



Šilokarčema

ŠILUTĖS RAJONO IR PAGĖGIŲ SAVIVALDYBĖS NEPRIKLAUSOMAS LAIKRAŠTIS.

Nr. 44 (1902)

2014 m. birželio 10 d., antradienis

Kaina - 1,50 Lt

Avarijoje žuves vyras našlaičiu paliko pusantrų metų sūnų



Susidūrus dviem automobiliams „Audi 80“ vairuotojas žuvo vietoje.

Policijos departamentas pranešė, kad praėjusį penktadienį, birželio 6 d., 19 val. 20 min., Šilutės rajone, kelio Klaipėda-Šilutė-Jurbarkas-Kaunas 68-ame kilometre, automobilis „Audi 80“, vairuojamas 26-erių metų vyriškio, išvažiuodamas iš šalutinio, nepraleido ir susidūrė su pagrindiniu keliu važiuoju automobiliu „Lancia Delta“, vairuojamu Vokietijos piliečio (gimusio 1974 m.). Eismo įvykio metu žuvo automobilio „Audi 80“ vairuotojas.

Stasys BIELSKIS

Ši eismo nelaimė atsitiko Kūgelinių kaime (Juknaičių sen.).

I avarijos vietą atskubėję greitosios medicinos pagalbos medi-

kai „Audi 80“ vairuotoją Giedrių P. dar bandė gaivinti, tačiau nesėkmingai – jis mirė.

Automobilį „Lancia“ vairavęs vokiečių nenukentėjo, išgelbėjo išsiskleidusios oro pagalvės. Vokie-

tis buvo nuvežtas į Šilutės rajono policijos komisariatą, kur, vertėjo padedamas, paaiškino avarijos aplinkybes.

Avarija, pirminiais duomenimis, įvyko tada, kai „Lancia“ važiuo pagrindiniu keliu, o „Audi 80“ išsuko iš šalutinio, iš žvyrkelio. Giedrius P. vairuojamas automobilis nepraleido vokiečio vairuojamo automobilio ir trenkėsi į jo šoną. Abi transporto priemonės atsidūrė pakelės pievoje, ant kelio ir ant pievos pasklido automobilių detalės, o vokiečio mašina netgi ap-

Nukelta į 5 p.

Pasieniečiai iš skęstančio katerio gelbėjo pramogautojus

Sekmadienį, birželio 8 dieną, pakrančių apsaugos pasieniečiai greitaeigiu kateriu „Boomeranger“ skubėjo į pagalbą, įtariama, neblai viems pramogautojams, kurių kateris skendo Kuršių mariose.

Ankstų rytą Valstybės sienos apsaugos tarnybos (VSAT) Pakrančių apsaugos rinktinės Neringos užkardos pasieniečiai gavo pranešimą, kad Kuršių mariose prie Nidos, apie 2 km nuo kranto, pagalbos prašo skęstančiame kateryje buvę du asmenys.

Į įvykio vietą greitaeigiu kateriu „Boomeranger“ iškart išplaukė Pakrančių apsaugos rinktinės ekipažas. Pasieniečiai katerį, kurio dugnas buvo pramuštas, su dviem vyrais partempė į Nidos upių uostą. 31-erių ir 33-ųjų metų Rusnės gyventojams medikų pagalbos neprireikė. Nuo jų sklido alkoholio kvapas, be to, pramo-



gautojai iš uosto bandė pasišalinti.

VSAT pareigūnai išsiaiškino, kad kateris nėra registruotas. Rusniškius pasieniečiai perdavė policijos pareigūnams.

Apie neregistruotą katerį, prišvartuotą Nidos upių uoste, informuota Saugios laivybos administracija.

VSAT Pakrančių apsaugos rinktinės informacija

Pirmą kartą išmatuotos pamariškių kasos



Pamario ilgakasė 2014 titulą pelnė Justina Jovaišaitė iš Šilalės. Nugalėtoja su konkurso organizatorėmis.

Birželio pirmąją, Vaikų gynimo ir Tėvo dieną, Šilutėje pirmą kartą surengtas konkursas „Pamario ilgakasė“, kuris sukvieta net 21 gražuolė plaukų savininke ne tik iš Šilutės, bet ir iš Priekulės, Rusnės, Pagėgių ir net Šilalės. Mergaitės atlydėjo ir gausus būrys palaikymo komandų. Konkurso rekordas – Kamilės Špuraitės kasa, kurios ilgis siekė net 106 cm.

Gerda BELOKOPYTOVA

Saulėtą sekmadienio popietę vaikų žaidimo kambario „Kukulis“ kiemelyje sukviesti pamario il-

gakasės į konkursą idėja kilo šukuosenos dizaineri Redai Jurgelienei bei Šyšos kaimo bendruo-

Nukelta į 4 p.



Tiltas, kuriuo eismas dabar reguliuojamas šviesoforu

Gegužės viduryje žinomos pasaulyje statybų bendrovės „Lemminkainen Lietuva“ darbuotojai ėmėsi tilto per Miniją, netoli Kintų, remonto. Ir nors sutarties sąlygos leidžia darbus pabaigti iki kitų metų birželio, tačiau čia dirbantys žmonės mano, kad remonto darbus pavyks užbaigti iki šių metų pabaigos.

Saulius SODONIS

Taip įsitikinęs minėtos bendrovės tilto darbu vadovas Mairas Martišius. Kalbėdamas apie čia vykdomus darbus jis sakė, kad septinto dešimtmečio viduryje statytas tiltas yra labai susidėvėjęs. Todėl, įvertinus jo būklę, tiltų ekspertai nusprendė siūlyti jį remontuoti nedelsiant. Anot M. Martišiaus, ypatingai tiltui kenkia įvairios vibracijos dalys. O tie, kurie yra važiuojant ant tilto sandūros stipriai suskambėdavo. Tai ir rodo, kad kiekvienas juo važiuojantis automobilis kelia nereikalingas vibracijas. O eismas keliu Šilutė–Povilai (Kintai) ypač suintensyvėjo specialia bitumine danga prieš porą metų padengus šį šalia durpyno einantį kelią.

Tiltas remontuojamas iš pagrindų: jau dabar beveik išardytos abiejų pusių atramos, kuriomis tiltas jungiasi su krantu. Jos jau pradėtos tvirtinti naujomis milžiniško dydžio armatūros detalėmis. Vėliau viskas bus užbetonuota ir dailiai



Vienuolikos žmonių „Lemminkainen Lietuva“ darbuotojų brigada drauge su M. Martišiumi tiltą tikisi suremontuoti iki šių metų pabaigos.

priglus prie tilto perdangos. Pastaroji taip pat sulauks ypatingo dėmesio: nuo perdangos bus nuimtas kelio dangos sluoksnis ir visa likusi atvira pagrindinė metalinė tilto dalis bus smėliuojama – valoma suspausto oro ir smėlio srove. Iš karto ją nudažius bus užkirstas erozijos pavojus.

Tuo pat metu tiltas bus platinamas, tačiau važiuojantieji automobiliais to nepajus, nes plėtės pėsčiųjų dalis. Šiuo metu kaip tik ardomi tilto kraštai, kurie vėliau ir bus praplėsti.

Nors ir prasidėjo intensyvūs Minijos tilto remonto darbai, tačiau juo galima važiuoti. Šiuo metu tvarkoma viena tilto–kelio pusė, o kita dalis yra palikta automobiliams. Eismą tiltu, kol vyks remontas, reguliuoja šviesoforai. Anot M. Mar-

tišiaus, darbuotis būtų buvę gerokai paprasčiau, jei tiltą būtų buvę galima visą uždaryti ir iš karto visą tvarkyti. Dabar reikės paieškoti kai kurių inžinerinių sprendimų, kad būtų tinkamai išspręsti visi kylantys remonto uždaviniai. Darbu vadovas taip pat sakė, kad darbuotis šiame objekte jie galėjo pradėti mėnesiu anksčiau, tačiau buvo atsižvelgta, kad netoliese yra paukščių migracijos takas. O ir Minijoje tuo pat metu buvo žuvų nerštas. Rudenį taip pat trumpam dėl paukščių migracijos teks stabdyti darbus. Tuo metu jie prisijungs prie brigados, kuri remontuos istorinį tiltą per Miniją Priekulėje. Vis dėlto M. Martišius įsitikinęs, kad nežiūrint stabelėjimų, šis tiltas per Miniją bus suremontuotas iki metų pabaigos.

Vaikai poilsiaus už vokiečių paaugotus pinigus

Gegužės 30 d., penktadienį, Šilutės rajono savivaldybės meras Šarūnas Laužikas priėmė svečius iš Vokietijos Emmericho miesto Daivą ir Alfredą Bartminus. Šį kartą ilgamečiai geradariai atvežė 1 100 eurų dovaną. Už šiuos pinigus septyniems arba aštuoniems socialiai remtinų šeimų vaikams bus suteikta galimybė patostogauti vasaros stovykloje prie Baltijos jūros.

Stasys BIELSKIS

Emmericho–Šilutės miestų bendradarbiavimo draugijos pirmininkas A. Bartminas pasidalijo prisiminimais apie pirmąją labdaros kelionę į Šilutę. Tuomet vokiečių autobusą nuo sovietų sąjungos sienos iki pat Šilutės lydėjo policijos automobilis. A. Bartminas padėkojo merui Š. Laužikui už priėmimą ir išreiškė viltį susitikti Emmeriche. Mat kitais metais, liepos 25-ąją, minint pastarosios draugijos 25 metų veiklos sukaktį, Šilutės muziejus Emmericho mieste atidarys fotografijų apie Šilutę parodą.

Š. Laužikas padėkojo už piniginę paramą ir įteikė A. Bartminui Šilutės nuotraukų albumą.

A. Bartminas „Šilokarčemai“



Iš kairės – Daiva ir Alfredas Bartminai, Šilutės r. savivaldybės meras Šarūnas Laužikas, Emmericho–Šilutės bendradarbiavimo draugijos pirmininkė Šilutėje Rita Užgaliene.

sakė, kad pinigus socialiai remtinų šeimų vaikų vasaros poilsiui prie Baltijos jūros atvežęs jau aštuntą kartą. Jis ne kartą yra atvežęs pinigų ir Šilutės senelių globos namams bei Macikų socialinės globos namams.

Emmericho draugijos nariai noriai aukoja pinigus, nes žino, kad jų pinigai bus panaudoti paramos

prašančių šeimų vaikų vasaros poilsiui. A. Bartminas apgailestavo, kad Emmeriche nuolat mažėja draugijos narių. Jei pirmaisiais metais jų buvo 120-130, tai dabar jau tik 90. „Tokia problema yra visose Vokietijos visuomeninėse organizacijose – seni nariai miršta, o jaunų žmonių beveik neateina“, - sakė A. Bartminas.

Agentūra „Viena bobutė sakė“ praneša

Dienos pastebėjimas

Jeį vaikščiojimas ir fizinis aktyvumas ilgina gyvenimą, paštininkai turėtų būti nemirtingi.

Dienos nuotrauka



Šilutės dvaro apylinkėse atsirado labai gražus rytietiškas akcentas – stilizuota japoniška šventykla su sakraliniais skambalais. Rytietiškos kultūros ištroškusių šilutiškių minios plūdo į dvaro apylinkes norėdami pasiekti dvasinės pusiausvyros būseną. Deja, dvasinės ramybės būsenos nepavyko pasiekti, nes skambalai paprasčiausiai neskamba. Rytietiškos meditacijos klubas „Kasajama“ prašo paskelbti šių skambalų naudojimo instrukciją.

Iš gyvenimo

- Tėti, kodėl saldinių popieriukai yra tokie girdžiantys?
- Kad mes visi bute girdėtume, kaip mama „kūdinasi“.

Batų mados tendencijos 2015



Agentūrai pranešimus siųskite reklama@silokarčema.lt ir www.facebook.com/pages/Silokarčema

Nevyriausybinių organizacijų dėmesiui!

Informuojame, kad Šilutės rajono savivaldybės administracija, vadovaudamasi Lietuvos Respublikos nevyriausybinių organizacijų plėtros įstatymo ir Šilutės rajono savivaldybės tarybos patvirtintų Nevyriausybinių organizacijų tarybos nuostatų reikalavimais, **organizuoja susirinkimus dėl atstovų delegavimo į Nevyriausybinių organizacijų tarybą Savivaldybės didžiojoje salėje tokiu grafiku:**

Socialinės srities – birželio 13 d. 13 val.;

Jaunimo srities – birželio 16 d. 14 val.;

Sporto – birželio 16 d. 16 val.;

Kultūros srities – birželio 25 d. 16 val.;

Vietos bendruomenių – birželio 27 d. 16 val.;

Neapibrėžtų veiklos sričių (nepatenkančios į anksčiau išvardintas grupes) – birželio 30 d. 14 val.

Susirinkimui būtina pateikti dokumentą, liudijantį apie nevyriausybines organizacijos juridinį statusą ir įstatus ar jų kopiją (tie, kurie nedalyvauja jokiose Savivaldybės finansuojamose programose).

Galima dalyvauti tik vienos srities nevyriausybinių organizacijų susirinkime.

Pagal LR nevyriausybinių organizacijų plėtros įstatymą prie nevyriausybinių organizacijų nepriskiriamos: politinės; profesinės sąjungos bei darbdavių organizacijos ir jų susivienijimai; įstatymų nustatyta tvarka steigiamos organizacijos, kurios narystė yra privaloma tam tikros profesijos atstovams; susivienijimai, kurių daugiau kaip 1/3 dalyvių yra privatūs juridiniai asmenys; sodininkų bendrijos; daugiabučių gyvenamųjų namų ir kitos paskirties pastatų savininkų bendrijos ir kitokios bendro nekilnojamojo turto valdymo tikslu įsteigtos bendrijos; šeimynos.

Kviečiame nevyriausybinių organizacijų vadovus aktyviai dalyvauti susirinkimuose.

Iškilius neaiškumams, kreiptis į Editą Šukytę, Komunikacijos skyriaus vyriausiąją specialistę, telefonu 79 224 arba el. paštu edita.sukyte@silute.lt

Usėniškiai stovyklavo

Linksmi vasaros pradžių pradėjo 25 Usėnų pagrindinės mokyklos mokinukai. Jie dalyvavo penkių dienų vaikų vasaros poilsio stovykloje „Auk ir pažink – 3“.

Stovyklos vadovės Danguolė Šulcienė ir Asta Šeputienė organizavo įvairiapusiškai vaikus ugdančią veiklą. Stovyklautojai žaidimų dieną praleido svečiuose pas kaimynus stubriškius. Smagu buvo sportuoti puikiai įrengtoje Stubrių bendruomenės mini golfo aikštelėje. Už malonų priėmimą dėkojame bendruomenės pirmininkei Alytei Stirbienei.

Vaikams buvo organizuotos pažintinės–dalykinės išvykos. Pagėgių rinktinės Bardinų užkardoje stovyklautojai domėjosi viskuo, ką jiems rodė Bardinų užkardos vadas Giedrius Ranonis ir kiti pareigūnai. Įdomiausia vaikams buvo apžiūrėti pasieniečių transporto priemonės ir stebėti kinologo parodomąją programą. Po to mokiniai lankėsi Rambynio regioniniame parke: grožėjosi Nemuno vaizdais nuo Rambynio kalno ir aplankė Raganų eglę.

Įdomu buvo lankytis Tauragė-



je. Išklaustas edukacinis užsiėmimas Santakos muziejuje, kuris įsikūręs senojoje Tauragės pilyje. Tą dieną vaikai ne tik įgijo naujų istorinių žinių, bet ir išbandė treniruoklius, įrengtus Jūros upės pa-

krantėje.

Paskutinė stovyklos diena sutapo su Usėnuose įvykusios tragedijos metinėmis, kai prieš 49-erius metus žuvo 7 kaimo vaikai, miške radę nesprogsią bombą. Vaikų

žuvimo vietoje buvo uždegtos žvakutės, pamerktos gėlės.

Tą pačią dieną aplankyti ir apkabinti išpūdingi Kavolių 1000 metų ir Strėmenių 300 metų senumo ąžuolai.

Keliaudami, bendraudami, turiningai ilsėdamiesi, puoselėdami sveiką gyvenseną, pažindami savo

kraštą mokiniai iš socialiai remtinių šeimų smagiai leido laiką stovykloje „Auk ir pažink – 3“. Esame dėkingi stovyklos rėmėjams Birutei Zimkuvienei bei Vygandui Vilkiui.

Danguolė Šulcienė ir Asta Šeputienė, pradinio ugdymo mokytojos

Sporto festivalis Turkijoje pažymėtas gedulo ženklu



Gegužės mėnesį „Atėnės“ šokėjos dalyvavo Tarptautiniame sporto festivalyje Stambule, Turkijoje. Deja, išvyka nebuvo pažymėta vien gražiais atsiminimais. Tuo metu, kai merginos viešėjo Stambule, įvyko tragedija anglių šachtoje, kur po sprogo žuvo keli šimtai žmonių, o dar šimtai liko įkalinti po žeme.

Festivalio „International Sport and Spring festival 2014“ dalyviai

iš Lietuvos, Čekijos ir Slovakijos valstybių. Šis sporto festivalis organizuojamas jau penkerius metus ir vykdomas vis skirtingose pasaulio šalyse, skirtas skatinti bendradarbiavimą tarp kitų pasaulio šalių sporto atstovų.

Silutiškės merginos buvo apgyvendintos privačiame universitete netoli Stambulo miesto. Merginas globojo šio universiteto studentai bei sporto šventės organizatoriai,

kurie lydėjo į pažintines keliones, kurių metu jos susipažino su šalies istorija. Merginos viešėdamos Turkijoje taip pat pabandė įsijausti į turkės moters gyvenimą ir vadovautis šalies taisyklėmis „Kadangi norėjome būti saugios, turėjome iš dalies laikytis šių taisyklių“, – atviravo trenerės Jūratė Gricevičienė ir Inga Mikutyte. Merginų grupė labai džiaugiasi kelione ir per trumpą laiką patirtais išpūdžiais.

Ar Jūs viską žinote apie savo sveikatą?

Apie blogėjančią gyventojų sveikatą liudija nemažėjančios eilės prie gydytojų kabinetų, žymiai padidėjęs blogai besijaučiančių jaunu žmonių kiekis, išsekę nuo streso darbingo amžiaus žmonių veidai. Šie rodikliai verčia susimąstyti ir pradėti rūpintis ligų profilaktika. Tačiau norint nuodugnai išsirtinti sveikatą nepakanka pasimatuoti kraujospūdį, pasidaryti širdies kardiogramą ar biocheminius kraujo tyrimus. Todėl, norint žinoti išsamią sveikatos būklę, reikia atlikti ir kompiuterinę funkcinės sveikatos diagnostiką, kuri atskleidžia visus užslėptus, ūmius ir lėtinius procesus.

Kompiuterinę funkcinės sveikatos diagnostiką jau septynerius metus atlieka Kauno Natūralios Medicinos konsultacijų ir diagnostikos centras „Žolių Salonas“. Šia paslauga naudojasi žmonės iš įvairių Lietuvos miestų, užsienyje gyvenantys lietuviai.

Kompiuterinė funkcinės sveikatos diagnostika: kas tai?

Pirmą kartą skaitantiems norėtume pabrėžti, kad šios diagnostikos metu yra matoma kiekvieno organo ir visų sistemų veikla. Pateikiama informacija, kokiose kūno vietose yra sutrikimai, vystosi ligos, vyksta uždegiminiai procesai, audinių pakitimai. Visi sveikatos duomenys yra matomi judesyje. Stebima, kaip funkcionuoja smegenys, skrandis, plaučiai, skydliaukė, inkstai, širdis, žarnynas, kokia stuburo ir sąnarių būklė, hormoninės sistemos veikla, ar yra kirminų, virusų, kurie sukelia lėtines ligas, alergijas ir chronišką nuovargį. Tikrinama, ar neatsirado organizme nesveikų, išsigimusių ląstelių ir t.t.

Didelis kompiuterinės funkcinės sveikatos diagnostikos privalumas prieš kitas diagnostines programas yra tas, kad organizme vykstantys pakitimai fiksuojami jau ankstyvoje stadijoje, kai dar nieko neskauda. O sudėtingais atvejais, kai žmogų vargina skausmai ir ne viena liga, šios diagnostikos pagalba galima greičiau nustatyti negalavimo priežastis ir skirti efektyvesnį gydymo būdą ar negaištant laiko nukreipti reikalingo specialisto konsultacijai. Todėl ir profilaktiškai, ir įsisenėjusių negalavimų atveju funkcinė diagnostika atneš neabejotiną naudą kiekvienam. Tad kviečiame visus – mažus ir didelius daugiau sužinoti apie save.

Atkreipiame dėmesį, kad birželio 16 d. (pirmadienį), KOMPIUTERINĖ FUNKCINĖ SVEIKATOS DIAGNOSTIKA bus atliekama Šilutėje, Vytauto g. 19 A, ODONTOLOGIJOS KABINETO patalpose, (prie viešbučio-restorano „Gilija“).

Priimami tik iš anksto užsiregistravusieji telefonu: 8 682 40857 (darbo dienomis nuo 9.30–19.00 val.) Iki pasimatymo!



Šilutės r. ir Pagėgių sav. nepriklausomas laikraštis, leidžiamas nuo 1995 m. rugsėjo 1 d.

Leidėjas - VšĮ "Eurokompetencija".
ISSN 1648-2018

IŠEINA ANTRADIENIAIS IR PENKTADIENIAIS
Redakcijos adresas: Turgaus g. 3, LT-99133 Šilutė

Direktorė - redaktorė Kristina Toleikienė
redaktore@silokarcema.lt tel. (8 441) 77 944
Administratorė Indrė Vaitkuvienė
reklama@silokarcema.lt tel. (8 441) 75 375

Korespondentai:

Stasys Bielskis, stasys@silokarcema.lt tel. 8 682 41 604
Gerda Belokopytova, gerda.silokarcema@gmail.com tel. (8 441) 77 455
Saulius Sodonis, s.sodonis@gmail.com
Lijana Jagintavičienė, lijana.jagintaviciene@gmail.com tel. 8 651 28 554

Maketuotoja Inga Gudaitytė
silokarcema@silokarcema.lt tel. (8 441) 77 944
Kalbos kultūros redaktorė Gerda Belokopytova
Platintojos Birutė Mickienė, Roberta Sūdžiūtė

Reklama, skelbimai
reklama@silokarcema.lt tel. (8 441) 75 375,
tel./fax. (8 441) 77 944
Buhalterija UAB "Audito tikslas"
Tiražas 3000 egz.

Spausdino UAB "Diena MEDIA Print"
Išspausdinti straipsniai gali nesutapti su redakcijos nuomone.
Honorarai mokami tik už redakcijos užsakytus straipsnius.
Už skelbimo ir reklamos turinį redakcija neatsako.
Visa medžiaga, pateikta laikraštyje "Šilokarčema" -
VšĮ "Eurokompetencija" nuosavybė.

Kopijuoti ir platinti be sutikimo draudžiama.

Pirmą kartą išmatuotos pamariškių kasos

Atkelta iš 1 p.

menės narėms. Anot organizatorių, ši idėja Šilutėje organizuoti tokį konkursą kilo dar prieš dvejus metus. Ilgai puoselėta ir apgalvota šiame jį įgyvendinta ir, manoma, taps gražia tradicija.

Konkurse galėjo dalyvauti ilgakasės mergaitės nuo 4-erių iki 18 metų. R. Jurgėlienė pasakojo, jog nesitikėjo sulaukti tokio gausaus dalyvių skaičiaus. Iš viso užsiregistravo 21 mergaitė, kurių plaukų ilgis buvo nuo 52 cm iki minėtojo dienos rekordo – 106 cm.

Konkurso dalyvės buvo suskirstytos į tris amžiaus grupes: 4–6 metų, 7–9 metų ir 10–13 metų. Vyresniųjų merginų, deja, neužsiregistravo. Dėl ilgiausių plaukų titulo mergaitės varžėsi kiekviena savo amžiaus grupėje.



Susirinkusios mergaitės, lydimos artimųjų, pirmiausia ruošėsi konkursui. Jos buvo padažytos „Mary Kay“ kosmetikos konsultantės Renatos. O tuomet sugužėjo į pirmąją renginio dalį, kur kiekviena turėjo prisistatyti. Antroje renginio dalyje, kurios tema „Mano gimtadienio šventė“, mergaitės buvo vertinamos už šukuosenos pateikimą, originalumą, eleganciją.

Konkurso dalyvės bei jų pasirodymus vertino kompetentinga komisija – salono „Pas Ingridą“ kirpėja Ernesta Knoraitienė, grožio salono „Evė“ kirpėja Dainora Gečienė, „Kirpyklos“ kirpėja Jurgita Stulgienė ir komisijos pirmininkė Reda Jurgėlienė – šukuosenos dizainerė, kirpėjos profesijos mokytoja.

Po mergaičių pasirodymo konkurso komisijos laukė išties sudėtinga užduotis, mat buvo vertinamas ne tik plaukų ilgis, bet ir dalyvių prisistatymas, temos išpildymas, šukuosena bei elegancija. Be viso to, kiekvienai konkurso dalyvei buvo skirta speciali nominacija.

Susirinkusieji konkurso stebėtojai taip pat turėjo būti akylai, mat jiems reikėjo išrinkti publikos numylėtinę.

Staigmenos žiūrovams

O kad žiūrovai neliūdėtų scenoje muzikinius kūrinius dovanojo merginų grupė „Berri“ bei solistės Monika Junkarytė ir Elina Vaitelytė (vadovas Vygantas Stoškus). Susirinkusiesiems buvo surengta ir dar viena atrakcija – drąsiausioms ilgaplaukių mamoms ir tetoms taip pat buvo išmatuotas plaukų ilgis. Laimėjoja išrinkta dukterėčios Agnės pasirodymo atėjusi stebėti Gintarė.

Vienai laimingajai, ištrauktai burtų keliu, įteikta konsultantės Renatos dovana – „Mary Kay“ lūpdažis.



tei Urtei Stasionytei (plaukų ilgis 95 cm), už kūrybiškiausią prisistatymą apdovanotos aštuonmetė Jogailė Ramanauskaitė (plaukų ilgis 67 cm), penkerių Kristina Gudaitytė (plaukų ilgis 65 cm), dešimtmetė Aukšė Arnašiūtė (plaukų ilgis 80 cm), dešimtmetė Nida Pečkytė (plaukų ilgis 71 cm), už įsimintiniausias šukuosenas – trylikametė Simona Kudirkaitė (plaukų ilgis 90 cm), devynmetė Gabrielė Krincaitė (plaukų ilgis 75 cm), dešimtmetė Goda Galapčenkaitė (plaukų ilgis 73



Aštuonmetė Lėja Degutytė pelnė nugalėtojos vardą amžiaus grupėje 7–9 metai. Mergaitės plaukų ilgis siekė 92 cm.



senas – trylikametė Simona Kudirkaitė (plaukų ilgis 90 cm), devynmetė Gabrielė Krincaitė (plaukų ilgis 75 cm), dešimtmetė Goda Galapčenkaitė (plaukų ilgis 73



Amžiaus grupėje 4–6 metų laimėjo šešiametė Ugnė Starovotvaitė. Jos plaukų ilgis siekė 81,5 cm. Ugnėi įteikta ir dar viena nominacija „Publikos simpatija“.



Vyriausiųjų, 10–13 metų amžiaus grupėje, laimėjo Kamilė Špuraitė, kurios plaukų ilgis siekė 106 cm.

cm), dvylikametė Paulina Stasionytė (plaukų ilgis 104 cm). O nominacija „Ilgakasės šypsenėlė“ atiteko dešimtmetei levai Kondrotavičiūtei (plaukų ilgis 78 cm).

Ypatingosios ilgakasės

Išskirtiniai prizai ir nu-

galėtų titulai atiteko kiekvienai savo amžiaus grupės ilgakasei nugalėtojai. Amžiaus grupėje 4–6 metų laimėjo šešiametė Ugnė Starovotvaitė. Jos plaukų ilgis siekė 81,5 cm. Ugnėi įteikta ir dar viena nominacija „Publikos simpatija“.

Aštuonmetė Lėja Degutytė pelnė nugalėtojos vardą amžiaus grupėje 7–9 metai. Mergaitės plaukų ilgis siekė 92 cm.

Vyriausiųjų, 10–13 metų amžiaus grupėje, laimėjo Kamilė Špuraitė, kurios plaukų ilgis siekė 106 cm.

Pamario ilgakasės titulas – šilališkei

Bene sunkiausia komisijai buvo apsispręsti dėl „Pamario ilgakasės“ titulo laimėtojos, mat buvo vertinamas ne tik plaukų ilgis, bet ir atsivėlygiama į užduočių atlikimą, pateikimą. Surinkusi visose užduotyse aukščiausius balus 2014 metų pamario ilgakasės titulą pelnė trylikametė Justina Jovaišaitė iš Šilalės.

Siek tiek kasų istorijos



Konkurso dalyvės. Pertraukėlių metu žiūrovams žavioji renginio vedėja Paulina Mikelkevičiūtė pasakojo pasaulio plaukų istorijas. Šiame Vilniuje surengtame ilgakasių konkurse „Ilgaplaukė 2014“ ilgiausių plaukų savininkės titulą pelnė 27 metų Julija Aleksejeva iš Vilniaus rajono. Rekordinis jos plaukų ilgis – 1 metras 39 cm.

Gineso rekordų knygoje įregistruotas kino plaukų ilgis dar išpūdingesnis – 5 metrai 80 centimetrų. Bet ilgaplaukį rekordininką kiną lenkė indas, kurio plaukų ilgis buvo 6 metrai 80 centimetrų.

Rėmėjai

Renginio organizatoriai yra dėkingi pagrindinei konkurso rėmėjai Irmui Dargužienei, rėmėjams UAB „Žibai“, kosmetikai „Carin“, Kirpyklos.lt, naudotų baldų parduotuvei „Šilūnė“, Angelijos Jurgilienės imonei, UAB „Hidrama“, „Mary Kay“ kosmetikai, Vygantui Stoškui bei dainininkėms, taip pat partneriams vaikų žaidimo kambariui „Kukulis“.

Dešimtą kartą teisiamam vyrui – kelialapis į pataisos namus

Birželio 2-ąją Šilutės rajono apylinkės teismo teisėja Daiva Jazbutienė viešame teisiamajame posėdyje išnagrino jo baudžiamąją bylą pagreitinantį proceso tvarką. Nuteistajam skirtas kelialapis į pataisos namus.

Lijana JAGINTAVIČIENĖ

Apšvarino sugėrovą

Aštuonias klases baigęs bedarbis, Stadiono g. 13 namo gyventojas R. L. sukaukęs nemažą patirtį trinant teisiamųjų suolą. 9 kartą nuosprendį jis išklaušė dar šių metų kovo 31 d. Tačiau jam už vagystes buvo skirtas laisvės apribojimas 1 metams 2 mėnesiams įpareigojant jį 6 mėnesius būti namuose nuo 22.00 val. iki 6.00 val., jeigu tai nesulaukė su darbu. Šilutiškis taip pat įpareigotas per 2 mėnesius pradėti mokytis, dirbti arba užsiregistruoti darbo biržoje.

Birželio 2-ąją teismas vėl sprendė, kokį „užmokestį“ paskirti kaltinamajam už naują įvykdytą nusikaltimą. Ikitrūkinio tyrimo metu buvo nustatyta, kad R. L. šių metų



Teismas šį kartą nepatikėjo, jog kaltinamasis gailisi, ir šios aplinkybės nelaike atsakomybę lengvinančia aplinkybe.

kovo 10-ąją, apie 22.30 val., linksmai leido laiką išgertuvėse. Jų metu vyras vėl įvykdė vagystę – iš sugėrovo A. B. kelnų kišenės iškritus mobiliojo ryšio telefonui „Samsung Galaxy S II Plus“, jį niekam nematant paėmė ir taip pagrobė svetimą turta, kurio vertė 1015,05 Lt. Ryšio priemonėje buvo įdėta 5 Lt vertės SIM kortelė „Labas“. Iš viso nukentėjusiajam tą vakarą padaryta žala už 1020,05 Lt.

„Mano girtumas nusikaltimo padarymui įtakos neturėjo“, – sakė

teisiamųjų suole sėdintis kaltinamasis.

Telefoną pardavė

Telefonas nukentėjusiajam gražintas su įskilusiu stiklu. Kiek kainuotų jo remontas, duomenys nebuvo pateikti. Ryšio priemonę ilgapirštis buvo pardavęs A. V. Telefonu naudojosi liudytojas L. V., nes jį jam nupirko mama.

Kaltinamasis R. L. prisipažino kaltu. Byloje ištirti įrodymai – nukentėjusiojo, liudytojų parodymai, atpažinimo protokolai, daiktų pa-

teikimo ir apžiūros protokolai patvirtina kaltinamojo kaltę. Todėl teismas padarė neabejotiną išvadą, kad R. L., paėmdamas A. B. telefoną ir jį pasisavinamas, pagrobė svetimą turta.

Nukentėjusiojo neatsiprašė

Teisėja, skirdama bausmę, jos rūši ir dydį atsižvelgė į kaltinamojo asmenybę, jo elgesį po nusikaltimo padarymo, nusikaltimo pavojingumo laipsnį ir pobūdį. Kaltinamasis ne kartą teistas už tyčinius nusikaltimus, baustas administracine tvarka. Nors R. L. nurodo, kad girtumas nusikaltimo padarymui įtakos neturėjo, tačiau teismas kaltinamojo atsakomybę sunkinančia aplinkybe laikė tai, kad nusikaltimą padarė būdamas apsvaigęs nuo alkoholio. Pagal nustatytas aplinkybes girtaujama buvo ne trumpą laiką. Todėl nuspręsta, kad bet kuriuo atveju girtumas turėjo įtakos kaltinamojo veiksmams – apsisprendimui padaryti nusikaltimą.

Kaltinamasis prisipažino padaręs nusikaltimą, gailėjosi. Tačiau tuo teismas šį kartą nepatikėjo ir šios aplinkybės nelaike atsakomybę lengvinančia aplinkybe, nes vy-

ras buvo ne kartą teistas už analogiškus nusikaltimus.

Laiką leis pataisos namuose

Kaip minėjome, kaltinamasis buvo teistas ne vieną kartą ir anksčiau atlikęs laisvės atėmimo bausmę. Todėl jam kaip recidyvistui buvo skirtina laisvės atėmimo bausmė. Teismas skirdamas bausmės dydį atsižvelgė ir į tai, kad kaltinamojo prisipažinimas neužvilkinio tyrimo ir nagrinėjimo teisme. Dėl to jam skiriamos bausmės dydis buvo sumažintinas vienu trečdaliu t.y. jam teks 4 mėnesius apie savo žygdarbius pagalvoti pataisos namuose.

Kaltinamajam R. L. paskirta kardomoji priemonė – rašytinis pasižadėjimas neišvykti, pakeistas į kardomąjį kalinimą (suėmimą), o bausmės pradžia skaičiuojama nuo nuosprendžio paskelbimo dienos.

Nuosprendis per 20 dienų nuo jo paskelbimo, o suimtam kaltinamajam nuo nuosprendžio nuorašo įteikimo, apeliaciniu skundu gali būti skundžiamas Klaipėdos apygardos teismui, skundą paduodant Šilutės rajono apylinkės teismui.

Tėvą sumušęs vyras laiką leis areštinėje

Bedarbis A. M. – vidurinio išsilavinimo, nevedęs, kartą jau Šilutės rajono apylinkės teismo teisiamųjų suole buvęs. Prieš trejus metus vyras „užsidirbo“ piniginę baudą, kurios dalis dar iki šiol nesumokėta.

Pastarajam teistumui neišnykus vyriškis šiemet vėl mindė teismo slenkstį. Šilutės rajono apylinkės teismo teisėjai Irenai Vilkienei teko įvertinti naujus herojaus „žygdarbius“.

Lijana JAGINTAVIČIENĖ

Mušė tyčia

Teismas, išnagrinęs baudžiamąją bylą, nustatė, kad teisiamasis šių metų gegužės 6 d., apie 22 val.

10 min., sukėlė nežymų sveikatos sutrikdymą savo tėvui A. M. Konflikto metu jis jam tyčia su galva sudavė vieną kartą į veido sritį. Nėgana to, teisiamasis, nukentėjusiajam iš namų išbėgus į kiemą, jį pa-

sivijo, sugriebęs už megztinio tampo ir sudavė du smūgius kumščiais į kairę veido sritį ir ne mažiau du smūgius kumščiais į kairę ausį, tuo padarydamas kairės ausies sumušimą su minkštųjų audinių patinimu, odos nubrozdinimu ausies kaušelio viršutinėje dalyje, todėl sukėlė nukentėjusiajam A. M. nežymų sveikatos sutrikdymą.

Kaltinamojo kaltė buvo įrodyta. Jis dėl jam pareikšto kaltinimo kaltu prisipažino visiškai ir paaiškino, kad išautėjo būdamas neblaivus.

Nuoširdžiai gailėjosi

Kaltinamasis pripažino padaręs nusikalstamą veiką bei nuošir-

džiai galėjosi dėl to, kad pakėlė ranką prieš savo tėvą. Tai buvo atsakomybę lengvinanti aplinkybė. Tačiau nusikalstamą veiką įvykdė būdamas neblaivus. O tai jau atsakomybę sunkinanti aplinkybė.

Teisėja, skirdama bausmę kaltinamajam, atsižvelgė ir į tai, jog vyras teisiamųjų suole sėdi ne pirmą kartą. Šiuo metu teistumas A. M. neišnykęs, baustas administracine tvarka. Todėl jam skirtinas areštas.

Klaipėdos teritorinės ligonių kamos rašte nurodyta, kad nukentėjusiajam A. M. gydymo paslaugų suteikta už 39,15 Lt, todėl šiai sumai

pareikštas civilinis ieškinys. Šis ieškinys atmetas, nes jis yra atlygintas.

Teismas nusprendė A. M. pripažinti kaltu ir nubausti jį 30 parų areštu, bausmę atliekant areštinėje ir skirti 22 MGL dydžio (2 860 Lt) baudą. Į bausmės laiką įskaitytas laikinajame sulaikyme išbūtas laikas nuo 2014 m. gegužės 6 d. iki 2014 m. gegužės 8 d. ir pagal baudžiamuosius įsakymus sumokėtos baudų dalys.

Nuosprendis per 20 dienų nuo jo paskelbimo dienos gali būti apeliaciniu skundu skundžiamas Klaipėdos apygardos teismui, skundą paduodant Šilutės rajono apylinkės teismui.

Avarijoje žuvęs vyras našlaičiu paliko pusantrų metų sūnų

Atkelta iš 1 p.

sivertė.

Šiame kelyje vairuotojai neretai viršija leistiną greitį, nes kelias tiesus, yra geras matomumas. Ar vokiečiai viršijo leistiną greitį, nustatys ekspertai. Dėl vyriškio žūties pradėtas ikiteisminis tyrimas.

Pasak Juknaičių seniūno Valentino Dylerto, Giedrius P. buvo darbštus ir tvarkingas vaikinai, triūsė statybose.

Kanteriškių kaimo gyvenanto-

jai „Šilokarčemai“ pasakojo, kad Giedrius su savo 18-mete gyvenimo drauge neseniai buvo susiremontavę nedidelį gyvenamąjį būstą Domaičių kaime, augino pusantrų metų sūnelį. Nors šeima gyveno nepasiturinčiai, Giedrius kaip įmanydamas rūpinosi ja, kasmet pats prisiruošdavo malkų, kad tik žiemą jo gyvenimo draugė ir sūnelis nesusaltų.

Po vyriškio žūties jauna mama su vaiku sugrįžo pas savo tėvus, gyvenančius Kanteriškiuose.



Nusikaltimai ir nelaimės

Sulaikytas vyriškis apgadino tarnybinių automobilį

Birželio 6 d., apie 19.50 val., Šilutės r., Šyšos k., už administracinės teisės pažeidimą sulaikytas R. G. (vyr.), gim. 1973 m., apgadino tarnybinių automobilio „Škoda Oktavia“ dureles.

Šilutėje rastas vyriškio lavonas

Birželio 7 d., apie 18.20 val., savo namuose, Šilutėje, Ramunių g., rastas J. T. (vyr.), gim. 1972 m., lavonas be išorinių smurto požymių.

Vainute pavogė automobilį

Birželio 9, apie 40 minučių po vidurnakčio, Z. M. (vyr.), gim. 1971 m., pastebėjo, kad iš jam priklausančio gyvenamojo namo kiemo, esančio Vainuto mstl., buvo pavogtas automobilis „VW Golf“, kuris vėliau buvo rastas Šilutės r., Kelmyniškės k., pakelės griovyje.

Tauragės AVPK informacija

Lyderiai – komanda „Naujas parkas“



Akimirka iš rungtynių tarp „Naujas parkas“-„Mėgėjai“.

Šilutės rajono suaugusiųjų futbolo pirmenybės įgavo pagreitį, po kurio, pasibaigus I rato rungtynėms, turnyrinėje rezultatų lentelės pirmoje vietoje įsitaisė „Naujo parko“ komanda.

Starto tiesiąją balandžio mėnesį kirtė „Šilutės rajono futbolo pirmenybės“. Šiais metais rajono futbolo kovose dalyvauja 8 futbolo mėgėjų komandos: „Lukvaisa“, „Ereliai“, „Vainutas“, „Naujas parkas“, „Mėgėjai“, „FK Šilutė“ jaunieji, „Pamarys“. Po atkaklių, įdomių ir dažnai kietų, beveik du mėnesius, trukusių kovų ant vejos, pasibaigus pirmenybių pirmojo rato rungtynėms, lyderiais išlieka „Nau-

jo parko“ komanda, kuri yra pasiryžusi tapti šių metų čempione.

„Naujas parkas“ – mūsų tikslas laimėti

„Mūsų komanda yra draugiška ir darni. Prieš kiekvienas rungtynes stengiamės kalbėtis, aptarti varžovus, o mūsų tikslas – visada laimėti rungtynes“, – pasakojo komandos vadovas Arūnas Pupšys. Taip pat jis pastebi, kad Šilutės rajonui



Šiais metais komandai atstovauja: Arūnas Pupšys (vadovas), Mantas Šilingas, Darius Karalius, Kęstas Markvaldas, Lukas Pėteris, Alfonsas Rapalavičius, Kęstutis Dembinskas, Vytautas Grėbliuskas, Edgaras Lukošius, Kostas Vilky, Darius Bartkus, Mindaugas Lileikis ir Raimundas Petkevičius.

Vieta	Pavadinimas
I	Naujas parkas
II	Veteranai
III	Pamarys
IV	FK „Šilutė“ jaunieji
V	Mėgėjai
VI	Vainutas
VII	Ereliai
VIII	Lukvaisa

Turnyrinė lentelė po I rato.

8 komandos, dalyvaujančios pirmenybėse, yra šiek tiek mažas skaičius: „Sportas – užimtumas tiek jaunimo, tiek suaugusiųjų tarpe, todėl būtų malonu sulaukti didesnio susidomėjimo rajono pirmenybėmis“.

Komanda „Naujas parkas“ gyvuoja daugiau nei 10 metų ir dalyvauja ne tik futbolo, bet ir krepšinio turnyruose, pirmenybėse ir kituose renginiuose. Per visą klubo gyvavi-

mo laikotarpį „Naujo parko“ komanda tiek krepšinyje, tiek futbole daug kartų yra tapusi čempione ar prizininke. Tiesa, komandos sudėtis nuolat keičiasi, yra pildoma, bet komandoje nestinga ir senbuvų, kurie sudaro komandos branduolį jau daugelį metų. Šiais metais „Naujo parko“ sudėtyje yra nemažai ir jaunų žaidėjų, kurie noriai prisijungė prie komandos ir tuo pačiu padeda siekti aukštų rezultatų.

Trečią kartą iš eilės Macikų socialinės globos namų komanda – „Seni Cup“ finalininkai



Šilutės komanda drauge su organizatoriais.

Tarptautinė žmonių su negalia mini futbolo lyga „Seni Cup 2014“ šiemet startuoja jau 8-ąją kartą. Šiais metais Prienų miesto stadione prasidėjęs turnyras sulaukė 12 komandų susidomėjimo. Dalyvaujančios komandos tarpusavyje kovojo dėl galimybės atstovauti Lietuvai turnyro finale Lenkijoje. Turnyre svečių teisėmis taip pat pasirodė ir komandos iš Latvijos bei Baltarusijos.

„Seni Cup 2014“ turnyre dalyvavo: Aukštelkės, Dūseikių, Macikų, Ventos, Kalvarijos, Suvalkijos, Zarasų, Linkuvos, Jasiuliškio, Šiaulių, Veisiejų ir Prūdiškių komandos. Pagrindiniai šio turnyro tikslai – palengvinti žmonių su negalia integraciją į visuomenę, taip pat – padėti realizuoti savo sportines galimybes bei paskatinti kartu įdomiai ir turiningai praleisti laiką. Viena turnyro organizatorių

džiaugėsi tokiu dideliu būrių susirinkusių sportininkų. Jos manymu, dalyviai ne tik susitiks bei draugiškai pakonkuruos su jau praėjusių turnyrų metu atrastais draugais, bet ir turės puikią galimybę praplėsti savo pažinčių ratą.

Macikų socialinės globos namų Aušros Tarozienės treniruojami futbolininkai: Arvydas Butkus, Virginijus Šarpnickis, Aivaras Matulevičius, Ramūnas Juknius, Ra-



Macikų socialinės globos namų komandos apdovanojimai, o po jų laukia finalas.

mūnas Zonys, Valentinas Lukas ir Gintaras Laukaitis savo pogrupyje susirungė su Ventos SGN, Dūseikių SGN, Jasiuliškių SGN ir Suvalkijos SGN komandomis. Po azartiškų kovų aikštelėje jau trečią kartą iš eilės Macikų socialinės globos namų komanda tapo futbolo turnyro „Seni cup 2014“ nugalėto-

ja Lietuvoje. Trečius metus iš eilės iškovota kelionė į Torinę, kur liepos 2–5 dienomis vyks turnyro finalas. Čia rungtyniaus 36 komandos iš 15 šalių.

Pirmosios „Seni cup“ rungtynės Lenkijoje suorganizuotos dar 1992 m., siekiant didinti žmonių su protine negalia integraciją į visuomenę.

BIRŽELIO 14 D.
ŠILUTĖS
SENIŪNIŲ
SPORTO
ŽAIDYNĖS



**VARŽYBŲ
PROGRAMA:**

10 val. KREPŠINIS 3X3
(„TIME TEAME“ krepšinio aikštelė prie pradinės mokyklos).

**10 val. ŠAŠKĖS,
ŠACHMATAI**
(Gluosnių g. 13B, Šilutėje).

12 val. TINKLINIS
(prie pylimo, tinklinio aikštelėje).

**12 val. STALO
TENISAS** (Traksėdžiuose).

**14 val. VIRVĖS
TRAUKIMAS** (stadionas).

**14.30 val. SENIŪNŲ
RUNGTIS – SMIGINIS**
(stadione).

**15 val. ŽAIDYNIŲ
UŽDARYMAS.
APDOVANOJIMAI.**

Žaidynes finansuoja:
Kūno kultūros ir sporto rėmimo fondas.
Šilutės rajono savivaldybė

Skiržemės kaimo kapinaitėse iškilo dar vienas kryžius



Vainuto seniūnijos darbuotojai kartu su Skiržemės kaimo buvusiais sodiečiais 2013 metais sutvarkė kaimo kapinaites, kitaip vadinamas Maro kapais. Buvo iškirsti krūmai, nušienauta žolė.

2014 metų pavasarį kapinaitės taip pat buvo tvarkomos, o gegužę pastatytas ažuolinis kryžius vietoje čia stovėjusio dar 1920 metais pastatyto kryžiaus. Kapinių viduryje dar stovi keli kryžiai ir ap-

griuves koplytstulpis, ant kurio išlikusi 1882 data.

Penktadienį, birželio 6-ąją, Vainuto parapijos klebonas Dainoras Židackas kryžių pašventino. Pašventinimo ceremonijoje aktyviai daly-

vavo buvę ir esami Skiržemės kaimo sodiečiai. Maldose buvo prisimintas paprotys, kai prieškario laikotarpiu sodžiaus mamos vesdavosi vaikus į kapinaites, kur būdavo giedama šv. Mergelės litanija ir meldžiamasi už

mirusiuosius. Vainuto seniūnas Vitalijus Mockus išreiškė viltį, kad toks paprotys galėtų išlikti ir ateityje.

Buvęs Skiržemės kaimo gyventojas Dominikas Bučinskas

Šilutės neįgalus jaunimas aktyviai leidžia laiką



Neįgaliesiems svarbu dalyvauti renginiuose – tai galimybė patirti ir išgyventi teigiamas emocijas, pabendrauti, save parodyti ir į kitus pažiūrėti.

Šilutės socialinių paslaugų centro struktūrinio padalinio socialinių paslaugų įstaigoje tarybos neįgalieji aktyviai leidžia laiką – dalyvavo festivalyje „Muzikinė paukštė 2014“, kuris šiemet vyko Priekulėje bei paminėjo nerūkymo dieną – drauge su mokiniais sportavo ir žiūrėjo spektaklį.

Lijana JAGINTAVIČIENĖ

Dalyvavo festivalyje „Muzikinė paukštė“

„Muzikinė paukštė“ – kasmetinis neįgalųjų muzikinės saviraiškos festivalis. Tai ne tik muzikinis renginys, bet ir neįgalųjų bendravimo forma, galimybė negalios paliestiems žmonėms atskleisti savo kūrybinius, muzikinius gebėjimus profesionalioje scenoje, galimybė reikštis viešojoje erdvėje.

Šilutiškiai atliko šokio kompoziciją skambant laiko patikrintiems kuriniams: „Švieski man vėl“, „Miela būk šalia“, „Laivelį mažą“ ir kt. Šokėjus ruošė užimtumo spe-

cialistė Karolina Mauliūtė.

Festivalyje dalyvavo neįgalūs vaikai ir jaunimas iš Gargždų, Kretingos, Skuodo, Klaipėdos, Palangos, Priekulės ir kitų miestų.

„Muzikinės paukštės“ garsai skambėjo įvairiuose Lietuvos miestuose. 2008-aisiais festivalį organizavo ir Šilutės dienos paslaugų centras.

Paminėjo nerūkymo dieną

Po festivalio kolektyvas paminėjo ir nerūkymo dieną – pirmiausia su Pamario pagrindinės mokyklos pradinio skyriaus mokiniais sportavo – darė mankštą ir žaidė krepšinį. Vėliau visi skubėjo žiūrėti

Vidos Bladykaitės spektaklį „Ženteliai“ (režisierė Dalia Minkevičienė), kurį jiems dovanojo Juknaičių dramos mėgėjų kolektyvas.

Spektaklis apie tai, kaip nusi gyvenęs ūkininkas savo imitusiai dukrai Marcei dairėsi vyro. Kol ūkininkas buvo „biednas“, į jo dukterį niekas nežiūrėjo, o kai gavo palikimą iš Amerikos, jauniukų – visa eilė. Apsukrusis „kriaučius“

ir dar smegenų turintis gospodorius sumanė tuos žentus patikrinti, ko jie naktį atslenka. Komedija žiūrovams itin patiko. Retas iš susirinkusiųjų nesijuokė. Ir vaikai, ir neįgalieji išsirinko labiausiai patikusius aktorius ir skubėjo įteikti jiems gėlių.

Spektaklis sužavėjo ir Šilutės klubo „Moterų seklyčia“, ir Lietuvos pensininkų sąjungos „Bočiai“ Šilutės skyriaus narius, kurie tą

dien taip pat mielai dalyvavo šventėje.

Vyriausioji socialinė darbuotoja Lina Linkytė neslėpė džiaugsmo, kad jų klientai turi galimybę dalyvauti įvairiuose renginiuose. „Neįgaliesiems svarbu dalyvauti renginiuose – tai galimybė patirti ir išgyventi teigiamas emocijas, pabendrauti, save parodyti ir į kitus pažiūrėti. Tai puikus laikas bendrystei“, – sakė L.Linkytė.

Žemaičių Naumiesčio gimnazija sužibo elegancija

Žemaičių Naumiesčio gimnazijoje pirmą kartą vyko tikrai dėmesio reikalaujantis savaitės trukmės renginys „Elegancijos savaitė“. Šį savaitinį renginį organizavo mokiinių tarybos narės Vygailė Vilčiauskaitė, Kornelija Judžentytė, Airida Arnašiūtė ir Goda Mačijauskaitė. Savaitės eigoje mokiniai ir mokytojai turėjo laikytis ypatingo aprangos kodo: merginoms – savaitė be kelnų, o vietoj jų jos turėjo dėvėti sijonus arba sukneles, vaikinai privalėjo vilkėti marškinius. Renginio organizatorės kiekvieną dieną eidavo į klases pasipuošusios išskirtiniais rūbais, pamėgdžiodamos arba karėves arba moteris juodais drabužiais, ir tikrindavo, ar visi laikosi aprangos kodo. Nesilaikantieji taisyklių turėdavo atlikti merginų sugalvotas griežtas užduotis: vaikinai darė atsispaudimus, o merginos – pritūpimus. Viena įdomiausių užduočių buvo, kai atsitiktinai parinktos dvi taisykles pažeidusios mokinės gavo užsėdėti ant galvų sunkias knygas ir apeiti aplink klasę du ra-



Nuotaikinga rūbų kontrolės komanda.

tus, kol tuo metu vaikinai darė atsispaudimus, o merginos – pritūpimus. Savaitė buvo kupina šiltų įspūdžių. Mes šiuo renginiu įrodėme, kad Žemaičių Naumiesčio gimna-

zija nebaisūs jokie iššūkiai.

Laimonas Žvirblis ir Aušra Bendikaitė, Žemaičių Naumiesčio gimnazijos mokiinių tarybos nariai.

Rusnės festivalis sudrebino salą!



Birželio 6–8 dienomis Rusnė pavirto muzikinė pramogų sala, mat vyko ilgai lauktas festivalis tradicinėje vietoje prie Rusnės tilto ant Atmos upės kranto. Net tris dienas netrūko čia kantri, roko, folkloro ir pop muzikos gaidų, o kur dar respublikinis Rusnių suvažiavimas, senojo Peterso tilto 100-osios metinės, palydėtos aitvarais. Kaipmat sala prisipildė pramogautojų, norinčių smagiai praleisti pirmąją vasaros savaitgalį.

Gerda BELOKOPYTOVA

Pradžią pradžia

Rusnės festivalis jau, galima sakyti, tampa tradicija, kuomet į salą pirmosiomis vasaros dienomis susirenka ne tik atlikėjai iš Lietuvos, bet ir iš kaimyninių šalių. Žinoma, tuo pat metu atskuba ir muzikos mylėtojai. O kaipgi be jų!

Dvejus metus vyko kantri muzikos festivalis „Pamario country“, kur koncertavo Lietuvos ir Latvijos žinomiausios kantri muzikos grupės. Šiomet sumanyta praplėsti festivalio ribas pakviečiant prisijungti ne tik gerai visiems žinomas grupes, bet ir festivalio scenoje pasirodant įvairaus stiliaus muzikantams, taip pat jaunimo grupėms. Atvyko koncertuoti grupės ne tik iš Šilutės rajono, bet ir iš Gargždų, Jurbarko, Panevėžio, taip pat atvyko ir iš kaimyninės Latvijos.

Festivaliui prasidėjus

Birželio 6-ąją, penktadienį, permainingas oras, kuomet karštį keitė lietus, gerokai neramino ir organizatorius, ir festivalio dalyvius. Vis dėlto pasisekė. Įžengus pirmosios festivalio dienos vedėjui Marijui Budraičiui į sceną, pro debesis maloniai pradėjo šviesti saulė. Paskelbus festivalio atidarymą, sujudo muzikantai ir pakeisdami vienas kitą scenoje atliko savas dainas, o žiūrovai galėjo mėgautis įvairiausių stilių muzika. Tą dieną pasi-

rodė grupės „Nevalyk lentos“, „Shamanna Bug“, „Ekstra“, „Impresija“, „Karčemėlė“, „Laisvė“, „Berri“, „Rebelheart“ ir „Hiperbolė tribute band“.

O vakarėjant prasidėjo akusti-



nės muzikos naktis, kur koncertavo grupė „Klasiokai“ – bardai A. Nausėda, N. Pečkys, V. Gylaitis. Tuo metu atidarytas ir palapinių miestelis. Tiesa, nedaug festivalio dalyvių panoro nakvoti palapinėse.

Pirmoji festivalio diena susilaukė ištis gausaus žmonių būrio. Netrūko festivalio aikštėje ir prekyvių tautinio paveldo žuvimi, ir pramogų vaikams bei vyresniesiems. Stebėjo pasirodymus ne tik aikštėje esantys žiūrovai, bet ir atplaukę savais laivais.



Antroji diena – Rusnių suvažiavimas ir dar daugiau gyvos muzikos

Antroji festivalio diena prasidėjo kiek anksčiau – vos diena persiritus į antrąją pusę. Festivalio vedėjos vairą tuomet perėmė etnografe Indrė Skablauskaitė. Scenoje vyko kaimo kapelų, folkloro ir šokių kolektyvų „Rusnietis“, „Juknaičiai“, „Aisva“, „Lakštingalė“, „Kreizu“, „Šilo aidai“ bei M. Norgaičio šeimos kapelos pasirodymai. Vakarp vedėjo mikrofoną pe-



dėjo su pop choro „Spindulys“ dainininkais.

Vos įsibėgėjęs muzikinei bangai sugriauzdėjo Šilutės motociklininkų klubo „Hellions“ motociklai ir prie scenos plieniniais jų žirgais iškilmingai buvo atvežtos Rusnės vardo savininkės. O jų susirinko ištis nemažai. Pasak V. Stoškaus, užsiregistravusių buvo 9, tačiau į renginį atvyko 8 mergaitės ir moterys, turinčios šį gražų vardą. Renginio organizatoriai minėjo, kad tokia Rusnių sueiga suorganizuota pirmoji. Atvyko čia Rusnės vardo savininkės iš Vilniaus, Kauno, Klaipėdos, net Jonavos ir, žinoma, pačios Rusnės.

Tiesa, dar prieš renginį visos šio vardo savininkės organizatorių apdovanotos edukacine pažintine kelione po Rusnės salą.

Trečioji diena

Sekmadienį, paskutinąją festivalio dieną, nuo ankstyvo ryto vyko edukacinė ekskursijos po Nemuno Deltos regioninį parką ir kulinarinį paveldą turinčias Rusnės kaimo turizmo sodybas. Buvo vykdomos ir edukacinės pamokėlės: „Žuvių virimo paslaptys“, „Bučiukų pyrimas“, „Senieji Rusnės žvejų amatai“, „Kurėnų gamyba“, „Nendriniai stogai“, „Žuvių rūkymo paslaptys“.

Tą dieną paminėtos Rusnės senojo Peterso tilto 100-osios metinės į dangų pakeliant aitvarus.





Jubiliejinis lietuvininkų bendrijos „Mažoji Lietuva“ susiejimas Šilutėje

Tą pačią paskutinę gegužės mėnesio dieną kaip ir miesto šventė Šilutės seniūnijos salėje vyko jubiliejinis – 25-asis lietuvininkų bendrijos „Mažoji Lietuva“ susiejimas. Jame buvo pasidžiaugta pasiekimais, prisiminti Anapilin iškeliavę iškilūs kraštiečiai, apdovanoti nusipelniusieji bei išsakytos problemos ir perspektyvos. O susiejimą baigė Klaipėdos universiteto profesorė, humanitarinių mokslų daktarė Dalia Kiseliūnaitė, papasakojo, kaip atsispindi etnografiniai bei tautosakiniai elementai Kristijono Donelaičio „Metuose“.

Saulius SODONIS

Malda ir atminimas

Jau dvidešimt penktą kartą lietuvininkų susiejimas buvo pradėtas ritualiniu žalios, baltos ir raudonos žvakių, kurios simbolizuoja Mažosios Lietuvos vėliavą, uždegimu. Šį kartą tai buvo patikėta šeiminių atstovų Rozai Šikšnienei. Taip pat tradiciškai Dovių ir Plikių kunigas Liudas Fetingas šį jubiliejinį susiejimą pradėjo malda bei šventiniu pamokslu.

Jis prisiminė tą gausų ir šiek tiek nedrąsų 1989 metų susiejimą, nuo kurio ir prasidėjo krašto lietuvininkų darbas ir veikla. Kunigas pradėjo nuo paties skaudžiausio dalyko – Rytų Prūsijos žūtis. Toliau kunigas L. Fetingas dėkojo Dievui, kad renginys vyksta šią gražią dieną, šioje vietoje ir ypatingai šitame name, kur ne kiekvienam buvo galima įeiti (kunigas turėjo omenyje, kad čia kažkada buvo komunistų partijos būstinė, - aut. pastaba). Jis sakė, kad labai smagu, jog iš tos vietos, kur buvo draudžiama tikyba ir leidimai melstis šiandien kaip tik ir skamba malda. Baigdamas kunigas prašė Aukščiausiojo, jog suteiktų stiprybę, kad ir kokioje kūno ar sielos nelaimėje nugrimztumėme, o prieš pikto galybę ir nuodėmę galėtume atsilaikyti.

Toliau jis prisiminė tuos, kurie yra iškeliavę Anapilin per 25-erius metus. Tokių kunigo sąrašą būta 31. Tarp išvardintųjų buvo ir daug šiam kraštui bei lietuvininkų veiklai nusipelnusiųjų tai: Eva Labutytė, Rūta Paplauskienė, Albinas Štubra, Jonas Kybrancas, Arvydas Kybrancas, Elena Kondratavičienė, Tautvydas Brakas, Vilius Trumpjonis, vyskupas Viktoras Jonas Kalvanas, vyskupas Jonas Kalvanas (jaunesnysis), Albertas Vėlius, Kęstutis Milkeraitis. Juos pagerbiant buvo paskaityta ir sugiedota giesmė „O gražus dangau“.

Svečių sveikinimai ir apdovanojimai

Po iškilmingos dalies prasidėjo pats susiejimas. Jam vadovavo svečias iš Vilniaus, kultūrininkas, knygynininkas, dailininkas Vytautas Gocentas. Pradėjo jis sveigą primindamas, kad esame ne vieni – su mumis ir lietuviai, lietuvininkai ir vokiečiai, taip pat ateina ir žemaičiai. Jis pasidžiaugė, kad visi esame šios žemės vaikai, jog esame parlamentinė valstybė ir į susiejimą atvyko Seimo pirmininko pavaduotojas Kęstas Komskis, kuriam ir suteikė žodį.

K. Komskis sakė, kad daugeliu kunigo vardijamų mus palikusiu žmonių jis pažinojęs kaip drąsius, išmintingus žmones, kuriems buvo labai svarbus šitas kraštas – Mažoji Lietuva. Ir nors nuo Lietuvos

atkūrimo praėjo daugiau nei du dešimtmečiai, galima politikų paklausti, ar jie padarė viską, kad šitas kraštas liktų su savo istorija. K. Komskis pastebėjo, kad dar reikia daug ką nuveikti, jog būtų paženklinta visa šio krašto istorija. Jis pasidžiaugė, kad Pagėgių krašte, kurį jis gerai pažįsta, bažnyčios nėra apleistos, o Rukų bažnyčioje šiuo metu meldžiasi ir katalikai, ir evangelikai. Tik Plaškių bažnyčiai pritrūko dėmesio. Mokykloms Pagėgiuose suteikti iškilų praeities veikėjų vardai. Kalbėdamas apie K. Donelaičio kunigavimo vietą Tolminkemyje, Seimo pirmininkas sakė, kad tikrai ne viskas padaryta, jog būtų deramai sutvarkyta ta vieta ir tinkamai įamžintas iškilusis mūsų protėvis. Taip pat jis atvežė Seimo padėkas kai kuriems iškilies šio krašto lietuvininkams bei dirbantiems šio krašto labui.

Į šį jubiliejinį susiejimą visai netikėtai, važiuodamas pro šalį, užsuko Lietuvos atkuriamojo Seimo pirmininkas profesorius Vytautas Landsbergis. Paprašytas jis taip pat tarė keletą žodžių. V. Landsbergis sakė, kad džiaugiasi lietuvininkų buvimu, veikla. Jis taip pat pasidžiaugė malda jau pasitraukusiesiems žmonėms, o pats prisiminė savo anglų kalbos mokytoją Tautvydą Braką, kuris padėjo profesoriui tobulinti anglų kalbą bei taip pat neseniai pasitraukusį labai mielą bei tvarkingą teisininką Kęstutį Milkeraitį. V. Landsbergis taip pat sakė, kad pats yra buvęs klaipeidiškis, kai dirbo Lietuvos konservatorijos Muzikos fakultete. Specialiai kalbėti profesorius nebuvo pasirengęs, tačiau dar kartą paminėjo, kad džiaugiasi lietuvininkų veikla. Anot V. Landsbergio, vienas iš tikslų atvažiuoti į šį kraštą buvo aplankyti Macikų koncentracijos lagerio ir kapinių vietas. Atminimui profesorius V. Landsbergis paliko naujausią savo knygą.

Ataskaita

Įprasta, kad tokių sveigų metu vyksta ataskaitų pristatymai. Lietuvininkų bendrijai „Mažoji Lietuva“ apie veiklą kalbėjo dabar šiam sambūriui vadovaujantis Edmundas Paplauskas. Trumpame savo pranešime jis įvardino pagrindinius darbus, kuriuos per ketvirtį šimtmečio nuveikė ši lietuvininkų bendrija. Vienas iš svarbesnių – keturių tomų Mažosios Lietuvos enciklopedija. Tai didelio būrio žmonių darbas, kuris padės geriau pažinti šį kraštą bei jo praeitį. Taip pat labai svarbus dalykas, kad pavyko įtvirtinti penktą Lietuvos regioną – Mažąją Lietuvą. Tai labai svarbu žiūrėti iš kultūrinės pusės. Lietuvininkai turi sukūrė labai gražių tradicijų: viena – sausio 1 dieną rinktis prie K. Donelaičio paminklo Klaipėdoje tokiu pat vardu



Prasidėjo susiejimas bendra malda už mirusiuosius.

pavadintoje aikštėje. Taip pat jau tradicija tapo sausio 15 dieną, prisimenant 1923 metų sukilimą, rengti naktinius jaunimo Šaulių kuopų žygius į Klaipėdą. Jau neatšiejama tapo Šiupinio šventė per Užgavėnes. E. Paplauskas prisiminė ir pasidžiaugė, kad lietuvininkų papročiai ir etnografija perduodami jaunimui – tai daro D. Kiseliūnaitė ir jos vadovaujamas „Vorus-

nėlės“ ansamblis. Ir daugiau vardino pirmininkas įvairių darbų bei pasiekimų, kuriuos padarė ar puoselėja šios bendrijos žmonės bei visi, kurie prie šių darbų prisideda ar prisidėjo. Tad baigė pirmininkas pasisakymą padedamas V. Gocento ir įteikė padėkos raštus daugybei žmonių.

V. Gocentas taip pat perdavė padėkos raštus, kurie buvo skirti

visiems lietuvininkų bendrijos „Mažoji Lietuva“ pirmininkams. Gaila, bet šiame sambūryje dalyvavo tik pirmasis pirmininkas Viktoras Petraitis ir dabartinis – E. Paplauskas.

Pasisakymai

Buvo pristatyta ir išsami bendrijos finansinė ataskaita, kurią padarė išdininė Ieva Toleikytė-Biržienė. Ji konstatavo, kad pajamos po truputį mažėja, o išlaidos, deja, didėja. Todėl labai dažnai kur nors važiuojant drauge yra prašoma vykstančiųjų taip pat prisidėti ir pinigais. Tačiau kol kas vos suduria galą su galu, nors nežiūrint tvarkingai sumokamų narių mokesčių – išdas palaiipsniui mažėja.

Po to V. Gocentas dar perdavė Kultūros ministro Šarūno Birusio padėkos raštus. Jie taip pat buvo skirti lietuvininkų kultūros puoselėtojams bei skleidėjams.

Toliau keletą žodžių tarė „Libra Memelensis“ leidyklos vadovas Kęstutis Demereckas. Jis sakė, kad šiuo metu tyrinėja ir rengia knygą apie Nemuno deltą. O joje yra daugybė dalykų, kurie iki šiol mažai žinomi – lietuvininkai nuo seno garsėjo savo gebėjimais. Tai pasi-

Nukelta į 10 p.

Pokalbis apie kaimynus, kurių jau nebėra

Žemaičių krašto etnokultūros centro muziejuje gegužės 22–23 d. vyko seminaras „Lietuvininkų ir žydų kultūros pėdsakai Žemaitijos pasienyje“. Jame buvo aptarta, kokį kultūrinį pėdsaką Žemaitijos pasienyje paliko lietuvininkai ir žydai, kurie iki Antrojo pasaulinio karo gyveno gražiam ir jaukiame pasienio Žemaičių Naumiesčio miestelyje. Tai savitą ir unikalų, nes kaip tik čia susikirsdamos Mažosios Lietuvos, Žemaitijos bei žydų kultūros formavo savitą ir unikalų kultūrinę aplinką. Jai aptarti bei drauge paieškoti dar likusių jos pėdsakų ir buvo susirinkę mokslininkai, kraštotyrininkai bei dabartiniai šio krašto gyventojai.

XX a. viduryje vykęs pasaulinis karas negrįžtamai pakeitė gyvenimą daugeliui šio pasienio miestelio žmonių: žydai patyrė holokaustą, lietuvininkai pasitraukė su frontu į vakarus. Nemažai išlikusių šio miestelio gyventojų sovietų buvo paskelbti liaudies priešais, dėl to teko jiems patirti tremtinių ar net politinių kalinių dalį. Ir nors šiandien Žemaičių Naumiestis labai pasikeitė, tačiau čia kažkada gyvenę žmonės paliko ryškius pėdsakus ne tik kultūroje, bet ir kraštovaizdyje. Dar apie tai susirinkę į seminarą ir kalbėjosi bei diskutavo kultūrininkai, mokslininkai bei dabartiniai šio miestelio gyventojai.

Iš viso per tas dvi dienas buvo perskaityti septyni pranešimai. Apie „Mažosios Lietuvos tautinio kostiumo genezę“ pasakojo ir rūbus bei jų kitimą komentavo Martyno Jankaus muziejaus direktorė Liudvika Burzdžiuvienė. Apie statistinio miestelio statistinį žydą labai patraukliai pranešimu „Miestelio žydų buitis ir gyvenimo būdas. Religija ir dvasinė kultūra“ papasakojo Aisia Gudermanaitė. Kitą dieną seminaro dalyvius ji supažindino ir su žydų maistimosi ypa-

tumais – jos pranešimas vadinosi „Žydų švenčių ciklas. Žydų virtuvės ypatumai. Šabo vakariene“.

Filologijos mokslų daktarė Janina Janavičienė perskaitė pranešimą „Lietuvininkų gyvenimo būdas ir papročiai. Tikėjimas, laidojimo apeigos“. Geologas, fizinių mokslų daktaras Zigmąs Malinauskas savo pranešimo „Žydų ir lietuvininkų atsiradimas Žemaičių Naumiestyje ir jų demografinė raida“ metu aptarė šių grupių atsiradimą šiame pasienio miestelyje.

Šilutės muziejaus Švėkšnos filialo muziejinių Moniką Žašytenienę pristatė parodą „Švėkšnos žydų bendruomenė gyva prisimini-muose“. Lektorė Milda Aušrienė savo pranešimu supažindino su lietuvininkų kulinariiniu paveldu.

Seminaro dalyviams taip pat pristatytas lankstinukas „Žmonės, garsinę Žemaičių Naumiestį“. Jį parengė ir pakomentavo Šilutės F. Bajoraičio viešosios bibliotekos Žemaičių Naumiesčio filialo bibliotekininkės Nijolė Rimkienė ir Danutė Bružienė. Dalyviams taip pat buvo surengta kultūrinė programa: lietuvininkų tarmė su programa „Kožnas paukštis saviška



A. Gudermanaitė vaizdžiai pasakojo ir parodė kam reikalingi kutai ant žydo apsiausto.

gėd...“ pristatė Šilutės kraštotyros draugijos folkloro ansamblis „Ramytė“. Premjerinį vaidinimą „Geriau vėliau, negu niekad“ parodė Agluonėnų klotimo teatras.

Šis seminaras buvo surengtas gavus 10 000 litų paramą projektui „Lietuvininkų ir žydų kultūros pėdsakai Žemaitijos pasienyje“. Jam lėšas skirti Kultūros misterijai rekomendavo Lietuvos kultūros taryba. Šio projekto iniciatorė ir koordinatorė yra Viešosios įstaigos „Žemaičių krašto etnokultūros centras“ muziejinių – edukatorė Nijolė Stanelienė.



„Žalioji pasienis“, arba linksmos istorijos iš pasienio gyvenimo

Po Pirmojo pasaulinio karo nuo Vokietijos atskyrus Klaipėdos kraštą, Rytprūsius nuo jo atskyrė Nemunas. Mažoji Lietuva buvo padalyta į dvi dalis: mažesnioji, šiaurinė dalis – Klaipėdos kraštas – atiteko atsikuriančiai Lietuvai, visa kita – Rytprūsiai – liko Vokietijos valdžioje. Infliacija ir valiutos konvertavimas pasienio gyventojams buvo skausmingas. Visose pasienio srityse buvo pastebimas kontrabandos pagyvėjimas. Persikvalifikavo ir kontrabandininkai – įprastinį krovinių nešimą per sausumos sieną pakeitė nelegalus plukdymas per Nemuną.

Regina MEŠKAUSKIENĖ

Krašto gyventojams buvo labai gerai žinoma tiesa: pasienio eismas ne visada yra reguliuojamas įstatymais, o ypač, jei tarp kaimyninių vietovių žymūs kasdienio var-tavimo prekių skirtumai. Vieni į tai žiūrėdavo kaip į tam tikros rūšies savęs aprūpinimą, kiti – kaip į pramogą, tretiems – įstatymų saugotojams – tai buvo kontrabanda. Nors tai buvo neteisėta, tačiau visa tai vyko ir vienoje, ir kitoje pasienio pusėje. Todėl ir atsiliepiamųjų bei linksmų pasakojimų buvo iš abiejų pasienio ruožo pusių.

Rytinėje Ragainės krašto dalyje buvo vadinamasis „žalioji pasienis“. Tai dideli miškų plotai, besitęsiantys palei sieną, atskyrusią Rytprūsius ir Lietuvą. Pasienis buvo pasislėpęs Šilėnų (Waldheide, dab. - Pograničnyj) rytinėje dalyje ir tęsėsi į pietus link Naujųjų Lubėnų (Memelwalde, dab. - Zelenodolje). Įgyta nauja kaimynė Lietuva buvo žemės ūkio valstybė, kuri galėjo pasiūlyti įvairių žemės ūkio produktų Vokietijos pusei. Ketverių metų karas, dar ketverius metus pinigų devalvacija naujos pasienio zonos gyventojų nepadarė turtingesniais. Kontrabanda buvo viskas, ką buvo lengva transportuoti, arba kas galėjo eiti savo kojomis. Visų geriausia buvo arkliona, gyvulių ir naminių paukščių skerdena, mat ir puikiausias ekspertas negalėjo nustatyti jų tautybės. Tačiau didžiausią kontrabandos dalį sudarė spiritas. Šią prekę buvo lengva nešioti pėsčiomis. Ją nešė ne tik kontrabandininkai, bet ir tarpininkai, nes tai buvo pakankamai pigi prekė. Mokesčių institucijos labai greitai reagavo į šią prekybą plėtrą padidindami muitinės postų ir darbuotojų skaičių palei Nemuną upę, „žaliąjį pasienį“. Taigi prasidėjo šaltasis karas tarp įstatymo pareigūnų ir kontrabandininkų.

Karštas pasienis ir šaltos kojos

Pasienio zonoje tapo karšta. Kontrabandininkai turėjo didelį privalumą prieš muitininkus, kurie buvo nevietiniai. Jie labai gerai pažinojo apylinkes, kiekvieną miško takelį, kelio vingį. Juos remdavo netgi vietos gyventojai. Tačiau palaipsniui mažėjo kontrabandininkų pranašumas, nes muitininkai netrukus puikiai pažinojo vietas. Iš miško ūkių pareigūnų, kiekvienos vietos policijos organų jie gaudavo informaciją apie kontrabandininkų kelius ir takelius.

Veršlas kasdien darėsi vis sunkesnis, kontrabandininkų areštų ir persekiojimų daugėjo, tačiau jie stengėsi prisitaikyti prie esamos padėties. Kontrabandos stimulus buvo nuotykių gausa, bet tai ne-reiškią, kad nebuvo nerimo. Kontrabandininkai eidavo po du ar tris ir visada rasdavo būdų apgauti mui-

tininkus.

Didelės kontrabandininkų grupės sugalvodavo apgauti muitininkus pasiuntus į priekį du vyrus, kurie prie savo kuprinų būdavo pritašę manekenus, kad iš tolo atrodytų, jog tai būrys muitininkų vaikšto. Tačiau šis metodas buvo nepavojingas tik kelis kartus, nes muitininkai labai greitai suprasdavo, kokį vaidmenį atlieka du vyrai. Tada pavykdavo greitai nustatyti visą kontrabandininkų būrį.

Kontrabandininkai ir muitininkai naudojo įvairius manevrus, kad apgautų vieni kitus. Pavyzdžiui, ėjo kontrabandininkai vidury baltos dienos su kuprinėmis plačiomis Nemuno pievomis, nors puikiai žinojo, kad yra stebimi muitininkų. Grįždavo jie po kelių valandų, o kartais ir kitą vakarą, ir visiškai kitoje vietoje. Dažnai netoli upės kranto buvo paslėpti spirito bakai, kuriuos jie turėdavo paimti. Muitininkai naudojo panašius metodus. Gerai matomi pamiškėje arba Nemuno pievose jie patreliuodavo tikėdamiesi aptikti pasislėpusius kontrabandininkus. Dėl šių pasikartojančių veiksimų atšaldavo ne tik muitininkų kojas.

Spirito vertė

Būdavo ir nuotaikingų atsitikimų. Štai vienas pasienio gyventojas iš baimės bėgo nuo muitininkų ir atsitrenkė į pušį. Prie savo krūtinės turėjo butelį spirito, kuris sudužo ir sužeidė šonkaulius. Kitas ūkininkas į kailinių rankovė turėjo įsitaisęs plaktuką, kad galėtų greitai sudaužyti butelį spirito, kadangi baudos dydis buvo daug didesnis nei spirito vertė.

Vienas jaunas plevėsa bėgdamas nuo muitininkų dėl patirto šoko pradėjo žengdamas kiekvieną žingsnį garsiai dūsauti ir taip sukeldavo kitų bėgančiųjų garsų juoką. Taip kontrabandininkai išsidavė ir pakliuvo muitininkams. Tačiau nepatyrusiam vyrukui bendrai šią „piktadarystę“ atleido.

Muitininkai dieną miško pakraščiuje pastebėjo asmenų grupę, kurie perėjo gerai matomas Nemuno pievas ir pasuko link sienos. Muitininkai turėjo teisę juos sulaukyti, tačiau pakliuvo tik vienas, bet jis jau buvo išmetęs prekę ir aiškino, kad jis perėjęs sieną, nes buvęs svečiuose pas giminaičius. Žinoma, šį pasiteisinimą jis buvo sugalvojęs.

Kolba

Vieną gražų vasaros rytą didelės parapijos gerbiamas žemės savininkas sumanė išnaudoti šį laiką ir nepavojingai pasirūpinti spiritu. Jis apsirėngė kiek per dideliu kostiumu, kad atrodytų apkūnus. Kelnėse, netoli pilvo, buvo įtaisyta seklė ir plati kišenė. Joje tilpo dviejų litrų metalinė tara, savo forma panaši į kolbą. Tą kolbą jis įdėjo į paruoštą kišenę, apsuko juosta ir apsisvilko striuke. Tada pasiekė keltą, juo persikėlė per upę.



Kontrabanda būdavo ir paauglių užsiėmimas. Iš D.Kauno knygos „Mažosios Lietuvos veidai ir vaizdai“.

Viešvilės smuklininkas, geras ūkininko pažįstamas, pripildė kolbą pilną spirito ir stipriai užkimšo kamščiu. Po tokios operacijos ūkininkas patraukė namo. Kai keltas pasiekė vokiečių krantą, prisistatė muitinės inspektorius. Žmogus suprato, jog šį kartą neišsisuks iš bėdos. Pareigūnas, atlikdamas monotonišką kasdienę pareigą, buvo patenkintas sutikęs didžiai gerbiamą pilietį ir gavęs progą su juo pasikalbėti. Ūkininkas neturėjo kitos išeities kaip palaikyti pokalbį su pareigūnu. Jis pasakė, jog buvęs

damas žąsis nuo kairiojo peties ant dešiniojo. Perkeltos ant kito peties kurį laiką žąsys tylėdavo. Su tokiu juodžio skatinimu ir žąsų raminiu Oto parėjo laimingai į savo kiemą. Taigi juodis ir žąsys laimingai pasiekė savo naująją tėvynę.

Paruoka pagal Walter Broszeit pasakojimą (Memeler Dampfboot 1987. Nr 8)

damas išlaikyti distanciją ir atsi-stoti prieš vėją, kad nesijaustų spiro-to kvapo. Pokalbis buvo baigtas gana greitai. Tai buvo reta sėkmė išlaikyti savo reputaciją prieš muitininką, ir nesėkmė – praradus du litrus spirito. Spiritas karštą dieną išilo nuo kūno temperatūros, atsirado dujas, kurios ir išmušė kol-bos kamštį.

Juodis ir žąsys

Sudargo parapijoje (dabar – gyvenvietė Šakių rajone, kairiajame Nemuno krante), anapus žaliosios sienos, nusipirko Oto nebrangų arkli ir jau save išivaizdavo bejojanti ramiai namo. Bet jis nusprendė įsigyti ką nors dėl savo gerovės – dar paėmė dvi žąsis. Kadangi šis pirkimas buvo neplanuotas, teko spręsti žąsų transportavimo problemą. Trumpai pagalvojęs Oto nusprendė paimti krepšį, įkišti ten žąsis, apdengti maišu, aprišti virvėmis ir padaryti vieną nešulį. Kaip tarė, taip padarė. Oto užsidėjo ant pečių nešulį su žąsimis, sėdo į balną ir linguodamas rismojo, nes norėjo kiek tik įmanoma tyliai pasiekti namus. Tačiau jo norą sugadino žąsys – negaudamos oro pragnaibė maiše dvi skyles ir iškišo galvas, todėl ant raitelio nugaros laikas nuo laiko pasigirdavo linksmas ir juokingas žąsų plepėjimas. Su botagu Oto skatino savo juodoką greičiau judėti į priekį, kartais perkel-

Naujųjų Lubėnų muitinės pastatas.



Viešvilės apygardos teisme dėl reikalingų dokumentų, bet, deja, nesėkmingai. Pokalbio metu staiga garsiai nuskambėjo „Plup“. Gerbiamas ūkininkas pajuto per pilvą ir kojas bėgantį šiltą spiritą. Pareigūnas, taip pat išgirdęs šį keistą garsą, paklausė nustebęs: „Kas čia buvo?“. „Taip, aš taip pat išgirdau kažką“, - atsakęs žmogelis, steng-

Jubiliejinis lietuvininkų bendrijos „Mažoji Lietuva“ susiejimas Šilutėje

Atkelta iš 9 p.

didžiavimo vertas dalykas.

Taip pat kalbėjo „Saugų artumos“ bendruomenės pirmininkas Vytautas Laurinavičius. Ši bendruomenė pavasarį išleido „Lietuvininkų tarmių žodyną“. Taip buvo atsiliepta į praėjusius metus vykusių tarmių metus. Todėl buvo parengtas projektas „Lietuvininkų tarmės integravimas į šiuolaikinę visuomenę“. Dėl didelio būrio prie šio projekto dirbančiųjų atsirado šis žodynas.

Klaipėdos universiteto docentė Arūnė Arbušauskaitė pastaruju metu tyrinėja senąsias šio krašto kapines, todėl ji atkreipė dėmesį ne

tik į prastą jų būklę, bet ir į tai, kad „kilnojamą nekilnojamą turtą - žemę“ į atkeltas teritorijas patekdavo ir senosios kapinės. Ji taip pat geru žodžiu paminėjo Žagatpurvių kapines, kurios nagingo ir užsispyrusio ten atsikėlusio žmogaus dėka atgimė naujam gyvenimui.

Dar pasisakė ir į problemas atkreipė dėmesį Irena Rimkienė, a. a. dailininko Vaclovo Rimkaus žmona. Jis kilęs iš Pagėgių krašto, todėl manoma, kad būtų gražu surengti jo darbų parodą tame krašte. Taip pat pasisakė humanitarinių mokslų daktaras Helmutas Arnašius. Jis pasidžiaugė naujuoju Saugų bendruomenės išleistu žodynu. Taip pat kalbėjo Klaipėdos vokiečių draugijos

pirmininkė Magdūtė Pirkops, Jurgis Aušra. Pastarasis yra iniciatorius Klaipėdos Jono bažnyčios atstatymo ar bent pradžioje jos įspūdingo ir savito bokšto atstatymo. J. Aušra supažindino su problemomis, su kuriomis tenka susidurti.

Savo pranešimą profesorė D. Kiselūnaitė, kuriame nagrinėjo etnografinius ir tautosakinius elementus K. Donelaičio „Metuose“, pradėjo pasakymu, kad būtina kreiptis į Svietimo ir mokslo ministrą, jog į mokyklinės programas būtų gražinta Ieva Simonaitytė ir jos kūryba. Tik tokiu būdu lietuvių sąmonėje bus formuojama tai, kad yra ir buvo toks kraštas Mažoji Lietuva.

Vilko vaikų atminimui – naujas ažuolinis kryžius



Kryžius, skirtas vilko vaikų atminimui, atidengimo Mikytuose akimirka.

Mikytuose, šalia kelių sankryžos, atnaujintas kryžius, skirtas taip vadinamų vilko vaikų atminimui. Čia įvyko didelės išskilmės, dalyvavo daugybė žmonių iš visos Lietuvos, 37 asmenys atvyko iš Vokietijos.

Stasys BIELSKIS

Skaitytojams primename istorijos faktą, kas buvo tie vilko vaikai ir iš kur jie atsirado. Sovietams 1944 metais išiveržus į Rytprūsius, ieškodami prieglobsčio į Lietuvą atvyko daugybė vaikų. Apie savo istorijas jie prabyla tik dabar.

Pasak istorikės Silvos Pocytės, Rytprūsių vaikai, lietuvių vadina-

mi vokietukais, į kaimyninį regioną dažniausiai atvažiuodavo traukiniais. Keleiviniai sąstatai pirmaisiais pokario metais važinėjo retai, o ir pinigų bilietui vaikai neturėjo, todėl mėgindavo pasinaudoti prekiniais traukiniais. Lietuva jiems buvo kraštas, kuris galėjo duoti duonos kąsnį. Daugelis dabartinių vilko vaikų, kurie jau gali apie tai pasakoti, sako, kad Lietuva davė



Lietuvos garbės konsulas Vokietijos Badeno-Viurtembergo žemėje baronas Wolfgangas fon Štettenas (antras iš kairės), kurio iniciatyva ir lėšomis buvo pastatytas kryžius Mikytuose.

duonos kąsnį, bet už jį reikėjo atidirbti pas globėjus, tėvius.

Mikytuose pirmą kartą medinis kryžius, skirtas vokiečių bendrijos „Wolfskinder“ (liet. - vilko vaikai) narių artimųjų ir visų Prūsijos gyventojų, kurie buvo nukankinti, nužudyti, arba mirė badu 1945-1947 metų laikotarpiu, atminimui, buvo pastatytas 1992 metais. Maždaug šešių metrų aukščio kryžiaus, padaryto iš pušies, pagrindas per du dešimtmečius jau buvo gerokai papuvęs, todėl reikėjo statyti naują.

„Dauguma mūsų bendrijos narių neturi savo artimųjų kapų, šis kryžius yra kaip artimųjų atminimo įamžinimas. Čia galima bet kada atvažiuoti, papūti, toje vietoje ramiai pamąstyti“, - „Šilokarčėmai“ sakė bendrijos „Wolfskinder“ pirmininkė, vilnietė Luiza Kažukauskienė.

Šalia naujojo kryžiaus buvo pasodinti du medeliai – ažuoliukas ir vyšnaitė. O toks gausus renginio dalyvių skaičius parodė, kaip žmonėms yra svarbu turėti tokį paminklą.

Kryžiaus atidengimo ceremo-

nijoje dalyvavo Pagėgių valdžios atstovai, Lietuvos garbės konsulas Vokietijos Badeno-Viurtembergo žemėje baronas Wolfgangas fon Štettenas. Tai ilgametis bendrijos „Wolfskinder“ globėjas ir rėmėjas. Šitas kryžius, kainavęs nemažus pinigus ir kurio pastatymą jis finansavo, buvo pastatytas jo iniciatyva.

L. Kažukauskienė padėkojo visiems, kurie susirinko į kryžiaus Mikytuose pašventinimą ir taip pagerbė žuvusiuosius. Renginyje dalyvavo vienas katalikų ir du evangelikų kunigai.

Kas ketvirtas pagėgiškis – išalkęs



Pirmą kartą maisto daaviniai Pagėgiuose buvo dalinami jau ne buvusiamė trąšų sandėlyje, o kėpyklos patalpose, kur kvėpia šviežiomis bandelėmis.

Tris dienas Pagėgių mieste ir seniūnijose buvo nemokamai dalinami maisto produktų daaviniai. Iš viso Pagėgių savivaldybėje juos gavo 2 236 asmenys - beveik kas ketvirtas šio krašto gyventojas. Tai yra labai daug – Šilutės rajone maisto daavinius gavo tik kas vienuoliktas gyventojas.

Stasys BIELSKIS

Pagėgių miesto ir šios seniūnijos kaimų gyventojams 1 105 maisto paketai buvo išdalinti UAB

„Riklaiva“ patalpose, ten, kur kepama duona ir kvėpia šviežiomis bandelėmis. Pirmą kartą maistas dalintas šioje vietoje, anksčiau maisto produktai buvo dalinami

šalia esančiame pastate, kur ne taip seniai dar buvo laikomos trąšos.

„Riklaivos“ bendrovė priklauso Pagėgių savivaldybės tarybos nariui Kęstučiui Komskiui. Sutartį dėl patalpų išnuomavimo dalinti maisto produktus pasirašė jo žmona, „Riklaivos“ direktorė Kristina Žilytė-Komskienė. O štai seniūnijoje nereikėjo ieškoti vietos, kur būtų galima išdalinti maistą. Mat ir čia „Riklaiva“ pasistengė – davė automobilį, kuris važiuodavo į se-

niūnijas ir ten tiesiai iš jo žmonės galėjo atsiimti maisto paketus.

Šį kartą nuskurdinti žmonės džiaugėsi gavę taip būtinus jų gyvenimui maisto produktus. Savo pilvus alkstantieji galėjo pamalontinti 1 kg miltų, ryžiais, trijų grūdų koše, makaronais, žirniais, mėsos konservais, sausais pusryčiais ir buteliu aliejaus.

Pagėgiškiai juokauja, kad mais-

to paketų dalinimo vietas pakeitimas tikriausiai daugeliui miestiečių patiko, nes produktai gulėjo ant Komskių šeimos įmonės patalpų grindinio, todėl jų skonis galėjo padvigubėti.

Buvo išdalinti visi maisto daaviniai, neliko nė vieno. „Labai retai kada jų lieka“, - „Šilokarčėmai“ sakė Pagėgių savivaldybės Socialinės paramos skyriaus vyriausioji specialistė Irena Kentrienė. Beje, Šilutėje liko tų maisto produktų daavinių, matyt, šilutiškiai mažiau išalkę nei pagėgiškiai.

Nusikaltimai

Dvi dyzelino vagystės

Birželio 6-ąją į policiją kreipėsi S. R. (gim. 1954 m.), kuri pranešė, kad iš jai priklausančio ūkinio pastato, esančio Vėlaičių kaime, buvo pavogti įvairūs daiktai ir 500 litrų žymėto dyzelino.


Birželio 4-osios rytą, apie 7 val., pastebėta, kad Strepeikių kaime, iš įmonės teritorijos, buvo pavogta 260 litrų dyzelino.

„Apšvarino“ žolės vyniojimo įrenginį

Birželio 6-ąją, apie 9 val. 30 min., J. D. (gim. 1962 m.) pastebėjo, kad iš jo gyvenamojo namo teritorijos, esančios Mažaičių kaime, buvo pavogta žolės vyniojimo technikos dalis.

Parengta pagal Tauragės AVPK įvykių suvestinę

Nuolaidos!



M

Pagėgių vairavimo mokykla

Birželio 12 d. 15 val.

renkamos naujos B kategorijos, E-95 ir vairuotojų, paželdusių KET, grupės.

Registracija bei informacija: 8 652 82 609, 8 606 10 852.

Mes siūlome:

- * nemokamą naujausią KET mokymosi kompiuterinę programą;
- * naują praktinio vairavimo mokymo aikštelę Pagėgiuose;
- * naujus praktinio vairavimo mokymo automobilius;
- * 60 akademinį valandų teorijos mokymo ir 30 akademinį valandų praktinio vairavimo mokymo Tauragėje.

Kokius vaisius vartoti sergant cukriniu diabetu?

✉ Mano šeimos narys serga I tipo cukriniu diabetu. Teko girdėti, kad diabetu sergantiems žmonėms daržovių kiekis nėra ribojimas, o kaip dėl vaisių? Kiek kokių vaisių galima valgyti? Ir į ką reikėtų orientuotis – į jų saldumą ar turimas maistines medžiagas?

Birutė, 59 metai

Cukrinis diabetas – civilizacijos liga, kai organizmas neįstengia priešintis nuolatiniams persivalgymui, mėgavimuisi riebiu, kaloringu maistu, vis mažėjančiam fiziniam aktyvumui, nutukimui ir nuolatiniam stresui. Tai lėtinė endokrininė medžiagų apykaitos liga. Ją sukelia žmogaus organizme insulino sintezės, sekrecijos ir periferinio veikimo sutrikimas. Dėl to sutrinka angliavandenių, baltymų ir riebalų apykaita, pažeidžiami įvairūs organai ir audiniai.

Plitimas nesustabdomas

Diabetas pasaulyje plinta sparčiai. 1985 m. juo sirgo 30 mln. žmonių, o šiandien nuo šios ligos kenčia apie 194 mln. planetos gyventojų. Nors diabetas yra lėtinė neinfekcinė liga, jos plitimo sustabdyti nepavyksta.

Pasaulio sveikatos organizacija prognozuoja, kad 2030 metais sergančiųjų cukriniu diabetu skaičius padvigubės. Naujausiais Europos ir Amerikos statistikos duomenimis, dabar cukriniu diabetu serga kas ketvirtas vyresnis kaip 65 metų gyventojas. Kas antras jų turi gliukozės tolerancijos sutrikimą, kurie signalizuoja apie diabeto pradžią.

Ligos požymiai

Pirmojo tipo diabetas atsiranda dėl imuninės sistemos atakos



prieš kasos insulino gaminančias ląsteles. Kraujyje gana sparčiai daugėja gliukozės, dėl to netenkama skysčių, elektrolitų, ligonis gausiai šlapinasi, jaučia troškulį. Nors apetitas būna padidėjęs, svoris krinta. Žmogaus būklė ima blogėti, gali aptemti sąmonė ar net ištikti diabetinę komą. Daug dažnesnis yra antrojo tipo cukrinis diabetas. Ši ligos forma yra klatinga, nes ligos pradžia būna neaiški. Kai atsiranda pirmieji simptomai – noras daug gerti, daugiau šlapintis, polinkis sirgti odos infekcijomis ir kiti požymiai – liga jau būna toli pažengusi.

si. Todėl labai svarbu pas šeimos gydytoją ar endokrinologą profilaktiškai tikrintis, ar nesergama antrojo tipo cukriniu diabetu.

- Daržovės ir vaisiai – plati sąvoka. Sergant I tipo diabetu tenka atsizvelgti į angliavandenių kiekius. Daržovėse jų yra mažiau, todėl jos yra rekomenduojamos, o vaisiai dažniausiai ribojami. Vis dėlto svarbu ir vaisių kiekis. Kalorijų prasme, tai greitai pasisavinamas maistas, todėl greitai gali padidinti gliukozės kiekį kraujyje. Vaisius patariama vartoti geriau kaip užkandžius.



Sergant diabetu rekomenduojama per parą suvartoti 2-4 porcijas vaisių, kai vieną porciją sudaro apie 60 kilokalorijų. Tiek kalorijų yra viename obuolyje, viename apelsine, 2 slyvose, 2 kiviuose, pusėje greipfruto, 12 vynuogių arba 2 abrikosuose. Reikėtų išdėmėti, kad geriau rinktis vaisius, negu jų sultis.



ATSAKO SPECIALISTAS

Vilniaus universitetinės ligoninės Santariškių klinikų Endokrinologijos centro vadovas profesorius Vaidotas Urbanavičius:

Vaisiai kaip maisto produktas turi mineralų, naudingų vitaminų, bet reikia atsizvelgti ir į kitas ap-

Svarbu:

- GI - tai palyginamasis dydis, nusakantis kiek vienas ar kitas maistas kelia cukrų, lyginant su gryna gliukoze, kurios GI 100.
- Mažiausiu glikeminiu indeksu pasižymi lietuviški vaisiai: vyšnios (22), obuoliai (30-40), kriaušės (38), slyvos (39), taip pat mažiau saldūs citrusiniai (greipfrutai (25), apelsinai (44)), persikai (42). Uogų (braškių, mėlynių, aviečių) GI yra apie 32.
- Žali, mažiau saldūs obuoliai turi mažesnį GI nei saldūs, pernokę. <55 yra laikomas žemu indeksu, tad šie produktai yra tinkami. Bananai yra 50-60, tai gi, ant ribos, ananasai (66) – dar aukščiau. Aukščiausio glikemiskumo yra arbūzai (74), džiovinti vaisiai (70-75), juos reikėtų vartoti labai saikingai.
- Susilaikyti reikėtų nuo konservuotų, sirupe esančių vaisių, vaisių sulčių ir džemų – šių glikemiskumas yra itin aukštas tiek dėl skysto, pridėtinio cukraus, tiek dėl skaidulinių medžiagų nebuvimo.

linkybes. Daug reikšmės turi porcijos dydis. Rekomenduojama per parą suvartoti 2-4 porcijas vaisių, kai vieną porciją sudaro apie 60 kilokalorijų. Tiek kalorijų yra viename obuolyje, viename apelsine, 2 slyvose, 2 kiviuose, pusėje greipfruto, 12 vynuogių arba 2 abrikosuose. Reikėtų išdėmėti, kad geriau rinktis vaisius, negu jų sultis. Nes sultys pasisavinamos greičiau negu paprasti vaisiai.

Sergant I tipo diabetu, mitybos laikas taip pat yra labai svarbus. Mityba dažnai išdėstoma tam tikrais laiko tarpais - pusryčiai, pietūs, vakarienė. Pageidautina, kad valgoma būtų panašiu laiku. Užkandžiai dažniausiai būna tarp pagrindinių valgymų. Jeigu žmogaus gyvenimo būdas aktyvus, jis pavalyti, susisivirkščia insulino ir tam, kad išvengtų gliukozės nukrypimų, vartoja užkandžius. Būtent jie padeda palaikyti gliukozę tinkamame lygmenyje. Aišku, visada svarbiausia – saikas.

Nemalonus kaukšėjimas valgant

✉ Prieš metus atsirado žandikaulio kaukšėjimas valgant. Odontologas minėjo, kad tai smilkininio apatinio žandikaulio sąnario traškesys. Norėjau paklausti, ar įmanoma jį išgydyti? Jei taip, į ką turėčiau kreiptis?

Romas, 48 metai



ATSAKO SPECIALISTAS

Odontologas ir burnos chirurgas Mindaugas Neverauskas:

- Jūsų problema kamuoją trečdalį pasaulio gyventojų. Ją sukuria ne laiku į vietą grįžtantis apatinio žandikaulio smilkininio sąnario



diskas, kuris ir duoda tą spragtuką simptomą – traškesį.

Dažniausias pacientų nusiskundimas būna smilkininio apatinio žandikaulio sąnario ar abiejų sąnarių traškesiai, neįprasti garsai žiojantis, valgant, kalbant, ribotas išsižiojimas, rečiau - skausmas ar veido srityje neapibrėžti skausmai.

Priežastys įvairios

Sutrikimo priežastys gali būti įvairios. Tam įtakos turi sąnario anatomija. Žmonės, turintys platesnį apatinį žandikaulį, retai skundžiasi šiuo negalavimu, o siauresnį, smalesnį žandikaulį turintys žmonės su šia problema susiduria dažniau. Taip pat toks negalavimas



Be skausmo smilkininio apatinio žandikaulio sąnario traškesys nėra pavojingas, bet priklausomai nuo priežasties, būklė gali progresuoti ir sukelti skausmą ar ribotą žiojimąsi.

gali kamuoti po traumas. Tai dažna priežastis, kuri atsiliepia visam gyvenimui, kai sąnaryje įvyksta negrįžtami pakitimai.

Svarbiausia – išsiaiškinti priežastis

Norėdami spręsti problemą, pirmiausia turėtumėte kreiptis į odontologą, o jis turi siųsti pas specialistą, kuris supranta ir domisi šio negalavimo gydymu. Tai veido žandikaulio chirurgų sfera. Lietuvoje profesionalus gydymo anksčiau nebuvo taikoma.

Ši problema sprendžiama tik dabar. Dažniausiai odontologai gali

suteikti tik patarimus: skirti tausojančią dietą, skatintis laikytis ramybės, smarkiai nesižioti, nedainuoti chore. Bet jeigu norima rasti tikrąsias priežastis ir kovoti su šia problema, tai reiktų daryti magnetinį rezonansą, tirti, kokia yra tikroji problema. Svarbiausia reikia stebėti, kad žandikaulis neužsirakintų.

Būklė nepavojinga

Be skausmo smilkininio apatinio žandikaulio sąnario traškesys nėra pavojingas, bet priklausomai nuo priežasties, būklė gali progresuoti ir sukelti skausmą ar ribotą žiojimąsi. Jeigu skausmai malšinami tik vaistais nuo skausmo, tai priežastis nepanaikinama ir gydoma tik simptomiškai. Reikalinga gydytojo pagalba, nuoseklus gydymas. Kartais nepavyksta išvengti ir operacijos.

Verta žinoti:

Priklausomai nuo sukėlusios priežasties, ūmi fazė gydoma priešuždegiminiais nuskusminamaisiais preparatais, įvairių dizainų kapomis, atstatant iltinių dantų šoninius vedimo kelius, analizuojant ir atstatant netaisyklingą sąkandį protezuojant, ortodontiniu gydymu, kartais abiem būdais. Kartais kompleksiniam gydymui prireikia gydytojų komandos: psichoterapeuto, reabilitologo, kineziterapeuto.

