, stebiu daug žmonių su nerimu, depresija. Ypač po „kovo“.

– **Pabūkite futurologu: kokia Lietuva bus dar po šimto metų, 2123-aisiais? Pagal jūsų pesimistinį ir optimistinį scenarijų?**

– Matau du scenarijus.

Jeigu nekontroliuosime savo valdžios, jeigu nebus įdomu, ką jie daro Seime ir Vyriausybėje, bus dar blogiau. Išsipildys vienos Signatarės, daug da-

bar keliaujančios po pasaulį, žodžiai: „Mūsų Lietuva ištirps.“ O Europa taps tokia gerokai labiau apytamsė.

Tačiau jeigu gerbsime savo praeitį, jos didžiavyrius, jeigu puoselėsime savo tautiškumą, išliksime. O ateities pasaulis bus jau ne vienpolis, o dvipolis – su labai stipria Kinija ir, deja, silpnėjančia Amerika.

Mūsų Antanas Smetona (pirmasis ir ketvirtasis 1918 metais valstybę atkūrusios Lietuvos prezidentas – aut. past.), nepaisant visų kaltinimų diktatūra, buvo puikus diplomatas ir derybininkas – siekė sugyventi su visais kaimynais, net pačiais nuožmiausiais.

Net didžiosios Europos šalys, tokia kaip Prancūzija, pirmiausia, iki šiol kalbasi su kinais, nes jų ekonominė galia – pasaulinė ir be jų nelabai išsiversi. O mūsų valdžia su Kinija nusprendė pakariauti – liūdna. Kol bendravome su Baltarusija kaip savo kaimyne, ir ji su mumis elgėsi kaip su kaimyne. O eksportavę savo demokratiją ir priėmę jos opoziciją Vilniuje, ją tik pastūmėjome į Rusijos glėbį. Tik akli gali to nepastebėti.

Kaip Šveicarija, žinoma kaip bankų valstybė, taip ir Lietuva galėtų save siekti įtvirtinti – pavyzdžiui, kaip ekologiško maisto valstybę. Tačiau tai – mažai kam įdomu arba visai neįdomu.

– **Dainiau, jums rugpjūtį jau sukaks 71-eri. Nenorite dar meškerioti nuo Palangos tilto ar mėgautis aktyvia sveika senjoryste?**

– Turiu stiprų garbės jausmą. Eidamas į Seimą visiems pasakiau: „Lietuva turi būti sveikuolių valstybe.“ Net pasakiau, kas yra sveikuolis: „Sveikuolis yra žmogus, kuris giliu tikėjimu, darbotumu ir kantrybe kiekvieną dieną savo kūną, sielą ir dvasią grūdina, sotina ir apvalo – vardan darnos savyje, šeimoje, bendruomenėje, valstybėje ir visatoje. Vardan meilės, tiesos ir gėrio.“

– **Argi būtų blogai, kad valstybėje žmonės taip elgtųsi?**

– Deja, šiame Seime neturiu daug pasekėjų. Neslėpsiu: dalyvausiu Seimo rinkimuose kitąmet, kad galėčiau kartu su komanda realizuoti savo idėjas ir mintis. Energijos dar turiu daug, sveikata – gera, šeima mane palaiko, nors, žinoma, ji, o ir mano visi oponentai, labai apsidžiaugtų, jeigu „diedukas“ Dainius grįžtų į Palangą visiems laikams (*juokiasi*). Tam – dar ne laikas.



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

Skambinkite mums:
☎ +370 (683) 10104

Rašykite mums
✉ info@pajuriosaltinis.lt



Paulius Rojus yra
UAB "Pajūrio šaltinis" direktorius



Implantologas Rokas Jancevičius į Lietuvą grįžta su ambicingais planais – Palangoje vystys odontologinį turizmą

Implantologo Roko Jancevičiaus vardą žino ne tik Anglijos lietuviai, bet ir apie naują šypsena svajojantys londoniečiai. Prieš daugiau nei ketverius metus Londone savo klinikos duris atvėręs gydytojas spėjo užsitarnauti tiek pacientų, tiek kolegų pripažinimą – jo išskirtinius darbus socialiniame tinkle „Facebook“ seka tūkstančiai, o šią vasarą R. Jancevičius žengia dar vieną žingsnį ir grįžta į Lietuvą, kur Palangoje žada vystyti odontologinį turizmą ir vietinei rinkai pristatyti pažangiausias dantų atstatymo technikas. Apie ambicingus planus ir nelengvą kelią į profesionalumą interviu pasakoja odontologas Rokas Jancevičius.

– Gydytojau, papasakokite kaip atsidūrėte Londone? Atrodo, odontologai pakankamai gerai gyvena ir Lietuvoje, kodėl nusprendėte emigruoti?

– Vos baigęs odontologijos studijas žinojau, kad mane domina sudėtingesnės procedūros, kaip dantenos atkūrimas, kaulo priauginimas, dantų atstatymas implantais. Sekiau pasaulinio lygio implantologus ir supratau, kad norėdamas pasiekti aukščiausio meistriškumo, privalau mokytis iš geriausių ir būti greta jų. Lietuvoje taip pat netrūksta gerų specialistų pavienėse srityse, tačiau mane domino kompleksinis požiūris į gydymą, t. y. ne tik kaip teisingai įsriegti implantą, bet kas dedasi aplink – kaip efektyviausiai re-



generuoti nutirpusį kaulą, kaip išbaigti visą vaizdą estetiškai ir atkurti dantenas, o svarbiausia – atrasti metodikas, kurios sukeltų mažiausią diskomfortą, bet suteiktų maksimalų rezultatą pacientui.

Kita priežastis, kodėl nusprendžiau nerti į tarptautinius vandenis, yra rinkos specifika. Implantologo profesija yra amatas, kuriam įvaldyti būtina nepertraukiama praktika. Kaip pianistai įvaldo instrumentą, praleisdami valandų valandas grodami, taip ir mes, implantologai, savo įgūdžius išstobuliname tik daug ir be perstojo dirbdami. Lietuvoje dantų implantų rinka yra pakankamai siaura, tuo tarpu Londone, kaip specialistas, susiduri su įvairiausio sudėtingumo atvejais – kadangi aplinka multikultūrinė, todėl ir žmonių burnos higienos įpročiai kardinaliai skiriasi. Vis dėlto, po kurio laiko atėjo noras savo patirtimi bei žiniomis dalintis ir savame krašte – Lietuvoje. Ne veltui sakoma, visur gerai, bet namuose geriausia.

– Minėjote apie planus vystyti odontologinį turizmą. Kodėl pasirinkote Palangą ir kaip tai atrodys?

– Aš pats esu tauragiškis, bet Palanga nuo pat mažų dienų buvo kaip antri namai. Tiek su seneliais, tiek su tėvais čia leisdavome savaitgalius ir vasaras, o kai su šeima iš Londono nusprendėme persikelti į Lietuvą, nebuvo klausimo kur – tik Palanga. Čia gera auginti vaikus, visada grynas oras, savi ir labai nuoširdūs žmonės. Palangą pamilo ir didžioji dalis Lietuvos, todėl tikiu, kad ir pacientams bus gera ir patogų atvykti ne tik iš užsienio, bet ir iš kitų Lietuvos miestų.

Aš Palanga labai tikiu, matau, kaip šis kraštas plečiasi ir įžvelgiu dideles perspektyvas. Taip pat itin svarbus privalumas – susisiekimas, Palangos oro uostas, iš kurio galiu vos per kelias valandas atsidurti Londone.

Medicininis turizmas Lietuvoje – ne naujiena. Žmonės iš viso pasaulio jau yra atradę mūsų plastikos chirurgus, bendrosios medicinos gydytojus specialistus. Tačiau odontologinis turizmas kol kas tik žengia pirmuosius žingsnius. Londone man tenka susidurti su daugybe atvejų, kuomet iš Turkijos grįžę pacientai kreipiasi su pagalbos prašymais, ne vienas skaudus atvejis yra nuskambėjęs ir žiniasklaidoje, o visai neseniai Jungtinėje Karalystėje buvo įsteigta organizacija, padedanti nukentėjusiesiems nuo prastos kokybės odontologinių



ŠYPSENA ANT IMPLANTŲ NUO 159 Eur/mėn.

Pavienių dantų implantacija
Pilno žandikaulio atstatymas ant implantų
Kaulo priauginimas

R
ROKAS JANČEVIČIUS

London, UK
TEMPLE SMILE IMPLANT CENTRE
1 NEW CRANE PLACE
WAPPING, LONDON
E1W 3TS
+44 7587 888 600

Palanga, Lithuania
Ave Medica
GINTARO G. 46,
PALANGA
00126
+370 6498 1580

paslaugų Turkijoje. Todėl žmonės kuo toliau, tuo atsargiau renkasi šalį ir specialistus, kuriems patikėti savo šypseną. Lietuva – puiki alternatyva. Greičiausiai mes niekada nenukonkuruosime Turkijos kainomis – kokybė kainuoja, tačiau mes esame kur kas patrauklesni, palyginti su JK, Vokietijos ar Skandinavijos įkainiais. Lietuvoje gali tikėtis aukščiausios kokybės už santykinai prieinamą kainą. Todėl matau didžiulį potencialą ne tik vietinėje rinkoje, bet ir užsienio.

Ypatingai patrauklus mūsų gydymo paketas yra JK gyvenantiems pacientams, nes garantijos gydymui bus suteikiamos tiek Lietuvoje, tiek Londone. Taigi žmonėms, kurie nuspręstų dantų atstatymą ant implantų atlikti Lietuvoje, visos garantijos, patikros ir papildomi vizitai galiotų ir būtų suorganizuoti Londone.

– Kažkada teko lankytis pas odontologą danties atstatymui implantu, pamenu, prireikė ne vieno vizito. Ar nebus sudėtinga prisivilioti žmones, jei jiems teks daug keliauti?

– Būtent čia ir slypi mūsų pranašumas. Šiuo metu Londone žandikaulį ant implantų atkuriamo vieno vizito metu. Tai reiškia, kad pacientas atvyksta į konsultaciją, kurioje jam atliekama 3D kompiuterinė tomografija, įvertinama burnos būklė ir sudaromas gydymo planas su aiškiu sąrašu procedūrų ir jų eiliškumu bei vizitų skaičiumi. Turint kompiuterinę tomografiją, pirminę konsultaciją galima atlikti ir nuotoliu. Po konsultacijos yra suplanuojama operacijos data, tuomet žmogui belieka atvykti į procedūrą. Vieno vizito metu pacientui galime pašalinti dantis (jei reikalinga), įsriegti implantus ir iškart po operacijos prifiksuoti laikiną, neišimamą dantų tiltą, kuris nešiojamas viso gijimo metu. Vadinasi, žmogui nė dienos nereikia būti be dantų. Turiu subūręs profesionalų komandą, kuri padeda užtikrinti, kad procesas vyktų sklandžiai, su manimi operacijoje visuomet dalyvauja dantų technikas, kuris iškart po mano atliktos implantacijos pritaiko individualiai sukurtus laikinus dantis. Tą pačią patirtį pritaikysime ir Lietuvoje.

Savo darbe taikau pažangiausius metodus ir naudoju skaitmeninį planavimą, tai padeda išvengti improvizacijų, kiekvienas procedūros žingsnis yra iš anksto numatytas ir suplanuotas. Dėl skaitmeninių technologijų dar prieš procedūrą yra

pagaminami individualūs gidai, kurie nurodo dantų implantavimo pozicijas ir kryptis, taip galima išvengti pjūvių ir implantą sriegti būtent ten, kur ir yra numatyta. Toks metodas leidžia mums išvengti siuvimo, o žmogui papildomo vizito siūlams išimti.

Žinoma, kiekvieno atvejis yra skirtingas ir metodus bei technikas su pacientu aptariame konsultacijos metu. Vis dėlto, tiek iš užsienio, tiek iš kitų Lietuvos miestų atvykstantiems pacientams galime pasiūlyti visą gydymo paketą, kur pasirūpinsime kiekvienu gydymo etapu ir jo planavimu, pervežimu bei apgyvendinimu.

– Skamba neįtikėtina, turbūt toks gydymas labai brangus?

– Dantų atstatymas implantais sąlyginai brangi procedūra, palyginti su kitomis odontologinėmis paslaugomis. Man sunkiai suprantama, kodėl tiek Lietuvoje, tiek JK, pavyzdžiui, medicinoje žmonėms yra kompensuojami pažangiausi vaistai, o tuo tarpu odontologijoje likusios prieš dešimtmečius priimtoms tvarkos. Kompensacija teikiama protezavimui ant dantų ar išimamiems protezams, tačiau šių dienų kontekste tokios gydymo alternatyvos seniai nebeužtikrina geriausių paciento interesų ir žmonės, norėdami ilgaamžio bei pažangaus gydymo, priversti viską dengti iš savo kišenės.

Vis dėlto, dar prieš atidarydamas kliniką Londone siekiau, kad dantų atstatymas implantais būtų kuo prieinamesnis pacientams, todėl ten siūlome gydymą išsismokėtinais ar atsiskaitant dalimis, tą patį pritaikysime ir Lietuvoje. Kalbant apie pačių paslaugų įkainius, tai paslaugų kainynas atitinka Lietuvos odontologijos klinikų kainų vidurkį ir pavienių dantų implantacija ar viso žandikaulio atkūrimas ant implantų nebus jokia išimtis – žmonės galės gydytis mokėdami mėnesines įmokas.

Dėkojame už pokalbį gyd.

Rokui Jančevičiui.

**Gydytojas implantologas
Rokas Jančevičius dirba
Palangoje, adresu Gintaro g. 46,
00126 Palanga („Ave medica“).
Norėdami pasiteirauti ar registruotis
konsultacijai pas gydytoją, kreipkitės
tel. +370 6498 1580.**

*Palangos reabilitacijos ligoninės
direktorė Romantė Aleknavičienė.
Laimono Tamošiūno nuotr.*



PRL direktorė Romantė Aleknavičienė: „Reorganizacija – ne prijungimas: esame aiškiai nusimatę filialo veiklos gaires“

Linus JEGELEVIČIUS

Permainų vėjų pagauta, reorganizuojant Klaipėdos krašto medicinos įstaigas, Palangos reabilitacijos ligoninė (PRL) kartu su Klaipėdos universitetine ligonine ir Jūrininkų ligonine bus sujungtos į vieną Klaipėdos universiteto ligoninę. „Lietuvos pajūris“ paprašė Romantės Aleknavičienės, PRL direktorės, atsakyti į klausimus apie pokyčius ligoninėje, kuri daugeliui buvo ir yra sveikatos atgavimo bei sveikimo vieta.

– Kaip vyksta Palangos reabilitacinės ligoninės reorganizacija?

– Naujoji ligoninė žengia pirmuosius žingsnius, o reorganizacija yra pakankamai ilgas procesas. Tapome naujos ligoninės filialu, bet kol kas vis dar esame pakankamai savarankiška įstaiga. Išlaikome savo paslaugų struktūrą tiek kaip gydymo įstaigos, tiek kaip mokymo bazės. Kokios konkrečiai naujovės ateina, dar sunku numatyti. Laukiame naujo įstaigos vadovo ir jo vizijos. Esame aiškiai nusimatę filialo veiklos gaires, liks tik suderinti pozicijas.

– O kokius pokyčius ligoninė patyrė per pastarąjį dešimtmetį? Ką pavyko įgyvendinti, kokių sumanymų teko atsisakyti ir kodėl?

– Pastarąjį dešimtmetį Palangos reabilitacijos ligoninė intensyviai dirbo stengdamasi įdiegti kuo daugiau naujovių

medicininės reabilitacijos srityje, suteikti maksimaliai kokybiškas paslaugas savo pacientams, išlaikyti darbuotojų profesionalumą. Išsaugojome aukštą darbo kultūrą, paslaugų kokybę, buvome gerai žinomi tiek savo šalyje, tiek užsienyje. Įgyvendinome ES investicijų fondo finansuojamą projektą, kuris leido pagerinti III lygio medicininės reabilitacijos paslaugas pacientams, patyrusiems galvos smegenų insultą. Taip pat įgyvendinome keletą investicinių projektų, skirtų gydymo kokybės ir paslaugų prieinamumui pagerinti. Tai „Inovatyvių reabilitacijos technologijų plėtra ir reabilitacijos prieinamumo gerinimas pacientų, turinčių stuburo degeneracinius susirgimus, negaliai mažinti ir gyvenimo kokybei gerinti VšĮ Palangos reabilitacinėje ligoninėje“ bei „Vyresnio amžiaus žmonių, sergančių judamojo atramos aparato ligomis, reabilitacijos paslaugų prieinamumo gerinimas viešojoje

įstaigoje Palangos reabilitacijos ligoninėje“.

Turėjome sumanymą projektų metu pagerinti darbuotojų darbo ir pacientų gyvenimo sąlygas, statant naujas šiuolaikiškas patalpas – naują korpusą sudėtingos būklės III lygio pacientams, tačiau negavome steigėjo pritarimo.

– Ligoninė teikia medicininės reabilitacijos, profesinės reabilitacijos ir sveikatingumo paslaugas. Žinant, kokių tempu tobulėja technologijos, kaip pasikeitė šios paslaugos jūsų ligoninėje per paskutinius trejus metus?

– Nuo šių metų sausio 1 dienos keitėsi medicininės reabilitacijos paslaugų organizavimo tvarka. Pacientams nebereikia Teritorinių ligonių kasų pažymų, suteikta daugiau teisių fizinės medicinos ir reabilitacijos gydytojams. Reabilitacijos prieinamumas padidėjo, todėl plūstelėjo didesnis pacientų srautas. Net ir labai norėdami, negalime visų priimti, turime ribotą skaičių stacionaro lovų, ypač sunkiems pacientams. Tai kelia nemažą iššūkių suvaldant situaciją.

Deja, profesinės reabilitacijos paslaugų pastaraisiais metais suteikiame gerokai mažiau dėl įvykusios praėjusios vyriausybės reformos profesinės reabilitacijos srityje. Ženkliai sumažintas finansavimas pacientams su negalia gauti šią reabilitaciją, sumažinta profesijų pasirinkimo galimybė. Manome, kad suardyta buvusi puiki sistema žmonėms su negalia pasijusti labiau reikalingiems, o valstybei turėti motyvuotus darbuotojus ir darbdavius.

– Kokias pažangias medicininės ir profesinės reabilitacijos technologijas siūlote? Ar šioje srityje koja kojon žengiate su panašiomis kitų vakarų Europos šalių įstaigomis?

– Siūlome visas žinomas

Lietuvoje medicininės reabilitacijos technologijas. Pacientai, atvykstantys iš JAV, Švedijos, Anglijos, Norvegijos, Latvijos ir kitų šalių, leidžia mums pasitikrinti savo profesionalumą ir suprasti, kad nei kiek neatsilikame nuo kitų šalių. Jauni gydytojai, įsilieję į mūsų kolektyvą, išmano naujas technologijas, yra įvaldę įvairias metodikas. Dauguma kolektyvo narių siekia nuolatinio profesinio tobulėjimo, žengia koja kojon su naujovėmis.

– Kiek skaitmenizacija ir robotizacija yra pažengusi jūsų ligoninėje?

– Vieni pirmųjų Lietuvoje sukūrėme elektroninę ligos istoriją, seniai neberašome jokių dokumentų ranka. Turėjome išmaniają viešųjų pirkimų sistemą. Skaitmenizuotai tvarkėme ir buhalterinę apskaitą, vieni pirmųjų Lietuvoje tai atlikome Viešojo sektoriaus finansinės apskaitos bendrajame posistemyje (FVAIS). Savo veikloje naudojome personalo duomenų bei gydomųjų reabilitacijos procedūrų paskyrimo programas.

2019 m. spalio mėn. kartu su Klaipėdos universitetu ir LFMRGD organizavome tarptautinę mokslinę-praktinę konferenciją „Insultas įvairių specialistų akimis: gydymas ir tarpdisciplininė reabilitacija“. Konferencijoje dalyvavo pranešėjų iš įvairių šalių. Tarp jų buvo ir Aleksandras Kollreideris iš Austrijos, vienas iš *Tyromotion* įkūrėjų, jis atliko svarbų vaidmenį kuriant vadinamąjį TYROSOLUTION, tai yra

pirmoji pasaulyje išsami robotų ir kompiuterinės reabilitacijos koncepcija. Pirmieji Baltijos šalyse įsigijome šio tipo robotizuotas technologijas. Tačiau, kaip sakė pats A. Kollreideris, nei vienas robotas nieko vertas be žmogaus. Tai tik metalo gabalas. Todėl visada buvo ir bus svarbiausi kolektyvo nariai, kurie dirba pasiaukojamai prižiūredami sunkios klinikinės būklės, bet didelius lūkesčius turinčius pacientus.

– Kokią dalį jūsų klientų sudaro komerciniai, o kokią dalį ligonių kasų finansuojami pacientai?

– Daugiau nei 90 procentų mūsų pacientų sudaro finansuojami ligonių kasų lėšomis. Tik atsiradus vienai kitai laisvai vietai, galime pasiūlyti reabilitaciją už paciento lėšas. Pas mus gydos nemažai įvairiose užsienio šalyse dirbančių ir gyvenančių tautiečių, ten patyrusių traumas.

– Kaip ligoninę paveikė koronaviruso pandemija?

– Per pandemiją buvome vienintelė reabilitacijos įstaiga šiame krašte, kuri priėmė pacientus reabilitacijai, nebuvome uždaryti karantinui. Susitvarkėme ir su iššūkiu, kai pusė ligoninės patalpų buvo perorganizuota į sergančių koronavirusu pacientų gydymą. Ligoninės darbuotojai, suprasdami situacijos rimtumą, drąsiai įsijungė į nežinomą iki tol sritį, slaugė

ir gydė sergančiuosius koronavirusu. Didžiuojuosi įstaigoje dirbančiu puikiu kolektyvu.

– Kalbant apie sveikatingumo paslaugas, ar priimate dienos klientus, t. y. tuos, kurie nori pas jus gauti sveikatingumo paslaugų, į Palangą atvykusius savaitgaliui ar vos dienai?

– Pirmumo teisę skiriame pacientams po ūmių susirgimų, todėl vis mažiau dėmesio atitenka sveikatinimui. Sveikatinimo paslaugų savaitgaliui ar

vienai dienai, deja, neteikiame. Nors, mūsų nuomone, tai labai svarbi sritis. Gal, jei valstybė skirtų daugiau formų ir lėšų sveikatinimui, mažiau lėšų reiktų skirti gydymui.

– Ar palangiškiai su Palangiškio kortele yra laukiami pas jus? Ar jiems numatytos nuolaidos?

– Palangiškiai visada yra laukiami, kaip ir visos Lietuvos pacientai. Tačiau juos galime ir priimame tik toms paslaugoms, kurias teikiame – stacionariai ir ambulatorinei reabilitacijai po atramos judamojo bei nervų sistemos ligų ir traumų. Šis gydymas yra nemokamas, finansuojamas iš biudžeto lėšų, taigi Palangiškio kortelė nelabai gelbsti.

– Ar ligoninė turi visus reikalingus specialistus? Kokių specialistų šiuo metu ieškote?

– Iš esmės stengiamės organizuoti darbą taip, kad specialistų netrūktų, tačiau susiduriame su nekvalifikuoto personalo – valytojų, pagalbinių darbuotojų – kaita, ypač vasaros sezonu. Visoje Lietuvoje įtempta situacija dėl slaugytojų. Galime pasidžiaugti, kad mūsų įstaigoje kvalifikuotų darbuotojų kaita labai nedidelė, žmonės dirba ligoninėje vidutiniškai 15 metų ir daugiau. Džiaugiamės, kad esame patrauklūs jauniems specialistams – gydytojais, slaugytojoms, kineziterapeutais kreipiasi dėl darbo po studijų.



Naujoji ligoninė žengia pirmuosius žingsnius, o reorganizacija yra pakankamai ilgas procesas. Tapome naujos ligoninės filialu. Kokios konkrečiai naujovės ateina, dar sunku numatyti. Laukiame naujo įstaigos vadovo ir jo vizijos. Esame aiškiai nusimatę filialo veiklos gaires, liks tik suderinti pozicijas.



Pušynas

POILSIO IR REABILITACIJOS CENTRAS

Palangos „Pušynas“ – jūsų sveikatai ir sveikatingumui!

Jau daugiau nei 50 metų poilsio ir rehabilitacijos centre „Pušynas“ teikiamos rehabilitacijos paslaugos – net 45 skirtingos procedūros. Kasmet jomis pasinaudoja apie 2300 pacientų, kuriais rūpinasi daugiau nei 100 įstaigos darbuotojų. Vyriausybės sprendimu, „Pušynas“ yra reorganizuojamas, tačiau jo kryptis lieka ta pati – teikti medicininės rehabilitacijos ir sveikatingumo paslaugas.

Susitikime „Pušyne“!

www.palangapusynas.lt
(8-460) 41 374 arba +370 (612) 52545,
registratura@palangapusynas.lt





INMEDICA
KLINIKA

Mumis pasitiki daugiau nei

3000 tūkst.

pacientų visoje Lietuvoje!

„InMedica“ – viename didžiausių šeimos klinikų tinklų Lietuvoje – teikiamos šios paslaugos*:

- Šeimos medicina
- Gydytojų specialistų konsultacijos
- Odontologija
- Psichinės sveikatos konsultacijos
- Prevencinės programos
- Laboratoriniai tyrimai ir skiepai

Patikėkite mums savo šeimos sveikatą!

📍 Šilutės pl. 38, Klaipėda

☎ +370 463 00 721

📍 Taikos pr. 14, Klaipėda

☎ +370 463 11 911

📍 Vingio g. 16B-1, Klaipėda

☎ +370 463 23 410

📍 Ežero g. 43, Klaipėdos raj., Slengiai

☎ +370 463 92 963

Tapti mūsų pacientu – itin paprasta! Tereikia atvykti į kliniką su asmens dokumentu, o turintys galimybę pasirašyti elektroniniu parašu, gali prisiregistruoti nuotoliniu būdu interneto svetainėje www.inmedica.lt.

Apdraustiems privalomuoju sveikatos draudimu pirminės ambulatorinės asmens sveikatos priežiūros paslaugos, finansuojamos Privalomojo sveikatos priežiūros fondo (PSDF) lėšomis, teikiamos NEMOKAMAI.

*Klinikose teikiamos paslaugos gali skirtis.

www.inmedica.lt



Laimono Tamošiūno nuotr.

Kaip ir kasmet, Palanga išlieka viena iš populiariausių vasaros atostogos krypčių Lietuvoje. Saulės vonios, gaivinanti Baltijos jūra, nuostabūs paplūdimiai ir ošiančios kopos – vilioja atvykti ir pasimėgauti. Kad Jūsų atostogos būtų nepamirštamai malonios, Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, rūpindamasis pajūrio gyventojų ir svečių sveikata, pateikia informaciją su rekomendacijomis, padėsiančiomis saugiai mėgautis saulės voniomis ir vėsinančiomis Baltijos jūros bangomis!

Išsaugok geros savijautos pojūtį – vadovaukis paprastomis taisyklėmis:

- **Pailsėk ir laikykis miego režimo.** 7 - 9 valandos miego daro stebuklus.
- **Įkvėpk.** Grynas oras būtinas smegenims – leisk laiką gamtoje.
- **Išlik blaivus.** Gera savijauta nesuderinama su psichotropinėmis medžiagomis.
- **Prisimink draugus.** Bendravimas gerina psichologinę būseną.
- **Veik.** Skirk laiko savo pomėgiams ir hobiams.
- **Kalbėkis.** Problemos sumažėja, kai jomis pasidalini ir apie jas kalbi.

SAUGIOS VASAROS ATMINTINĖ

Neperkaskite! Šilumos ir saulės smūgio prevencija:

- įsidėmėkite, kad saulės spinduliai pavojingiausi nuo 10.00 val. iki 14.00 val.
- užsidėkite skrybėlę, kepuraitę ar skarelę, nepamirškite akinių nuo saulės;
- naudokite apsauginius kremus nuo saulės (priemonė turi būti ne mažesnio nei 15 SPF);
- apsivilkite laisvus, šviesius, natūralaus audinio drabužius;
- kaitros metu rinkitės pavėsį, paplūdimyje slėpkitės po skėčiu;

- gerkite kuo daugiau skysčių (geriausiai – vandens).

Nuo saulės spindulių apsaugokite savo akis

Renkantis saulės akinius, žmonės yra linkę atsižvelgti į vos kelis kriterijus: stilių ir kainą. Tačiau tai, kaip akiniai apsaugo akis – įvertinama netinkamai.

Labai svarbu, kad saulės akiniai būtų kokybiški, t. y. turėtų UV filtrą. Ant akinių nuo saulės reikia ieškoti ženklų UV-400 arba CE. Šie užrašai reiškia, kad akiniai apsaugo mūsų akis nuo UV spindulių, kurių bangos ilgis yra iki 400 nanometrų.

Prieš maudantis sužinokite, ar Jūsų pasirinktoje vietoje maudytis saugu

Patvirtintose Lietuvos maudyklose, maudymosi sezono metu, kas 2 savaites atliekami vandens kokybės tyrimai. Jei vietoje, kurioje esate, yra gelbėtojų postas, būtinai vadovaukitės jų teikiamais nurodymais.

Nelipkite į vandenį ką tik pavalgę, apsvaigę nuo alkoholio, pervargę perkaitę, blogai besijaučiantys arba jei paplūdimyje iškelta raudona vėliava!

Atidžiai rinkitės ką valgote

Vasara yra ypač palankus laikotarpis žarnyno užkrečiamosioms ligoms plisti. Todėl rekomenduojama vengti riebių maisto produktų, gaminių su įvairiais kremais, nehermetiškai įpakuočių gėrimų, nevirinto vandens. Nevalgykite neplautų arba neluptų vaisių. Rinkitės ne taip greitai gendančius vaisius, daržoves, kietus sūrius, konservuotus ar džiovintus mėsos gaminius, duoną, riešutus.

Kaskart po maudynių ar prisilietus prie smėlio rankas nusiplaukite po švariu tekančiu vandeniu. Jei tokios galiomybės nėra, turėkite su savimi dezinfekcinę priemonę.

Poilsiaukite be alkoholio

Karštyje greitėja medžiagų apykaita ir alkoholis veikia stipriau – greičiau apsvaigstama ir apsinuodijama. Vartojant alkoholinius gėrimus apkraunama širdis, tuomet karštyje jai tenka didesnis krūvis. Infarkto, insulto, hipertenzijos rizika išauga kelis kartus ir ištinka net jaunos žmones, kurie vartoja alkoholinius gėrimus karštomis vasaros dienomis.

Primename, kad alkoholinių gėrimų vartojimas viešose vietose, išskyrus viešojo maitinimo vietas, yra draudžiamas!

Nepamirškite, kad vasarą Jūsų organizmui reikia daugiau vandens

Vasarą, kai karšta, itin svarbu vartoti pakankamai skysčių, nes kūnui prakaituojant reikia daugiau vandens. Patarimai, padėsiantys išgerti pakankamą kiekį vandens:

- 1) gerkite skanesnį vandenį (pagardinkite griežinėliu citrinos, apelsino, ar kt. mėgstamu vaisiu);
- 2) atsiųskite programėlę į savo mobilųjį telefoną, primenančią kada laikas išgerti vandens;
- 3) visuomet su savimi turėkite vandens butelį / gertuvę.

Saugokitės vabzdžių

Musių kandiklių, uodų, sparvų, vapsvų, skruzdėlių, širšių, bičių, kamanių, bimbalų ir kitų vabzdžių įgelta vieta patinsta, parausta, ją gali skaudėti, niežėti. Siekiant išvengti įkandimų naudokite repelentus – priemones, atbaidančias vabzdžius. Labai svarbu naudoti repelentus teisingai:

- repelentu padenkite atviras kūno vietas;
- nepurškite produkto tiesiai ant veido;
- nenaudokite repelento tose kūno vietose, kuriose yra odos pakenkimai (įpjovimai, žaizdos, sudirgusi oda);
- sugrįžus į patalpas, odą nusiplaukite su prausimosi priemonėmis.

Užtikrinkite saugią vasarą vaikams

Nors vasara atostogų metas svarbu nepamiršti, kad tė-

vai ir kiti vaiko atstovai yra atsakingi už savo nepilnamečių vaikų priežiūrą, auklėjimą, poreikių tenkinimą ir saugumo užtikrinimą. Pagal eismo kelių taisykles dviračiais ar paspirtukais važiuoti vienas vaikas gali tik nuo 14 metų, o jaunesnius vaikus suaugusieji turi lydėti visada. Taip pat svarbu prisiminti, kad važiuojant dviračiu ar paspirtuku vaikai turi dėvėti šalną.

Paminėtina, kad vaikai sunkiau prisitaiko prie aukštos oro temperatūros. Perkaitimas gali lemti šilumos ar saulės smūgį. Todėl reikėtų pasirūpinti, kad vaikas gertų pakankamai vandens, nešiotų galvos apdangalą ir per ilgai nebūtų saulėje.

Augintinius palikite namie

Atsižvelgiant į higienos normos reikalavimus, į paplūdimius negalima vesti augintinių. Šio draudimo priežastis – gyvūnų nešiojami įvairių kirmėlinių ligų sukėlėjai, plintantys per gyvūnų šlapimą ir išmatas, kuriems smėlis – gyventi palanki terpė.

Palangos miesto savivaldybėje esantys paplūdimiai, kuriuose galima lankytis su gyvūnais – Nemirsetos paplūdimys (apie 8 km nuo Palangos centro), Šventosios pietinis paplūdimys (teritorija nuo Elijos g. iki Mėguvos g.).

Nešiukšlinkite! Po savęs gamtoje ir paplūdimyje palikite tik pėdsakus

Žmonės daro didesnę žalą paplūdimiui nei gamtiniai veiksniai, pavyzdžiui, audros, kurios į krantą suneša dumblius ir kitas jūros dugno sąnašas. Šiukšlių problema paplūdimyje aktuali dėl vis augančių lankytojų srautų. Cigarečių nuorūkos yra labiausiai paplitusi atlieka paplūdimiuose. Viena nuorūka užteršia apie 1m³ vandens ir jis tampa nebetinkamas gyvybei. Todėl labai svarbus lankytojų sąmoningumas – šiukšlių vieta šiukšliadėžėje!

Ištikus nelaimei – kaip suteikti pirmąją pagalbą skęstančiajam? Pirmiausia, nelaimės atveju skambinkite numeriu 112.

Įtardami, kad žmogus skęsta, šaukitės aplinkinių pagalbos. Skęstantis žmogus chaotiškai kilnoja į šonus ištiestas rankas, taško vandenį. Suaugusieji taip gali išsilaikyti iki minutės, o vaikai – tik iki 20 sekundžių.

Įsitikinę, kad patiems saugu eiti į vandenį ir šalia nesant gelbėtojų, pasistenkite iškelti skenduolį iš vandens. Atminkite, kad skęstantis asmuo yra panikoje. Apimtas išgąščio, jis griebsis už Jūsų. Visuomet gelbėjimo veiksmų imkitės skęstančiajam iš už nugaros, tokiu būdu skęstantysis negalės panardinti Jūsų po vandeniu.

Kaip suteikti pirmąją pagalbą nelaimės atveju?

Atnaujinkite pirmosios pagalbos teikimo žinias savo savivaldybės visuomenės sveikatos biure (visuose biuruose organizuojami grupiniai nemokami mokymai). Jaukitės saugūs ir užtikrinti!

Informaciją parengė Palangos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Jorùs



GYVENKIME GAMTOS RITMU

„Jorùs“ – tai žodis, reiškiantis „šviežiai žalias“, kurį lietuviai senovėje naudojo, kalbėdami apie žaliuojančias pievas, laukus. Žiūrint į vaikai žalius mūsų kanapių laukus, neliko jokių abejonių, jog „Jorùs“ – tai idealiai mūsų veiklai tinkantis pavadinimas!

Taip visų laukiama VASARA – puikus indikatorius, leidžiantis spręsti, ar Jūsų emocinei sveikatai nėra reikalinga pagalba. Gražus oras už lango nemotyvuoja greičiau „susisukti“ darbe, jog būtų galima kuo daugiau lauko praleisti gamtoje ar užsiimti kita mėgstama veikla? Priešingai, jaučiate nuolatinį nuovargį, susiduriate su miego problemomis ar be jokios svarios priežasties kankina nerimas?

Jei tai – apie Jus, raginame kuo greičiau suimti save į rankas, jog ir vėl galėtumėte džiaugtis saule bei kitais nedideliais žemiškais malonumais.

Esant įprastoms sąlygoms, pavyzdžiui, nepatiriant per daug streso, fizinio bei emocinio organizmo balanso palaikymui pakanka natūraliai besigaminančių endokanabinoidų. Bet, kai situacija tampa sudėtingesnė, homeostazės užtikrinimui reikia pagalbos iš šalies. Ir šioje vietoje savo vaidmenį gali atlikti, pavyzdžiui, CBD kanapių aliejus ir kitų rūšių kanabinoidai, padedantys vidiniams endokanabinoidams efektyviau atlikti savo funkciją.

Kanabinoidai – tai junginiai, išgaunami iš pluoštinės kanapės augalo stiebo ir lapų. Moksliskai įrodyta, jog šios medžiagos, sąveikaudamos su sudėtinga vidine žmogaus endokanabinoidine sistema, ją veikia teigiamai.

Susipažinkite su endokanabinoidų sistema, kuri slepiasi ne kur nors kanapių laukuose, o kiekvieno žmogaus, taip pat – ir gyvūnų – kūne. Smegenyse, įvairiuose organuose, jungiamajame audinyje ir net pačiose mažiausiose kūno ląstelėse. Įsivaizduokite: net jei CBD produktų dar neišbandėte ar apskritai to daryti neketinate, Jūs vis tiek turite endokanabinoidinę sistemą!

Endokanabinoidų sistema – neuronų tinklas, sudarytas iš receptorių, fermentų ir endokanabinoidų, tiesiogiai susijęs su įvairiais fiziologiniais procesais, veikiančiais žmogaus nuotaką, energingumą, nerimą, imuniteto stiprumą, alkio jausmą, skausmą, kraujospūdį ir kita.

Endokanabinoidinė sistema yra atsakinga už organizmo homeostazės palaikymą. Homeostazė – tai stabilus, optimalių sąlygų palaikymas, siekiant tinkamo organizmo funkcionavimo. Kai tam tikri veiksniai, pavyzdžiui, skausmas ar tempe-

ratūra, išbalansuoja homeostazę, „įsijungia“ endokanabinoidų sistema. Jos tikslas – užtikrinti, jog mūsų organizmas ir toliau dirbtų kaip „laikrodukas“.

Beje, šios biologinės žmogaus kūno sistemos egzistavimą mokslininkai atrado visai neseniai – 1990 metais. Tad, nieko keisto, jog dar yra likę daug neatsakytų klausimų, susijusių su pastarosios veikimu ir galima įtaka žmogaus sveikatai.

Receptoriai

Endokanabinoidų sistemą sudaro dviejų tipų receptoriai – CB1 ir CB2. Daugiausiai CB1 receptorių yra žmogaus centrinėje nervų sistemoje, susijusioje judėjimu, koordinacija, skausmu, nuotaika ir kitomis funkcijomis. Tuo tarpu CB2 receptorių – periferinėje, tiesiogiai veikiančioje imuninę sistemą, skausmą, uždegimus.

Fermentai

Žmogaus kūne gaminasi įvairių rūšių fermentai, tačiau endokanabinoidus skaido tik du iš jų. Po to, kai fermentai suskaido kanabinoidus, endokanabinoidai jungiasi su receptoriais.

Endokanabinoidai

Tai – mūsų organizme gaminamos molekulės, kurios savo struktūra yra artimos kanapių molekulėms. Visa žmogaus endokanabinoidų sistema yra sudėtingas darinys, tad, nieko keisto, jog ir endokanabinoidų pavadinimai (anandamidas ir 2-arachidono ilglierolis (2-AG)), skamba ne ką paprasčiau.

Mūsų misija – ne tik padėti „prisijaukinti“ CBD, kanapių ar kitus natūralius produktus, gaminamus iš mūsų laukuose augančių žaliavų, bet ir skatinti plėsti savo akiratį, susipažįstant su šiuo unikaliu, universaliai naudojamu kanapės augalu.

Kviečiame susipažinti su JORUS produktais ir „Lietuvos pajūrio“ skaitytojams dovanojame vienkartinį nuolaidos kodą: „pajuris20“, kuris suteiks 20 % nuolaidą mūsų produktams www.jorus.lt.



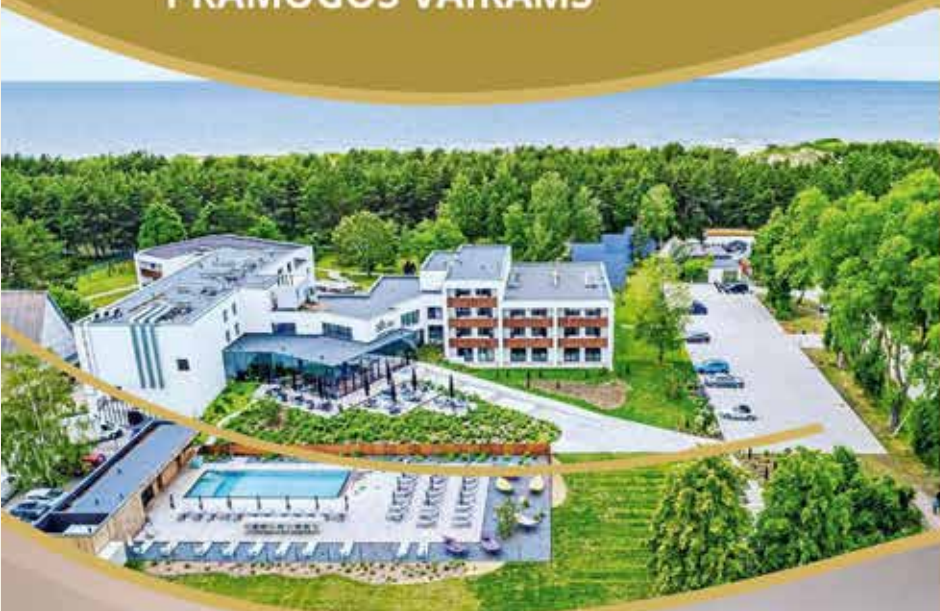
auksinės kopos



KODĖL ČIA NORISI GRĮŽTI?

„Auksinės kopos“ – tai vienas arčiausių prie jūros 4 žvaigždučių viešbučių Šventojoje, apsuptas gamtos sukurto pušyno. Vos 50 metrų iki plačiausio Lietuvoje paplūdimio, kur susilieja dangaus, vandens ir jūsų svajonių žydruma. Jaukūs kopų takeliai, kuriais poilsiautojai basomis sugrįžta pasiimti rankšluosčio ar žaidimų kamuolio. Tai atsinaujinęs viešbutis, kur jauku skanauti maistą, gera mėgautis SPA malonumais ar su šypsena stebėti lauko baseine žaidžiančius vaikus.

RESTORANAS
SPA PROCEDŪROS
RENGINIAI
PRAMOGOS VAIKAMS



+370 620 64621
INFO@AKOPOS.LT
WWW.AKOPOS.LT



koks stiprus bebūtum. Tai vienintelis gyvenimo egzaminas, kurį „išlaikyti“ man sunkiai pavyksta (ponia Lina Anapilin vyrą Algirdą išlydėjo prieš 7 metus – aut. past.).

– **Dirbote Palangos miesto savivaldybėje, kultūros baruose. Ką ryškiausiai atsimenate iš tos darbinės patirties?**

– 25 metus aš dirbau Lietuvos kultūros fronto baruose. Šeimai persikėlus gyventi į Palangą, laimėjau konkursą Palangos miesto savivaldybės administracijos administratoriaus vietai užimti. Nors darbas šiose pareigose nebuvo ilgas (1998–2000), tačiau efektyvus. Subūrėme tvirtą, savimi pasitikinčią specialistų komandą, įtvirtinome darbuotojų asmeninę atsakomybę už pavestų įpareigojimų nevykdymą, nustatėme dalykiškus abipusius ryšius tarp savivaldybės administracijos, tarybos ir valdybos. Darbuotojai pajuto darbo prasmę.

Įsiminė sudėtingas žemės gražinimo teisėtiems šeiminkams procesas, miesto centrinės dalies plano rengimas, uragano „Anatolijus“ padarytos žalos likvidavimas, Kurhauzo gražinimas grafui A. Tiškevičiui...

– **O pastabų ir patarimų dabartinei Palangos valdžiai turite? Kokių?**

– Atidžiai stebiu vykstančius infrastruktūros plėtros procesus Palangoje. Galime tik didžiuotis akivaizdžiais pokyčiais. Miestas tampa vis gražesnis, patogesnis, modernesnis. Pamenu, ankstesniais metais Palanga buvo nuolat linksniuojama, kaip atsiliekanti nuo Druskininkų, ir aš viename savo interviu laikraščiui „Palangos tiltas“ 2015 metais išsaciau tokią mintį: „... leiskime Š. Vaitkui dar nors vieną kadenciją vadovauti Palangai ir pažiūrėsime, ar tada lyginsime Druskininkus su Palanga“. Džiaugiuosi, jog nuojauta manęs neapgavo.

Viena, ką noriu palinkėti savivaldybės administracijai: aptarti valstybės tarnautojų estetinės išvaizdos ir aprangos kodą. Neklysta tik tas, kas nedirba.

– **Pagal specialybę esate geografijos ir fizinio lavinimo mokytoja. Jums skaudu, nemažai paauglių šiandien net keliskart ant skersinio neprisitraukia, o neretas fiziniame žemėlapy ir Lietuvos neparodo? Ką daryti?**

– Nieko nereikia daryti. Visais laikais tokių paauglių buvo ir bus. Tokią situaciją sąlygoja įvairios aplinkybės. Prisimenu, kad ne vienas mano pažįstamas vaikystėje irgi negebėjo „kaboti ant skersinio“, tačiau šiandien jie garsina



Lietuvą savo sportiniais pasiekimais. Kiekvienam vaikui poreikis žinioms ar kitai veiklai pasireiškia skirtingame amžiaus tarpsnyje. Kiekvienas atranda savo vietą po saule. Svarbiausia, reikia kuo mažiau moralizuoti ir sureikšminti situacijas.

– **Kokie jūsų mėgstamiausi atokesni Palangos kampeliai?**

– Tikriausiai nustebinsiu, bet aš nesu gamtos vaikas. Nėra poreikio vaikščioti pajūriais, miškais. Vasarą kartkartėmis nuvažiuoju į pliažą. Patinka Kunigiškėse, Šventojoje. Kaip bebūtų keista, bet atgaivą sielai randu kapinėse, kuriose labai dažnai lankausi. Palangoje jos yra pakankamai jaukios.

– **Mėgstate keliones ir skaityti. Ką dabar skaitote? Ir kur kita kelionė?**

– Visos kelionės jau praeitis. Aplankyta daug pasaulio šalių.

Romanų jau neskaityu, nes laisvalaikį „suryja“ socialiniai tinklai. Stengiuosi neatsilikti nuo „beprotiško“ gyvenimo tempo!



PALANGOS
BASEINAS

PASIRŪPINK SAVO
SVEIKATA!



[/palangosbaseinas/](#)



[/PalangosBaseinas](#)



www.palangosbaseinas.lt



Lina Jurevičiūtė-Šernauskienė šių metų pradžioje įsteigusi mažąją bendriją „Orbis projektai“, kuris teikia architektūros paslaugas bei... plaukimo treniruotes. Radvilės Kucevičiūtės nuotr.

Lina Jurevičiūtė-Šernauskienė: „Man architektūra, plaukimas, nardymas ir karate siejasi!“

Linas JEGELEVIČIUS

Lina Jurevičiūtė-Šernauskienė, patyrusi pajūrio architektė, kuri buvo net Valdovų rūmų architektų komandoje, galėjo ir toliau architektūrinius brėžinius braižyti, tačiau pajutusi, kad gyvenime pribrendo laikas kažką nauja išbandyti, – nepaliekant architektūros! – nė akimirkos nedvejojo. „Priesiminiau, kad vaikystėje labai mėgau plaukimą – ne vienoje varžybose dalyvavau, tad įstojau į Lietuvos sporto universitetą – įgijau plaukimo trenerės kvalifikaciją prieš pat atidarant Palangos baseiną 2019 metais. Oi, kaip man jame patinka!“ – „Lietuvos pajūriui“ sakė Lina. Prieš trejus metus ji susidomėjo *freediving-u*, nėrimu ir nardymu be papildomos įrangos sulaikius kvėpavimą – šiais metais palangiškė jau tapo šalies *freediving* čempione! Trijų vaikų mama, šių metų pradžioje įsteigusi mažąją bendriją „Orbis projektai“, siūlo tai, kas mieliausia: architektūros paslaugas bei... plaukimo treniruotes.

– Ko jumyse daugiau – architektės, plaukimo trenerės ar sportininkės?

– (*Šypteli*). Negalvoju ko daugiau! Pagal darbo valandas, daugiausia laiko skiriu architektūrai. Bet vanduo, baseinas – mano gyvenimo būdas. Po treniruočių su vaikais einu pati į jį treniruotis – dalyvauju *freediving-o* varžybose. Juo nuo 2018-ųjų pradėjau užsiiminėti. *Freediving-e* yra trys disciplinos: statika, kai reikia išbūt po vandeniu kuo ilgiau nekvėpavus, nėrimas baseine į tolą – su plaukmenimis ar be jų, ir nėrimas į gylį. Dėl mūsų vandens telkinių ribotų gylių pastarosios disciplinos varžybos nevyksta. Savo malonumui Lietuvoje nardome Platelių ežere.

– Kai jūsų šeima jus palydi į varžybas, ko prašo ar linki?

– (*Juokiasi*). Visi mano trys vaikai mamą labai palaiko. Vyras Giedrius – taip pat. Esu laiminga juos turėdama.

Šiais metais tapau Lietuvos *freediving-o* čempione: su plaukmenimis vienu įkvėpimu baseine į tolą nunėriau 143 metrus, o statikos rungtyje nekvėpuodama vandenyje išbuvau 4 minutes ir 40 sekundžių.

Šeimos į varžybas nesivežu ir prašau, kad jie į mano varžybas nevažiuotų. *Freediving-as* – tokia sporto šaka, kurioje turi būti maksimaliai susikoncentravęs. Žinoma, ši sporto šaka – ekstremali, bet kaip ir kitos ekstremalios sporto šakos, turi labai griežtus saugos reikalavimus. Kai jų laikaisi, nelieka ir ekstramalumo. Kvėpavimo sulaikymo treniruotes būtina turi stebėti patyręs asmuo.

– O jūsų vaikai su sportu draugauja?

– Taip. Labai! Mano vyriausiajam Ignui – 16. Jis nuo 6 metų lanko futbolo treniruotes. Grigui – 13. Jis – aistringas badmintono žaidėjas, treniruojasi Palangoje. O Indrajai – 10. Kaip ir Grigas, ji taip pat pakvaišusi dėl badmintono. Jų trenerė Vaida Slušnienė – fantastiška.

– Kas paskatino studijuoti Lietuvos sporto universitete?

– Kartais mane kam nors užvaldo didelė aistra (*šypteli*). Taip nutiko ir su plaukimu. Objektiviai žvelgiant, ko gero, pajutau truputį „užsisėdėjusi“ architektūroje – juk architektė dirbu nuo 2005-ųjų. Nors jau turėjau tris vaikus, bet buvau „užsidegusi“ studijomis Lietuvos sporto universitete – kiekvieną savaitgalį važinėjau klausytis paskaitų į Kauną. Jį baigiau prieš pat Palangos baseino atidarymą 2019 metais.

– Nuostabu iš jūsų girdėti, kad kai kurie vilniečiai atsikėlė į Palangą būtent dėl jos baseino...

– Tai buvo viena iš priežasčių! Pati asmeniškai pažįstu tokių šeimų. Jų vaikai baseine – labai motyvuoti, darbštūs. Šitoms šeimoms Palanga – nereali. Man atrodo, kad mes čia gyvenantys net nesuvokiame, kokį grožį mes čia turime! Man baseinas – Palangos perlas. O trenerės, mano kolegės – fantastiškos, labai profesionalios ir atsidavusios.

– Per karantiną baseinas buvo uždarytas. Lengvai ištvėrėte?



Lina šiais metais tapo Lietuvos freediving-o čempione. Mariaus Staknio nuotr.

– Be baseino bei vaikų, be vandens buvo nelengva. Bet man karantinas buvo pilnas veiklos ir sporto. Labai norėjau sportuoti – užsirašiau į karate klubą „Okinava“ Klaipėdoje, kurio trenerė – pasaulio čempionė Diana Mačiūtė. Kol buvo karantinas, sportuodavau namuose, prisijungusi prie kitų internetu. Karate – viena naujausių mano aistrų (*šypteli*). Liepos mėnesį laikysiu egzaminą geltonam diržui su žalia juoste (kyu 5).

– **Kai kam gali pasirodyti, kad visos jūsų veiklos – visiškai nesusijusios.**

– Man taip neatrodo. Priešingai – viena kitą labai papildo. *Freediving-as* – absoliuti dėmesio koncentracija, išlikti ramiai ekstremaliose sąlygose, karate – kūno ir dvasios stiprybė, o visų paminėtų savybių labai reikia architektūrinėje veikloje ir kasdienybėje.

– **Buvote Valdovų rūmų architektų komandoje, prisidėjote prie Palangos „Ambertono“, gyvenamųjų namų ir butų kvartalo „Kopų žuvėdra“ projektavimo Palangoje. Daug metų dirbate? Ar turite mieliausią savo projektą?**

– Kiekvienas projektas – unikalus. Kaip architektė, į kiekvieną projektą žiūriu absoliučiai individualiai, niekada neuždedu konkretaus spaudo. Paminėjote tik kelis mano didesnius projektus, daug dirbu ir su palyginti nedideliais privačiais namų projektais. Jie taip pat man – labai mieli. Daug metų buvau UAB „Neoforma“ architektė.

– **Lengva suprasti užsakovą, ko jis ar ji pageidauja?**

– Pasakysiu atvirai: ne visada. Natūralu – kaip ir kitose srityse. Laukdama pirmojo susitikimo su žmogumi, norinčiu man patikėti savo būsto suprojektavimą, visada

spirgu – taip įdomu! Kai užsakovas perteikia savo mintis ir pasako „Aš jums pasitikiu“, man tai – neįkainojama.

– **Kas būdinga jūsų stilistikai?**

– Oi, paprastas, bet sunkus klausimas (*juokiasi*). Kai matau architektus su savo stipria stilistika bet kuriame jų darbe, neretai pagalvoju: „Gera tai ar nelabai?“ Svarbiausia – neužgožti užsakovo individualumo. Man itin imponuoja medis, natūralios neryškios spalvos minimalistiniame stiliuje. Bet vėlgi – kitam žmogui, priešingai, norisi daug detalių, ryškių spalvų. Svarbiausia – su užsakovu rasti bendrą kalbą ir atliepti jo pageidavimus.

– **Kiek metų jau gyvenate Palangoje?**

– Su šeima į Palangą atsikėlėme iš Klaipėdos prieš 11 metų. Mums čia – labai gera. Mūsų sprendimas keltis į Palangą – neabejotinai vienas geriausių.

– **O kur augote?**

– Gimiau ir užaugau mažame, bet nuostabiame kaime lyje prie Šeduvos, Alksniupiuose. Tarybiniais laikais kaime mes turėjome sveikatos profilaktoriumą su 25 metrų ilgio baseinu, įvairiomis vandens procedūromis ir purvo voniomis. Jame vaikystėje ir išmokau plaukti! (*Juokiasi*).

– **Šių metų pradžioje įsteigėte mažąją bendriją „Orbis projektai“. Kam ji?**

– Kai rinkausi pavadinimą savo mažajai bendrijai, norėjau, kad pavadinimas atspindėtų įvairias, visą apimančias mano veiklas. Orbis – pasirodė artimiausias. „Orbis projektai“ apima architektūros ir sporto renginių organizavimą, plaukimo treniruotes.



**Skubi pagalba
(visą parą)
+37046041220**



**Bendrasis numeris
+37046041221**



**Klientų
aptarnavimas
+37046041220**



Paslaugos:



**Nuotekų
tvarkymas**



**Vandens
tiekimas**

Papildomos paslaugos:

- Vandentiekio/nuotekų tinklų, projekto parengimas bei suderinimas su reikalingomis institucijomis (esant poreikiui gaunamas statybos leidimas)
- Vandentiekio/nuotekų tinklų klojimo darbai.

UAB Palangos vandenys
Austėjos g.36, Palanga
www.palangosvandenys.lt
El.paštas: ofisas@palangosvandenys.lt



UAB Palangos vandenys



Kol paplūdimy mažiau žmonių, galima ir džipu į jvykio vietą nuvykti. Laimono Tamošiūno nuotraukos

Jonas Pirožnikas: „Gyvybė yra viena ir pinigais ar išpūdžiais jūroje ji neįvertinama“

Lukas JOGAILA

Šis gelbėjimo sezonas Jonui Pirožnikui, Palangos paplūdimio gelbėtojų tarnybos vadovui, jau – 17-as. Ar jis yra kitoks? „Nebūna man vienodų sezonų. Natūralu: kiekvienais metais apie 70-80 procentų gelbėtojų yra naujokai. O kai yra naujokų, daug ką reikia pradėti nuo nulio – juos tinkamai apmokyti, motyvuoti“, – „Lietuvos pajūriui“ sakė jau legendinis didžiausio šalies kurorto gelbėtojų vadas.

– **Ar poilsiautojai per tiek metų pasikeitė Palangos paplūdimyje?**

– Taip. Ir gerokai. Žmonės tapo sąmoningesni, atsakingesni. Žinoma, sąmoningumo per daug nebus. Akivaizdžiai mažiau alkoholio sunaudojama paplūdimyje. O tie, kurie atsineša jo, tampa gudresni ir išmoningesni – pavyzdžiui, supila į vaisvandenių buteliukus. Aišku, atsivėrus sienoms, visi lietuviai pasikeitė, tapo kultūringesni – tą ir mes stebime.

– **Kokios naujos technikos šiemet sulaukėte?**

– Šiemet ją papildė labai galingas džipas, dronas, kuris pajėgus iš vandens į krantą tempti žmogų iki 50 kilogramų. Bet kadangi stambus žmogus vandeny

jį gali nuskandinti, atliekame kai kuriuos techninius jo patobulinimus, kad taip neatsitiktų.

– **Kiek turite gelbėtojų mums kalbantis birželio pabaigoje? Ir kiek jų bus sezono piko metu – liepą?**

– Dabar jų turime 46, piko metu bus šiek tiek per 60 – dabar jie yra mūsų rezerve. Net kai visų gelbėtojų

mums nereikia, jie nesėdi rankų sudėję – treniruojasi, bėga krosą, imituoja skęstančiųjų gelbėjimo operaciją.

– **Kokia yra didelė, bet neišspręsta gelbėtojų problema?**

– Pravažiavimo. Kai paplūdimy labai daug žmonių, pravažiuoti mašina praktiškai neįmanoma.

– **Ar pasamdyti gerą gelbėtoją dėl**

„Raudonos ir geltonos spalvų vėliava reiškia, kad gelbėtojai budi. Geltona vėliava – pavojinga, bet maudytis galima. Raudona – maudytis draudžiama. Būna dar žalia vėliava, bet jos prie jūros nekabiname. Juodos vėliavos nebėra nuo tada, kai įstojome į Europos Sąjungą 2004 metais.“

prastesnio jaunuolių fizinio pasirengimo ir mažesnės motyvacijos tampa jums sunkiau?

– Tai – tiesa. Bet kita medaliai pusė: gelbėtojai, išdirbę Palangos gelbėjimo stoty dvejus ar trejus metus, sutvirtėja fiziškai, gauna didelę gyvenimo patirties pamoką. Jie gauna europinius gelbėtojų pažymėjimus – taip, kaip vairuotojai gauna teises, išlaikę egzaminus. Kai kurie mūsų vaikinai sėkmingai dirba gelbėtojais dideliuose Europos kurortuose, Amerikoje.

– Kokia yra vidutinė paplūdimio gelbėtojo alga Palangoje?

– 800 eurų į rankas.

– Ar šiemet taip pat turėsite aptvertą ruožą priešais centrinę gelbėjimo stotį, kuriame bus galima maudytis bet kokių oru?

– Taip, toks jis ir vėl yra.

– Kokie yra jūsų pagrindiniai patarimai kiekvienam?

– Gyvybė yra viena ir pinigais ar įspūdžiais jūroje neįvertinama. Saugokite ją! Saugokite save ir savo artimuosius. Patarčiau žmonėms įsigyti ir į paplūdimį atsinešti gelbėjimo liemenę – su ja nenuskęsite. Paplūdimyje vilkėkite kepuraites nuo saulės, gurkšnokite vandenį, kad išvengtumėte dehidracijos ir saulės smūgio. Į jūrą ne šokti stačia galva, o pirmiausia apsišlapinti. Patekus į duobę nepadidinti – sustabdyti kvėpavimą, išpūsti į burną pakliuvusį vandenį, panerti arba kelis metrus praeiti. Duobės dažniausiai nebūna labai didelės. Žinoma, klausyti gelbėtojų nurodymų.



Jonas Pirožnikas Palangos paplūdimio gelbėtojų tarnybai vadovauja jau 17-ą metų

Gelbėtoja Monika:

Mano tėtis yra gelbėtojų rėmėjas, ir aš kartu su juo beveik kiekvieną vasarą čia atvažiuodavau. Tėtis ir Jonas (Pirožnikas – aut. past.) man pasiūlė padirbėti gelbėtoja, ir aš sutikau. Esu iš Šiaulių. Dirbti Palangos gelbėjimo stoty man labai patinka – puikus gelbėtojų kolektyvas, viršininkas Jonas – griežtas, bet teisingas. Jaučiu, kad ir pati čia sutvirtėsiu – ir fiziškai, ir dvasiškai. Laimė, didesnių nelaimių čia kol kas nebuvo.



Monika: „Dirbti Palangos gelbėjimo stoty man labai patinka“



Kajus: „... Lyderystės praktika Palangos paplūdimio gelbėtojų tarnyboje man – labai svarbi.“

Kajus, vyr. gelbėtojas

Per metus Palangos gelbėjimo tarnyboje pakilau karjeros laipteliais: tapau vadovo pavaduotoju, esu atsakingas už darbuotojų gerą savijautą ir komunikaciją. Neabejoju, kad įgysiu labai tinkamos praktikos studijoms Vilniuje, kur studijuojau tarptautinį verslą ir komunikacijas. Lyderystės praktika man – labai svarbi. Džiaugiuosi, kad čia, Palangos gelbėjimo tarnyboje, jos gausiu.

Karolis, vyriausias gelbėtojas:

Esu iš Šiaulių rajono, bet gimnaziją ir sporto mokyklą baigiau Kėdainiuose, buvau futbolo žaidėjas. Man šis sezonas Palangos gelbėjimo stoty – jau ketvirtas. Mano patarimas visiems toks: saugoti save, paplūdimy nevertoti alkoholio, prižiūrėti vaikus, ligotiems žmonėms riboti savo laiką saulėje ir vandeny. Išvydus raudoną vėliavą, nesimaudyti.



Karolis: „Mano patarimas visiems paprastas – saugoti save“

10 PRINCIPŲ, KURIANČIŲ AUKŠTĄ PALANGOS SENOSIOS GIMNAZIJOS KOKYBĘ

2022 metais Palangos senoji gimnazija šventė įkūrimo 100 metų jubiliejų.

Palangos progimnazijoje mokėsi būsimasis nepriklausomos Lietuvos prezidentas Antanas Smetona, broliai Kazimieras ir Jurgis Šauliai bei Steponas Kairys. Gimnaziją yra baigę Kovo 11-osios akto signatarai Rimvydas Valatka, Virginijus Piktorna, rašytojas Rolandas Rastauskas, akademikai Vladas Žulkus, Vytautas Jonas Stauskis, skulptorius Petras Gintalas, dainininkai Stasys Povilaitis, Viktoras Malinauskas, Jurga Šeduikytė, televizijos režisierė Asta Einikytė ir daugybė kitų garsių žmonių. Dirbo daug iškilų mokytojų.

ŠMSM organizuojamose olimpiadose ir konkursuose 2023 m. Gimnazijos auklėtiniai pelnė 10 prizinių vietų, ne ŠMSM organizuojamuose respublikiniuose konkursuose – 8 prizines vietas. Dar net 60 gimnazistų tapo įvairių regioninių ir miesto konkursų bei olimpiadų prizinininkais. 2023 metų šalies mokyklų reitinge Palangos senoji gimnazija yra 25 vietoje Lietuvoje iš 354 gimnazijų, neatširenkančių mokinių. Pagal gimnazijos sukurtus valstybinių egzaminų rezultatus ir PUPP rezultatus Palangos miesto savivaldybė yra 3 vietoje Lietuvoje po Vilniaus ir Kauno savivaldybių. Gimnazijos valstybinių egzaminų rezultatų vidurkiai aukštesni nei Lietuvos vidurkis.

Per pastaruosius ketverius metus Senosios gimnazijos mokiniai tapo net 50 respublikinių mokslo olimpiadų prizinininkais ir nugalėtojais. Tokie rezultatai garsina ne tik Palangą, bet ir Lietuvą.

Palangos senojoje gimnazijoje visada buvo talentingų, turinčių idėjų ir nevangiančių lyderystės mokytojų. Tai drąsino veikti ir brautis iš mokyklų užgulusių brūzgynų. Kai mokymosi pakaitalu mo-



Palangos senosios gimnazijos direktorius Leonas Šidlauskas su abituriente Mūza Svetickaite.

kykloms buvo pradėtas piršti „laimės“ ir „džiaugsmo“ pojūčio kūrimas, turėjome savo viziją, kaip suderinti kokybišką ugdymą ir tinkamą mikroklimatą. Ne paslaptis, kad geros mokyklos yra geros kiekviena savaip, o blogos – beveik vienodai blogos.

Prieš septynerius metus išsikėlę aukštos mokymosi kultūros sukūrimo Palangos gimnazijoje ambiciją, deklaravome Gimnazijos bendruomenei tokio siekinio principus ir tikėjomes didesnės mokytojų dalies kantrybės ir pasitikėjimo:

Pirmas principas. Jei darysime kaip visi – bus kaip visur, o visur Lietuvos mokyklose buvo labai nekaip.

Antras. Turime daryti viską, kad Lietuva Palangoje neprarastų nė



Sportas netrukdo mokslui - mokslas netrukdo sportui. Gimnazijoje aktyvi sportinė veikla, projektai.



Lietuvos Respublikos Prezidentas Gitanas Nausėda su mokiniais diskutavo įvairiomis aktualiomis temomis. Diskusijos dalyviai: Dominykas Stonkus, Gabija Vaitkutė, Jokūbas Gudaitis, Mūza Svetickaitė, Mila Skuodaitė ir Tomas Jakubauskas.

vieno talentingo mokinio, tačiau mūsų siekiniai bus nieko verti, jei nepasirūpinsime mokymosi sunkumų turinčiais.

Trečias. Geras mokytojas – mokyklos turtas. Gera mokykla kainuoja. Mokytojas turi turėti ugdymo įrankius ir galimybes kokybiškam ugdymui.

Ketvirtas. Žinoti ir stebėti, kas yra pažangiausiose Lietuvos mokyklose (jos dalyvauja tarptautinėse švietimo parodose, seka tarptautinę pažangą).

Penktas. Gyvenimas be meno – nevisavertis. Mokykloje turi būti vietos ir profesionaliajam menui.

Šeštas. Istorinės atminties palaikymas ir pilietiškumo ugdymas – ne antraeilis dalykas.

Septintas. Jokiu būdu neišsileisti praėjusio laiko švietimo viešojo administravimo kultūros į mokyklos teritoriją.

Aštuntas. Kaip turi būti, gali ir nežinoti, bet kaip neturi būti, žinoti privalai. Visada reaguoti į profesinę tuštybę, pasitikėti mokytojų kūrybiškumu, eksperimentais.

Devintas. Tik mokykloje dirbantys žmonės gali sukurti gerą mokyklą. Visi kiti arba mokyklai padeda, arba ją žlugdo.

Dešimtas. Jokios tolerancijos nepagarbiems santykiams.

Labai svarbu yra ne tik ugdymas, bet ir aplinka. Per keletą metų bendromis pastangomis, kurios atsiėjo Palangos miesto savivaldybei daug papildomų išlaidų, Senojoje gimnazijoje buvo sukurta ne tik mokinių galimybes kurianti, bet ir čia dirbančių orumą palaikanti aplinka, atkurtos autentiškas atkartojančios interjero detalės. Darėme viską, kad Gimnazija sudarytų išskirtines ugdymo(si) galimybes ne tik dabar besimokantiems, bet būtų sukurta daug galimybių ir ateičiai. Mums labai svarbu, kad ir Savivaldybės politiniai vadovai pamatė, jog mūsų savarankiškumo siekiniai ir atkaklumas davė pelnytų rezultatų. Palangoje yra ne tik pajūris, gražiausias parkas, sutvarkytos gatvės, unikalūs Gintaro muziejus, Kurhauzas, bet ir miestą garsinanti Gimnazija. Didžiuojamės prie to prisidėję.

*Palangos senosios gimnazijos direktorius
Leonas Šidlauskas*



Kūrybingi gimnazistai turi galimybes prisijungti prie neformaliojo ugdymo veiklų.



Pamokos ir patyriminės veiklos Gintaro muziejuje.

DRAUGIŠKI GAMTAI PALANGOS VLADO JURGUČIO PROGIMNAZIJOS MOKINIAI

Itin dažnai aplink mus vartojamas terminas „gamtai draugiškas gyvenimo būdas“. Vieni pasigiria, kad rūšiuoja šiukšles, kiti – kad valgo ekologišką maistą. Žinoma, galime tik stengtis įvairiais konkrečiais veiksmais kuo mažiau kenkti gamtai, o galime subūrę bendraminčius ir užnorinę juos nuveikti dar daugiau.

Jau trečius metus VšĮ „Žalioji taška“, Aplinkos ministerija ir aplinkosauginės iniciatyvos „Kita forma“ organizuoja respublikinį konkursą „Gamtos herojai“. Jo tikslas – įvertinti, pavišinti bei apdovanoti gamtosaugos srityje aktyviai veikiančias ugdymo įstaigų bendruomenes, pedagogus, mokinius už jų nuveiktus darbus saugant gamtą, prisidedant prie aplinkosauginio sąmoningumo ugdymo ir gamtai draugiško gyvenimo būdo. Šio konkurso metu dalyviai yra nominuojami trijose kategorijose: metų aplinkosauginio ugdymo įstaiga; metų ekologiškiausias pedagogas; metų aplinkai draugiškiausias mokinys.

Šis projektas kviečia didžiulius ir girtis vienu didžiausiu, svarbiausiu ir reikšmingiausiu savo darbu, poelgiu ir veikla, prisidėjusia prie gamtos saugojimo, savo aplinkos puoselėjimo, ar įkvėpusiu keistis ir keisti kitus, tampant draugiškesniu gamtai.

Labiausiai nusipelnusieji ir tokiais komisijos narių pripažinti nominantai apdovanojami Lietuvos Respublikos aplinkos ministerijos padėkomis už indėlį į aplinkosauginį švietimą.

Ekologiškiausio pedagogo nominaciją respublikiniame konkurse „Gamtos herojai“ šiais metais laimėjo Palangos Valdo Jurgučio progimnazijos anglų kalbos mokytoja metodininkė Raimonda Baltmiškė, kuri būdama idėjos autorė, kartu su anglų kalbos mokytoja Egle Gūžiene, integravo aplinkosauginį ugdymą į anglų kalbos praktines tiriamąsias veiklas.

2022 m. gegužės mėnesį idėjos autorė R. Baltmiškė, anglų kalbos mokytoja metodininkė, ir anglų kalbos mokytoja E. Gūžienė su mokiniais vykdė praktinę-tiriamąją veiklą, kurios tema – „Palanga Beach Clean-up Study“ (Palangos paplūdimio švarinimo studija). Prieš pradėdant veiklą paplūdimiuose mokiniai susipažino su rūšiavimo tikslais ir galimybėmis Lietuvoje, šiukšlių perdirbimo įmonėmis savo regione, net atliko progimnazijos bendruomenės apklausą apie šiukšlių rūšiavimą. Praktinės-tiriamosios veiklos metu mokiniai atliko Palangos miesto paplūdimių taršos įvertinimą, rinko šiukšles Palangos paplūdimiuose ir miškeliuose šalia jų. Šioje 5 dienas trukusioje veikloje buvo bendraujama tik anglų kal-



Ekologiškiausio pedagogo nominaciją respublikiniame konkurse „Gamtos herojai“ šiais metais laimėjo Palangos Valdo Jurgučio progimnazijos anglų kalbos mokytoja metodininkė Raimonda Baltmiškė

ba. Mokytojos su mokiniais įveikė 14 km paplūdimio ruožo, rinko šiukšles, svėrė, rūšiavo ir apie šią veiklą mokiniai išleido savo elektronines knygas. Knygos buvo maketuojamos su „Bookcreator“ programa, jos papildytos nuotraukomis, vaizdo ir garso turiniu iš savo veiklų. Elektroninė knygų kūrimo platforma pasirinkta siekiant ugdyti draugiškesnį gamtai gyvenimo būdą. Praktinių-tiriamųjų veiklų pristatymo metu mokiniai supažindino visus progimnazijos mokinius su savo įvykdyta veikla, apklausų rezultatais dėl taršos mūsų pajūryje.

Šiais metais birželio mėnesį vėl buvo tęsiama ši praktinė-tiriamoji veikla. Mokiniai ir vėl tyrinėjo bei švarino Palangos miesto pušynus, pažintiniais tikslais vyko į UAB „Telšių regiono atliekų tvarkymo centrą“, esantį Plungės rajone, kad susipažintų su mišriomis atliekomis, jų rinkimu, gabenimu ir apdorojimu, antriniu perdirbimu, paslaugų teikimu, konsultacine verslo ir valdymo veikla. Atliekų tvarkymo centrą pristatė direktorius Vidimantas Domarkas, kuris supažindino su neįprastais įrenginiais bei mišrių atliekų sandėliavimu, rūšiavimu ir naikinimu.

Mokiniai, ypač tie, kurie dalyvauja šiose veiklose, susimąsto apie tai, „ką dar turėčiau padaryti, kad išgelbėčiau pasaulį?“ ir žino, kad „gamta yra knyga, kurios kiekvienas puslapis prasmingas“, tad nenuostabu, kad kiekvienas sau pasižada vietoj automobilio rinktis dviratį, nespjaudyti kramtomosios gumos, šiukšles mesti į šiukšliadėžę, senus technikos aparatus atiduoti perdirbti, nepirkti aerozolių ir kitokių aplinką labai teršiančių dalykų.

Eglė Gūžienė, Palangos Valdo Jurgučio progimnazijos anglų kalbos mokytoja

IN THIS HOUSE

WE DON'T JUDGE

moxy
HOTELS

KAUNAS CENTER





ĮGYK PROFESIJA PALANGOJE!

KOSMETIKAS

MASAŽUOTOJAS

PARAMEDIKAS

SLAUGYTOJO PADĖJĖJAS

INDIVIDUALIOS PRIEŽIŪROS
DARBUOTOJAS

GYVŪNŲ PRIŽIŪRĖTOJAS

DEKORATYVINIO
APŽELDINIMO DARBUOTOJAS

RENGINIŲ IR POILSIO
PASLAUGŲ ORGANIZATORIUS

VIZAŽISTAS



KARALIAUS MINDAUGO
PROFESINIO MOKYMO CENTRAS



Gedimino g. 5, Palanga

Tel. +37061678427 | palanga@kaupa.lt

www.kaupa.lt

Profesija – garantija ateičiai

Klaipėdos Pauliaus Lindenau mokymo centre jau pilnu tempu įsibėgėja registracija, norintiems įgyti rinkoje paklausias ir perspektyvias, gerai apmokamas profesijas. Siūlomų profesijų spektras itin platus – jos orientuotos į inžinerinę pramonę, transportą, jūrą, uostą, atsinaujinančią energetiką, laivų statybą ir remontą.

„Lietuvoje nerazite nė vienos analogiškos profesinio rengimo mokyklos, kuri apimtų tokį platų spektrą sričių. Mūsų parengti specialistai sėkmingai dirba ir krante, ir jūroje, įsilieja į atsinaujinančios energetikos, inžinerinės pramonės projektus. Ne paslaptis, kad baigusieji profesines mokyklas, gaunamais atlyginimais neretai lenkia tuos, kurie yra baigę universitetus. Matome tendenciją, kad įgyti profesiją siekia nemažai suaugusiųjų, ne vieną aukštąjį išsilavinimą turinčių žmonių – tai yra labai patogu, mat profesinį diplomą jie gauna vos per metus ir kaip mat įsilieja į darbo rinką“, – teigė dr. Egidijus Skarbalius, Klaipėdos Pauliaus Lindenau mokymo centro direktorius.

Su profesijomis galima susipažinti dar mokyklos suole, nes mokytis čia galima jau baigus 8 klases. Gimnazijos skyriuje moksleiviai mokosi pagal bendrojo ugdymo programas, tačiau lygiagrečiai jie gali išbandyti ir įvairias profesijas. Labiausiai patinkančią galima rinktis baigus 10 klasių ir jau po 2-3 metų savo rankose laikyti profesinį diplomą ir pradėti savo karjerą, kurti savo verslus arba mokslus tęsti kitose aukštosiose mokyklose. Centras siūlo rinktis profesijas ir baigus 12 klasių, mokytis kviečiami ir suaugusieji, norintys įgyti kvalifikaciją ar ją kelti – siekiantiems įgyti pirmąją kvalifikaciją, mokslas yra nemokamas, tačiau galima mokytis ir savo ar darbdavio lėšomis, pasinaudoti galimybe gauti finansavimą Užimtumo tarnyboje. Gyvenantiems toliau nuo Klaipėdos yra suteikiama apgyvendinimo bendrabutyje galimybė.

Centras, ateityje siekiantis tapti Vakarų Lietuvos regiono inžinerinių kompetencijų centru, yra subūręs platų partnerių ratą, kurie yra suinteresuoti, kad profesinis mokslas būtų dar kokybiškesnis ir paremtas praktinėmis patirtimis. Besimokantiems centre yra sudaromos sąlygos atlikti darbinės praktikas pažangiausiose įmonėse, pramoniniuose objektuose, viso pasaulio laivuose, uoste – taip atsiveria kelias baigus mokslus ten ir įsidarbinti. Daug dėmesio centro veiklai skiria Klaipėdos uoste veikiančios įmonės, ypač tos, kurios susijusios su jūrine inžinerija – su kompanijomis yra pasirašytos bendradarbiavimo sutartys, centras yra pagrindinių asociacijų, vienijančių Klaipėdos verslo, mokslo institucijas, narys. Mokymasis Klaipėdos Pauliaus Lindenau mokymo centre yra paremtas praktiniais įgūdžiais – tam yra skirtos profesionalios ir modernios mokymo bazės ir laboratorijos, čia suformuota mokymo bazių visuma yra viena gausiausių visoje



Vakarų Lietuvoje.

Klaipėdos Pauliaus Lindenau mokymo centras siūlo mokytis pagal 15 profesinio rengimo programų. Šiuo metu centras rengia ekspeditorius, jūrų uosto krovinių logistus, jūreivius, motoristus, laivų virėjus, laivų stiuardus, atsinaujinančios energetikos įrenginių montuotojus, laivų korpusų surinkėjus, laivų elektrikus, laivų sistemų ir įrenginių montuotojus, metalo apdirbimo staklių operatorius, santechnikus, suvirintojus, elektrikus, šildymo, vėdinimo, oro kondicionavimo sistemų montuotojus.

Prašymai mokytis priimami iki
rugpjūčio 7 d. – registruotis per
centralizuotą sistemą LAMA BPO
Daugiau informacijos - www.lindenau.lt





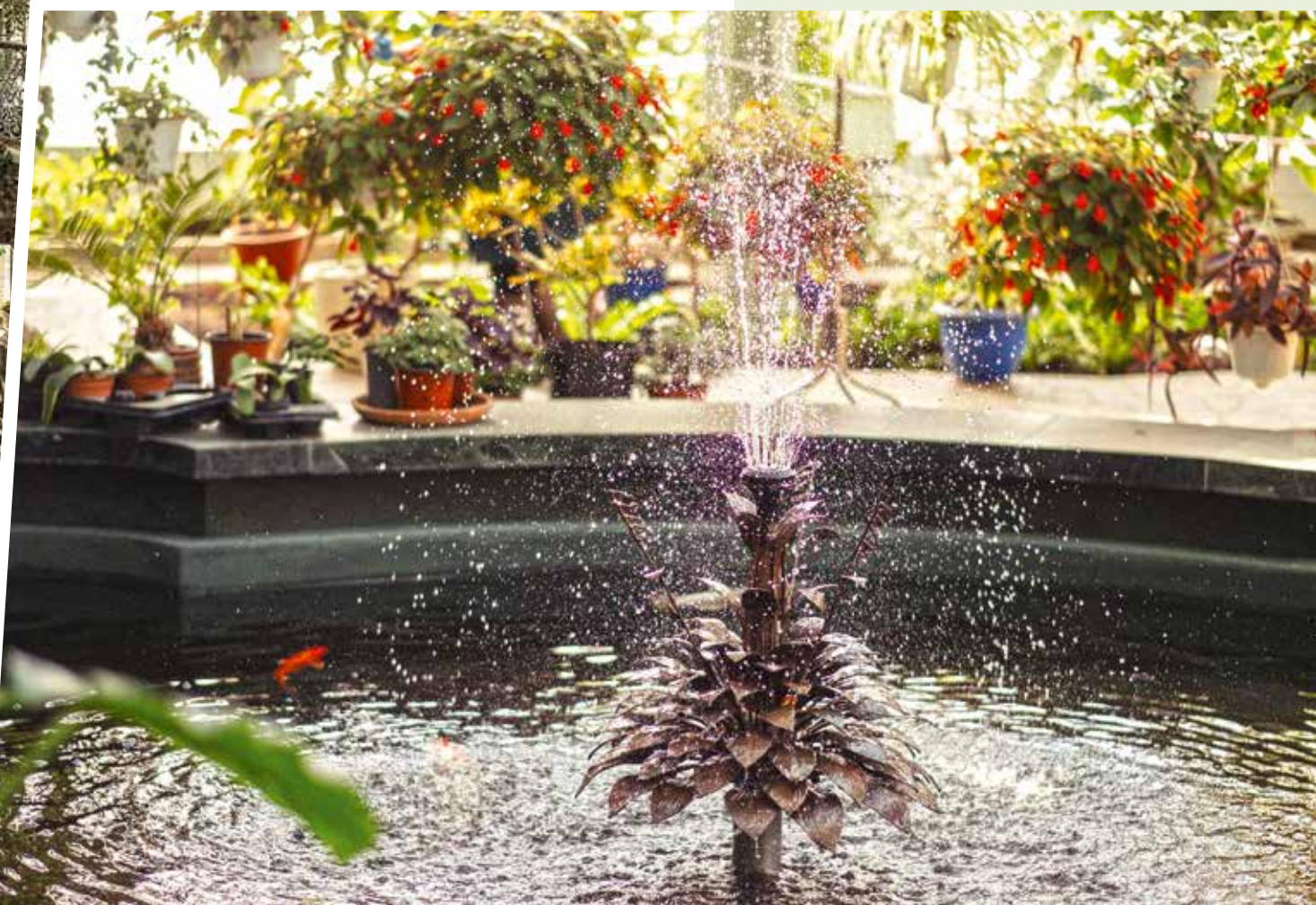
Kretingos muziejaus Žiemos sodas atvėrė duris

Kiek daugiau nei metus dėl atnaujinimo darbų lankytojams uždarytas Kretingos muziejaus Žiemos sodas vėl atvėrė savo duris. Visos Lietuvos pamėgtoje oranžerijoje svečius džiugins naujos pramogos, žavės anksčiau dar Kretingoje neregėti egzotiški augalai.



Daugelį metų Žiemos sodas buvo jauki priebėga polisiautojams šaltuoju metų laiku. Tačiau po atnaujinimo darbų Žiemos sodas bus tikra malonumo oazė net ir atšalikus vasaros karščiams. Sode įrengta moderni vėsinimo bei vėdinimo sistema, kuri leis dar geriau vešėti augalams, o lankytojams mėgautis maloniu tropiniu oru.

Visiškai pakeisti oranžerijos stiklai ir kitos techninės naujovės Žiemos sodui suteikė daugiau šviesos, o palanki oro temperatūra jau padeda atsigauti seniausiam Lietuvoje fikusui. Šis buvo tinkamai nugenėtas, numetė nereikalingus lapus ir dabar jau džiugina šviežia žaluma. Savo kaimynams šviesos nebeužstoja apgenėta araukarija – ko gero, pati didžiausia Lietuvoje. Žiemos sodo augalijos išsiilgusių lankytojų laukia naujas atžalas išleidę senbuviai bananai, gausi ir dar per remontą papildyta kaktusų



kolekcija. Be augalų senbuvių, Žiemos sodą papuoš ir naujokai. Žiemos sodas atidarymo proga gavo dešimtis egzotiškų ir čia, Kretingoje, dar neregėtų augalų. Juos Kretingos muziejui padovanojo botanikos grožį ir išskirtinę florą mylintys bičiuliai.

Beje, naujieji ir senieji sodo augalai lankytojams „prakalbės“ gidų lūpomis. Nuo šiol oranžerijoje bus galima užsisakyti atskirą ekskursiją vien tik apie Žiemos sodo florą bei jos įdomybes. Kretingos muziejaus darbuotojai yra surinkę gausybę įdomių faktų apie augalus ir nekantruoja jais pasidalinti su smalsaujančiais sodo svečiais. Ekskursijų metu lankytojai sužinos, kaip ir iš kur išgaunama vanilė, kaip žydi cinamonas, kurios gėlės krauna ne itin gardžiai kvėpiančius žiedus, kad priviliotų vabzdžius, kaip atrodo rojaus paukščiais vadinamos gėlės, iš kur išdygsta ananasas ir daugybę kitų intriguojančių istorijų.

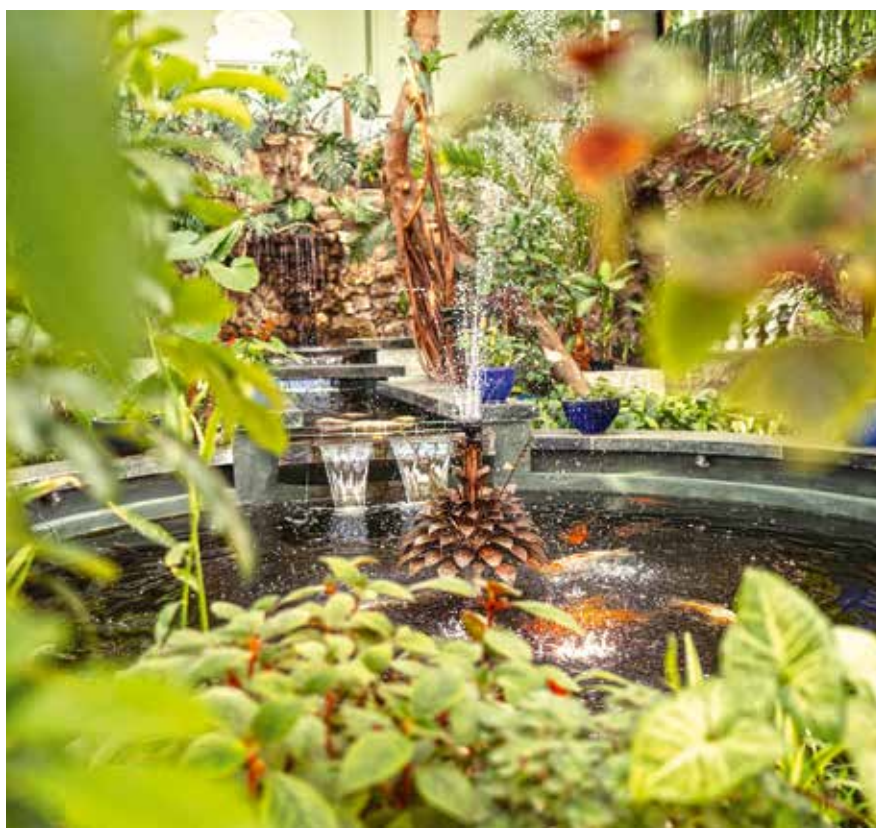
Į Žiemos sodą grįžta ir moksleiviams skirtos edukacijos. Pradinių klasių mokiniai galės vėl leistis į kelionę, pavadintą „Atrask mano žydėjimą“, o vyresnių klasių moksleiviai patirs edukacijos „Žiemos sodo-oranžerijos formų žaismas. Fraktalai“ žavesį. Ši su technologijomis susieta edukacija įgalina pažinti ne tik augalus, bet ir jų atsikartojančias formas kasdieniniame gyvenime.

Žiemos sodo svečius, žinoma, pasitiks ir metus ramiai sau gyvenę gyvūnijos atstovai – tylieji vėžliukai, besočiai ir riebus karpiai atnaujintame baseine ir triukšmingosios kanarėlės, vis besitinkančios pritarti sode koncertuojantiems atlikėjams. Pastarųjų, beje, oranžerijoje netrūks – jau dėliojama tradicinio Kretingos muziejaus menų festivalio „Mėnuo su žvaigžde čia būti norėjo“ programa. Rudenį Žiemos sodo svečių laukia gausybė profesionalios muzikos koncertų, parodų ir unikalių meno instaliacijų.

Atgimusioje oranžerijoje naujovės laukia taip pat ir gurmanų – kavinė „Pas grafą“ atnaujino meniu ir žada kasdienę puotą besimėgaujantiems maistu.

Žiemos sode lankytojai bus laukiami kasdien – net ir pirmadieniais, kuomet Kretingos muziejaus ekspozicijos lankytojams būna uždarytos.

www.aplankykkretinga.lt
www.kretingosmuziejus.lt





PALANGOS
KOMUNALINIS
ŪKIS

*Dirbame palangiškiams
ir miesto svečiams!*

TEL. 8 (460) 48 105
WWW.PALKOM.LT

Vasara Druskininkuose – visada tobulas laikas atostogoms

Daugeliui šiltasis sezonas asocijuojasi su poilsiu prie jūros, tačiau lietuviška vasara ne visada dosni puikiu oru, o ir atšiauri Baltija ne taip dažnai vilioja į bangas. Tačiau Druskininkai smagiausias bei turiningiausias atostogas gali garantuoti kasdien ir bet kuriuo oru. Šiandien seniausią šalies kurortą garsina ne vien šimtametės sveikatinimo tradicijos. Štai 10 populiariausių priežasčių, kodėl verta atvykti į Druskininkus.

1. Mineralinių vandenių galia

Druskininkuose, kuriuose veikia daugiausiai sveikatingumo centrų Lietuvoje, per metus išpilstoma beveik 33 mln. litrų mineralinio vandens. Jis pripildo ne tik vonias ir baseinus, garuoja pirtyse, veržiasi iš fontanų, šniokščia kaskadose, bet ir leidžiasi sniego pūkeliais slidinėjimo trasose. Sūriausias Druskininkų vanduo – vienas jo litras prisodrintas net apie 52 – 56 g mineralinių medžiagų – trykšta iš atviro Grožio šaltinio. Daugeliui Lietuvoje žinomas ir kurorte išgaunamas „Druskininkų Rasa“, „Akvilė“, „Uniqa“ bei „Hermis“ mineralinis vanduo.



2. Galybė sveikatinimo procedūrų

Druskininkuose veikiančiose devyniose gydyklose ir įvairiuose SPA centruose atliekama daugiau nei 1350 skirtingų procedūrų. Tai aprėpia ir tradicines gydomąsias programas, ir šiuolaikines sveikatinimo bei diagnostikos metodikas. O turintieji tik kelias dienas viešnagei, laukiami įvairiuose kurorto SPA kompleksuose. Be kitų procedūrų, čia svečiai kviečiami pasilepinti terminiu masažu nefrito akmenimis, nesvarumo terapija, šiluminėmis rankų kaukėmis ar įvairiomis kitomis procedūromis.



3. Nuo sniego vasarą iki tropikų žiemą

Druskininkai bet kuriuo metų laiku gali pasiūlyti turinčių pramogų visai šeimai. Net žvarbią žiemą čia galima pasijusti it pietų kurorte – Vandens parke oro temperatūra visada siekia 30-31, o baseinų vandens – 26-27 laipsnius šilumos. Tuo metu, vasaros įkarštyje pasiilgus žiemos, taip pat neprireiks stebuklų lazdelės – tereikia praverti „Snow Arenos“ duris, kur vidutinė temperatūra svyruoja nuo 2 iki 4 laipsnių šalčio, o pažangiosios technologijos slidinėjimo trasas leidžia aprūpinti šviežiu, jokių cheminių priedų neturintiu sniegu.



4. Džiaugsmas gyventi aktyviai

Druskininkai gali pasiūlyti įvairių laisvalaikio formų, kurios skatina kuo daugiau judėti gryname ore. Apie 60 km kurorto dviračių trasų driekiasi miesto takais, Nemuno ir ežerų pakrantėmis. Be dviračių, taip pat galima išbandyti elektrinius paspirtukus bei velomobilus. Aktyvaus laisvalaikio entuziastai Druskininkuose ras ir teniso kortus, tinklinio, krepšinio, futbolo, paplūdimio teniso aikšteles bei golfo aikštyną, o ekstremalių potyrių gerbėjai laukiami „UNO“ nuotykių parke.



5. Gastronominių atradimų maršrutai

Druskininkai pelnytai didžiuojasi įvairialype virtuve – kurorto maitinimo įstaigos siūlo nuo tradicinių tautinių iki prašmatniausių aukštosios gastronomijos patiekalų. Tad čia galite atrasti ir egzotiškiausius pasaulio skonius: gardžiuokitės Samarkando blyneliais, norvegišku šakočiu, jūrų gėrybėmis ar net dilgėlių ledais. Tuo metu šviežiausių ekologiškų produktų rytais dairytės tiek vietinių, tiek miesto svečių pamėgtame Druskininkų turguje.



6. Tyras oras, o kai kur – net švaresnis nei kalnuose

Nors Druskininkai išpopuliarėjo dėl čia vinguriuojančių gydomųjų versmių, kurorto oras irgi yra ypatingas. Aplink nėra pramonės ir kitų taršos šaltinių, todėl miestą supantys pušynai gerai išvalo orą ir prisotina jį eteriniais aliejais. Norint dar geresnių sąlygų kvėpavimui, vertėtų aplankyti K. Dineikos sveikatingumo parką ir jame esantį jonizacijos paviljoną. Pastarasis ypatingas tuo, kad ten kvėpuojama dar švaresniu, neigiamais jonais prisotintu oru, kurio koncentracija šiame paviljone yra kone 100 kartų didesnė nei kalnuose.

7. Nuostabus romantiškas pabėgimas

Druskininkai – ideali vieta sužadėtuviams, tuoktuviams ar tiesiog romantiškam vakarui. Pasivaikščiojimas po žvaigždėmis, vakarienė žvakių šviesoje, masažai dviem bei kiti kūną ir sielą lepinantys ritualai... Tobulam laikui su mylimu žmogumi Druskininkų viešbučiuose ir SPA centruose tikrai neprisistigs idėjų. Tad neabejokite: kad savo antrajai pusei galėtumė-

te padovanoti romantišką laiką, nebūtina laukti Šv. Valentino dienos arba kitos ypatingos progos.

8. Šventės, mugės, festivaliai

Vasaros sezoną atidaro miesto šventė – visame kurorte vyksta koncertai, parodos, o Druskonio ežero pakrantėje žaižaruoja lazerių, fejerverkų ir ugnies šou. Rugsėjūtį nuvilnija tradicinė Dainavos krašto folkloro šventė, taip pat šį mėnesį Druskininkuose susitinka šunų augintojai ir mylėtojai, nes čia vyksta šių keturkojų tarptautinė paroda. Per Žolinę smaguriauti kviečia gurmaniškasis Sūrių festivalis, o rugsėjo pabaigoje skelbiamos Turizmo dienos. Jau neatsiejama Druskininkų tradicija tapo ir kurorto centre, Pramogų aikštėje, nuo pavasario iki rudens įsikuriantis lauko kino teatras.



9. Gyva M. K. Čiurlionio dvasia

Genialaus Lietuvos kompozitoriaus ir dailininko Mikalojaus Konstantino Čiurlionio palikimu persmelkti visi Druskininkai. Jau antrą dešimtmetį kurorte rengiamas ne tik tarptautinis menų festivalis „Druskininkų vasara su M. K. Čiurlioniu“ – menininko kūrybai pažinti bei puoselėti – iškiliojo kūrėjo paveikslų reprodukcijos puošia ir miesto parkus bei alėjas. Čiurlionių šeimos kapą galima aplankyti senosiose Druskininkų kapinėse, o į kūrėjo tėvų namus kviečia M. K. Čiurlionio memorialinis muziejus.



10. Senųjų vilų žavesys ir autentiška

Klaidžiojant kurorto gatvelėmis džiugina tai vienur, tai kitur išnyrančios nuostabaus grožio medinės vilos. Lenkų valdžion patekusių Druskininkų XX a. I pusėje neaplenkė šveicariško stiliaus įtaka, o dar vėliau medinių namų statytojai perėmė Zakopanos architektūros stilių. Dauguma šių vilų yra restauruotos ir ne tik sėkmingai puošia kurortą bei džiugina akį, bet ir svetingai laukia užsukant – kai kurios jų šiandien veikia kaip viešbučiai ar privatus apartamentai nuomai.

Pažinkite kurortą: druskininkai.lt

Vasarą – į Žemaitijos nacionalinį parką, į Platelius



Vos šešiasdešimt kilometrų nuo pajūrio ir jūs jau – pačioje Žemaitijos nacionalinio parko širdyje – Plateliuose, kurie ir visoje Lietuvoje, ir už jos ribų garsūs daugybe dalykų: vienu švariausių Lietuvoje Platių ežerų ir jį juosiančiu dviračių taku, sovietmečio paslaptis atskleidžiančiu Šaltojo karo muziejumi, žemaitiškais Užgavėnėmis ir Joninėmis, sveitingomis, ne tik vasarą atviromis kaimo turizmo sodybomis. Beje, šiame Plateliai skamba ypač plačiai – miestelis gyvena Mažosios Lietuvos kultūros sostinės ritmu, o ateities planuose – siekis tapti kurortine vieta.

„Kai manęs klausia, kuo patrauklūs Plateliai, neabejodamas atsakau, jog didžiausia mūsų krašto vertybė – gamta: švarūs išpūdingo grožio ežerai ir gaivą dovanojantys miškai. Nors turistai mus tapatina būtent su Platių ežerų, aplink turime ir kitų poilsiautojus traukiančių ežerų: Beržoro, Ilgio, Žiedelio ir kitų. Mūsų Platių ežeras – su daugybe salų, sutvarkytomis prieigomis prie vandens, svečių laukiančiomis kaimo turizmo sodybomis“, – pasakoja Platių seniūnas Robertas Šimkus.

Kitas daug turistų pritraukiantis objektas – Platių ežerą juosiantis, aktyvų poilsį ir išpūdingus reginius dovanojantis 24 kilometrų ilgio dviračių ir pėsčiųjų takas. Šalia ežero – galimybė išsinuomoti paprastą ar skaidrią valtį, vandens dviratį, burlentę, jachtą ar kitą vandens pramogų priemonę. „Infrastruktūrą turim, bet, siekdami tapti kurortine vieta, pasiūlą auginsime ir nusivylusių Plateliais tikrai nebus. Bet ir dabar poilsiautojų poreikiai patenkinami, o mes pastebim: kas į Platelius atvyksta, vėliau būtinai pas mus sugrįžta“, – sako seniūnas.

Ne tik Lietuvos, bet ir užsienio turistus viliojantis objektas – Šaltojo karo muziejus. Tai vienintelė ekspozicija Europoje, kuri įkurta buvusioje Sovietų sąjungos požeminėje balistinių raketų bazėje Plokštinės kaime. Norite sužinoti apie Šaltojo karo laikotarpį, pamatyti, kaip atrodė požeminė raketų bazė, išgirsti, kaip ji buvo statoma, kaip veikė ir kokią grėsmę kėlė visam pasauliui? Tuomet būtinai užsukite į Plokštinę.

Be šio, turistams ypač įdomus ir dar vienas išskirtinis objektas – vienintelis Lietuvoje Užgavėnių kaukių muziejus su daugiau nei 250 velnių, raganyų, ožių ir kitokių „ličynų“. Tiesa, išskirtinės ne tik platiškių Užgavėnių kaukės, bet ir





pačios Užgavėnės, kvepiančios blynais, alsuojančios senosiomis tradicijomis ir žadančios daug linksmybių.

Kita prie senųjų žemaitiškų tradicijų gražinanti ir daugybę žmonių į Platelių sukviečianti šventė – Joninės, po jų – Petrinės. Pastarąsias plateliškiai pradeda šv. Mišiomis Šv. Petro ir Povilo bažnyčioje, kuri – įspūdingai graži ir viena seniausių medinių bažnyčių Lietuvoje. Dar senesnė už ją – prie Platelių prigludusio Beržoro bažnytėlė su 14 Kryžiaus kelio koplyčių. Ši bažnyčia – svarbi katalikų piligrimystės vieta.

Dar labiau piligrimai yra pamilę kitą Žemaitijos nacionalinio parko miestelį – Žemaičių Kalvariją, kurioje kiekvienų metų liepą vyksta XVII amžių menantys ir tūkstančius maldininkų čia sutraukiantys Didieji Žemaičių Kalvarijos atleidai. Jų metu tikintieji meldžiasi ne tik Švč. Mergelės Marijos apsilankymo mažojoje bazilikoje, kuri garsi stebuklingu Švč. Mergelės Marijos su Kūdikiu paveikslu, bet ir eidami 7 kilometrų ilgio, 20-ies stočių Kryžiaus kelią.

„Esame patrauklus ir tiems, kas nori pažinti, ir tiems, kurių tikslas – pailsėti. Švarus ir skaidrus ežeras, jį juosiantys miškai, grafų Šuazelių laikus menantis parkas ir dvaras. Viskas, apie ką kalbėjau, – tarsi mūsų vizitinės kortelės, be kurių Plateliai neįsivaizduojami. Kaip ir be žemaitiškas dainas traukiančio folkloro ansamblio „Platelė“, be geriausios šalyje lietuviško ritinio komandos ir be gausaus būrio talentingų šio krašto tautodailininkų. Turėdami tiek daug, norime dalintis – atvykite, pažinkite, ilsėkitės, džiaukitės“, – ragina Platelių seniūnas Robertas Šimkus.



Nuotraukos Giedriaus Norvaišo, Rovenos Augustinės ir Vlado Orlovo.

Šakiai – poniškų privilegijų kraštas!



Gelgaudiškio dvaras (nuotr. Šakių TVIC)

Šakių regionas keliautojus kviečia prisiminti poniškas privilegijas – lankyti dvarus ir etnografines sodybas, ragauti didikų laikų gurmaniškus, neįprastus arba valstietiškus, tradicinius patiekalus, pasigrožėti kvapą gniaužiančiais vaizdais nuo piliakalnių, degustuoti vietinės gamybos vynus, susipažinti su medžioklės istorija, rasti Napoleono lobį ar aplankyti muziejų, skirtą bulvei, kadaise buvusiai tikru karališku delikatesu. O kur dar tradicija tapę koncertai ir festivaliai, kurie kasmet organizuojami rajono dvaruose ar bažnyčiose! Tikra poniška privilegija apsilankyti Šakiuose, kur turistinių objektų gausa ir teikiamų paslaugų įvairovė stebina tiek pačius mažiausius, tiek jau daug mačiusius keliautojus.



ekskursijos ir edukacinės programos.

Visiškai netoli Gelgaudiškio, panemunėje raudonais čerpių stogais šviečia Kidulių dvaras. Nemažiau svarbus, įsikūręs nuostabioje vietoje – ant aukšto kalno kairiajame Nemuno upės krante, krašto istorijos ir kultūros vingius menantis Ilguvos dvaras. Tęsiant Užnemunės dvarų istoriją, rekomenduojama apsilankyti dar viename Šakių rajone esančiame Žemosios Panemunės dvare.

Kasmetiniai vasaros renginiai, kuriuos verta aplankyti Šakiuose, Zanavykų krašte:

1. Klasikinės muzikos festivalis „Beatričės vasaros“;
2. Mėlynių festivalis;
3. Muzikiniai penktadieniai Gelgaudiškio dvare 19 val.

Norintiems pažinti Šakių rajono dvarus, tačiau tuo pačiu ieškantiems gamtos ir naujų potyrių derinio, kelionę patartina pradėti nuo XIX a. vidury įkurto Zyplių dvaro ansamblio. Įspūdingame Zyplių dvaro ansamblyje išlikusiame virtuvės pastate nuo 2017 metų veikia restoranas „Kuchmistrai“. Čia galima pažinti ir vietinės zanavykiškos virtuvės perliukus, ir išragauti bene vienintelio Lietuvos kuchmistro ruoštus patiekalus pagal aukštosios virtuvės ir šiuolaikinės kokybės standartus.

2021 metais ansamblyje duris atvėrė pirmasis regione išmanusis viešbutis „Zyplių dvaro oficina“, veikiantis išlikusioje ofcinoje. Istorinė dvasia čia suderinta su 4 žvaigždučių komfortu ir leidžia mėgautis viešnagė užmiesčio rezidencijoje.

Dar vienas „perlas“ XIX a. Šakių rajono architektūrinio paveldo lobyne yra klasicistinio stiliaus Gelgaudiškio dvaro rūmai. O ant vaizdingo Nemuno upės šlaito įsikūrusi, didingus laikus menanti Gelgaudiškio dvaro sodyba yra kultūros paveldas. Nuo 2010 metų čia vyksta įvairiapusė kultūrinė ir šviečiamojo pobūdžio veikla, organizuojami klasikinės muzikos koncertai, vedamos teatralizuotos

 Visitsakiai.lt  +370 637 47773



**Turizmo
vadybininkė**
+370 637 4 777 3
vadyba@paibatic.lt
V. Kudirkos g. 61,
LT-71126 Šakiai
VIIJ „Šakių turizmo ir
verslo informacijos
centras“





Bendra kelionių akcija po Latviją ir Lietuvą „Pažinkime kaimynus Žiemgaloje!“ 2023

Jau septintus metus iš eilės, gegužės 1 – rugpjūčio 30 dienomis, Latvijos Bauskės apskritis bei Lietuvos Biržų, Pasvalio, Pakruojo ir Joniškio rajono savivaldybės organizuoja bendrą turizmo kelionių akciją „Pažinkime kaimynus Žiemgaloje!“. Kelionių akcijos tikslas – skatinti turizmo plėtrą Latvijos ir Lietuvos pasienio regione, kuriant bendrą turistinį maršrutą ir populiarinant turistinius objektus bei įmones.

Kelionių akcijoje gali dalyvauti visi Latvijos ir Lietuvos gyventojai, sulaukę 7 metų, kartu su šeima ir draugais. Visi objektai, kurie yra įtraukti į akciją, pasiekiami bet kuriuo paros metu, įėjimo mokesčio nėra! Akcijos metu dalyviai turi aplankyti 16 objektų, kurie (kiekvienais metais vis kiti) yra įtraukiami į akcijos lankytinas vietas, atlikti užduotėlę kiekviename sustojime ir pasidaryti asmenukę prie lankomo objekto. Dalyvis, pateikęs teisingą užduoties atsakymą ir nuotrauką (telefone ar fotoaparate), kurioje matosi jis pats ir akcijos objektas, gaus antspaudą akcijos lankstinuke, atvykęs į bet kurį anksčiau minėtų savivaldybių Turizmo informacijos centrą.

Akcijos dalyvis iki rugsėjo 1 d. pateikęs teisingai užpildytą kelionių akcijos lankstinuką į Bauskės, Vecumniekų, Biržų, Pakruojo, Pasvalio ar Joniškio turizmo informacijos centrus, galės pretenduoti į pagrindinį prizą – vieną iš 8 dviračių. Baigiamasis renginys ir nugalėtojų apdovanojimai bus organizuojami 2023 m. rugsėjo 9 d. Skaistkalnėje (Latvija).

Daugiau informacijos apie kelionių akcijos objektus, taisykles, taip pat akcijos teritorijas ir renginių turizmo informaciją rasite „Facebook“ puslapyje @kaiminizemgale ir svetainėje šia nuoroda: <https://sites.google.com/view/kaiminizemgale/nolikums-nuostatai>

*Maloniai kviečiame dalyvauti! Mes laukiame Jūsų!
Kaimini Zemgale komanda*

KVIEČIAME DALYVAUTI LATVIJOS IR LIETUVOS PASIENIO KELIONIŲ AKCIJOJE

„Pažinkime kaimynus Žiemgaloje!“



NUO GEGUŽĖS
1 D. IKI RUGPJŪČIO 30 D.

APLANKYKITE 16 OBJEKTŲ
Bauskės, Biržų, Pasvalio,
Pakruojo ir Joniškio rajonuose

ir LAIMĖKITE PUKIUS PRIZUS
8 dviračius

Akcijos bukletus-žemėlapius galima gauti
vienam iš turizmo informacijos centrų:
Bauskės, Vecumniekų, Biržų, Pasvalio,
Pakruojo arba Joniškio!

Daugiau informacijos:
Facebook Kaiminizemgale





„Elitsun“ – tai ne tik efektingas pavadinimas. Už viso to slepiasi ypatingas dėmesys kiekvienam klientui, prabangi išpuoselėta aplinka, pritraukianti net ir Lietuvos žvaigždes. Tik čia kiekvienas klientas pasijus svarbus ir išklausytas, o profesionalus, savo darbą išmanantis personalas pasidalins rūpima informacija apie sveiko įdegio išloikymą.

SOLIARIUMAI

DOVANŲ KUPONAS

5.00 Eur. deginimosi paslaugoms;

- -20% nuolaida visai įdegio kosmetikai;
- -20% nuolaida šviežiai spaustoms, ekologiškomis morkų sultims.

*Skrajutė galioja vienam asmeniui vieną kartą.
(Bus prašomas asmens dokumentas).



Aušros g. 20, Kaunas Tel. nr. +370 655 17767
 Velvečių g. 150C, Kaunas Tel. nr. +370 634 77444
 Baltų pr. 13, Kaunas Tel. nr. +370 677 30779
 Naujojo Sodo g.1, Klaipėda Tel.nr. +370 640 47724

info@elitsun.lt www.elitsun.lt www.shop.elitsun.lt



Pirmasis pasaulyje soliariumas su Porsche DNR!



megaSun



KIETAS KURŠIŲ KRĀSTAS

#IKVĒPTI SKUODO

Latvija

Skudoda

Latvija



IŠBANDYK ŽAIDIMĄ!

SURASKY SĖKMES VERTUS



PAŽINK KITOKI SKUODAI!



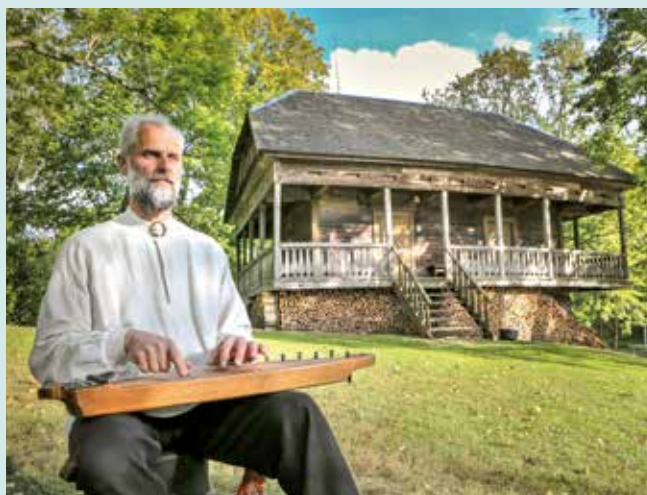


Krekenavos regioninis parkas

Parko plotas – 11 968 ha. Parkas įsteigtas 1992 metais. Teritorija driekiasi abipus Nevėžio slėnio, aprėpia dalį Krekenavos, Upytės, Naujamiesčio ir Ramygalos seniūnijų bei dalį Surviliškio seniūnijos Kėdainių rajone. Čia išlikęs Nevėžio senslėnis su daugybe intakų ir senvagės liekanų. Plyti moreninės lygumos, vietomis pajvairintos aliuvinės kilmės banguotu ir kauburiuotu paviršiumi. Parke vyrauja drėgni, daugiausia mišrūs medynai, vietomis yra ažuolynų bei uosynų. Randama daugiau kaip 800 augalų bei gyvūnų rūšių, tarp jų nemažai retų ir saugomų.

Iš buvusių 20 dvarų parko teritorijoje dvarų likę tik sodų fragmentai. Išlikę Linkavičių-Slabados, Ūdrų dvarų architektūros ansambliai, Daniliškio ir Rodų dvarų terasiniai parkai, Levaniškio dvaro parkas.

**Krekenavos regioninio parko
direkcija ir lankytojų centras**
Dobrovolės k. 2, Krekenavos sen., Panevėžio r.
+370 45 45 40 40, +370 45 59 36 48
krekenavosl@krpd.am.lt
506647, 6157494 (LKS)
55.552335, 24.105348 (WGS)



Knygnešių ir Juozo Tumo-Vaižganto muziejus

Vienintelis unikalus knygnešių muziejus visoje šalyje žinomas kaip vienos didžiausių knygnešių bendruomenės „Garšviai“ susibūrimų vieta. Ekspozicija įkurta 1987–1991 m. Tarp ažuolinių svirno grindų bei svirno lubų buvo slepiama uždrausta lietuviška spauda. Svirnas sietinas su rašytojo Juozo-Tumo Vaižganto veikla, klebonavimu Vadtakėliuose (1902–1905). Rašytojas padėjo knygnešiams rūšiuoti spaudą, ją slėpti, rinko aukas lietuviškos literatūros spausdinimui, mėgo ilsėtis svirno antrame aukšte.

Muziejus organizuoja edukacinius užsiėmimus: „Knygnešių pasakojimai“, „Juozas Tumas-Vaižgantas – linų ir kanapių dievas“.

Ustronės k., Panevėžio r.
+370 698 71162
www.panrbiblioteka.lt



Pašilių stumbrynas

Tai viena įspūdingiausių atrakcijų Panevėžio rajone, kur galima pamatyti didžiausius Europos gyvūnus – Lietuvos stumbrus. Dar XVI a. visoje Europoje plačiai paplitę stumbrai Lietuvoje buvo išnaikinti iki 1854 m.

Europos stumbrai įrašyti į tarptautinę „Raudonąją knygą“. Būsime maloniai nustebę pamatę, kokie stumbrai gali būti draugiški su kitais aptvare besiganančiais gyvūnais.

Petriškių k., Krekenavos sen., Panevėžio r.
+370 45 44 87 11, +370 615 17701
panevezys@vivmu.lt
www.vivmu.lt
513702, 6158131 (LKS)
55.557904, 24.217176 (WGS)



Upytės tradicinių amatų centras

Upytės dvarvietėje įkurtas Tradicinių amatų centras. Namas pastatytas pagal aukštaitiškąjį modelį. Centre pastatytos žiedimo staklės, dvi keramikos krosnys. Norintieji gali išmokti linus minti, verpti, austi. Mėgstantys šeiminkauti mokomi spausti linų sėmenų aliejų, pasigaminti įvairiausių patiekalų.

Ėriškių g. 16B, Upytės k., Panevėžio r.
+370 626 57 415
eriskiuk@gmail.com
55.647019, 24.226585 (WGS)
LANKOMA IŠ ANKSTO SUSITARUS



PALANGOS KULTŪROS IR JAUNIMO CENTRO KAMERINIS CHORAS: NUO PASIDAINAVIMO SAVO MALONUMUI IKI TARPTAUTINIO PRIPAŽINIMO

Choras apie save: „Palangos kultūros ir jaunimo centro kamerinis choras – tai muziką pamilusių žmonių kolektyvas, kurio didžiulis džiaugsmas yra skleisti muzikos grožį ir būti išgirštiems. Susibūrėme iš didelės meilės muzikai, noro dainuoti ir tikėjimo, jog įmanoma kasdienybę nuspalvinti gražesniais spalvomis. Choro siekis – įžiebtį kaitrią ugnį klausytojų širdyse. Kaip patys sau sakome – susitikome tam tikru laiku, tam tikroje vietoje ir tuo labai džiaugiamės...“

Palangos kamerinio choro pradžia. Pasak choro įkūrėjo ir vadovo Edmundo Jucevičiaus, pradžių pradžia – nuo tobulo nulio: „Kąkada Palangoje su bičiuliais dainavome vokaliniame ansamblyje „Savo malonumui“. Per kūrybinės veiklos kelionę džiaugėmės galėdami dalyvauti Palangos miesto kultūriniame gyvenime: dainavome Palangoje, tapome geriausiu vokaliniu ansambliu Lietuvoje neprofesionalių

kolektyvų konkursuose „Sidabriniai balsai“ ir „Kur aukštas klevas“, teko koncertuoti ir Prancūzijoje. Po penkerių dainavimo metų iškilo dilema – ką darome toliau? Žvaigždės ir likimai sudėliojo viską taip, kad kai kurie išsiskirstė, kai kurie pasiliko ir gavosi tai, kas esame dabar... Norėjosi mišraus vokalinio kolektyvo, kurio Palangos miestas dar neturėjo. Radę laisvą vokalinių nišų kvietėme visus, kurie tik norėjo

dainuoti. O paskui savaime viskas prasidėjo. Pirmieji choro koncertai Palangos kurhauze, Palangos koncertų salėje, Palangos Švč. Mergelės Ėmimo į dangų bažnyčioje, Palangos gintaro muziejuje.

Šiandien dauguma Palangos miesto kultūrinių renginių neapsieina be kamerinio choro pasirodymų, chorinės muzikos šventės **CANTATE PALANGAI.**

Pasiekimai ir įvertinimas. Palangos kamerinio choro veikla aukštai įvertinta ne tik šalies, bet ir tarptautiniu mastu. Lietuvos nacionalinis kultūros centras chorui skyrė aukščiausią įvertinimą ir suteikė I kategoriją. Kolektyvas laimėjo geriausio šalies chorinio debiuto prizą, o 2019 m. kaip geriausias naujai susikūręs mėgėjų meno kolektyvas ir vadovas apdovanotas Aukso paukšte. Daug koncertų surengta įvairiuose Lietuvos miestuose, sėkmingai pasirodyta užsienyje. O nuo 2018 metų kasmet, tarsi kopdamas į chorinės muzikos Olimpą, Palangos kamerinis choras džiugina tarptautiniais apdovanojimais:

- PRAGA CANTAT – 2018 (Čekija) chorų konkurse buvo įvertintas Aukso diplomu mišrių chorų kategorijoje.
- INTERNATIONAL CHOIR COMPETITION&FESTIVAL KALAMATA – 2019 (Graikija) – liaudies muzikos kategorijoje įvertintas aukso diplomu ir I lygio (aukščiausio)



chorų kategorijoje įvertintas sidabro diplomu.

- HULL INTERNATIONAL CHOIR COMPETITION – 2023 (Jungtinė Karalystė) – mišrių chorų kategorijoje įvertintas aukso diplomu, o sakralinės muzikos kategorijoje – sidabro diplomu.

Palangos kamerinio choro ir jo vadovo Edmundo Jucevičiaus kūrybinis kelias tęsiasi ir jis yra įveikiamas tik dėl bendro darbo, spinduliuojančio meile dainai.



Beje, ateinančiais 2024 metais Palangos kultūros ir jaunimo centro kamerinis choras minės 10-ties metų kūrybinės veiklos sukaktį.



Fotografas Aldas Kazlauskas: „Niekad nepavargstu nuo savo darbo!“

Jurgis Pajūris

Prieš fotografo Aldo Kazlausko objektyvą yra tekę atsidurti ne vienam Palangos kurorte apsilankiusiam ar gyvenančiam žmogui. Gerą dešimtmetį skaičiuojanti palangiškio fotografo karjera spėjo A. Kazlauskui suformuoti savitą braižą, nors, kaip teigia jis pats, ši sritis reikalauja nuolatinio tobulėjimo, ieškojimo tiek meniniu, tiek technologiniu, tiek techniniu aspektu. Su ant kaklo besisupančiu fotoaparatu Aldas nuolat sukasi miesto renginiuose, taip pat specializuojasi komercinėje fotografijoje. Tad jam atsikvėpti nuo savo tiesioginės veiklos nėra kada, kasdien pradedant su fotoaparato objektyvu rankose anksti ryte ir baigiant vėlai vakare.

Fotografuojant svarbios visos detalės

Nors A. Kazlauskas savęs tikrai nevadina pramogų verslo atstovu ar šiuolaikiškai madingai „influenceriu“, tačiau apie Palangos renginius ir aplinkinių miestų įvykius žino išties nemažai, nes daugelyje jų tenka ne tik sudalyvauti, bet ir dirbti fotografu. Kaip teigia pats Aldas, smagiausia fotografuoti renginius, koncertus, kur sutinki daug įdomių žmonių – tai savaip kompensuoja bendravimą tokioje „vienišiaus“ profesijoje.

„Taip pat labiausiai mėgaujosi savo darbu neįpareigojančioje fotografijoje. Kai fotografuoji tik savo malonumui, tada atsiveria erdvė naujoms idėjoms, ieškojimams, eksperimentams, kuriuos vėliau perkeli ir į komercinę fotografiją“, – sakė fotografas.

Paklaustas apie fotografavimo subtilybes ir ar patiria adrenalina, jaudulį, Aldas tik *šypneli*: „Manau, kiekvienas darbas ar vykdoma veikla reikalauja atsakingo požiūrio ir pasiruošimo. Daugeliui gal tik atrodo, kad ateini į renginį atsipalaidavęs ir prisidariei nuotraukų. Tačiau realybė reportažinėje renginių fotografijoje yra kiek kitokia. Išties tenka pasijaudinti prieš beveik kiekvieną renginį. Čia svarbu apgalvoti visą renginio scenarijų, pasirinkti savo vietą, kad ir žiūrovams neužstotum vaizdo, o ir kadras gautųsi pilnas, tinkamu kampu ir apimtimi. Taip pat specializuojasi ir interjerų (viešbučių, apartamentų, restoranų)



fotografijoje. Tačiau čia yra tik smagioji fotografijos dalis – nemenką dalį savo darbo laiko tenka praleisti prie kompiuterio „spalvinant“, „retušuojant“ ir kitaip ieškant nuotraukų pateikimo idėjų. Stengiuosi vis tobulinti šią sritį, nes nežinau, kada ir kokiam pasaulio gale galiu atsidurti. Būdamas fotografu juk gali dirbti bet kurioje pasaulio vietoje. Savo darbų aplanke jau turiu interjerų, kuriuos fotografavau ne tik Lietuvoje, Latvijoje, Ispanijoje, Didžiojoje Britanijoje, bet ir Vietname, Filipinuose“.

Apdovanojimai įpareigoja tobulėti

Pasiteiravus apie savo veiklos įvertinimus, palangiškis fotografas prisimena jam įteiktus du apdovanojimus: „Pats savo noru tikrai nesu aktyvus jokiuose fotografų ar fotografijų konkursuose bei vertinimuose, o ir jokiaje komisijoje mane vargu, ar išvystumėte. Smagiausias momentas išstinka, kai esu įvertinamas už fotografavimą savo malonumui, kitaip už vadinamą „rehab““. Po įtemptos fotosesijų dienos, sąmoningai einu fotografuoti gamtos ar pajūrio, nes tai mane geriausiai atpalaiduoja ir perkrauna. Komercinė fotografija, kaip bebūtų, labai įpareigoja prieš užsakovus. Visada ieškau maksimaliai geriausio rezultato. Tad tiesiog pasi-vaikščiøjimai prie jūros ir fotografavimas savo malonumui labai perkrauna smegenis ir suteikia energijos tolimesniems projektams. Čia nebelieka įsipareigojimų, tiesiog mėgavimasis aplinka ir Palanga: gavosi geri kadrai – gerai, nesigavo – taip pat gerai. Pats laikas Palangos pajūryje visada tinkamas – jūra žavi visais metų laikais: ir kai ramiai banguoja, ir kai šėlsta per audras. Iš tiesų žaviuosi, kokia Palanga yra įvairiapusė. Man savo darbu norisi kuo daugiau patiems lietuviams parodyti, kad Palangoje yra gera visais metų laikais, kaip smagu čia leisti laiką. Savaip labai stengiuosi prisidėti prie Palangos pajūrio populiarinimo, juk pats esu palangiškis. Buvo atvejis, kai gatvėje susistabdė lietuviai, gyvenantys Norvegijoje, ir pasakė, kad mano darytos pajūrio nuotraukos juos paskatino atvykti į Palangą. Galbūt dėl tokių momentų niekada nepavargstu nuo savo darbo.

O grįžtant prie apdovanojimų temos, tai esu gavęs Palangos gražinimo Lietuvai 100-mečio atminimo medalį su nominacija „Už nuopelnus Palangai“. Kitas ne ką mažiau netikėtas apdovanojimas gautas atvykus fotografuoti Palangos Rotary bei Viešbučių ir restoranų asociacijos paramos vakaro. Man buvo įteikta Padėkos statulėlė, bet iš netikėtumo net tikslios nominacijos formuluotės neįsiminiau, bet tai buvo kažkas už Palangos miesto patrauklų pristatymą socialinėje erdvėje bei žiniasklaidoje. Šie apdovanojimai įpareigoja dar daugiau stengtis ir tobulinti savo fotografijos įgūdžius bei žinias“.

Įsimintiniausias fotoreportažas šiemet – pašvaistė pajūryje

Bandydamas atsimiti pačius ekstremaliausius, netikėčiausius kadrus šiemet, Aldas įvardija Šiaures pašvaistės užfiksavimą pajūryje.

„Pašvaistę teko „sumedžioti“ net porą kartų: vasario ir balandžio mėnesiais. Tiesa, gyvai ją visomis spalvomis mačiau tik kelias minutes, o pasėdėti ir pašalti pajūryje teko apie 3–4 val. Vasario mėnesį buvau sporto klube, kai gavau pranešimą apie didelę tikimybę pamatyti pašvaistę pajūryje. Negalėjau praleisti tokios progos, tad viską metęs išlėkiau į pajūrį. Per skubėjimą net šiltesnių drabužių nepasiėmiau. Labai sušalau tuomet, bet tos kelios akimirkos atpirko viską. Balandžio mėnesį buvo jau ir šilčiau, ir žinojau, kad teks praleisti kelias valandas pajūryje, tad šiltesniais rūbais pasirūpinau pirmiausia. Jei galima tikėti socialinių tinklų statistika, tai šis reportažas sulaukė virš milijono peržiūrų.

Tarp apskritai gyvenime įsimintinų fotografavimo vietų, priskirčiau interjerų fotografavimą Azijoje. Kai atsuki mintyse laiką atgalios, atrodo, kad nebūtum apie tai net pagalvojęs. Bet ėmė ir taip atsitiko gyvenime. Tad visada sakau, kad svajonės pildosi.

Dar viena tokia įsimintina istorija nutiko kažkurią pastarųjų metų žiemą, kai tiltas buvo apšalęs dideliais varvekliais, vadinamomis „drambliu kojomis“. Pasidalinau nuotraukomis socialiniame tinkle ir parašiau, ar atsirastų drąsuolis (-ė), kuris norėtų fotosesijos jūroje tarp ledų. Ir mano nuostabai, netikėtai atsirado drąsi mergina, kuri ryžosi šiai avantiūrai. Atsimenu, kaip pats šalau toje fotosesijoje būdamas ant kranto, o ji lediniame vandenyje sau turškėsi. Galvojau, kad tik viskas gerai baigtųsi (šypsosi)“.

Palangą atradau iš naujo

Fotografas Palangą jau aktyviai populiarina ne vienerius metus. „Palangą tikriausiai esu iš naujo atradęs jau penkti-šešti metai. Per šį laiką jau tikriausiai neliko nei vienos žiniasklaidos priemonės, kurioje nebūtų skelbtos mano nuotraukos. O pradžioje viskas vyko labai paprastai. Grįžęs iš užsienio pamačiau, kad Palanga niekuo nenusileidžia kitiems kurortams, o kai kuriais atvejais net pralenkia. Man labai norėjosi Palangą parodyti gražiausiu kampu viešojoje erdvėje. Tad ligi šiol portaluose galite išvysti mano fotoreportažus apie žmonių srautus Palangoje. Tikiu, kad tinkamai vizualiai pristatysiu miestą, jį norės aplankyti vis daugiau svečių. O ir kartais patiems palangiškiams svarbu priminti, kokiam nuostabiame kurorte mes gyvenam“, – įsitikinęs pašnekovas.

Išties palangiškio fotografo Aldo Kazlausko turima fotografijų kolekcija yra įspūdinga. Nenuostabu, kad tarp jo kūrybos gerbėjų atsirastų norinčių įsigyti ir fotodroβę, ir fotoalbumą, ir kalendorių ar kito formato Palangos miesto vizualinį atsiminimą: „Viename viešbutyje galite aptikti sukabintų ant sienų net virš trisdešimties fotodroβių su mano darytomis nuotraukomis. Tad kartais net pajuokauju, kad savo darbų nuolatinę parodą jau esu surengęs“.

Paklaustas apie profesinius ateities planus, Aldas lengvai susimąsto, tačiau jų kol kas neišduoda: „Bijau garsiai svajoti, nes svajonės pildosi, tad kurį laiką viską pasilaikysiu tik sau. Nors savo gyvenimo kadro dar nepagavau“.

Jonas Kubilius: „Didžiausias mano gyvenimo laimėjimas ir džiaugsmas – žmona Aurelija ir dukrytė Izabelė“

Linus JEGELEVIČIUS

36 metų Jonas Kubilius, palangiškis politikos mokslų bakalauras, Demokratų sąjungos „Vardan Lietuvos“ kurorto skyriaus kandidatas 2023 metų tiesioginiuose mero rinkimuose Palangoje, šįkart liko be mero skeptro, tačiau iš jų gavo neįkainojamas pamokas. „Net suskaičiavau: tris tokias. Tačiau mano didžiausios žmogiškos pamokos – su dukrele Izabele, kuriai netrukus sukaks metukai“, – „Lietuvos pajūriui“ sakė J. Kubilius.

– Lietuvoje tiek daug žmonių su jūsų pavarde, kad galėtų susidaryti įspūdis, kad visi Kubiliai – ir jūsų proseneliai, ir seneliai – kubilus rentė ir jais sėmė vandenį iš šaltinių, upių ir ežerų. Domėjotės savo šeimos genealoginiu medžiu?

– Mano senelis yra kilęs iš Biržų rajono ir ten yra labai populiarūs Kubilių pavardė. Spėju, kad mano pro-prosenelis buvo kubilų, rėčkų dirbėjas. Beje, ir pats turiu pomėgį medinius laivus modeliuoti. Matyt, meilę medžiui paveldėjau iš giminės senelių.

– O tėvų teiravotės kodėl jus, gimusį prieš pat Nepriklausomybės atstatymą, o ne tarpukario Lietuvoje, Jonu pavadino?

– Prie to labiausiai prisidėjo mano močiutė Vlada Kubilienė, ir esu jai už tai labai dėkingas. O istorija labai paprasta, bet tuo pačiu ir žavi. Mano prosenelis buvo Jonas – kad pirmasis anūkas bus pavadintas Jono vardu, mano močiutė jau buvo suplanavusi labai seniai (*šypteli*). Prieš man gimstant, tėvams, kurie svarstė kitus vardus, buvo įteiktas „ultimatumas“, įvyko derybos ir močiutei jos geriausiai pavyko – gavau Jono vardą (*šypteli*).

– Gimėte Klaipėdoje, tačiau gyvenate Palangoje, ar ne? Palanga jums, šeimos žmogui, patogesnė?

– Išties, gimiau Klaipėdoje. Tačiau pirmieji mano gyvenimo žingsniai žengti Palangoje, kur Švč. Mergelės Marijos Ėmimo į dangų bažnyčioje ne vienerius metus vargonininku dirbo mano tėtis, o močiutė šioje bažnyčioje buvo solistė. Beje, dabar, grįžęs į Palangą, ir aš esu jos bendruomenės aktyvus narys.

Ką ir sakyti – Palanga yra puikus miestas šeimai, joje gera infrastruktūra, o kurorto augimo ir gražėjimo potencialas, mano akimis, dar tik pradėdamas išnaudoti.

– Šių metų pradžioje kaip Demokratų sąjungos „Vardan Lietuvos“ kandidatas dalyvavote tiesioginiuose Palangos miesto mero rinkimuose. Kokios yra vertingiausios jų pamokos jums?

– Kaip kandidatas į merus dalyvavau pirmą kartą. Jau dėkoju, bet labai norėčiau per jūsų žurnalą padėkoti



Jonas Kubilius buvo kandidatas į Palangos merus 2023-ųjų metų rinkimuose

Demokratų sąjungos „Vardan Lietuvos“ Palangos skyriaus nariams, kurie manimi patikėjo ir iškėlė mano kandidatūrą į Palangos miesto merus, o bendruomenei – už palaikymą. Nors šį kartą nelaimėjau rinkimų, bet praktinių pamokų gavau labai daug kaip politikas. Išmoktas vertingiausias

pamokas net suskirčiau į tris svarbiausias. Pirmą didžiausią pamoką – rinkiminę programą pradėk kurti likus dvejiems metams. Tinkamos rinkiminės programos sukūrimas, be abejonės, yra vienas iš didžiausių darbų rinkimų kampanijoje, nes pagal ją yra konstruojamas dialogas su bendruomene, sukuriama vizija ir ruošiamas veiksmų planas.

Antra išmokta pamoka – klasifikuok gyventojų keliamas ir eskaluojamas problemas. Tai leidžia efektyviau matyti problemų mastą ir eskalavimo prioritetą.

Trečia išmokta pamoka – fiziškai ir morališkai nusiteik ilgam rinkimų maratonui. Net tam, kad šeimos nematysi du mėnesius.

Ir dar – bet kuri rinkimų kampanija yra ir puikus būdas atsikratyti keliais nereikalingais kilogramais (*juokiasi*). Sulieknėjau (*juokiasi*)!

– Žiema, prieš rinkimus, stebėjau kandidatų į Palangos merus debatus. Tiesa, juose nedalyvavo dabartinis kurorto meras. Nepataikauju jums: mintis dėstėte labai sklandžiai – nemykėte ir nestenėjote, nesidrabstėte purvais ir aukso kalnų nežadėjote, idėjomis pasidalijote. Kaip oratorius, ko gero, dar neprilygstate romėnų Ciceronui, bet kalbate gerai. Kam esate dėkingas už retorikos gyslelę?

– Savo gyvenime ir profesinėje veikloje labai vertinu konkretumą, tikslumą. Didžiausią įtaką padarė tėvai, o profesinėje kelionėje buvo suteiktos visos galimybės toliau tobulinti savo retoriką, ypač komunikacijos įgūdžius.

Prisipažinsiu, kad, kaip politikas, nemėgstu kalbų apie viską ir tuo pačiu apie nieką. Visada norisi išlikti konkrečiam, o atsakymus pateikti su pavyzdžiais ir paaiškinimais.

– Sakėte, kad jums yra artima centro kairės politinė kryptis. Išverskite tai į žmonių kalbą: ką jums ji reiškia?

– Trumpai kalbant, tai reiškia, kad visi visuomenės nariai ir dalyviai pagal įstatymų nustatytas tvarkas moka mokesčius ir gauna vienodas privilegijas, gražą, socialinę apsaugą.

– Man truputį apmaudu, kad, net ir būdamas kandidatu į merus, nepatekote į naująją Palangos miesto tarybą. Skaičiavote, kiek jūsų skyriui trūko iki trečio mandato joje?

– Neskaičiavau, nes kam – šaukštai gi po pietų. Rinkimams įvykus, labiau gilinausi į išmoktas pamokas. Neslėpsiu, 2023 metų savivaldos rinkimai buvo skirti patikrinti savo žinias, išmėginti turimas kompetencijas, identifikuoti silpnąsias puses ir sukaupti patirtį tolesnėje politinėje kelionėje.

Tuo pačiu labai džiaugiuosi ir mūsų skyriaus sąrašo laimėjimais – bendruomenė mumis patikėjo ir į Palangos miesto savivaldybės Tarybą išrinko du labai patyrusius ir kompetentingus savivaldos politikus: Eleną Kuznecovą ir Domininką Jurevičių.

– Ko pasigendate Palangos politiniame ir viešajame gyvenime?

– Pasigendau daugiau kūrybiškumo ir ambicijų išmėginti kažką naujo. Pavyzdžiui, pamėginti įkurti Baltijos šalių kurortinių miestų asociaciją, o Palanga būtų šios organizacijos lyderė. Tokia asociacija dar labiau suvienytų aštuonių Europos Sąjungai priklausančių valstybių kurortinius miestus ir būtų galima tikėtis gauti papildomo tikslinio fi-

nansavimo kurortų vystymui iš struktūrinių fondų.

– Bet paskubėkite dabar pažerti ir komplimentų Palangai, kol negavote mediniu šaukštu per kaktą...

– Palangos miesto savivaldybė – viena iš Lietuvos perlių, čia yra gera gyventi ir ilsėtis. Kiekvienais metais kurortas gražėja, auga ir stiprėja. Tai yra ilgo įdirbio rezultatai, įgyvendinant miesto strateginį planą.

Didžiausią komplimentą tariau Palangos ir Šventosios gyventojams. Tai – stiprios bendruomenės, turinčios vertybes ir savotišką, žavią suformuotą kultūrą.

– Dirbate tarptautinėje kompanijoje UAB „Philip Morris Lietuva“. Kokią patirtį joje labiausiai vertinate?

– Šioje įmonėje jau dirbu 16 metų. Mano pirmas darbas joje buvo operatoriaus-transportuotojo, teko išmėginti jėgas dar kitose pozicijose. Dabar esu Gamybos palaikymo skyriaus vadovas.

Labiausiai vertinu įmonės suteiktą galimybę mokytis ir įdiegtą nuolatinio tobulėjimo kultūrą, nuolatos ieškant naujaujų ir pažangiausių sprendimų būdų vystant įmonės veiklą.

– Esate vedęs. Laimingai? Ar šeima jums – svarbiausia gyvenime?

– Taip, šeima man gyvenime svarbiausia, o didžiausias mano gyvenimo laimėjimas ir džiaugsmas – žmona Aurelija ir dukrytė Izabelė, kuriai greitai sukaks pirmi metukai (*šypteli*).

– Tik laiko klausimas, kuomet jūsų atžala surauks kaktą: „Tėti, mauk iš tos politikos... Gi kiekvienas dabar žino, kiek tu turi pinigėlių...“

– (*Juokiasi*). Jūs – teisus. Ir aš esu įsitikinęs, kad iš savo atžalos, anksčiau ar vėliau, tikrai sulauksiu tokio klausimo. O atsakymas bus pakankamai sudėtingas (*šypteli*): „Dukryte, tai – tėčio visuomeninė veikla ir pomėgis, o tu esi tas žmogutis, kuris skatina būti aktyviu visuomenės nariu ir prisidėti prie bendruomenės tikslų savo žiniomis, puoselėjant skandinaviską visuomenės socialinę filosofiją.“ Spėju, kad po tokio atsakymo iš dukros dar gausiu tuziną kitų klausimų apie politiką (*juokiasi*).

– Gali būti, kad jūs – jei ne būsimas Palangos meras, tai ateities Seimo narys. Ką norėtumėte pakeisti politikoje?

– Pirmiausia, nacionalinėje politikoje norėtusi pakeisti dialogą su visuomene. Vykdant reformas, priimant įstatymus ir t. t. turėtų būti laikomasi elementarių komunikacijos gairių ir paaiškinama, kodėl to reikia ir kaip tai turės įtakos mums bei panašiai.

– Jūsų pomėgiai – istorija, filosofija, laivų modeliavimas, futbolas, žvejyba. Kurie iš jų šiame jūsų gyvenimo etape svarbesni nei kiti?

– Šiuo metu mano visi pomėgiai siejasi su dukrele. Istoriją ir filosofiją nagrinėjame vaikiškose knygelėse. Laivų modeliavimo įgūdžius laviname dėliodami kaladėles, futbolo skanduotėmis pralinksminame dažną rytą, o žvejojimą patirtis praverčia „gaudant“ elektroninę įrangą ir ne tik ją.

– Kur šiemet visi atostogausite? Kokios atostogos jums – tobulos?

– Šiemet planuojame atostogas praleisti labai ramiai – čia, Lietuvoje. Susidėliojome maršrutą 10 dienų – planuojame aplankyti kelis rajonus, o kulminacija turėtų būti ekskursija po Ignalinos atominę elektrinę.

DOMUS MARIA – jaukus viešbutis Vilniaus senamiesčio širdyje, istoriniame vienuolyne šalia Aušros Vartų



Aušros Vartų g. 12, Vilnius
+370 5 264 4880, info@domusmaria.com
www.domusmaria.com



SHODAN

Karate Kyokushin Mokykla

SHODAN



**Karatė kiokušin klubas
„SHODAN”
Kviečiame sportuoti ir tave –
išbandyk save ir tapk stipriausiu!**

Mob.tel. +37060027030

El.p.: lukas@shodan.lt

www.facebook.com/groups/124641787757/?locale=lt_LT

www.shodan.lt



*Atsikračiusi 40 kg., Sandra
jaučia tarsi naujas žmogus.
Laimono Tamošiūno nuotr.*

40 kilogramų atsikračiusi Sandra Kakhiani: „Esu laiminga: išsilaisvinau iš savo paties kalėjimo!“

Linus JEGELEVIČIUS

Išvydę Sandrą dabar tokią lieknutę, vos 63 kilogramų – vos prieš metus ji svėrė 102 kilogramus, ne vienas akis išsprogina ar delnais pliaukšteli: „Tavęs neįmanoma pažinti!“ Po laparoskopinės skrandžio apylankos operacijos – jos metu buvo suformuotas mažesnis skrandelis, kuris buvo atjungtas nuo didžiojo – Sandra Kakhiani, populiaraus kurorto pabo „Resort pub“ direktorė ir siela, dabar neatsigina komplimentų ir jais nuoširdžiai mėgaujasi: „AČIŪ visiems!“ Sandra mielai atsakė į „Lietuvos pajūrio“ klausimus.

– Tokią liekną jus dabar išvydę žmonės stebisi ar, chm, baisisi?

– (Šypsosi). Stebisi ir giria. Mėgaujuosi visais komplimentais, o, tiesą pasakius, blogų dar neišgirdau. Ačiū Dievui.

– Turbūt tokia miela putlutė, kokia buvote iki neseniai, buvote nuo vaikystės?

– Taip, visada buvau stambesnė nei mano bendraamžės. Močiutė mane lepino blynais, tėtis – keptomis bulvėmis. Tarp kitko, mano mėgstamiausias patiekalas yra kugelis (šypsosi). Gerų valgymo įpročių niekada neturėjau – tik suaugusi ėmiau domėtis sveika mityba. Tačiau dėl viršsvorio niekada nesu sulaukusi jokių įžeidžių pastabų. Mokykloje net storule manęs niekas nevadino! (Juokiasi). Kai kurie žmonės, kuriems parodžiau savo fotografijas iki operacijos ir dabartines, nuoširdžiai stebisi: „Mes nepastebėjome, kad buvai tokia!“

– Vis tik kaip pasiryžote tam pjūviui?

– Seniai apie jį galvojau, nes turėjau valgymo sutrikimų. Aš save apdovanoju maistu. Man blogai – aš valgau. Man gerai – aš valgau. Gyvenimo malonumą patirdavau per maistą. Ko tik neišbandžiau mesdama svorį – ir sportą, ir angliavandenius ryte, baltymus vakare, ir keto, ir protarpinį badavimą, ir japoniškas dietas, ir kefyro. Net arbūzo dietą – penkias dienas valgiau vien arbūzus – niekas nepadėjo! Kiek numesdavau, tiek sugrįždavo dvigubai. Neslėpsiu: dėl savo viršsvorio aš visą gyvenimą kankinausi.

– Ką jums chirurgas padarė?

– Ne, skrandžio man neperrišo, nors dauguma taip mano. Man atliko skrandžio apylanką – jos metu buvo suformuotas mažesnis skrandelis, kuris buvo atjungtas nuo didžiojo. Dabar turiu apie 10 procentų savo turėto skrandžio. Tiesiog nėra skrandžio! (Juokiasi). Bet ir tą didįjį turiu savo kūne, tik, žinoma, jis nenaudojamas.

– Prieš guldama ant operacinio stalo „pasiguglinote“, kas gali laukti jūsų?

– Žinoma. Pirmiausia ant jo pasiunčiau vieną labai gerą savo draugą – jis per 10 mėnesių po operacijos numetė 52 kilogramus. Nedvejodama ir aš tam pasiryžau. Tai buvo

geriausias mano gyvenimo sprendimas (šypsosi).

– O ką jūsų artimieji, ypač jūsų mama sakė jums pranešus, kad operuositės?

– Visi mane palaikė! Mano draugas pats mane nuvežė operacijai į kliniką Kaune.

– Dėl ko jus prieš operaciją įspėjo chirurgas?

– Įspėjo, kad reikės naujų drabužių (juokiasi). Rimtai

„Gerų valgymo įpročių niekada neturėjau – tik suaugusi ėmiau domėtis sveika mityba. Tačiau dėl viršsvorio niekada nesu sulaukusi jokių įžeidžių pastabų. Mokykloje net storule manęs niekas nevadino! (Juokiasi).“

kalbant, aš pati chirurgo klausiau, ar galėsiu skrandį susigrąžinti, jei kada nors panorėsiu. Man pasakė: „Taip, galima.“ Tiesiog jis yra užsiūtas ir padėtas – ne šaldytuve, mano kūne. Nemanau, kad jo viso kada nors norėsiu.

– Psichologas jūsų nekonsultavo?

– Aš pati pas jį nuėjau. Jis nustatė, kad turiu valgymo sutrikimų.

– Tikrai nepatyrėte jokių šalutinių poveikių?

– Ne. Tik pradžioje vis dar norėjau kąsti didesniais kąsniais, bet iškart buvo bloga – akys dar nori, o kūnas jau tiek (maisto) nepriima.

– Koks didžiausias jūsų savijautos pokytis po operacijos?

– Neišpasakytas lengvumas, gera nuotaika, noras džiugtis visu gyvenimu. Dabar galiu greitai vaikščioti, sportuoti malonumui, nelipdama ant svarstyklių. Kai sulyginu savo nuotraukas – tas iki (operacijos) ir dabar, net nupurto mane: „Vau!“ Anksčiau aš nešiodavau drabužius maišus, o dabar jie – dviem dydžiais mažesni. Ir matau, kad dar vienu dydžiu jų mažesnių reikėtų! (Šypsosi). Man tai – didžiausias malonumas. Tų drabužių maišų atsikračiau per vieną vakarėlį – išdalinau savo draugėms (juokiasi). Spinta po jo



Sandra ragina ir kitas moteris spręsti savo viršsvorio bėdas. Laimono Tamošiūno nuotr.

liko tuščia (juokiasi). Tarp kitko, po operacijos pasidariau fotosesiją – tokios lengvai apsirengusios. Patikau sau! Pui-
kus jausmas. Tai – svarbiausia. Anksčiau fotografijose maty-
davau tai, kas man nuolat gadino ūpą. Po operacijos pradė-
jau gyventi naują gyvenimą – pati save įsimylėjau!

– **O dabar žvalgotės į maistą?**

– Ne, neliko ir noro valgyti. Tai – svarbiausia. Ir... keisči-
usia. Esu soti nuo labai mažo maisto kiekio.

– **Ar merginos ir moterys, kovojančios su viršsvoriu, susisiečia dabar su jumis? Jūs pasidalinate savo operaci-
jos nuotraukomis net savo „Facebook“.**

– O, Dieve, taip! Daug tokių merginų ir moterų rašo ir
skambina man – klausia patarimų ar padrąsinimo. Visoms
joms daviau patarimų, dalinausi savo istorija. Kai kurios jų
jau pasekė mano pėdomis – pasidarė operacijas. Moteris,
kurioms nepavyko atsikratyti viršsvorio kitais būdais, net
raginčiau tokiai operacijai – ji išlaisvina tave iš tavo paties
kalėjimo.

– **Kiek jums kainavo operacija?**

– Penkis tūkstančius du šimtus eurų.

– **Ką pasakytumėte visoms moterims, ypač jaunoms
mergaitėms, kurioms viršsvoris – problema?**

– Tikrai neraginčiau jų bėgti pjaustyti ir būti lieknoms.
Pirmiausia, reikia būtinai išbandyti kitas priemones: sportą
ir sveiką mitybą. Neslepiu – aš griebiausi kraštutinumų,
nes man tai neveikė. Mano patyrimu, visos viršsvorio bė-
dos prasideda vaikystėje ir paauglystėje, kai dar nežinai, ką

reiškia sveika mityba.

– **Kokios yra istorijos jūsų likimo draugių, su kurio-
mis, laukdama operacijos, gulėjote toje pačioje klinikos
palatoje?**

– Su kita mergina iš mano palatos tapome draugėmis –
susirašome, dalijamės rezultatais. Man tai – svarbu. Kaip ir
aš, ji su viršsvoriu kovojo nuo pat paauglystės, daug kilo-
gramų ypač prisidėjo po gimdymų.

– **Ar buvo lengva operacijai pasirinkti reikiamą kliniką?**

– Nebuvo sunku, nes tokių klinikų Lietuvoje nėra labai
daug. Savąją aš pasirinkau pagal rekomendaciją. Esu labai
dėkinga savo abdominalinės ir nutukimo chirurgijos gydy-
tojui Antanui Mickevičiui iš NEWMAN klinikos Kaune.
Jis mane operavo.

– **Bet po operacijos sumažėjo ir jūsų krūtinės apimtys,
ar ne?**

– (Šypsosi). Taip. Tai – neišvengiama. Jeigu kada nors ir
nuspręsiu jas didintis, tai jau niekam taip plačiai nesakysiu
(juokiasi).

– **Ar numetus 40 kilogramų, atsirado raukšlių ant ju-
osmens?**

– Net pati stebiuosi: man jų neatsirado. Gal dėl to, kad po
dvejų mėnesių po operacijos vaikščiojau į limfodrenažinius
masažus?

– **Tikrai daugiau nenorite sulieknėti?**

– Na, nebent pora kilogramų. Jau man ir kiti pasako:
„Klausk, jau gal užtenka.“ Manau, kad truputį pakrisiu.
Man klinikoje paaiškino, kad krenta etapais visus metus,
paskui (svorio kritimas) sustoja, pakyla keliais kilogramais
ir ties ta riba lieka.

– **Gal dar ką nors savyje taisysite?**

– Nemanau, kad man ką nors dar reikėtų, kaip jūs sakote,
taisyti (šypsosi). Dabar esu laiminga. TIKRAI!



Taip Sandra atrodė, kai svėrė 102 kg...

NEWMAN Clinic – „Naujo žmogaus” klinika, kurios komandą vienija bendras tikslas – padėti kiekvienam pacientui jaustis gerai. Čia rasite ne tik patyrusius savo srities specialistus, bet ir kitokį, holistinį požiūrį į sveiką, gražų kūną ir puikią savijautą. NEWMAN Clinic – akredituota asmens sveikatos priežiūros įstaiga, teikianti licencijuotas bendrosios chirurgijos, nutukimo chirurgijos, plastinės ir rekonstrukcinės chirurgijos, endokrinologijos, dietologijos, radiologijos – echoskopijos, bei kitas paslaugas.

Dėl aukštos darbo kokybės, individualaus požiūrio į pacientą, kliniką renkasi pacientai iš visos Lietuvos bei kitų pasaulio valstybių. Klinika įsikūrusi S. Žukausko gatvėje, Kaune šalia Savanorių prospekto ir turinti strategiškai patogų susisiekimą su kitais miestais, Vilniaus bei Kauno oro uostais.

NEWMAN klinikoje dirbama nuosekliai, pagal individualų gydymo planą. Nepriklausomai nuo pasirinktos procedūros, jos pamatas – išsamūs paciento tyrimai ir jų vertinimas, patyrusių specialistų sukauptos žinios, paciento asmeninės patirtys, lūkesčiai ir tikslai.



Nutukimo chirurgas, Prof. Antanas Mickevičius

Klinikos veiklos sritys - abdominalinė ir nutukimo chirurgija. Profesionaliai atliekame šias procedūras:

- Laparoskopinė skrandžio apylanka.
- Laparoskopinė skrandžio rezekcija.
- Estetinė bikini linijos laparoskopinė skrandžio rezekcija.
- Laparoskopinė skrandžio plikacija.
- Revizinė skrandžio mažinimo operacija.
- Intragastrinio skrandžio baliono implantacija.

Operacijas atlieka nutukimo chirurgas, prof. med. dr. Antanas Mickevičius.

Jo turimos licencijos: MPL-13484 gydytojas chirurgas, MPL-07714 abdominalinės chirurgijos gydytojas, GMC No. UK 7064131

Antanas Mickevičius konsultuoja ir gydo suaugusius, kurie kovoja su

nutukimu ir jį lydinčiomis ligomis: cukriniu diabetu, hipertenzija, miego apnėja, sąnarių skausmais.

Gydytojas baigė medicinos studijas Kauno Medicinos Akademijoje (šiuo metu Lietuvos Sveikatos Mokslų universitetas). Nuo 2000 iki 2004 metų Kauno Medicinos Universiteto chirurgijos klinikos doktorantas. 2004 metais apgynė disertaciją gastroezofaginio reflukso ligos chirurginio gydymo tema. Nuo 2013 metų – Lietuvos sveikatos mokslų universiteto profesorius, abdominalinės ir nutukimo chirurgijos gydytojas, Lietuvos Chirurgų Asociacijos narys, Europos Endoskopinės Chirurgijos Draugijos narys, Tarptautinės Nutukimo ir Metabolinių sutrikimų chirurgų asociacijos narys, nuo 2023 metų Kauno krašto chirurgų draugijos prezidentas.

Nuo 2000 metų, jau studijuodamas doktorantūroje, gydytojas Antanas Mickevičius ėmė domėtis gastroezofaginio reflukso ligos diagnostikos ir gydymo problematika, apibendrinęs chirurginių GERL gydymo operacijų atokiuosius rezultatus, 2004 metais šia tema apgynė medicinos mokslų daktaro disertaciją. Savo tyrimų rezultatus gydytojas publikavo tarptautinėje spaudoje, pristatė kongresuose Italijoje, Lenkijoje, Austrijoje, Čekijoje, Estijoje, Japonijoje, Australijoje, Jungtinėje Karalystėje.

Prof. med. dr. Antanas Mickevičius įsisavinęs visas pažangiausias skrandžio mažinimo operacijas, absoliuti dauguma operacijų atliekama minimaliai invaziniu (laparoskopiniu) metodu.

Gydytojo chirurgo kvalifikacija patvirtinta galiojančiomis Lietuvos, Švedijos, Jungtinės Karalystės licencijomis. Gydytojas reguliariai dirba Lietuvos ir Jungtinės Karalystės universitetinėse ligoninėse.

Norite pasikonsultuoti, sužinoti daugiau - esame pasiruošę atsakyti į visus rūpimus klausimus.

<http://www.newmanbariatric.eu/>
Žukausko g. 2B,
LT-50118 Kaunas, Lietuva
Tel. Nr. +37061204006
El. p. info@newmanclinic.eu





- GRIOVIMO DARBAI,
- STATYBINIŲ ATLIEKŲ PRIĖMIMAS IR TVARKYMAS,
- AKMENŲ, PLYTŲ/BETONO BEI STATYBINIO LAUŽO TRUPINIMO/MALIMO PASLAUGOS,
- ĮVAIRIŲ RŪŠIŲ BETONO MIŠINIŲ GAMYBA,
- KELIŲ ĮRENGIMAS,
- TVENKINIŲ KASIMAS,
- STATYBINĖS TECHNIKOS NUOMA,
- TRANSPORTO PASLAUGOS,
- KARJERŲ EKSPLOATACIJA,
- INERTINĖS MEDŽIAGOS: SERTIFIKUOTAS ŽVYRAS, SMĖLIS, GRUNTAS, JUODŽEMIS, ŽVIRGŽDAS, RIEDULIAI, BETONO SKALDA, PLYTŲ SKALDA, ŽVIRGŽDO SKALDA.

📍 UAB „ALKURAS“
Medvalakio g. 27, LT-00139
Palanga

☎ tel./faks. +370 460 32097
📱 mob. +370 67039788
✉ el. p. uabalkuras@gmail.com



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

Skirkite

1,2%



Svajonei
pasveikti



RIMANTO
KAUKĖNO
PARAMOS FONDAS

kaukenoparama.lt

Pagalba sunkiai
sergantiems vaikams

PALANGOS UAB „VLASAVA“:



AUTOBUSŲ IR MIKROAUTOBUSŲ NUOMA KELIONĖMS PO LIETUVĄ IR UŽSIENĮ

- NUO 19 IKI 50 VIETŲ AUTOBUSAI;
- SUPLANUOSIME JŪSŲ KELIONĘ IR PATARSIME ĮVAIRIAIS KELIŲS KLAUSIMAIS;
- SUTEIKSIME VISAS TRANSPORTO PASLAUGAS JŪSŲ ŠVENTEI, SPORTO RENGINIUI, MOKYKLOS IŠVYKAI, VESTUVĖMS IR KT.;
- JUS APTARNAUS KOMPETENTINGI IR PROFESIONALŪS VAIRUOTOJAI;
- GARANTUOJAME PUNKTUALŲ ATVYKIMĄ IR SAŽINGĄ DARBĄ;



+370 460 43141



www.vlasava.lt



nuoma@vlasava.lt

Naujų daugiabučių namų kvartalas Klaipėdoje

**IŠSKIRTINIS
DĖMESYS KVARTALO
INFRASTRUKTŪRAI**



WWW.SAULESBUTAI.EU

Orijus Gasanovas ir kitos įžymybės diskutavo kaip Palangai tapti dar labiau geidžiama

Palangos sezono atidarymo išvakarėse, gegužės viduryje, kurorte praūžė šįmet pirmą kartą rengiama turizmo, svetingumo, renginių ir tendencijų konferencija „Malonu‘23“, kurią surengė Palangos viešbučių ir restoranų asociacija drauge su Lietuvos marketingo asociacija ir Palangos koncertų sale.



Rasa Kmitienė, Orijus Gasanovas, Ingrida Valaitienė



Žydrė Gavelienė, Orijus Gasanovas, Laura Taučiūtė

Renginio metu diskusijose dalyvavo savo srities profesionalai, žinomi žmonės, nuomonės formuotojai. Čia buvo galima išvysti kelionių žurnalistą Orijų Gasanovą, „Aurum 1006 km“ lenktynių organizatorių Darių Jonušį, Nacionalinės Turizmo verslo asociacijos prezidentę Žydrę Gavelienę, Lietuvos somelję asociacijos prezidentą Arminą Darasevičių, viešbučių, priklausančių tarptautiniams tinklams, vadovus Lietuvoje, rinkodaros, reklamos, pardavimų, nekilnojamo turto specialistus, gastronomijos žinovus. Konferencijos dalyvius pasveikino Palangos miesto meras Šarūnas Vaitkus.

Palangos viešbučių ir restoranų aso-

ciacijos prezidentė Ingrida Valaitienė sakė, jog Palanga šiandien ženkliai keičiasi – iš kiekybės pereina į kokybę.

„Kasmet vis labiau pastebima, jog šiame kurorte sezoniskumas vis mažiau akcentuojamas. Ir savivaldybė, ir verslai stengiasi visais metų laikais į Palangą pritraukti žmones, ne tik vasarą. Didžiulę reikšmę tam teikia dideli kultūros, pramogų bei sporto renginiai, konferencijos. Reikia pasidžiaugti, kad ištisus metus veikia teniso-padelio arena, atsidaro nauji sporto klubai, teniso kortai, vandens sporto entuziastus džiugina vandenlenčių parkas“, – sako pašnekovė.

Anot jos, šiandien Palanga yra bene

sparčiausiai besikeičiantis miestas Lietuvoje po sostinės, kuriame kasmet gausėja antrinių būstą įsigyjantių asmenų,“ – sakė ji,

Orijus Gasanovas, žinomas žurnalistas, TV laidų ir radijo vedėjas, keliautojas bei nuomonės formuotojas renginio metu dalinosi spalvingomis, įdomiomis ir nuoširdžiomis patirtimis, kelionių atradimais bei žurnalistiniais išbandymais, tema „Gyvenk taip, kad būtų ką papasakoti“.

Orijus ne kartą savo kalboje minėjo, jog Palanga – netobula, tačiau ypatinga vieta. Lyginant su kitais pasaulio kurortais, O. Gasanovas pastebėjo, jog šis kurortas galėtų didžiulis itin švariais,



Tadas Evaltas, Ingrida Valaitienė, Sigita Rudzevičienė, Vaclovas Daukintis



plačiais, balto smėlio paplūdimiais. Palangos Birutės parko paplūdimyje vasarą ir vėl suplevėsuos Mėlynoji vėliava, žyminti, kad paplūdimys atitinka aukščiausios kokybės standartus.

Žurnalistas teigė pastebėjęs, kad tiek poilsiautojai kasmet skundžiasi, kad kainos Palangoje kandžiojasi, tiek ir patys kurorto verslininkai, pasibaigus aktyviam sezonui verkia, kad nieko per jį neuždirbo. „Tai jau yra tapę kasmetine tradicija, – šypsodamasis sako Orijus. – Tačiau norėčiau pastebėti, kad viešbučių kainos Palangoje, palyginti su užsienio, ypač Italijos, o šįmet ir Ispanijos, yra tikrai kur kas mažesnės.

Net nenuoikiu iš kur lietuviai traukia tas mažas kainas užsieniuose?“

O. Gasanovas mano, kad Palanga – ne tik patogus kurortinis miestas ilsėtis, bet ir nuolatos gyventi. Anot keliautojo, tai – miestas, kuriame viskas, ko reikia yra šalia, lengvai pėsčiomis pasiekiamo. Tačiau, anot kelionių žurnalisto, Palangos viešbučiams kaskart reikia išmokti atsinaujinti, pasitelkus marketingo įgūdžius save taikliai pristatyti turistams. Kodėl čia neįkūrus, tarkim, tik suaugusiems skirto „Adult“ tipo viešbučio? Trūksta ir jaukių „Boutique“ stiliaus apgyvendinimo įstaigų. Be to, kaip pastebėjo O. Gasanovas kurortui

reikėtų didelių, pasauliniams tinklams priklausančių viešbučių, kuriuose ir žiemos metu galėtų vykti didelės verslo konferencijos.

Konferencijos „Malonu‘23“ metu įvyko ir Palangos miesto savivaldybės organizuota spaudos konferencija „Palanga 2023 ir 770“, į kurią buvo sukviesta šalies žiniasklaida ir jos metu pristatytas kurorto pasirošimas vasaros sezonui bei gražiai miesto sukakčiai – 770-ajam gimtadieniui. Spaudos konferencijos metu pristatytos ir aktualiausios kurorto naujovės.

Organizatorių informacija ir nuotraukos

PALANGA BEVEIK PRIEŠ 100 METŲ



Torkampis

1929-1930 m.



1933 m.



Ivangėdė

1929 m.



1929 m.



Pyg Sacharaja

1929 m.



1932 m.



1933 m.



1933 m.



1933 m.



XX a. IV dešimtmetis

Šiaulių „Aušros“ muziejaus (fotografas – Gerardas Bagdonavičius), Vinco Uždavinio, Kupiškio etnografinio muziejaus (fotografė – Veronika Šleivytė) nuotraukos.



JAU 20 METŲ KARTU



ŽUVIENĖ | FISH SOUP

Restoranas ŽUVINĖ

J. Basanavičiaus g. 37A, Palanga / +370 656 59647 / palanga@zuvine.lt / www.zuvine.lt



Myliu Palangą

Aldo Kazlauskas (Aldo Ten) nuotraukos



Myliu Palanga

Aldo Kazlauskas (Aldo Ten) nuotraukos













Myliu Palangą

Aldo Kazlauskio (Aldo Ten) nuotraukos





Myliu Palanga

Aldo Kazlauskas (Aldo Ten) nuotraukos















Kultūros vėrinys „Karūna Palangai“ (Aldo Kazlausko nuotr.)



Jurginės Palangoje (Radvilės Kucevičiūtės nuotr.)



Kovo 11-osios koncertas ((Radvilės Kucevičiūtės nuotr.)





Jurginės Palangoje (Radvilės Kucevičiūtės nuotr.)



Jurginės Palangoje, šviesų misterija (Radvilės Kucevičiūtės nuotr.)



Jurginės Palangoje, šviesų misterija (Radvilės Kucevičiūtės nuotr.)



Velykos Šventojoje (Radvilės Kucevičiūtės nuotr.)



Margučių aleja (Radvilės Kucevičiūtės nuotr.)



Jurginės Palangoje (Radvilės Kucevičiūtės nuotr.)

Palangos koncertų salė



**TOBULI
MELAGIAI**

07.23



**STRIPTIZO ERELIAI.
NEW EDITION (N-16)**

07.26
08.24



PREMJERA!

**KAŽKAS ČIA
NE TAIP**

08.02



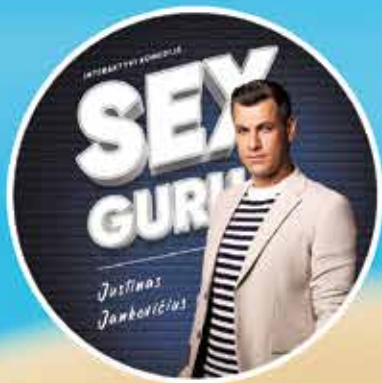
**KAKĖ MAKĖ IR
MAGIŠKA KELIONĖ**

08.02



**WHITE & BLACK.
THE MAGIC OF PIANO**

08.09



SEX GURU

08.22

ATOSTOGŲ VASARA!



VASAROK!

DELFINAI | PINGVINAI
JŪRŲ LIŪTAI | RUONIAI
AKVARIUMAS
LAIVYBOS ISTORIJA

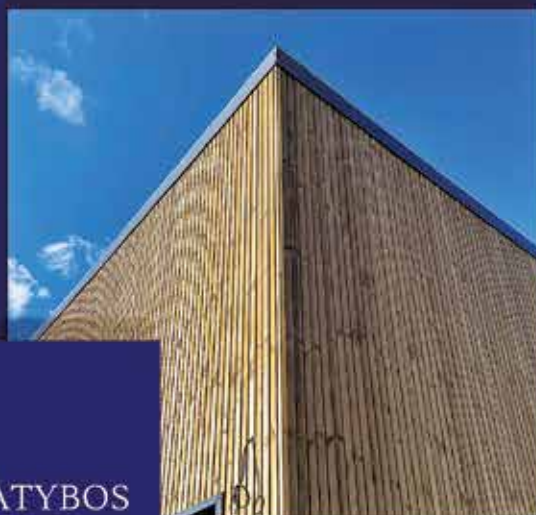


BILIETAI - WWW.LJM.LT

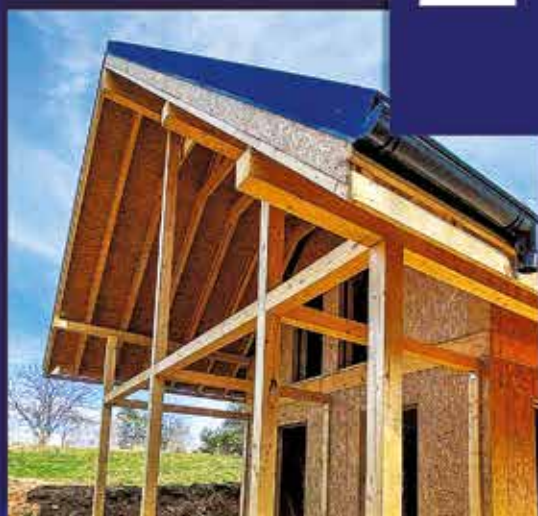
E.PARDUOTUVĖ - WWW.SHOP.MUZIEJUS.LT

KARKASINIŲ IR SIP SKYDŲ NAMŲ STATYBA

KAI NORISI PATIKIMŲ, KOKYBIŠKŲ
IR GREITŲ SPRENDIMŲ.



STATYBOS
DARBAI



el. p. aastatybosdarbai@gmail.com
tel. +37067833984



VIEŠBUTIS VANAGUPĖ



Smagus vasaros poilsio oazė Palangoje

Vanagupės g. 31, LT-00173 Palanga

+370 460 41199 | reservation@vanagupe.lt | www.vanagupe.lt



Restorane „grás“ gyvenimas vyksta vasaros ritmu! Nuo skaniausių atradimų iš vasariško meniu iki muzikinių vakarų ir ilgų pasisėdėjimų su gausiu draugų būriu ir šeimomis.

Kviečiame išbandyti naujuosius vasaros meniu patiekalus – kvepiančius mėtų gaiva, ananasais ir žaliaja citrina – spalvotuosius poke bowl, karališkąsias krevetes, švelniai brandintos jautienos antrekočą ar net mojito érienos chops'us. Savaitgaliais restorano lauko terasoje vykstantys romantiški akustiniai vakarai kviečia pasinerti į svaiginančias akimirkas kartu su gyva muzika ir pažįstamomis melodijomis, mėgaujantis išskirtinių skonių patiekalais bei gėrimais. O ieškantiems vietos nepamirštamai asmeninei šventei, siūlome pasinaudoti restorano „grás“ erdvėmis – lauko nameliu ir subtiliai prabangiomis deluxe salėmis. Kurkime nepamirštamą laiką ir skanias istorijas kartu!



✉ info@restoranasgras.lt

🌐 www.restoranasgras.lt

📍 Kęstučio g. 32, Palanga