

Bičiulystė

**MEDICINOS IR SLAUGOS
ĮRANGOS NUOMA**

- Deguonies aparatai;
- Vežimėliai;
- Lovos ir kt.


 Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje,
Druskininkuose ir Šiauliuose
Mob. tel. + 370 696 83247
www.teida.lt

2019 m. vasario 21–27 d., Nr. 7 (1446) Savaitraštis leidžiamas nuo 1990 m. spalio mėn. Kaina 0,66 Eur

Integracijos keliu

Lietuvos neįgalųjų draugija (LND), atlikdama dar vieną Neįgalųjų reikalų departamento užsakytą tyrimą, apklausė tūkstantį skirtinguose šalies regionuose gyvenančių įvairių negalią turinčių respondentų – siekė išsiaiškinti, ar priinama jų individualius specialiuosius poreikius atitinkanti pagalba, ar ji tinkama ir efektyvi.

Tyrimas apėmė daugelį sričių

„Šiuolaikinės pagalbos neįgaliesiems tikslas – kiek įmanoma labiau įgalinti neįgaliuosius, sudaryti jiems galimybes tapti savarankiškesniems, pasirūpinti savimi ir savo gyvenimu“, – pabrėžė tyrimą pristačiusi LND teisininkė Evelina Kelmelienė. Pasak jos, atliekant šį tyrimą siekta išsiaiškinti Lietuvos neįgalųjų nuomonę, ar jiems prieinamos individualius specialiuosius poreikius tenkinančios paslaugos; nustatyti, ar šios paslaugos yra tinkamos; iširti, ar, neįgalijų nuomone, jos efektyvios (kokybiškos). Taip pat norėta numatyti priemones specialiųjų poreikių prieinamumui ir kokybei gerinti.

Tyrimas parodė, kad trūksta ir techninės pagalbos priemonių, ir paslaugų



Lietuvos neįgalųjų draugijos teisininkė Evelina Kelmelienė (kairėje) pristatytas tyrimas, ypač jo dalis apie aprūpinimą techninės pagalbos priemonėmis, sukėlė nemažai diskusijų.

24 šalies miestuose ir rajonuose vykdytas apklausas padėjo atlikti juose veikiančios LND asocijuotos narės – neįgalųjų draugijos. Tyrimo dalyvavo 1000 respondentų: 52 proc. moterų ir 48 proc. negalią turinčių vyrų. Apie pusę responden-

tų buvo vyresni nei 55 m., apie du trečdalius turėjo vidurinį išsilavinimą ar profesinę kvalifikaciją, beveik 24 proc. – aukštesnįjį arba aukštąjį išsilavinimą. 76,1 proc. apklausoje dalyvavusių neįgalijų – darbingi. Daugiausia respondentų turi 30–40

proc. darbingumą (35,1 proc.), 17,1 proc. nustatytas 0–25 proc. ir 23,9 proc. – 45–55 proc. darbingumas. Klausimyną sudarė daugiau kaip 80 klausimų, apimančių įvairias sritis: aprūpinimą medicinines ir technines pagalbos priemonėmis, būsto pri-

taikymą, individualią pagalbą ir paslaugas namuose, dienos centruose, sveikatos priežiūros, reabilitacijos ir slaugos paslaugas, pagalbą siekiant užimtumo, išsilavinimo, organizuojant laisvalaikį ir pan.

(nukelta į 5 psl.)

Tolerancijos link

Tūkstančiai negalią turinčius vaikus prižiūrinčių mamų gali lengviau atsikovėti – nuo kitų metų ir jos bus draudžiamos valstybės lėšomis. Seimas priėmė įstatymo pakeitimus, kurie numato, kad šiuos vaikus prižiūrintis vienas iš tėvų garantijų nepraras ir tada, jei dirbs nepilnu krūviu.

Ramu dėl ateities

Gvidos Skromanienės sūnus Danielius gimė neišnešiotas, 27 savaitių. Buvo pažeistos vaiko smegenys. To pasekmės – sutrikusi vaiko raida. Jis nekalba, pats nepavalgo... Anksčiau ir vaikščiojo sunkiai – vis atsitrenkdavo į sieną. Vaikui nustatytas nuolatinės priežiūros (pagalbos) poreikis.

Šiuo metu Danielius lanko darželį, todėl mama iki pietų gali dirbti (dirba mokykloje 0,8 etato). Bet ji jau galvoja apie kitus metus, kai sūnus eis į pirmą klasę. Moteris sako turėsianti išeiti iš darbo, nes jau dabar įsivaizduoja, kad bus rūpesčių su sūnumi – jam reikės

daugiau reabilitacijos, pagalbos. Šeima svarsto, kad gali tekti sūnų vežioti į specialiąją mokyklą Šiauliuose ar Kaune. G. Skromanienė sako norinti, kad sūnus būtų visapusiškai lavinamas. Jis pažįsta raides, skaičius, tačiau nekalba. Galbūt suteikus tinkamą pagalbą įvyktų stebuklas – Danielius prakalbėtų, geriau savimi pasirūpintų. Moteris sako, kad darželyje didesnių problemų nekyla – nuo antrų metų jam buvo skirta padėjėja. Juk jis nei pavalgo pats, nei tualeto reikalais pasirūpina. Dabar ir auklėtojos, ir šeimininkėlės patenkintos.

Mamai nerimą kelią jos pačios socialinis statusas. Ji džiaugiasi, kad turi rūpestingą vyrą, todėl šeima nepažūtų, jei žmona ir nedirbtų, tačiau reikia galvoti ir apie ateitį. G. Skromanienė sako pažįstanti vieną šeimą, kur mama jau 25 metus slaugo dukrą. „Neįsivaizduoju, kaip jai toliau gyventi, nesukauptus jokiais pensijos“, – sako Gvida. Ji džiaugiasi, kad Seimas priėmė

Valstybė draus ir neįgalius vaikus prižiūrinčius artimuosius



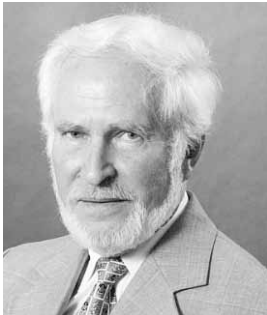
Gvida Skromanienė džiaugiasi, kad įstatymo pataisos leis jai be streso rūpintis sūnumi.

Justo Džiugelio inicijuotą įstatymo pataisą, kuria numatoma, kad tokius, kaip jos, vaikus auginančios mamos taip pat būtų draudžiamos valstybės lėšomis. (nukelta į 3 psl.)

Šiame numeryje:

- ✓ Į miestų tarybas pretenduoja ir neįgalieji 3 psl.
- ✓ Vieša paslaptis apie britų premjerės T. May sveikatą 7 psl.

Apie tai
kas jaudina



Bendraukime nuoširdžiai, drąsiai, be kompleksų

Tai atsitiko vidurvasarį Trakuose. Eidamas tiltu iš salos pažvelgiau į dangų ir apstulbau: aplink saulę visomis vaivorykštės spalvomis spindėjo vainikas. „Halas“ – prisiminiau dar per astronomijos pamokas išmoktą gamtos reiškinių pavadinimą. Vos ne šimtmetis pragyventas, o šį gamtos stebuklą pamačiau pirmą kartą. Ant tilto žmonių buvo daug. Visi žiūrėjo į mirguliuojantį ežero paviršių, žaliuojančias salas, vėją gaudančias jachtų bures, bet niekas nežvelgė į spinduliuojančiu vainiku pasidabinusią saulę. Susijaudinau, širdis ėmė tankiau plakti. Norėjosi kreiptis į praeinančius žmones ir šaukti: „Žmonės, pažvelkite į saulę ir pamatysite, ko dar nesate matę ir vargu ar kada nors pamatysite!“ Tačiau žmonės į dangų nežiūrėjo, o aš jaudinausi, virpėjau, kraujas virė gyslose, bet kreiptis į praeivius nedrįsiau. Šį įvykį prisiminus man apmaudu. Juk tas nelemtas lietuviškas drovumas neleido daugei žmonių patirti džiaugsmą.

Lenkų žurnalistė ir rašytoja Dorota Tarakovska pagarsėjo knyga „Lėliukė“. Joje pasakojama apie jauną, pasiturinčią šiuolaikinę šeimą. Evai laukiantis, sutuoktiniai paruošė savo atžalai gražų kambarį ir svajojo jai duoti puikiausią išsilavinimą, viską, ką tik galima geriausio. Tačiau realybė iš svajonių labai žiauriai pasišaipė – gimė mergaitė su Dauno sindromu.

Tai buvo skaudi neveltis, šeimoje atsirado psichologinė įtampa... Labiausiai žeidė aplinkinių elgesys, jų nesupratingumas, šaltumas, žmonių žvilgsniai. Evai labiau būtų patikę, jei kas nors iš dėsančių žmonių tiesiog būtų priėjęs ir tiesiai paklausęs: „Mergaitė turi Dauno sindromą?“ Tačiau tokiam veiksmui nebuvo nei drąsos, nei reikiamo supratimo, nei išsiauklėjimo...

Tai buvo Sakartvelyje. Saulei pasislėpus už kalnų, oras kiek atvėso, mes, tarptautinė jaunų žmonių kompanija, sėdėjome prie stalo po plačiašakiu platanu ir degustavome vietinės gamybos čačą. Priešais sėdinti mergaičiukė iš Sibiro, smalsiai žiūrėjusi į mano tuščią kairiąją marškinių rankovę, staiga pašoko, pribėgo ir apčiupinėjo. To dar nebuvo... Sutrikau, pajutau, kaip į veidą plūptelėjo kraujas. Tačiau viskas įvyko taip greitai, natūraliai ir nuoširdžiai, kad sutrikimą greitai pakeitė šiltas savitarpio supratimo jausmas. Šis įvykis man priminė po interneto portalus keliaujančias paprastas, bet labai vertingas gyvenimų lengvinančias tiesas: „Patinka – sakyk. Nepatinka – sakyk. Ko nors ilgiesi – paskambink, susitik. Kas nors neaišku – klausk. Nori susitikti – pakviesk. Ko nors nori – paprašyk. Nori kad tave suprastų – paaiškink.“

Bendraudant su neįgaliaisiais teko matyti ir kitokio, nekompleksuoto, elgesio. Šviesaus atminimo Janina Požėraitė privažiuoja kartą savo ratukais prie stoviniuojančių jaunų vyrų ir linksmai sako: „Jaučiu, kad šie gražūs vyrai labai nori mane įkelti į autobusą.“ Ir vyrai įkelia, jei reikia, užneša laiptais. Visa tai daroma linksmai, su šypsena...

O bendrauti, kalbėtis mums dar reikia mokytis. Troleibuse, autobuse, kavinėje daugybė žmonių nebe-moka būti be mobiliųjų prietaisų. Atrodo, kad tai jau aiškiai susiformavusi priklausomybė. Vis labiau pradeda nevertinti ar tiesiog pamirštame patį paprasčiausią – bendravimą akimis. Šiandien daug kas net nesupranta, kaip tai svarbu. Akys perteikia jausmus, prielankumą, meilę. Ir nesakykite, kad kitų žvilgsniai mums nereikalingi.

Yra „gerai išauklėtų“ žmonių. Jie žino, kad sutikus žmogų reikia juo pasidomėti, paklausti, kokia sveikata, kaip laikosi šeimos nariai. Tačiau sutiktasis labai greitai pajunta, jei atsakymu nesidomima, klausta tik iš mandagumo. Tai žeidžia. Reikėtų arba išsiugdyti nuoširdų domėjimąsi žmonėmis, arba atsakyti nereikalingo vaidmainiavimo. Nuoširdumo nesuvaidinsi.

Grabauna

Bendruomenė: mūsų stiprybė – vienybėje

Jonava:

□ „Bičiulystei“ laiškelį atsiuntęs **Marius Glinkas** papasakojo, kur energijos semiasi jonaviečiai.

Jonavos rajono neįgalųjų draugijos nariai noriai lanko sveikatingumo užsiėmimus, kuriuos jonaviečiams siūlo naujasis sporto klubas „Sporto legionas“. Įsitraukę į klubo administracijos sumanytą projektą, neįgalieji čia nemokamai mankštinasi, pasikaitina pirtyje, atsipalaiduoja sanatorijos patogumams prilygstančioje sūkurinėje vonioje.

Kol kas užsiėmimai vyksta kartą per savaitę. Savivaldybės tarybos posėdyje rajono valdžiai nutarus padidinti projekto finansavimą, atrodo, atsiras

Anykščiai:



Aldona Šerėnienė.

Anykščių rajono savivaldybė Lietuvos Respublikos 100-mečio proga pagerbė 100 anykš-

Aktualijos

Seimas priėmė Paramos būstui įsigyti ar išsinuomoti ir Piniginės socialinės paramos nepasiturintiems gyventojams įstatymų pataisas, kuriomis siekiama savivaldybėms sudaryti daugiau galimybių pasirūpinti teisę į socialinį būstą turinčiais žmonėmis. Už pagrindinio teisės akto pakeitimus balsavo 87 Seimo nariai, prieš – 1, susilaikė 7 parlamentarai.

Priimtais pakeitimais nutarta leisti savivaldybėms išsinuomoti būstą iš fizinių ar juridinių asmenų ir pernuomoti jį žmonėms, kuriems reikia socialinio būsto.

Didžiąją dalį nuomos kainos savivaldybei padengtų valstybė. Iš valstybės biudžeto savivaldybėms bus kompensuojama 70 proc. lėšų Vilniaus mieste ir rajone, Kauno, Klaipėdos, Palangos miestuose ir Neringoje, kitose savivaldybėse – po 80 proc.

Pagal naujas nuostatas

Pratimai geriau nei tabletės



Jonavos neįgalieji patenkinti, kad gali sveikatą stiprinti baseine.

Ingos Kisielienės nuotr.

galimybė lankyti klubą du kartus. Prieš dvejus metus pastatyto ir šiuolaikiškai įrengto pastato direktorius Remigijus Jankauskas tiki-

na, kad tiek mūsų draugijos nariai, tiek silpnaregiai ar kurtieji čia nestokos kokybiškų paslaugų savo kūnui ir dvasiai atgaivinti. Kine-

zeterapeutė Agnė Petkevičienė grupei ir individualiai parenka pratimų kompleksą, kuris, anot lankančiųjų, veikia geriau nei vaistai.

Tarp pagerbtų anykštėnų – ir Neįgalųjų draugijos pirmininkė

tėnų, juos apdovanojo šiai progai sukurtais „Šimtmečio anykštėnų“ atminimo ženklais. Kandidatus šiam įvertinimui 2018 metų pradžioje siūlė krašto bendruomenės, visuomeninės institucijos.

Savo kraštui daug nuveikę žmonės buvo apdovanoti įvairių švenčių proga, pradėdant praėjusių metų liepos 6 d., baigiant šių

metų vasario 16-ąją. Šią dieną paskelbtame „Šimtmečio anykštėnų“ sąrašė – ir neįgalųjų atstovė – Anykščių rajono neįgalųjų draugijos pirmininkė, visuomenininkė Aldona Šerėnienė. A. Šerėnienė Neįgalųjų draugijos pirmininke dirba daugiau nei 20 metų. Jai vadovaujant pastatytas Neįgalųjų draugijos dienos centras, kur ne-

galią turintys žmonės būriais, čia jiems teikiamos įvairios paslaugos.

Ypač daug dėmesio Anykščiuose skiriama įvairių amatų, rankdarbių mokymui. Visas būrys negalią turinčių anykštėnų yra išmokę pinti iš vytečių, megzti, kurti floristikos darbus, dirbti su molu ar oda.

„Bičiulystės“ inf.

Daugiau galimybių gauti socialinį būstą



dėl socialinio būsto nuomos galės kreiptis daugiau nedideles pajamas gaunančių žmonių nei dabar, nes riba, iki kurios užtikrinama teisė pretenduoti į tokį būstą, didinama 20 proc.

Įstatymų pakeitimais savivaldybėms nustatoma pareiga sumažinti socialinio būsto nuomos mokesčių ar iš viso nuo jo atleisti žmones, kurių gaunamos pajamos asmeniui ar vienam šeimos nariui per mėnesį neviršija 1,5 valstybės

remiamų pajamų dydžio.

Priimtais pakeitimais taip pat nuspręsta nustatyti, kad šeima bus laikomi ne tik sutuoktiniai, bet ir asmenys, sudarę registruotos partnerystės sutartį. Šeimos nariais, nereikalaujant teismo sprendimo, galės būti laikomi neįgalieji, gyvenantys kartu su savo tėvais, taip pat globėjai ar rūpintojai su globojamais asmenimis, kuriems nustatyta globa ar rūpyba. Taip pat šeimos nariais

būtų laikomi ir nesusituokę, savo vaikų neauginantys pilnamečiai vaikai iki 24 metų, jeigu jie mokosi bendrojo ugdymo, aukštojoje ar profesinio mokymo mokykloje. Prie šeimos būtų priskiriami ir kartu gyvenantys sutuoktinių ar asmens tėvai, jeigu jie nurodomi prašyme.

Naujos nuostatos leis žmonėms ar šeimoms, kuriuos buvo išbrauktos iš paramos laukiančiųjų sąrašo dėl laikino pajamų padidėjimo, per 3 metus „sugrįžti“ į šį sąrašą ir toliau laukti socialinio būsto nuomos, įskaitant ankstesnį laukimo laikotarpį.

Skiriant socialinį būstą bus siekiama užtikrinti, kad atskirus kambarius turėtų ne tik neįgalieji ar sunkiomis lėtinėmis ligomis sergantys šeimos nariai, bet ir skirtingų lyčių vyresni nei 9 metų vaikai ar vyresni nei 9 metų vaikai nuo tėvų.

Seimo priimtos pataisos įsigalios 2019 m. rugšėjo 1 d.

LRS ir „Bičiulystės“ inf.

Valstybė draus ir neįgalius vaikus prižiūrinčius artimuosius

(atkelta iš 1 psl.)



Danieliui reikia daugiau dėmesio nei kitiems vaikams.

Dabar ji kurį laiką gali atsidėti sūnaus priežiūrai negalvodama, kas bus išėjus į pensiją. „Šis įstatymo pakeitimas suteikia mums, ypatingus vaikus auginančioms mamoms, saugumą, kad jei negalėsime dirbti, valstybė mumis pasirūpins“, – sako G. Skromanienė.

Įstatymas gina vaikus prižiūrinčius artimuosius

Vasario 12 d. Seimas priėmė Valstybinio socialinio draudimo įstatymo pakeitimą, kuriame numatyta, kad valstybės lėšomis pensijų ir nedarbo socialiniu draudimu draudžiami ne tik slaugomo, bet prižiūrinimo asmens tėvai arba globėjai ar rūpintojai (vienas iš jų).

Draudžiami tik nesukakę senatvės pensijos amžiaus žmonės, slaugantys ar nuolat prižiūrinčios namuose neįgalų asmenį. Jie draudžiami valstybės lėšomis tik tuo atveju, jeigu jie tuo laikotarpiu neturi draudžiamųjų pajamų, arba jų pajamos mažesnės negu Vyriausybės patvirtintų minimaliųjų mėnesinių algų suma. Jei šių asmenų draudžiamųjų pajamų suma mažesnė už Vyriausybės patvirtintų minimaliųjų mėnesinių algų sumą, draudžiami sumokant valstybės lėšomis trūkstantį iki atitinkamo laikotarpio Vyriausybės patvirtintų minimaliųjų mėnesinių algų sumos socialinio draudimo įmokų sumą.

Taip pat svarbu, kad neįgalūs asmenys prižiūrinčios artimieji draudžiami tik tuo atveju, jei negauna jiems patiems priklausiančios valstybinės socialinio draudimo pensijos, išskyrus valstybinę socialinio draudimo našlių (maitintojo nete-

kimo) pensiją, valstybinės pensijos, šalpos pensijos, socialinės pensijos arba šalpos pensijos už invalidų slaugą namuose.

Seimo Socialinių reikalų ir darbo komiteto duomenimis, asmenų, kuriems nustatytas nuolatinės priežiūros (pagalbos) poreikis, šiuo metu Lietuvoje yra apie 57,4 tūkstančiai, iš jų vaikų – apie 9 tūkstančiai.

Iki šiol kai kurios mamos buvo diskriminuojamos

Šį įstatymo pakeitimą inicijavęs Seimo narys J. Džiugelis mano, kad šeimos, kurių vienas iš narių prižiūri savo negalią turintį vaiką, iki šiol buvo diskriminuojamos. „Neįgalūs artimuosius nuolat prižiūrinčios žmonės dažnai negali dirbti visu etatu, todėl, atėjus laikui gauti užtarnautą pensiją, jiems nepakanka būtino darbo stažo, – sako Seimo narys. – Labiausiai ši problema palietė neįgalius vaikus auginančias mamas, kurių ne viena kreipėsi į mane, pasakodama tipinę tapusią istoriją: norėdama užsidirbti papildomų išgyvenimui būtinų pinigų motina ištrūkdavo į darbą kelioms valandoms, nes visos darbo dienos dirbti negalėdavo. O vėliau paaiškėdavo, kad būtent tie keli papildomi eurai užkerta galimybę gauti pensiją, kurią, kaip moteris tikėjosi, užsidirbo. Tokia pati neteisybė nutiko ir šimtams neįgalius artimuosius nuolat slaugiusių tėvų ar globėjų.“

Šiuos pokyčius palaiko ir Lietuvos neįgalųjų draugijos pirmininkė Jelena Ivančenko: „Labai džiaugiuosi, kad vyksta taip ilgai laukti pokyčiai, kurie palies daugiau nei 10 tūkstančių neįgalius artimuosius nuolat slaugančių ar prižiūrinčių žmonių. Šis klausimas buvo keliamas ne vienus metus, ir mes, kaip negalią turintiems asmenims atstovaujanti organizacija, dažnai sulaukdavome prašymų prisidėti keičiant šią diskriminuojančią situaciją. Turime nepamiršti pasirūpinti pagalba šioms šeimoms ir jų integracija į visuomenę.“

Aurelija BABINSKIENĖ

G. Skromanienės asmeninio archyvo nuotr.



Integracijos keliu

Į Klaipėdos miesto tarybą kandidatuojanči Jūratė Ruškė: svarbu ugdyti politikų sąmoningumą

Kandidatė į Klaipėdos miesto tarybą J. Ruškė savo rinkiminėje programoje pabrėžia sieksianti užtikrinti neįgalųjų teisę į savarankišką, aktyvų gyvenimą bendruomenėje. J. Ruškė remiasi savo patirtimi, nes jau daug metų juda neįgaliojo vežimėliu.

Kodėl šiemet dalyvaujate savivaldos rinkimuose?

Dalyvauju, nes turiu pakankamai potencialo, kurį būtina išnaudoti siekiant Klaipėdoje gyvenančių negalią turinčių žmonių gerovės. Tapusi Klaipėdos miesto tarybos nare įgyčiau daugiau galių laiku, atsakingai ir kompetentingai kalbėti neįgalųjų „balsu“. Turiu karčios patirties – dar 2017 m. rengiant pranešimą konferencijai „Kultūros prieinamumas žmonėms su negalia“ teko analizuoti Klaipėdos miesto savivaldybės kultūros 2017–2030 metų strategiją. Dokumentas buvo ne tik parengtas, bet ir patvirtintas, tačiau jame nebuvo nė vieno strateginio tikslo, kuriuo būtų skatinamas negalią turinčių žmonių dalyvavimas kultūriniame gyvenime. Tai rodo, kad nepaisant net ir gana aktyvios opozicijos, Klaipėdoje vis tik stokojama supratimo apie neįgalųjų įtraukties (ne tik į kultūros, bet ir į švietimo, dalyvavimo darbo rinkoje, sporto ir kt. sritis) didinimo poreikius ir būtinybę. Miesto tarybos narys dalyvauja skirtingų komitetų veiklose, todėl turi galimybę teikti pasiūlymus. To ir siekiu – galimybės laiku teikti pasiūlymus ir argumentuotą kritiką, kurti geresnes sąlygas neįgaliesiems Klaipėdoje.

Paminėjote kultūrą. Tačiau tikriausiai yra ir daugiau dalykų, kurie šiuo metu Klaipėdoje trukdo negalią turintiems žmonėms jaustis visaverčiais miesto piliečiais?

Man net nekyla abejonių, kad negalią turintys asmenys tiek Klaipėdoje, tiek ir visoje Lietuvoje yra visaverčiai piliečiai, kuriems privalu sudaryti lygias galimybes dalyvauti visuomenės gyvenime. Jei kuris nors ar kuri nors iš jų kada pasijautė nevisaverčiai, siūlau pasvarstyti, ar nebuvo pažeistos asmens teisės ir paskatinti už savo teises ir lygias galimybes kovoti.

Klaipėdoje gyvenantiems neįgaliesiems trūksta į skirtingus neįgalųjų poreikius orientuotų paslaugų, aktualios įsidarbinimo, kokybiško individualiųjų poreikių turinčių vaikų ugdymo problemos bendrojo ugdymo įstaigose, gausybė neįgaliesiems neprieinamų miesto vietų ir kt.

Nuo kokių konkrečių darbų pradėtumėte savo veiklą taryboje?

Visuomeninio rinkimų komiteto, kurio narė esu, programoje numatyta užtikrinti asmeninio asistento paslaugą neįga-



liasiems ne tik darbo dienomis, bet ir savaitgaliais. Rūpinčiausi, kad ši programinė nuostata būtų įgyvendinta. Kitas siekis – ugdyti politikų sąmoningumą suvokiant neįgaluosius ne kaip socialinės paramos gavėjus, bet kaip asmenis, kuriems būtina užtikrinti lygias teises ir galimybes dalyvauti kultūros, švietimo, sporto, darbo rinkos ir kt. sektoriuose. Siekičiau keisti miesto socialinę politiką žmogaus teisių linkme.

Šiemet kaip niekada daug negalią, ir aiškiai regimą, turinčių žmonių iškelė savo kandidatūras į miestų, rajonų tarybas. Kodėl svarbu, kad neįgalieji dalyvautų politiniame gyvenime?

Šiais metais Klaipėdoje apskritai daug kandidatų į miesto tarybą (apie 400). Iš dalies su tuo galime sieti ir faktą, kad tarp jų ir daug negalią (ne tik aiškiai matomą) turinčių žmonių.

Matomą negalią turinčių žmonių kvietimas prisijungti prie vienos ar kitos politinės jėgos – daugialypis reiškinys. Viena vertus, tokį kandidatą politinei jėgai turėti vertinga siekiant potencialiems rinkėjams parodyti atvirumą kitiems kitiems, įvairovei, pabrėžti socialinę atsakomybę, jautrumą. Kita vertus, labai svarbu, kokios negalią turinčio kandidato kompetencijos, patirtis ir net sąrašo numeris partijos ar visuomeninio rinkimų komiteto sąrašė. Mančiau, kad sąrašo numeris – vienas iš rodiklių, ar negalią turintis žmogus politinės jėgos sąrašuose yra tik dėl skaičiaus, ar vis tik dėl turimų kompetencijų.

Atsakydama į klausimą, kuo svarbus negalią turinčių žmonių dalyvavimas politiniame gyvenime, noriu pasiremti prof. Jono Ruškiaus teiginiu, kad mūsų šalyje gajus socialinis neįautrumas, politikų ir valdininkų negebėjimas matyti, kad visuomenėje yra daugybė žmonių, turinčių įvairių poreikių ir negalių, kad ne visi gali suoliuoti laiptais, kad daug žmonių rieda vežimėliais, stumia vaikų vežimėlius, sunkiai kelia

kojas ir eina pasiremdami lazdomis. Viliuosi ir tikiuosi, kad negalią turinčių žmonių dalyvavimas politikoje neatsiejamas nuo socialiai jautrios ir atsakingos politikos kūrimo.

Jūs neretai matome atstovaujant negalią turinčių žmonių teisėms įvairiuose uostamiesčio renginiuose, tačiau ne visi žinome, kokia jūsų profesinė veikla, patirtis.

Šiuo metu dirbu logopede Klaipėdos lopšelyje darželyje „Puriena“. Po pietų teikiu logopedės paslaugas privačiai. Asmeninė negalios patirtis ir sukikti kritiškai mąstantys, įvairovei atviri mokslininkai suteikė tvirtą pagrindą mano moksliniam įdirbiui ir visuomeninei veiklai, kuri orientuota į negalią turinčių žmonių orumo pripažinimą. 2014 m. sėkmingai apgyniau disertaciją „Asmenų su negalia orumo konstravimas sąmoningumo ugdymosi strategijomis“. Didžiuojuosi, kad disertaciją mokslininkai įvertino ne tik kaip originalų, kokybišką mokslinį darbą, bet ir kaip puikiausią kritinės teorijos, pilietinės iniciatyvos pavyzdį.

Aktyviai prisidedu prie neįgalųjų ir jų artimųjų socialinio dalyvavimo skatinimo visuomeniniais pagrindais dirbdama sutuoktinio vadovaujamoje VŠĮ „Likimo laiptai“, kuri vienija Klaipėdos apskrityje gyvenančius neįgaluosius ir jų artimuosius. Nuo 2012 m. kasmet rengiu socialinės reabilitacijos neįgaliesiems bendruomenėje projektus, kartu su komanda juos įgyvendiname. Pastaruosius ketverius metus vedu mokymus visoje Lietuvoje (Vilniuje, Kaune, Klaipėdoje, Druskininkuose, Palangoje ir kt.) negalią turinčių žmonių poreikių įvairovės, socialinio dalyvavimo temomis.

Kokie, Jūsų nuomone, šiuo metu didžiausi iššūkiai mums visiems siekiant atviros, įtraukios visuomenės?

Dalyvaudama konferencijose, seminaruose, vesdama mokymus siekiu keisti vyraujančius klaidingus įsitikinimus negalią turinčių žmonių atžvilgiu. Svarbu neįgaluosius suvokti ne kaip „nuskriaustuosius“, gailėsčio, užuojautos vertus, socialinės ir/ar kitokios paramos gavėjus, bet pirmiausia kaip ŽMONES, turinčius tokias pačias teises su kitais visuomenės nariais. Neįgalųjų pasiekimus irgi reikia vertinti adekvačiai, neklįjuojant „superherojų“ etikečių. Svarbu ne tik pamatyti juose lygiaverčius partnerius, kolegas, tam tikrų sričių (pagal jų turimas kompetencijas) profesionalus, negalios srities ekspertus, tačiau ir visais įmanomais būdais aktualizuoti neįgalųjų lygiaverčio socialinio dalyvavimo visoje srityse poreikius ir būtinybę.

Kalbėjosi Emilija STONKUTĖ

Neatlygintina politinė reklama

Daktaras
AiskaudaMiego sutrikimai: priežastys,
liaudies medicinos patarimai

Miego sutrikimai pasitaiko maždaug 43% miestiečių. Įvairiose šalyse tarp kaime gyvenančių žmonių ši negalia varijuoja nuo 10 iki 30%. Apskritai pasaulyje miego sutrikimai vargina maždaug 20% žmonių.

Vienos kitos nakties miego sutrikimai gali pasitaikyti sveikiems žmonėms netgi tada, kai yra visos sąlygos normaliam nakties miegui. Pagrindinės trumpalaikių miego sutrikimų priežastys: pervargimas (ypač protinis), jaudinimasis, išoriniai dirgikliai, netinkama mityba ir kt. Tokie miego sutrikimai praeina greitai ir be pėdsakų.

Pagrindinės miego
sutrikimų formos

- ✓ pasunkėjęs užmigimas;
- ✓ negilus paviršutiniškas miegas, naktį dažnai nubundama;
- ✓ ankstyvas nubudimas ryte (daugiau neužmiegame).

Ilgalaikių miego sutrikimų
priežastys

- ✓ dienos režimo ar aplinkos pasikeitimas;
- ✓ nepatogi lova, čiužinys, pagalvė, pro užuolaidas sklindanti šviesa, triukšmas kaimynų bute, kieme ar gatvėje;
- ✓ per žema ar per aukšta kambario temperatūra, blogai išvėdintas kambarys;
- ✓ stiprūs išgyvenimai, įprotis apmąstyti dienos įvykius, baimė, skausmas, šalančios kojos, kosulys, niežėjimas;
- ✓ alkis, troškulys, persivalgymas (ypač prieš miegą);
- ✓ nutukimas, aterosklerozė, neurozė, galvos smegenų trauma, psichikos, virškinimo, kvėpavimo sistemos ligos;
- ✓ prieš miegą pastoviai geriama kava, stipri arbata, alkoholiniai gėrimai, įtempti protiniai darbai, jaudinantys pokalbiai, žiūrėtos intriguojančios televizijos laidos.

Ilgiau trunkantį nuovargį (ir tuo pačiu nemigą) sukelia kai kurios ligos, pasikartojantys stresai, informacijos perteklius, poilsio stoka, žalingi įpročiai (rūkymas ir kt.), netinkama mityba, vitaminų stygius ir kt.

Pervargimas

Ilgai nepaisant darbo ir poilsio režimo, nuolat veikiant sveikatą ardantiems veiksniams anksčiau ar vėliau gali atsirasti nebe paprastas nuovargis, o pervargimas. Pastaroji negalia gali pasireikšti sumažėjusiu darbingumu, prastu miegu, bendru silpnumu, bloga atmintimi, dėmesingumo sumažėjimu, galvos skausmu, virškinimo, nervų, širdies ir kraujagyslių sistemos sutrikimais. Beje, pervargimą gydyti liaudiškais priemonėmis neperspektyvu – teks kreiptis į gydytoją.

Optimalus laikas
miegui

Svarbu eiti gulti ir keltis tuo pačiu metu. Optimalus nakties miego laikas – 22.00–6.00 val. Tai padeda gerai pailsėti naktį, o dieną būti geros nuotaikos ir nestokoti darbingumo. Beje, prieš tokios tvarkos organizmas greitai pripranta ir nebūna sunku užmigti. Žmonėms, galintiems eiti, patartina bent 30 min. prieš miegą pasivaikščioti lauke.

Kas laukia nuolat
neišsimiegančiųjų

Nuolat neišsimiegantį žmogus tampa dirglus, sunkiau įveikia stresą, dažniau serga depresija. Nemiga silpnina imunitetą, mažina darbingumą. Vieni žmonės į tai nekreipia dėmesio, nes yra įsitikinę, kad viskas susitvarkys savaime. Nemažai prastai miegančių žmonių atidėlioja vizitą pas gydytoją ir dažniausiai savarankiškai vartoja tabletes, padedančias užmigti (beje, jokios tabletės negarantuoja visaverčio miego; be to, prie jų priprantama).

Retai ieškoma nemigos
priežasčių

Deja, retas žmogus ieško nemigos priežasčių ir stengiasi jas pašalinti. Suprantama, net ir suradus tas nelemtas priežastis, ne visada pavyksta įveikti nemigą, pavyzdžiui, esant nuolatiniams stresams darbe, mokymosi įstaiigoje, triukšmui kieme, gatvėje ar kaimynų bute ir t.t.

Paprastos priemonės
nuo nemigos

1. Pasireiškus miego sutrikimams šaukštą medaus ištirpinamas stiklinėje šilto vandens, išgeriama 30–40 min. prieš miegą.
2. Jeigu nemigą sukėlė neurozė, taip pat galima vartoti me-

dų (medaus paros dozė 60 g, kitai saldumynai nevertotini). Medus ištirpinamas 0,5–0,8 l virinto kambario temperatūros vandens, tirpalas išgeriamas per dieną per 3–4 kartus po 150–200 mililitrų (ml). Paskutinį kartą geriama likus 30–40 min. prieš miegą. Po 1–2 savaičių tokio gydymo normalizuojasi miegas ir pagerėja bendras darbingumas.

3. Prieš pat miegą išgeriama stiklinė šilto vandens (ne kavos, arbatos, kompoto ir kito gėrimo).

4. Prieš pat miegą 5 min. (ne ilgiau) pėdos pamerkiamos į šiltą vandenį.

5. Jeigu ilgai neužmiegame arba blogai miegame – požymis, kad organizmui trūksta vitaminų C, B₃ ir B₆.

Vitamino C šaltiniai:

Erškėtuogės, šaltalankio uogos, juodieji serbentai, saldijai pipirai, kiek mažiau šio vitamino yra kopūstuose, citrusiniuose vaisiuose, agrastuose, braškėse, pomidoruose, bulvėse, kepenyse. Vitaminas C ypač jautrus karščiui, deguoniui, šviesai, drėgmei. Ruošiant maistą, šio vitamino prarandama apie 40%. Trūkstant vitamino C gali ne tik sutrikti miegas, bet ir dažniau persišaldoma, tampa jautresnė gleivinė, gali prasidėti depresija, išsivystyti katarakta, bronchinė astma. Antibiotikai ir migdomieji vaistai (barbitūratai) sutrikdo vitamino C apykaitą, todėl, vartojant šiuos vaistus, vitamino C poreikis didėja (apie tai turi būti konsultuojamasi su gydytoju).

Vitamino B₃ šaltiniai:

Šio vitamino randama viuose gyvūniniuose ir augaliniuose maisto produktuose. Ypač daug vitamino B₃ randama mielėse ir avių kepenyse. Nemažai kiekių randami baravykuose, pievagrybiuose, mungo pupelėse, kiaušiniuose, žaliuosiuose žirneliuose, ruginėje duonoje, jautienoje, piene, bulvėse.

Vitamino B₆ šaltiniai:

Šis vitaminas randamas viuose daržovėse, žuvies, mėsos, pieno produktuose, kiaušiniuose, mielėse, miltuose, kepenyse, avokaduose, bananuose, riešutuose. Patartina dažniau valgyti rupių miltų produktų, nes gaminant aukščiausios rūšies miltus prarandama 85% vitamino B₆. Šiam vitaminui kenkia aukšta temperatūra, šviesa, ilgas laikymas, maisto perdirbimas, alkoholis, rūkymas, kai kurie antibiotikai, šarminė aplinka.

Gydymosi pagalbės

Norint sustiprinti kitų miego sutrikimui gydyti skirtų priemonių poveikį, pravartu naudoti džiovintų vaistingųjų augalų prikimštas pagalves. Niekietai prikimšta pagalvė savo gydomąsias savybes išlaiko apie porą metų, paskui vaistingieji augalai keičiami.

Vienos rūšies vaistingųjų
augalų pagalvės

Paprastasis apynys. Rudenį skinami subrendę (kai pradeda ruduoti, gurgžda tarp pirštų) spurgai. Tinka sergant hipertenzija, stenokardija, esant nemigai ir apskritai kaip raminamoji priemonė.

Erškėtuogė. Žydėjimo pradžioje renkami žiedlapiai. Gydo neurozę, tinka nuo nemigos, galvos skausmo.

Vaistinė melisa. Žolė renkama žydėjimo metu. Gydo neurozę, nemigą.

Vaistinė ramunė (ramunėlė). Žydėjimo metu renkami stiebai su žiedais. Naudojama sergant neuroze, esant nemigai, skaudant galvą.

Rugiagėlė. Renkami žiedai. Tinka sergant stenokardija, hipertenzija, esant nemigai, skaudant galvą.

Vaistinis valerijonas. Žydėjimo metu renkama visa augalo antžeminė dalis. Naudojama sutrikus miegui.

Pievinė arba pelkinė vingiorykštė. Žolė renkama žydėjimo metu. Gydo neurozę, nemigą.

Romualdas OGINSKAS

Konsultuojame, komentuojame

Pagal dantų protezavimo paslaugų teikimo ir išlaidų kompensavimo iš Privalomojo sveikatos draudimo fondo biudžeto tvarką, teisę į dantų protezavimą, kompensuojamą iš PSDF biudžeto, turi šių kategorijų apdraustieji privalomuoju sveikatos draudimu:

- asmenys, kuriems sukako senatvės pensijos amžius;
- vaikai iki 18 metų, kaip tai numatyta Lietuvos Respublikos vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymo 2 straipsnyje;
- asmenys, Lietuvos Respublikos neįgalųjų socialinės integracijos įstatymo nustatyta tvarka pripažinti nedarbingais arba iš dalies darbingais;
- asmenys, kuriems buvo taikytas gydymas dėl burnos, veido ir žandikaulių onkologinės ligos.

Dantų protezavimo paslaugų išlaidos kompensuojamos iš

PSDF biudžeto asmenims pagal faktines dantų protezavimo išlaidas:

- pensininkams, nedarbingiems arba iš dalies darbingiems asmenims:
 1. kurie turi mažiau kaip 10 funkciškai visaverčių kontaktuojančių natūralių ar kokybiškų protezuotų antagonistinių dantų porų nuo pirmojo krūminio danties iki kitos pusės pirmojo krūminio danties – iki 463,13 Eur;
 2. kuriems diagnozuotas didesnis nei II laipsnio patologinis visų dantų nudilimas (daugiau kaip 1/3 danties vainiko aukščio) – iki 463,13 Eur;
 3. kurių bedantis apatinis žandikaulis 4, 5, 6 dantų srityje yra mažesnis nei 12 mm aukščio – iki 1 424,99 Eur (nustato konsiliumas);
- vaikams:
 1. kurių kramtymo sistema dar vystosi, protezuojama laiki-

Dantų protezavimo paslaugos
ir išlaidų kompensavimas

nais dantų protezais, pagamintais iš laboratorijoje ar odontologijos kabinete polimerizuojamų polimerų, arba standartinius apsauginius metalinius vainikė-

lius – iki 236,36 Eur;

2. kurių kramtymo sistema iš esmės susiformavusi, protezuojama naudojant ilgalaikių konstrukcinių medžiagų dantų

protezus – iki 1 424,99 Eur (nustato konsiliumas);

- asmenims, kuriems buvo taikytas gydymas dėl burnos, veido ir žandikaulių onkologinės ligos:

1. po taikyto specifinio (spindulinio ir (ar) chemoterapinio) gydymo burnos ertmėje yra mažiau kaip 10 funkciškai visaverčių kontaktuojančių natūralių ar kokybiškų protezuotų antagonistinių dantų porų nuo pirmojo krūminio danties iki kitos pusės pirmojo krūminio danties – iki 463,13 Eur;

2. atlikta burnos ertmės, veido ir žandikaulių operacija su minkštųjų audinių šalinimu ir (ar) žandikaulių srities kaulo rezekcija – iki 1 424,99 Eur (nustato konsiliumas).

VLK ir „Bičiulystė“ inf.

(atkelta iš 1 psl.)

Techninės ir medicininės pagalbos priemonės – būtinos

E. Kelmelienė pabrėžia, kad apklausoje daug dėmesio skirta neįgaliųjų aprūpinimo medicininės ir techninės pagalbos priemonėmis situacijos analizei. Tyrimo rezultatai parodė, kad tokios pagalbos reikia ketvirtadaliui apklaustųjų. Šią grupę sudaro: 37 proc. – judėjimo, 29 proc. – kompleksinę negalią, 14 proc. – klausos, 10 proc. – vidaus ligas, 7 proc. – regos ir 3 proc. – intelekto ir psichikos negalias turintys asmenys. Santykinai daugiau šių priemonių reikia neįgaliesiems, kuriems nustatytas 0–25 proc. ir 30–40 proc. darbingumas bei dideli specialieji poreikiai.

Respondentai gana neigiamai įvertino šių priemonių prieinamumą ir tinkamumą: daugiau nei pusė jų teigė, kad negauna priemonių tiek, kiek reikia ir taip greitai, kaip reikia (ypač korekcijs priemonių ir protezų).

Pasak E. Kelmelienės, apklausoje dalyvavę respondentai atkreipė dėmesį ir į techninės pagalbos priemonių kokybę. Jų nuomone, reikėtų modernesnių, tobulesnių ir kokybiškesnių priemonių. Taip pat pasigendama ir pigesnių priemonių, didesnės kompensacijos už elektrinius vežimėlius (skuterius), pageidaujama dažniau keisti ortopedinius batus, trumpinti paskirtų priemonių laukimo laiką.

15 proc. apklaustųjų neįgaliųjų reikia pagalbinių medicininė priemonių (pvz., inhaliatorių, respiratorių, kompresinių drabužių, dializės prietaisų, infuzinių pompų, raumenų stimuliatorių, žaizdų priežiūros priemonių). Šie respondentai teigė negaunantys tokių priemonių. 23 proc. apklaustųjų neįgaliųjų nurodė, kad jiems būtinos kasdienės priežiūros ir savisaugos priemonės (sauskelnės, patiesalai ir kt.), tačiau jų negauna tiek, kiek reikia.

Tyrimą atlikusi LND pateikė ir rekomendacijas. Jose teigiama, kad būtina didinti techninės pagalbos priemonių prieinamumą,

Tyrimas parodė, kad trūksta ir techninės pagalbos priemonių, ir paslaugų



Į diskusijas įsitraukė daugelis tyrimo pristatyme dalyvavusiųjų.

mą, peržiūrėti jų kompensavimo tvarką, padidinti kompensacijas judėjimą lengvinančioms priemonėms, ypač elektriniams vežimėliams, o turimą techniką dažniau atnaujinti ir keisti (pvz., ortopedinius batus). Siūloma pagerinti ir medicininės pagalbos priemonių prieinamumą bei tinkamumą, individualizuoti jų skyrimą.

Ketvirtadaliui apklaustųjų reikia pagalbos namuose

Vis dažniau ir garsiau kalbama apie pagalbą namuose, kuri neįgaliam žmogui leistų kuo ilgiau išlikti artimoje aplinkoje, netapti našta šeimos nariams ar giminaičiams. Tyrime dalyvavusių respondentų taip pat buvo paklausta, ar jiems tokios paslaugos suteikiamos, kaip jie jas vertina.

Beveik penktadalis (18,8 proc.) respondentų teigė, kad kasdieninėje veikloje jiems reikia pagalbos (nupirkti, pagaminti maistą, sutvarkyti namus, nuprausti, aprenkti, padėti tvarkytis su pinigais ir pan.). Daugiausia tai judėjimo bei kompleksinę negalią turintys bei vieni gyvenantys asmenys. Beveik trečdalis šių respondentų naudojami tokiomis paslaugomis ir jiems jų pakanka.

Vis dėlto E. Kelmelienė pažymi, kad atlikus apklausą paaiškėjo, jog beveik trečdalis respondentų tokiomis paslaugomis

nesinaudoja, nors jų jiems reikėtų (ypač namų tvarkymo, aprūpinimo maisto produktais ir maisto gaminimo, pinigų tvarkymo, bendravimo ir pagalbos priimančiam kasdieninio gyvenimo sprendimus). Neįgalieji įvardijo ir daugiau jiems reikalingų paslaugų, kurios klausimyne nebuvo išvardytos: asmeninio asistento pagalba, suskaldyti malakas ir jų atnešti, sugrębti lapus, nupjauti žolę, išgenėti sodą, nukasti sniegą ir pan.

LND pateiktose rekomendacijose siūloma pagerinti aprūpinimą individualios pagalbos namuose paslaugomis bei praplėsti jų spektrą. Taip pat rekomenduojama sudaryti galimybes teikti trumpalaikės pagalbos (ar laikino atokvėpio) paslaugas tais atvejais, kai neįgaliosius prižiūrintiems, globojantiems asmenims reikia kur nors išvykti.

Trūksta informacijos apie paslaugas

Tyrimo pristatyme dalyvavusi Lietuvos negalios organizacijų forumo prezidentė Dovilė Juodkaitė skandalingu faktu pavadino tai, kad tik 13 proc. respondentų svarbiausiu informacijos apie pagalbą ir paslaugas neįgaliesiems šaltiniu nurodė savivaldybę. Būtent čia žmogus turi sužinoti, kokias garantijas ir pagalbą jam yra numačiusi valstybė, ko gali tikėtis iš savivaldybės,

deja, labai dažnai tos informacijos turi ieškoti kitur.

Pasak E. Kelmelienės, paklausti, iš kokių svarbiausių informacijos šaltinių respondentai sužino apie pagalbą, paslaugas neįgaliesiems, daugiau nei pusė (53,4 proc.) nurodė neįgaliųjų bendruomenes. Tiesa, labai tikėtina, kad neįgaliųjų bendruomenės buvo išskirtos dėl to, kad apklausa buvo vykdoma per jas. Tačiau, LND teisininkės nuomone, tai parodo, kad ten, kur įsikūrusios aktyvios neįgaliųjų draugijos, jos yra stiprus neįgaliosius telkiantis ir informuojantis veiksny.

Antru pagal svarbą informacijos apie paslaugas šaltiniu neįgalieji įvardijo žiniasklaidą (laikraščius, radiją, televiziją). 31,8 proc. respondentų ją paminėjo pirmoje, dar 18,6 proc. – antroje vietoje. Pačios paslaugas neįgaliesiems teikiančios įstaigos, kaip informacijos šaltinis, liko trečioje vietoje. Vis daugiau reikalingos informacijos neįgalieji randa ir internete.

Vis dėlto tyrimas atskleidė, kad beveik pusei respondentų informacijos pakanka, tik daugiau nei penktadaliui – trūksta. Tačiau atsakydami į klausimą, kodėl dėl reikalingų paslaugų nesikreipė, respondentai dažniausiai teigė nežinoję, kad tokių apskritai esama ir kur dėl jų reikėtų kreiptis. Ypač informacijos nepakanka mažiausiai išsilavinusiems, darbo neturintiems ir labai skurstantiems neįgaliesiems, gyvenantiems kaimo vietovėse.

LND pateiktose rekomendacijose – siūlymas sustiprinti savivaldybių ir paslaugas neįgaliesiems teikiančių įstaigų informavimo funkcijas. Tose savivaldybėse, kuriose nėra neįgaliųjų organizacijų, skatinti jų kūrimąsi, labiau išnaudoti žiniasklaidą kaip informacijos apie paslaugas neįgaliesiems kanalą, didinti informacijos prieinamumą internete.

Tyrimas paskatins įvertinti realų paslaugų poreikį

LND pirmininkės Jelenos Ivančenko teigimu, tyrimas atskleidė, kad daugiau kaip 40 proc. respondentų gali visiškai pasirūpinti savimi, panaši dalis (43,1 proc.) tai gali padaryti iš dalies. Visiškai savimi pasirūpinti negalintys teigė tik kiek daugiau nei 10 proc. respondentų. Sunkiausia savarankiškumo siekti turintiesiems kompleksinę, judėjimo, intelekto ir psichikos negalią asmenims, kuriems nustatytas 0–25 proc. darbingumo lygis ar dideli specialieji poreikiai. Jiems labiausiai reikia ir individualius specialiosius poreikius tenkinančių paslaugų. Dar daugiau rūpesčių dėl savarankiškumo kyla tiems respondentams, kurie gyvena vieni ir nedirba.

LND pirmininkės nuomone, „Neįgaliųjų individualių specialiųjų poreikių tenkinimo tyrimas, įvertinant Jungtinių Tautų neįgaliųjų teisių konvencijos nuostatų įgyvendinimo efektyvumą Lietuvoje“ atskleidė daug ne tik naudingos informacijos, bet ir taisytinių dalykų. Pasak J. Ivančenko, juo, kaip statistiškai pagrįstais duomenimis, bus galima remtis argumentuojant, kokių paslaugų neįgaliesiems trūksta, ko imtis, kad būtų išsiaiškintas ir patenkintas tikrasis jų poreikis.

Neįgaliųjų reikalų departamento direktorė Asta Kandratavičienė pabrėžė – praėjusiais metais Neįgaliųjų reikalų departamento užsakymu atliktus tyrimus būtina pristatyti kuo platesnei auditorijai. Su jais bus supažindinamos ir ministerijos, ir savivaldybės. Tikimasi, kad tyrimuose pateikta koncentruota situacijos analizė neleis savivaldybėms atsikalbinėti, kad vienu ar kitu paslaugų poreikio jų teritorijoje nėra, o paskatins realiai jį įvertinus planuoti ir būtinai išlaidas.

Aldona MILIEŠKIENĖ
Autorės nuotr.

Seimas po pateikimo pritarė, kad daugiau neįgaliųjų nemokamai keltųsi į Kuršių neriją

Seimas po pateikimo pritarė parlamentaro Justo Džiugelio įregistruotam Kelių priežiūros ir plėtros programos finansavimo įstatymo pakeitimo projektui, kuriuo siekiama ištaisyti žmones su negalia diskriminuojančias nuostatas.

Pagal iki šiol galiojantį įstatymą, keliantis keltais į Kuršių neriją ir atgal lengvatos bilieto kainai taikomos tik neįgaliesiems, keliaujantiems su specialios paskirties lengvaisiais automobiliais. Taip diskriminuojami visi kiti negalios paliešti žmonės, kurie naudojami ne specialiai pritaikytomis, tačiau neįgaliųjų skiriamaisiais ženklais pažymėtomis transporto priemonėmis. Todėl parlamentaras J. Džiugelis įregistravo lengvatas neįgaliesiems suvienodinančią įstatymo pataisą, kuriai po pateikimo pritarė Seimas.

„Ilgus metus žmonių su negalia problemos buvo ignoruojamos, todėl, keičiantis visuomenei, į viešumą iškyla vis dau-

giau situacijų, kai patys įstatymai diskriminuoja Lietuvos piliečius. Privalome tai ištaisyti“, – įsitikinęs J. Džiugelis.

Jeigu Seimas po svarstymo pritarė, pateiktos Kelių priežiūros ir plėtros programos finansavimo įstatymo pataisos suteiks galimybę pasinaudoti lengvatine bilietų kainomis visiems neįgaliųjų vairuojamiems arba juos vežantiems automobiliams, pažymėtiems skiriamuoju ženklu „Neįgalusis“ arba neįgalių asmenų automobilių statymo kortele.

Iš viso šiuo metu yra išduota 11844 galiojančių neįgalių asmenų automobilio statymo kortelių.

LRS ir „Bičiulystės“ inf.

Carpe diem!

Kiekvienas rytas mums padovanoja 86 400 sekundžių. Stabtelėjime ir susimąstykite, kaip prasmingiau jas panaudoti. Laikas – pagrindinė vertybė, kurios negalima nei sukaupti, bei padauginti, nei palikti testamentu.

Prigimtis mums davė galią valdyti šį prabėgantį ir išnykstantį dalyką.

Sakome, kad kai prispaudžia kasdienybė, kai būna liūdna, reikia pagalvoti, kaip galėtum paguosti kitą, padėti kitam.

O padėti galime... pakurstydami vilties ugnelę, nepagailėdami didžiausio turto, kurį turime kiekvienas – gero žodžio. Padovanokime kitam šypseną, pasidalykime, kuo turtingi. Tapsime turtingesni, didesni, gražesni. Mes, žmonės su negalia, turime vienokios ar kitokios patirties, vienokių ar kitokių žinių. Spręsdama kryžiažodžius, dažnai pasikviečiu į talką „konsultantus“. Iš lovos nepakylantis Vilmantas, buvęs inžinierius, – geras patarėjas statybų ir techni-

kos klausimais. Kartais net pakonsultuoja, kaip pasiremontuoti blogai rodantį televizorių. Rūta (biologė), slauganti visiškos negalios sūnų, visada gali patarti vienu ar kitu klausimu, susijusiu su augmenija ar gyvūnija. Šviesaus atminimo Stanislovas buvo sporto žinovas.

Padėdami vieni kitiems pagal savo galimybes pasijuntame reikalingi, nepamirštami.

Šiais visuotinio sumaterialėjimo laikais labai svarbu girdėti ir matyti žmogų, su jo vargais ir džiaugsmiais, su jo svajonėmis, troškimais, su jo galia ir negalia. Tai gali būti kaimynas, buvęs kolega ar geras bičiulis, gyvenantis už kelių šimtų kilometrų. Gal tavo telefono skambutis padės jam nesutrikti kasdienybės sumaištyje, gal paskatins griebtis bent už gyvenimo kraštelio.

Pagalvokite, kaip geriau susiorientuoti laiko bėgime, kad galėtume gyventi ne tik sau, bet ir kitiems!

Janina OŽALINSKAITĖ

Lietuvos televizijos stočių programos artimiausią savaitę



6.00 Lietuvos Respublikos himnas. PIRMADIENIS – PENKTADIENIS: 6.05, 6.37, 7.10, 7.40, 8.07, 8.40, 09.10 – Labas rytas, Lietuva. 6.30, 8.00, 9.00 – žinios, orai. 7.00, 7.30, 8.30 – žinios, orai, sportas.

Pirmadienis, vasario 25 d.

09:20 Senis. N-7. 196 s. 10:25 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/3 s. 11:15 Aukštuomenės daktaras 2. N-7. 2/8 s. 12:00 Beatos virtuvė. (subtitruota, kart.). 13:00 Klauskite daktaro. 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Ponių rojus. N-7. 13 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Klauskite daktaro. 19:30 Vartotojų kontrolė. 20:25 Loterija „Keno Loto“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 LRT forumas. 22:30 Dviracio žinios. 23:00 Premjera. Medičiai. Florencijos valdovai 2. N-14. 2/3 s. 24:00 LRT radijo žinios. 00:10 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/3 s. (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:05 Savaitė. (kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Klauskite daktaro. (kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Dviracio žinios. (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 Vartotojų kontrolė. (kart.). 05:00 Ponių rojus. N-7. 13 s. (kart.).

Antradienis, vasario 26 d.

09:20 Senis. N-7. 197 s. 10:25 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/4 s. 11:15 Aukštuomenės daktaras 2. N-7. 2/9 s. 12:00 Stilus. (kart.). 13:00 Klauskite daktaro. 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Ponių rojus. N-7. 14 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Klauskite daktaro. 19:30 (Ne) emigrantai. (subtitruota). 20:25 Loterija „Keno Loto“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 Nacionalinė ekspedicija „Dniepru per Ukrainą“. 22:30 Dviracio žinios. 23:00 Premjera. 12 beždžionių 2. N-14. 2/10 s. 23:45 Klausimėlis.lt (kart.). 24:00 LRT radijo žinios. 00:10 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/4 s. (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:10 Istorijos detektyvai. (subtitruota, kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Klauskite daktaro. (kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Dviracio žinios. (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 (Ne) emigrantai. (subtitruota, kart.). 05:00 Ponių rojus. N-7. 14 s. (kart.).

Trečiadienis, vasario 27 d.

09:20 Senis. N-7. 198 s. 10:25 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/5 s. 11:15 Aukštuomenės daktaras 2. N-7. 2/10 s. 12:00 Nacionalinė paieškų tarnyba. (kart.). 13:00 Klauskite daktaro. 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Ponių rojus. N-7. 15 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Klauskite daktaro. 19:30 Gyvenimas. (subtitruota). 20:25 Loterija „Keno Loto“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 Mano mama gamina geriau! 22:30 Dviracio žinios. 23:00 Premjera. Paskutinė karalystė 2. N-14. 2/7 s. 24:00 LRT radijo žinios. 00:10 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/5 s. (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:05 Stilus. (kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Klauskite daktaro. (kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Dviracio žinios. (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 Nacionalinė ekspedicija „Dniepru per Ukrainą“. (kart.). 05:00 Ponių rojus. N-7. 15 s. (kart.).

Ketvirtadienis, vasario 28 d.

09:20 Senis. N-7. 199 s. 10:25 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/6 s. 11:15 Aukštuomenės daktaras 2. N-7. 2/11 s. 12:00 Gyvenimas. (subtitruota, kart.). 13:00 Klauskite daktaro. 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Ponių rojus. N-7. 16 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Klauskite daktaro. 19:30 Specialus tyrimas. (subtitruota). 20:25

Loterija „Keno Loto“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 Gimę tą pačią dieną. (subtitruota). 22:30 Dviracio žinios. 23:00 Premjera. Babilonas Berlynas. N-14. 3 s. 24:00 LRT radijo žinios. 00:10 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/6 s. (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:05 Vakarų su Edita. (kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Klauskite daktaro. (kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Dviracio žinios. (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 Specialus tyrimas. (subtitruota, kart.). 05:00 Ponių rojus. N-7. 16 s. (kart.).

Penktadienis, kovo 1 d.

09:20 Senis. N-7. 200 s. 10:25 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/7 s. 11:15 Aukštuomenės daktaras 2. N-7. 2/12 s. 12:00 (Ne) emigrantai. (subtitruota, kart.). 13:00 Vartotojų kontrolė. (kart.). 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:30 Premjera. Ponių rojus. N-7. 17 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ 18:30 Nacionalinė paieškų tarnyba. 19:30 Beatos virtuvė. (subtitruota). 20:25 Loterija „Keno Loto“. 20:30 Panorama. 21:00 Dienos tema. 21:20 Sportas. Orai. 21:29 Loterija „Jėga“. 21:30 Aukštinės protas. 22:50 Fantastiškas penktadienis. N-14. 00:20 Štutgarto kriminalinė policija 5. N-7. 5/7 s. (kart.). 01:05 Gyvenimas. (subtitruota, kart.). 02:00 LRT radijo žinios. 02:05 Gimę tą pačią dieną. (subtitruota, kart.). 03:00 LRT radijo žinios. 03:05 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 03:30 Ryto suktnis su Zita Kelmickaitė (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 Nacionalinė paieškų tarnyba. (kart.). 05:00 Ponių rojus. N-7. 17 s. (kart.).

Šeštadienis, kovo 2 d.

06:05 Nacionalinė ekspedicija „Dniepru per Ukrainą“. (kart.). 06:55 Pinokis. 08:30 Karinės paslaptys. 09:00 Labas rytas, Lietuva. 09:30 Žinios. Orai. 09:35 Labas rytas, Lietuva. 10:30 Žinios. Orai. 10:35 Labas rytas, Lietuva. 11:30 Žinios. Orai. 11:35 Labas rytas, Lietuva. 12:00 Pasaulio dokumentika. Jeloustouno gamta. 1 d. Ledinis paribys. (subtitruota). 12:55 Pasaulio dokumentika. Užburiantis Indonezija. 2 d. Milžinių salos. (subtitruota). 13:50 Premjera. Džesika Flečer 6. N-7. 6/12, 6/13 s. 15:25 Klausimėlis.lt. 15:43 Loterija „Keno Loto“. 15:45 Žinios. Orai (su vertimu į gestų kalbą). 16:00 Sveikinimų koncertas. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 Teisė žinoti. 18:30 Vakarų su Edita. 19:30 Stilus. 20:25 Loterijos „Keno Loto“ ir „Jėga“. 20:30 Panorama. 20:52 Sportas. Orai. 21:00 Dvi kartos. Žvaigždžių duetų konkursas. 23:00 Žodžiai ir vaizdai. N-7. (subtitruota). 01:00 Bastilijos diena. N-14. (kart.). 02:30 Pasaulio dokumentika. Jeloustouno gamta. 1 d. Ledinis paribys. (subtitruota, kart.). 03:15 Pasaulio dokumentika. Užburiantis Indonezija. 2 d. Milžinių salos. (subtitruota, kart.). 04:00 Teisė žinoti. (kart.). 04:25 Džesika Flečer 6. N-7. 6/12, 6/13 s. (kart.).

Sekmadienis, kovo 3 d.

06:05 Beatos virtuvė. (subtitruota, kart.). 07:00 Šventadienio mintys. 07:30 Klausimėlis.lt. 08:00 Gyventi kaime geria. Veikime kartu. 08:30 Ryto suktnis su Zita Kelmickaitė. 09:00 Brolių Grimų pasakos. 6 s. Užkeiktas princas. 10:00 Gustavo enciklopedija. (subtitruota). 10:30 Lietuvos tūkstantmečio vaikai. 11:30 Mūsų gyvenimai. 12:00 Pasaulio dokumentika. Legendiniai Madagaskaro lemūrai. (subtitruota). 12:55 Pasaulio dokumentika. Laukinė Šri Lankos gamta. 3 d. Milžinių pakrantė. (subtitruota). 13:50 Puaro. N-7. 12/3 s. Žmogžudystės Rytų ekspresu. 15:25 Klausimėlis.lt. 15:43 Loterija „Keno Loto“. 15:45 Žinios. Orai (su vertimu į gestų kalbą). 16:00 Istorijos detektyvai. (subtitruota). 16:45 Savaitė su „Dviracio žiniomis“. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 Duokim garo! 19:30 Savaitė. 20:25 Loterijos „Keno Loto“ ir „Jėga“. 20:30 Panorama. 20:52 Sportas. Orai. 21:00 Rinkimai 2019. Savivaldybių tarybų ir merų rinkimų rezultatai. 01:00 Premjera. Poltergeistas. N-14. 2:30 Pasaulio dokumentika. Legendiniai Madagaskaro lemūrai. (subtitruota, kart.). 03:15 Pasaulio dokumentika. Laukinė Šri Lankos gamta. 3 d. Milžinių pakrantė. (subtitruota, kart.). 04:10 Klausimėlis.lt. (kart.). 04:25 Puaro. N-7. 12/3 s. Žmogžudystė Rytų ekspresu. (kart.).

**Pirmadienis, vasario 25 d.**

01:40. Mes nusipirkom zoologijos sodą. 03:50. Transporteris. Visu grei-

čiu. 06:10. Televitrina 12. 06:25. Transformieriai. Maskuotės meistrai (kart.) 4, 415. 06:55. Simpsonai (kart.) 11, 22. 07:25. Simpsonai (kart.) 12, 1. 07:55. Svajonių sodai (kart.) 25. 08:55. Meilės sūkurys 151. 10:00. Meilės žiedai 125. 11:00. Meilės žiedai 126. 12:00. Svotai 5, 16. 13:00. Pažadėtoji 6, 152. 13:30. Pažadėtoji 6, 153. 14:00. Pažadėtoji 6, 154. 14:30. Pažadėtoji 6, 155. 15:00. Simpsonai 12, 2. 15:30. Simpsonai 12, 3. 16:00. TV3 žinios 39. 16:25. TV3 orai 39. 16:30. TV Pagalba 12, 56. 18:30. TV3 žinios 56. 19:25. TV3 orai 56. 19:30. Sportas: Pasaulio vyrų krepšinio čempionatą atrankos rungtynės. Lietuva-Italija. 21:30. TV3 vakaro žinios 31. 21:55. TV3 orai 31. 22:00. Jūrų pėstininkas. 23:45. Skubi pagalba 1, 8.

Antradienis, vasario 26 d.

00:45. Vaiduoklių ieškotojai 1, 7. 01:10. Vaiduoklių ieškotojai 1, 8. 01:35. Apsukrios kambarinės 3, 310. 02:25. Ekstrasensai tiria 6, 111. 03:50. Skubi pagalba (kart.) 1, 8. 04:40. Vaiduoklių ieškotojai (kart.) 1, 8. 05:05. Apsukrios kambarinės (kart.) 3, 310. 06:10. Televitrina 12. 06:25. Transformieriai. Maskuotės meistrai (kart.) 4, 416. 06:55. Simpsonai (kart.) 12, 2. 07:25. Simpsonai (kart.) 12, 3. 07:55. Svajonių ūkis (kart.) 5, 25. 08:20. Gardu Gardu (kart.) 7, 9. 08:55. Meilės sūkurys 152. 10:00. Meilės žiedai 127. 11:00. Meilės žiedai 128. 12:00. Svotai. 13:00. Pažadėtoji 6, 156. 13:30. Pažadėtoji 6, 157. 14:00. Pažadėtoji 6, 158. 14:30. Pažadėtoji 6, 159. 15:00. Simpsonai 12, 4. 15:30. Simpsonai 12, 5. 16:00. TV3 žinios 40. 16:25. TV3 orai 40. 16:30. TV Pagalba 12, 57. 18:30. TV3 žinios 57. 19:25. TV3 orai 57. 19:30. Prieš srovę 19, 8. 20:30. Prakeikti 7, 11. 21:00. TV3 vakaro žinios 32. 21:55. TV3 orai 32. 22:00. Jūrų pėstininkas 2. 23:55. Skubi pagalba 1, 9.

Trečiadienis, vasario 27 d.

00:55. Vaiduoklių ieškotojai 1, 9. 01:20. Vaiduoklių ieškotojai 1, 10. 01:45. Apsukrios kambarinės 3, 311. 02:35. Ekstrasensai tiria 6, 112. 04:00. Skubi pagalba (kart.) 1, 9. 04:50. Vaiduoklių ieškotojai (kart.) 1, 10. 05:10. Apsukrios kambarinės (kart.) 3, 311. 06:10. Televitrina 12. 06:25. Aladinai (kart.) 1, 140. 06:55. Simpsonai (kart.) 12, 4. 07:25. Simpsonai (kart.) 12, 5. 07:55. Prieš srovę (kart.) 19, 8. 08:55. Meilės sūkurys 153. 10:00. Meilės žiedai 129. 11:00. Meilės žiedai 130. 12:00. Svotai. 13:00. Pažadėtoji 6, 160. 13:30. Pažadėtoji 6, 161. 14:00. Pažadėtoji 6, 162. 14:30. Pažadėtoji 6, 163. 15:00. Simpsonai 12, 6. 15:30. Simpsonai 12, 7. 16:00. TV3 žinios 41. 16:25. TV3 orai 41. 16:30. TV Pagalba 12, 58. 18:30. TV3 žinios 58. 19:25. TV3 orai 58. 19:30. Gero vakaro šou 5, 24. 20:30. Prakeikti 7, 12. 21:00. TV3 vakaro žinios 33. 21:55. TV3 orai 33. 22:00. Jūrų pėstininkas. Užnugaris. 22:25. Vikiinglotto 9. 23:50. Skubi pagalba 1, 10.

Ketvirtadienis, vasario 28 d.

00:45. Vaiduoklių ieškotojai 1, 11. 01:10. Vaiduoklių ieškotojai 1, 12. 01:35. Apsukrios kambarinės 3, 312. 02:25. Ekstrasensai tiria 6, 113. 03:50. Skubi pagalba (kart.) 1, 10. 04:45. Vaiduoklių ieškotojai (kart.) 1, 12. 05:05. Apsukrios kambarinės (kart.) 3, 312. 06:10. Televitrina 12. 06:25. Aladinai (kart.) 1, 141. 06:55. Simpsonai (kart.) 12, 6. 07:25. Simpsonai (kart.) 12, 7. 07:55. Gero vakaro šou (kart.) 5, 24. 08:55. Meilės sūkurys 154. 10:00. Meilės žiedai 131. 11:00. Meilės žiedai 132. 12:00. Svotai. 13:00. Pažadėtoji 6, 164. 13:30. Pažadėtoji 6, 165. 14:00. Pažadėtoji 6, 166. 14:30. Pažadėtoji 6, 167. 15:00. Simpsonai 12, 9. 15:30. Simpsonai 12, 10. 16:00. TV3 žinios 42. 16:25. TV3 orai 42. 16:30. TV Pagalba 12, 59. 18:30. TV3 žinios 59. 19:25. TV3 orai 59. 19:30. Farai 12, 24. 20:30. Prakeikti 7, 13. 21:00. TV3 vakaro žinios 34. 21:55. TV3 orai 34. 22:00. Sielonešė.

Penktadienis, kovo 1 d.

00:20. Rezidentas 1, 1. 01:15. Vaiduoklių ieškotojai 1, 13. 01:40. Apsukrios kambarinės 3, 313. 02:30. Ekstrasensai tiria 82. 04:00. Rezidentas (kart.) 1, 1. 04:50. Vaiduoklių ieškotojai (kart.) 1, 13. 05:10. Apsukrios kambarinės (kart.) 3, 313. 06:10. Televitrina 3. 06:25. Kempiniukas Plačiakelnis (kart.) 10, 213. 06:55. Simpsonai (kart.) 12, 9. 07:25. Simpsonai (kart.) 12, 10. 07:55. Farai (kart.) 12, 24. 08:55. Meilės sūkurys 155. 10:00. Meilės žiedai 133. 11:00. Meilės žiedai 134. 12:00. Svotai. 13:00. Pažadėtoji 6, 168. 13:30. Pažadėtoji 6, 169. 14:00. Pažadėtoji 6, 170. 14:30. Pažadėtoji 6, 171. 15:00. Simpsonai 12, 11. 15:30. Simpsonai 12, 12. 16:00. TV3 žinios 43. 16:25. TV3 orai 43. 16:30. TV Pagalba 13, 1. 18:30. TV3 žinios 60. 19:22. TV3 sportas 1. 19:27. TV3 orai 60. 19:30. Ponas kūdikis. 21:20. Vienas šūvis. Dvi kulkos. 23:45. Abraomas Linkolnas. Vampyrų medžiojimas.

Šeštadienis, kovo 2 d.

01:45. Sielonešė (kart.). 03:50. Jūrų pėstininkas (kart.). 05:20. Svotai

(kart.). 06:15. Televitrina 3. 06:30. Čipas ir Deilas skuba į pagalbą (kart.) 1, 149. 07:00. Transformieriai. Maskuotės meistrai 4, 417. 07:30. Aladinai 1, 142. 08:00. Čipas ir Deilas skuba į pagalbą 1, 150. 08:30. Kempiniukas Plačiakelnis 10, 214. 09:00. Virtuvės istorijos 9, 9. 09:30. Gardu Gardu 7, 10. 10:00. Svajonių ūkis 5, 26. 10:30. Būk sveikas! 1, 5. 11:00. Keturkojis Kupidonas. 12:55. Mažylis mieste. 14:40. Simpsonai 29, 16. 15:15. Ekstrasensų mūšis 18, 9. 17:00. Raudonas kilimas 5, 9. 17:30. Namų idėja su IKEA. 18:30. TV3 žinios 61. 19:17. TV3 sportas 1. 19:22. TV3 orai 61. 19:25. Eurojackpot 9. 19:30. Turtuolis vargšas 1, 2. 21:00. Tylis naktis. 23:10. Stonas.

Sekmadienis, kovo 3 d.

01:15. Vienas šūvis. Dvi kulkos (kart.). 03:20. Jūrų pėstininkas 2 (kart.). 05:00. Svotai (kart.). 06:15. Televitrina 3. 06:30. Čipas ir Deilas skuba į pagalbą (kart.) 1, 150. 07:00. Transformieriai. Maskuotės meistrai 4, 418. 07:30. Aladinai 1, 143. 08:00. Čipas ir Deilas skuba į pagalbą 1, 151. 08:30. Mamyčių klubas 21, 9. 09:00. Kulinarinis detektyvas 2, 9. 09:30. Penki žvaigždžių būstas 6, 9. 10:00. Pasaulis pagal moteris 7, 9. 10:30. Svajonių sodai 26. 11:30. Joniukas ir Grytutė. 12:35. Laimingas nelaimelis. 14:55. Gilyn į mišką. 17:30. Visi mes žmonės 2, 5. 18:30. TV3 žinios 62. 19:22. TV3 sportas 1. 19:27. TV3 orai 62. 19:30. Lietuvos talentai 6, 1. 22:00. TV3 žinios. Rinkimai. 23:00. Dvideidis.

**Pirmadienis, vasario 25 d.**

06:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (646). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (647). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (648). N-7. 07:35 „Tomas ir Džeris“ (25). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (108). N-7. 09:05 „Monikai reikia meilės“ (19). N-7. 09:40 „Namai, kur širdis“ (8). 10:25 KK2 (kart.). N-7. 13:00 „Gyvenimo daina“ (182). N-7. 14:00 „Aukštakulnių kerštas“ (74). 14:55 „Dvi širdys“ (1483). N-7. 15:25 „Dvi širdys“ (1484). N-7. 15:55 „Dvi širdys“ (1485). N-7. 16:30 Labas vakaras, Lietuva. 17:35 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:25 Sportas. 19:28 Orai. 19:30 KK2. N-7. 20:00 Nuo... Iki... 20:30 „Paveldėtoja 2“ (23). N-7. 21:00 „Monikai reikia meilės“ (27). N-7. 21:30 Žinios. 22:24 Sportas. 22:27 Orai. 22:28 Telefoninė loterija 1634. 22:30 VAKARO SEANSAS Baikeriai. N14. 00:50 „Juodasis sąrašas“ (22). N-7. 01:45 Komandosaiai (kart.). N14.

Antradienis, vasario 26 d.

06:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (649). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (650). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (651). N-7. 07:35 „Tomas ir Džeris“ (26). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (109). N-7. 09:05 „Monikai reikia meilės“ (20). N-7. 09:40 „Namai, kur širdis“ (9). 10:25 KK2 (kart.). N-7. 10:55 Nuo... Iki... (kart.) 11:25 „Paveldėtoja 2“ (23) (kart.). N-7. 12:00 „Mano likimas“ (28). N-7. 13:00 „Gyvenimo daina“ (183). N-7. 14:00 „Aukštakulnių kerštas“ (75). 14:55 „Dvi širdys“ (1486). N-7. 15:25 „Dvi širdys“ (1487). N-7. 15:55 „Dvi širdys“ (1488). N-7. 16:30 Labas vakaras, Lietuva. 17:35 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:25 Sportas. 19:28 Orai. 19:30 KK2. N-7. 20:00 Nuo... Iki... 20:30 „Paveldėtoja 2“ (24) (kart.). N-7. 21:00 „Monikai reikia meilės“ (28). N-7. 21:30 Žinios. 22:24 Sportas. 22:28 Orai. 22:30 VAKARO SEANSAS. PREMJEERA Gaudynės Sančajuje. N14. 00:25 „Judantis objektas“ (1). N-7. 01:25 Baikeriai (kart.). N14.

Trečiadienis, vasario 27 d.

06:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (652). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (653). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (654). N-7. 07:35 „Tomas ir Džeris“ (27). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (110). N-7. 09:05 „Monikai reikia meilės“ (21). N-7. 09:40 „Namai, kur širdis“ (10). 10:25 KK2 (kart.). N-7. 10:55 Nuo... Iki... (kart.) 11:25 „Paveldėtoja 2“ (24) (kart.). N-7. 12:00 „Mano likimas“ (29) (kart.). N-7. 13:00 „Gyvenimo daina“ (184). N-7. 14:00 „Aukštakulnių kerštas“ (76). 14:55 „Dvi širdys“ (1489). N-7. 15:25 „Dvi širdys“ (1490). N-7. 15:55 „Dvi širdys“ (1491). N-7. 16:30 Labas vakaras, Lietuva. 17:35 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:25 Sportas. 19:28 Orai. 19:30 KK2. N-7. 20:00 Nuo... Iki... 20:30 „Paveldėtoja 2“ (25). N-7. 21:00 „Monikai reikia meilės“ (29). N-7. 21:30 Žinios. 22:24 Sportas. 22:28 Orai. 22:30 VAKARO SEANSAS Pagirios Tailandė. N14. 00:30 „Judantis objektas“ (2). N-7. 01:30 Gaudynės Sančajuje (kart.). N14.

Ketvirtadienis, vasario 28 d.

06:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (655). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (656). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo

nimo šviesa“ (657). N-7. 07:35 „Tomas ir Džeris“ (28). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (111). N-7. 09:05 „Monikai reikia meilės“ (22). N-7. 09:40 „Namai, kur širdis“ (11). 10:25 KK2 (kart.). N-7. 10:55 Nuo... Iki... (kart.) 11:25 „Paveldėtoja 2“ (25) (kart.). N-7. 12:00 „Mano likimas“ (30). N-7. 13:00 „Gyvenimo daina“ (185). N-7. 14:00 „Aukštakulnių kerštas“ (77). 14:55 „Dvi širdys“ (1492). N-7. 15:25 „Dvi širdys“ (1493). N-7. 15:55 „Dvi širdys“ (1494). N-7. 16:30 Labas vakaras, Lietuva. 17:35 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:25 Sportas. 19:28 Orai. 19:30 KK2. N-7. 20:00 Valanda su Rūta. 21:00 „Monikai reikia meilės“ (30). N-7. 21:30 Žinios. 22:24 Sportas. 22:28 Orai. 22:30 VAKARO SEANSAS. PREMJEERA Pradžingos gelmės. N14. 00:50 „Judantis

Neįgalieji pasaulyje

Praėjusių vasarą, kai Londone lankėsi JAV prezidentas Donaldas Trumpas, britų premjerė Teresa May į susitikimą atėjo pasipuošusi raudona berankove suknele. Akylai žurnalistai pastebėjo keistą baltą daikčiuką ant premjerės kairiosios rankos žasto. Geltonoji spauda ėmė spėlioti: gal tai antinikotininis pleistras ar priemonė apetitui sumažinti? Apskrita pablyškusi dėmelė matėsi ir ant kitos rankos, vadinas, tas dalykas naudojamas jau ne vieną dieną.

Labai patogus cukraus matuoklis

Tas intriguojantis apskritas daikčiukas ant premjerės žasto – tai prietaisas, tiriantis gliukozės kiekį kraujyje. Matuoklį *FreeStyle Libre* sudaro skaitytuvas ir du sensoriai. Tai kompanijos *Abbott* siūloma technologija. Britų išrasta technologija padeda išvengti to, ko diabetikai labiausiai nemėgsta – durti į pirštą ir imti kraujo mėginį. Po oda įterpiamas miniatiūrinis sensorius, kuris ir seka gliukozės kiekį. Galima matyti cukraus kiekį realiu laiku, rodoma pakitimų dinamika, saugoma paskutinių 8 valandų informacija. Labai svarbu, kad matuoklis informaciją kaupia ir naktį, kai ligonis miega.

Šis cukraus matuoklis dar nėra plačiai paplitęs, tad ne iškart buvo atpažintas. Bet štai izraeliečiai giriasi, kad jų šalyje bet kuris pilietis gali naudotis tokiu pačiu matuokliu, kokį turi britų premjerė. Juo pagal gydytojo receptą aprūpinami visi Izraelio gyventojai, sergantys 1-ojo tipo diabetu.

T. May dėl ligos niekaip neriboją savo gyvenimo. Rankovės ar švarkelis pridengtų matuoklį, bet ji nemato reikalo slėpti.

Vieša paslaptis

T. May diabetą diagnozavo 2012 metais. Iš pradžių ji ignoravo nerimą keliančius simptomus, siejo juos su patirtu stipriu peršalimu, bet vėliau nutarė išsirtinti. Taip buvo aptikta liga. Dėl gydymo moteris neteko svorio.

Mokslo pažanga neįgaliesiems

Švedų mokslininkai rankos protezą prijungė tiesiai prie moters nervų. Taip ji gali judinti pirštus ir netgi jausti. Tai milžiniškas žingsnis į priekį, lyginant su dabartniais protezais, kuriuose elektrodai dažniausiai būna dedami ant odos.

Dalyvaudami Europos galūnių protezavimo programoje DeTOP, Chalmerso technologijų universiteto (Geteborgas, Švedija) tyrėjai kartu su biotechnologijų įmone *Integrum AB* sukūrė rankos protezą. Chirurgai

Britų premjerė neslepia savo ligos

Žurnalistai ėmė spėlioti, kad ji laikosi dietos, nes nori pagerinti savo įvaizdį, ir turbūt dalyvaus artėjančiuose rinkimuose. Galbūt tie gandai ir paskatino T. May pasakyti tiesą apie savo išvaizdos pokyčius. 2013-aisiais ji, tuo metu – vidaus reikalų sekretorė, informavo visuomenę serganti 1-ojo tipo diabetu, pasakė, kad jai teks du kartus per dieną leistis insuliną.

Premjerės liga priminė apie gydytojų mitus

Amžina tiesa: diagnostika – svarbiausia. Net ir T. May pateko į pasenusių mitų spąstus. Mat kai kurie gydytojai 1-ojo tipo diabetą netgi vadina vaikų liga, o suaugusiems nesigilindami diagnozuoja 2-ąjį tipą. Taip atsitiko ir T. May. Jai iš pradžių klaidingai nustatė 2-ojo tipo diabetą, mat jis labiau tinka pagal amžių... Buvo skirti vaistai. Kuo daugiau tų tablečių gėrė, tuo prasčiau jautėsi. Nustačius 1-ąjį tipą, gydymas buvo skubiai pakeistas. Teko pradėti leistis insuliną.

Keista, kad mitas apie vaikų ligą toks gajus. Juk tyrimais nustatyta, kad tarp susirgusių 1-ojo tipo diabetu net 40 proc. – vyresni nei 30 metų žmonės. Ir vis tiek kai kurie specialistai nusiteikę suaugusiems diagnozuoti tik 2-ąjį tipą. Tai turi liūdnu pasekmių, nes sergant 1-ojo tipo diabetu būtina labai atidžiai kontroliuoti cukraus kiekį kraujyje, kitaip galima susigadinti sveikatą.

Diabetas nepakenkė karjerai

T. May gimė 1956 metais Sasekse. Mokėsi Oksforde, įgijo geografijos magistro laipsnį. 1988 metais įstojo į Konservatorių partiją, o 1997-aisiais buvo išrinkta į Jungtinės Karalystės parlamentą.

2010 metais konservatoriai laimėjo rinkimus. Ji gavo vidaus reikalų sekretorės postą.

2016-aisiais T. May tapo valdančiosios Konservatorių partijos lydere ir Jungtinės Karalystės ministrė pirmininkė. Jos pečius užgulė nepaprastai atsakinga užduotis – rūpintis šalies išstojimu iš ES. Įdomu, kad anksčiau T. May apie išstojimą kalbėjo ga-



na skeptiškai, bet referendumo rezultatas – šventas. Ar liga netrukdo jos karjerai, ar atsakingas politiko darbas ir nepaprasta atsakomybė už visą šalį nėra pakeičiami tik labai sveikam žmogui?

Be abejo, žurnalistai nepraleidžia progos užduoti provokacinių klausimų apie premjerės savijautą. Atsakydama ji kartą pacitavo legendinio britų irklotojo Styvo Redgreivo, kuriam diagnozavo cukrinį diabetą prieš jam laimint paskutinį olimpinį medalį, žodžius: „Diabetui teks mokytis gyventi su manim, o ne man su juo.“ Panašiai nusiteikusi ir T. May. Nepaisydama diabeto, ji mėgsta su vyru Filipu Džonu kopti į kalnus. Juodu neturi vaikų, nes Teresos sveikata niekada nebuvo ideali.

Jungtinės Karalystės premjerė patinka ekstravagantiški drabužiai, nors oficialių stilių stengiasi išlaikyti. Visi žino apie jos aistrą leopardo ar tigro kailio raštais margintiems aukštakulniams. Kalbėdama apie savo ligą, ji tikina, kad diabetas neturi įtakos darbui, nes „diabetas – tai tik dalis mano gyvenimo“. T. May netgi patinka, kad liga verčia laikytis tam tikro režimo, atsargiai rinktis, ką valgyti. O kaip su nuovargiu, kurį dažnai matome jos veide? „Nuovargis – politiko darbo neatsiejama dalis“, – sako Didžiosios Britanijos premjerė.

Pagal užsienio spaudą parengė Brigita BALIKIENĖ

Mokslininkai rankos protezą prijungė tiesiogiai prie žmogaus nervų

gai titaniniais implantais protezą pritvirtino prie dviejų moters dilbio kaulų (alkūnkaulio ir stipinkaulio), o prie raumenų ir nervų tiesiogiai prijungė 16 elektrodų. Todėl ji gali mintimis valdyti ranką, ja užsirišti batų raištelius ir rinkti tekstą klaviatūra. Tai pirmasis kliniškai patikrintas, lankstus ir jautrus rankos protezas, tinkamas naudoti realiaje gyvenime.

Iki šiol rankų protezai galėjo būti valdomi ant odos įtaisais elektrodais, kuriais perimami žmogaus galūnių raumenų kontroliniai signalai. Šiais paviršiniaus elektrodais perduoda-

mi riboti ir nepatikimi signalai, kuriais galima kontroliuoti tik porą elementarių judesių, tarkime, suspausti ranką į kumštį.

Be to, jau naudojamų šiuolaikinių rankų protezų sensorinis grįžtamasis ryšys yra ribotas. Protezus naudojantis žmogus nieko nejaučia (pavyzdžiui, nežino, kaip stipriai suspaudžia objektą), tad gali pasikliauti tik rega. Įaugindami elektrodus į nervus, tyrėjai gali stimuliuoti juos elektros impulsais, o pacientas suvokia tai kaip proteze kylantį pojūtį.

www.techologijos.lt ir „Bičiulystės“ inf.

Žiniasklaidoje apie neįgaliųjų gyvenimą

Žiema įkalino neįgaliuosius

Panevėžio naujienų portale „Sekundė“ Ingrida Nagrockienė rašo apie neįgaliųjų vargus žiemą.

Į Panevėžio miesto neįgaliųjų draugijos patalpas buvusioje „Nevežio“ mokykloje žmonės pastarusius mėnesius dažniausiai važiuoja taksi. Toks keliavimas nuo artimiausios autobusų stotelės – ne iš poniškumo, o iš baimės susižaloti. Draugijos pirmininkė Stanislava Arbutavičienė ne kartą kreipėsi į savivaldybę prašydamą nuvalyti kiemą ir šaligatvį iki neįgaliesiems tos pačios savivaldybės suteiktos buveinės. Čia jie keturias dienas per savaitę renkasi į užsiėmimus, konsultacijas, pirmadieniais dalijami „Maisto banko“ daviniai. Tačiau šią žiemą neįgalieji nedrįsta rizikuoti draugijos patalpas pasiekti pėsčiomis ar neįgaliųjų vežimėliais. „Visą šią žiemą nė karto nebuvo valyti Tulpių gatvės šaligatvis ir kiemas link mūsų, apie sniego atkasimą ir pabarstymą nė nebekalbu“, – guodėsi draugijos vadovė.

Pokalbio su S. Arbutavičiene rytą pakeliui į neįgaliųjų draugiją paslydusi krito viena jos narių Aldona Bagužinskienė. „Spėjau šiek tiek pajėti nuo autobusų stotelės ir griuvau. Labai skauda nugarą, tiesiog dega kryžkaulis. Nežinau, kuo viskas baigsis – teks eiti pas gydytojus, tikiuosi, nėra didelės traumos“, – po nelaimės kalbėjo neįgalioji.

Užklupęs atlydys žmones išmaudė balose. „Keletą dienų ieškojom kaliošų, nes be jų buvo neįmanoma atvykti į draugiją. Neįgalieji pirmadienį rinkosi atsimti „Maisto banko“ davinių, tai buvo „gražių“ vaizdų, kai žmonės voliojosi po balas, kad patektų į patalpas“, – ironizavo draugijos pirmininkė S. Arbutavičienė. Pasak pašnekovės, daug kartų savivaldybės prašyta draugiją lankantiems neįgaliesiems pritaikyti autobusų eismą mieste. Panevėžio judumo planas parengtas, bet žmonėms vis dar sunkiai pasiekiamos draugijos patalpos buvusioje „Nevežio“ mokykloje tarp Taikos alėjos ir Švyturio gatvės. „Kiek narių praradome dėl ke-

blaus susisiekimu. Valdžia siūlo džiaugtis, kad iš viso turime kur prisiglausti, bet tokios sąlygos labai nepatogios“, – kalbėjo pirmininkė.

Nevalyta įvažą skundžiasi ir Parko gatvėje besiglaudžiančios Panevėžio krašto žmonių su negalia sąjungos nariai. Čia įstaigos kiemas, pasak pirmininko Jono Dumšos, taip pat sukaustyta ledo ir sniego. Dėl nenuvalyto privažiavimo sąjunga parašė skundą į elektroninę Panevėžio miesto savivaldybės sistemą „Tvarkau Panevėžį“. „Tame pačiame name veikia trys neįgaliųjų organizacijos. Didesnė lankytojų dalis turi judėjimo negalią ir jie negali saugiai patekti į įstaigas“, – neįgalieji rašo pranešime savivaldybės administracijai. Laiškas pateko į Miesto infrastruktūros skyrių, iš kurio nurodymas nuvalyti privažiavimą prie sąjungos durų perduotas miestą valančiai įmonei „Panevėžio specialus autotransportas“. Tačiau, J. Dumšos teigimu, situacija ir po skundo nepasikeitė. Savivaldybės Miesto infrastruktūros skyriaus vedėjo pavaduotojas Darius Linkonas pripažino, kad įstaigų kiemai valomi tik pačių organizacijų prašymu.

Bendrovės „Panevėžio specialus autotransportas“ Miesto tvarkymo skyriaus vadovas Algis Čeponis patvirtino įmonę gavus nurodymą nuvalyti įvažą į Parko gatvėje esančių organizacijų kiemą. Tačiau nuvykę darbuotojai, anot jo, rado pilną teritoriją automobilių, o kiemą dengė ledas. Tad darbai sustabdyti ir savivaldybės užsakymas liko neįvykdytas. „Tokių vietų valymą reikėtų planuoti iš anksto – vienkartinis darbas čia neduos naudos. Todėl savivaldybė kartu su organizacijomis turėtų bendrai nuspręsti ir galbūt šių teritorijų valymą įtraukti į nuolatinį mūsų paslaugų planą“, – svars-tė A. Čeponis. Į Taikos alėją pas neįgaliuosius, anot jo, kelininkai šią žiemą nė nevažiavo.

Naujovės baseine

Vida Adomaitienė naujienų portale www.etaplus.lt išspausdintame straipsnyje džiaugiasi pokyčiais viename Šiaulių baseine.

Jau daug metų baseiną lankančios Šiaulių apskrities sergančiųjų išsėtine skleroze draugijos nariai džiaugiasi ir pritaria gydytojų bei trenerių nuomonei, kad vanduo labai reikalingas ir naudingas sveikatai.

„Džiaugiamės, kad Šiauliuose turime tokią galimybę. Jau daug metų, lankydami Dainų gatvėje esantį baseiną „Delfinas“, šiais metais buvome maloniai nustebinti. Mes, neįgalie-

ji, visada būdavome aprūpinti plaukimo liemenėmis, žiedais, vaikštytėmis ir kitomis baseine plaukioti reikalingomis priemonėmis, bet dabar sulaukėme dar didesnio dėmesio“, – sako Šiaulių apskrities sergančiųjų išsėtine skleroze draugijos narė Vida Adomaitienė.

Neįgalieji šiemet gali pasinaudoti įrengtu įvažiavimo į baseiną taku, keltuvu, nuleidimo į baseiną įrenginiu.

Skandžiame netekties valandą dėl tečio mirties nuoširdžiai užjaučiami Utenos rajono neįgaliųjų draugijos pirmininkę **Sandrą Ragaišytę.**

Lietuvos neįgaliųjų draugijos valdyba ir administracija

Prie kūrybos šaltinio

*Kambarys be knygy –
kaip namai be langų*

Skaityti Žygintė pamėgo jau nuo pradinių klasių. Savo knygelių tada neturėjo, buvo skurdūs, vargani metai. Mokykloje bibliotekos irgi nebuvo, tik apylinkės skaitykla. Ji ten eidavo po pamokų su klasės draugėmis „pasiskolinti“ knygelių. Dažniausiai knygas parinkdavo darbuotoja.

Skubėdavo namo, netverdama vaikišku džiaugsmu, kurį tikėjosi rasianti knygelių pasaulyje. Namuose broliukai ragino greičiau paruošti rytojaus pamokas, imtis skaityti knygas ir žiūrėti paveikslėlius. Skaitydavo jiems ir visai vakarojančiai šeimai pasakas bei nuotykių romanus.

Vėliau Žygintė jau žengė į suaugusių skaitytojų pasaulį. Vėlgi didelio pasirinkimo nebuvo. Skaitytė tais laikais populiarius, nepatyrusiems jauniems skaitytojams labai jau sudėtingus romanus. Daugiausia – rusų klasikų kūrinius, Levo Tolstojaus „Karą ir taiką“. Na, galėjo pasigirti, kad perskaitė, tačiau kokį malonumą patyrė, ar bent suprato to didingo kūrinio prasmę? Juk mergaitėms tos didžiulės karo batalijos ničnieko nereikė, išskyrus tai, kad ten kariavo knygos herojus, kurių buvo įsimylėjusi žavioji jaunutė Nataša Rostova.

Žygintė skaitydama mąstė ir savotiškai pavydėjo jaunajai herojei, kad ši, būdama vienmetė su ja, jau geba jausti tariamai tikros meilės dvelksmą, o gal net alsavimą! Tą patį kūrini

nį perskaičius po daugelio metų jau visai kitaip suvoki tos knygos galią, neblėstančią rašytojo L. Tolstojaus talento žvaigždę, kurią dar labiau paryškino visame pasaulyje pripažintas jo romanas „Ana Karenina“. Pirmasis šios knygos perskaitymas Žygintės atmintyje paliko gal tik slepiamos meilės dramatiškumą, herojės kančias ir tragišką baigtį. Vėlesnieji, pakartotiniai, skaitymai, filmai, ekranizacijos jau brandžiuose metuose viską sustatė į savo vietas.

Įsiminė T. Dreizerio trilogija apie finansininką ir jo karjerą. Aišku, ir šioje knygoje buvo meilės linija, tačiau daugiau sauso, sudėtingo teksto, lyg tokias knygas skaitytų buhalteriai ar ekonomistai. Bet skaitytė ją visi, kas tikrai mėgo knygas, tuo labiau kad šis romanas vaizdavo tada mums mažai žinomą Ameriką. Panašaus turinio knygų labai trūko, nes mes gyvenome kitoje santvarkoje, kitokioje ideologijoje.

Palengva į mūsų šalį ėmė skverbtis laisvesnis gyvenimas. Knygynai „paskendo“ blizgių viršelių, beverčių knygų baloje. Buvome išalkę nedraudžiamos meilės romanų. Dauguma leidyklų juos leido lyg lenktyniaudamos tarpusavyje. Žygintė mena, kaip plačiai išlūpų į lūpas nuvilnijo naujiena apie romaną „Erškėčių paukščiai“. Susidomėjo ir užkibo ant moteriškosios smalsumo meškerės. Žinoma, po anų „sunkiasvorių“ romanų, šis žavėjo nuostabiais pasakojimais apie visai kitokį žmonių gyvenimą, jų darbus, jausmus ir tarpusavio santykius. Susižavėjimui

atslūgus, galvojo, kad toks ir turi būti žmonių gyvenimas – nuširdus, atviras, neleidžiantis peržengti padarumo ir sąžinės ribų.

Pamažu knygynuose, bibliotekose radosi įvairesnių kūrinių, o ypač džiugino lietuvių autoriai. Į Žygintės akiratį pakliuvo puikios rašytojo Petro Dirgėlos knygos istorine tema. Ją labai sužavėjo romanas „Joldijos jūra“. Ne mažiau džiugino ir Romualdo Granausko kūryba, jo knygas perskaitė turbūt visas, kurios buvo bibliotekoje. Buvo domėjusis ir rašytojo Juozo Baltušio kūryba, jo apsakymus puikiai žinojo – visuose buvo vaizduojamas dar ikininis kaimas su rašytojui būdinga lengva sarkazmo gaidelė. To, lyg ir biografinio, romano „Sakmė apie Juzą“ nebuvo net varčiusi, tad labai susidomėjusi perskaitė. Jis tiesiog sužavėjo Žygintę. Ir ne vien stipriais knygų veikėjų charakteriais, labiau gamtos vaizdavimu. Lyg teptuko potėpiais drobėj perteikė gamtos grožį įvairiausias metų laikais. Žygintė negalėjo atsiplėšti nuo tų vaizdų. Perskaitė ne kartą, bet po keliolikos metų ir vėl norisi atsiversti šią knygą.

Domisi ji daugelio rašytojų darbais: labai įdomu skaityti profesorės Viktorijos Daujotytės monografijas apie lietuvių poetus bei jos pačios tarmiškai rašytą poeziją. Labai džiaugėsi skaitydama jaunesnės kartos rašytojos Kristinos Sabaliauskaitės keturių dalių istorinį romaną „Silva rerum“. Žygintei labai patinka biografiniai bei istoriniai kūriniai.

Savaime aišku, domisi ir

užsienio rašytojų darbais. Vietą jos širdyje surado dviejų autorių knygos. Rašytojas Džonas Irvingas taip nuširdžiai ir paprastai perteikia savo pasakojimus, kad neįmanoma atsitraukti nuo knygos. Skaitytė ir nesinori, kad ji baigtųsi. Šis rašytojas Žygintei tarp užsienio autorių tapo pirmuoju. Jei jau vyriškiui suteikta „prizinė“ vieta, tai turi būti ir moterų atstovė. Ji skirta šauniai istorijų kūrėjai Isabelei Allende iš tolimosios Čilės. Jau nuo pirmojo rašytojos romano Žygintė susidomėjo jos kūryba, sekė naujai pasirodančias ir į lietuvių kalbą išverstas knygas. Autorė anonsuose pasakoja, kad siužetų savo romanuose semiasi ne kur kitur, o savo plačios giminės gyvenimiškose istorijose, kūrinius „pagardindama“ fantazijos bei mistikos prieskoniais – būtent jie ir suteikia romanams nenusakomą žavesį.

Žygintė nebuvo visiškai knygų skaitymo maniakė. Tam buvo paskyrusi šviesiausias dienas laiką – porą valandų po pietų.

Skaitymas jai reikė neapsakomą malonumą, kurio ji vargiai atsisakytų. Tai buvo jos laikas, kada „išeidavo“ iš realaus savo pasaulėlio į knygų siūlomą gyvenimą – iš šalies stebėdama knygų herojų išgyvenimus, nuopoličius, ašaras, kerštą ar palaimą. Tai savotiškas filmas vaizduotėje, kurį temato tik pats skaitantysis. Ir jau pradėjusi knygą, Žygintė dar keliolika minučių „gyveno“ su knygos veikėjais. Buvo labai gera ir džiugu širdy, kad viena ar kita vertinga knyga pateko į jos rankas, palietė sielą ir protą.

Neįmanoma žodžiais nusakyti skaitymo džiaugsmo... Ne be reikalo sakoma, kad kiekvienoje knygoje skaitytojai suranda sau vienokių ar kitokių prasmės kibirkštelių. Tad būtina skaityti kuo daugiau ir įvairesnių temų knygų. Iš jų oi kaip daug išmokstama! Tik reikia pamilti knygas, neįkainojamą dovaną – išprusimą, tobulėjimą.

Vincė VASYLIŪTĖ
Plungė

Konkursas „Buvau i Lietuvą išėjęs...“



Rimtauto Gendvilo nuotr., Šiaulių r.

Saulėlydžio skiautelė

Saulėlydžio tinkle spalvotų klosčių šokis.

*Gėdingai rausta saulė išrengta.
Sūri banga nuogumą vystyklais užklostys –
Į gelmę smigs išblėsusi diena...*

*Sugrįžę iš nakties į ryto vėsu žaizdrą,
Kely surinksim byrančius žingsnius.
Į širdį plūstelės jausmų lava įkaitus,
O lūpos tirpdys žodžių varveklis.*

Saulėlydžio tinkle sekundės lyg pamišę

*Taškysis, žais gyvenimo purluos.
Tikėsime – nauja diena,
praskleidus šydą,
Mums laimės pasagą padovanos.*

Į širdį laiptais tolstanti daina nubėgus

*Saulėlydžio skiautelę atsilauš.
Spalvų melodija netilps į jokius rėmus –
Skambės žiedais ji sieloje žmogaus...*

Kibirkštėlė nešu...

*Ekstazėje sustingsta Mėnesiena,
Suverpia vėjai
Siūlą jos auksinį.
Žvaigždėlė glaudžias,
Ilgesiu užlieta –
Geltonos pėdos
Krūpčioja krūtinėj...*

*Žvaigždžių virpėjimas
Bangelėm plazda,
Nes upė pilnaty –
Lyg pienu jūra...
Pajutus vėsu,
Širdžiai gera gera –
Žiedų geltonis
Veidu tyliai srūva...*

*Pinu aš mėnesienos
Gelsvą kasą –
Jos garbanos
Lyg žirginiai nukara...
Taip tavo žodžiai
Man į širdį laša –
Kaip žvaigždės upė
Pilnaty įšqla...*

*Barstau mintis
Žvaigždžių liūty lyg skiedras,
Slepiuosi
Į tamsos prilytą skarą.
Iš meilės židinio,
Liepsna užlieta,
Nešu žvaigždės tau
Kibirkštėlę mažą...*

Padėkos laišakai

*Parašysiu daug laiškų...
Žolei –
Už dovanotą akių spalvą.
Sūpuoklėms –
Už skausmą, užsuptą laiką.
Žemei...
Lig šiol jaučiu jos delną...
Mane ji veda – aš ją vedu...
Ir padėkos žodžius
Pilu lyg medų
Iš bičių išaustų korių
Į baltą, iššalventą lapą...
Kiek daug tikiuosi
Parašyt laiškų!..*

Aldona MAKSVYTIENĖ
Vilkaviškis

Viešoji įstaiga
Steigėja – LND

Bičiulystė

Adresas laiškam: „Bičiulystė“, Saltoniškių g. 31 (401 kabinetas), 08105 Vilnius
Tel./faks. (8-5) 275 1934. El. p. redakcija@biciulyste.lt

www.biciulyste.lt

Redaktorė Aldona MILIEŠKIENĖ

Gerbiami skaitytojai, laiškuose redakcijai nurodykite visą savo vardą ir pavardę, tikslių adresą ir telefono numerį. Už skaitytojų kronikines žinutes, laiškus, nuotraukas bei eilėraščius, išspausdintus šiame savaitraštyje, nemokama. Dideli rašiniai trumpinami redakcijos nuožiūra. Nuotraukos ir rankraščiai negražinami, nesaugomi. Neigaliųjų asmeniniai skelbimai spausdinami nemokamai (redakcijoje asmeniškai pateikus negaliojo pažymėjimą ar atsiuntus jo kopiją).

Laikraštyje spausdinamų straipsnių bei laiškų autoriai išsako savo, o ne redakcijos nuomonę.

Leidinio indeksas 67325. Tiražas 2200 egz.
Ofsetinė spauda. 2 sp. l. Spausdino
UAB „Respublikos“ spaustuė, Vilnius