

Bičiulystė



2019 m. gegužės 23–29 d., Nr. 20 (1459) Savaitraštis leidžiamas nuo 1990 m. spalio mėn. Kaina 0,66 Eur

KOMPENSUOJAMI
palydovo valdomi vežimėliai
vaikams



LENGVAS!
TEIDA, UAB
Mob. tel. +370 614 41583
www.teida.lt



LND ataskaitinėje konferencijoje dalyvavę neįgalųjų draugijų pirmininkai turėjo ir klausimų, ir pasiūlymų.

Aldonos Milieškienės nuotr.

LND: iššūkiai skatina ieškoti naujų sprendimų

Integracijos keliu

Tradicišnis Lietuvos neįgalųjų draugijos (LND) renginys – ataskaitinė konferencija kiekvieną pavasarį į Šventosios mokymo ir reabilitacijos centrą sukviečia asocijuotų narių – miestuose ir rajonuose veikiančių neįgalųjų draugijų pirmininkus. Tai svarbus didžiausios neįgalųjų nevyriausybinių organizacijos veiklos aptarimas ir įvertinimas. Ir šįsyk jame ne tik išklaustos ir patvirtintos LND veiklos ir finansinės ataskaitos, bet daug diskutuota ir apie ateitį, svarstyta, kaip pasitikti pokyčius, atrasti naujų veiklų, būti dar naudingesniems neįgaliesiems.

LND – autoritetą turinti asociacija

Neįgalųjų asociacijų veiklos rėmimo projektas – bene svarbiausias daugelio nevyriausybinių organizacijų išgyvenimo šaltinis. LND veiklos ataskaitą pristaciūsi pirmininkė Jelena Ivančenko pabrėžė – jau ne pirmi metai LND nesitenkina šiuo vienu projektu.

(nukelta į 5 psl.)

Knygoje „Kartu esame stipresni“ – 30 metų istorija

Integracijos keliu

30 metų Lietuvos neįgalųjų draugijos (LND) veiklos istorija sugulė į knygos puslapius. Išties daug nuveikta, patirta. Beveik 24 tūkstančiai narių visoje Lietuvoje. Keitėsi negalios politika, keitėsi valdžios. Tik tikslas visada išliko tas pats – rūpintis negalios žmonėmis.

Pagarba pradininkams

„Bičiulystės“ redakcijos archyvai, žmonių pasakojimai, prisiminimai – visa tai padėjo surinkti į vieną paveikslą Lietuvos neįgalųjų draugijos istoriją, kuri prasidėjo dar 1970–aisiais. Negalią turinčių žmonių susirašinėjimas, laikraščio „Draugo žodis“ leidyba, susitikimai vis kitose Lietuvos vietose, sporto varžybos – visa tai vedė į or-



Knyga „Kartu esame stipresni“ pirmiausia įteikta neįgalųjų draugijų vadovams.

ganizacijos kūrimąsi. Skyrius „Neįgalųjų draugijų kūrė patys žmonės“ skirtas LND priešistorėi. Prisiminimais apie negalios žmonių judėjimą prieš susikuriant Neįgalųjų draugi-

jai pasakoja „Draugo žodžio“ redaktorė Janina Baliutytė ir Albinas Degutis, sporto klubo „Draugystė“ vadovė Lina Rakauskaitė, neįgalųjų judėjimo

(nukelta į 3 psl.)

Duetų diena – įdomi ir naudinga iniciatyva



Prie DUOday iniciatyvos prisijungusio Swedbanko specialistas bendrauja su negalią turinčia Oksana.

Tolerancijos link

Pirmą kartą prie Europoje jau daugiau nei 10–metį sklandančios iniciatyvos DUOday (duetų arba darbo šešėliavimo dienos) prisijungė ir Lietuva. VŠĮ „SOPA“ paskatintos 25 šalies įmonės pakvietė neįgaliuosius susipažinti su jų darbu, leido patiems išbandyti vieną ar kitą profesiją.

Abipusė nauda

Verslo psichologijos magistrė Erika Šnaraitė pusę darbo dienos praleido internetinėje personalo atrankos kompanijoje CV-Online. Prisijungti prie DUOday iniciatyvos merginai pasiūlė VŠĮ „SOPA“, kurioje ji dabar atlieka praktiką, darbuotojos. „Mykolo Romerio universitete baigiu verslo psichologijos studijas, o personalo atrankų kompanijose dirba nemažai psichologų, todėl man buvo įdomu sužinoti, ar regėjimo negalią turintys žmonės galėtų dirbti tokioje įmonėje, kokio pritaikymo jiems reikėtų, – pasakoja Erika. – Susipažinau, kaip vyksta personalo atranka, sužinojau, ką veikia atrankos specialistai. Daug kalbėjomės apie tai, kas yra geras ir blogas darbo skelbimas, kaip jį teisingai parašyti. Man leido stebėti kelis pokalbius su įmonės klientais. Susidariau įspūdį, kad tai intensyvus ir įdomus darbas. Man tai buvo labai naudinga patirtis.“

Pasak merginos, šis susitikimas galbūt bus naudingas ir personalo atrankos kompanijai. Erika pastebėjo, kad jų interneto svetainė nėra visiškai pritaikyta regėjimo negalią turintiems žmonėms. Sumanysiu pažiūrėti,

ką į šią įmonę besikreipiantys darbdaviai jai galėtų pasiūlyti, nieko negalėjo sužinoti. Paaiškėjo, kad neregys negali į sistemą įvesti norimos darbo pozicijos ar miesto. Teksto įgarsinimo programa šios informacijos neperskaito, nes ji pateikta grafiškai. Erikos pastabą pažadėta perduoti programuotojams, kurie turėtų paieškoti galimybių interneto svetainę padaryti draugiškesnę neregiam.

Po įmonėje CV-Online praleisto pusdienio Erika sako įsitikinusi, kad galėtų čia dirbti. Ji visada norėjusi darbo, kuriame reikėtų bendrauti su žmonėmis, o atrankų specialistas tai daro kiekvieną dieną. Tiesa, regėjimo negalią turinti mergina pripažįsta, kad šios tokios reginčiųjų pagalbos vis dėlto prireiktų. Pasak jos, įmonės darbuotojai vertina visą į vieną ar kitą poziciją pretenduojančių klientų atsiųstą duomenų paketą, taip pat ir prie gyvenimo parašymo pridėtą nuotrauką. Nors, pasak Erikos, iš jos apie žmogaus kvalifikacinius gebėjimus nesprenždžiama ir pasirenkant kandidatą žmogaus išvaizda tikrai nėra lemiamas dalykas, vis dėlto bendrą informaciją ji gali papildyti. „Čia reikėtų reginčių kolegų pagalbos, bet kitas funkcijas tikrai galėčiau atlikti“, – sako Erika.

Pasiteisino ir praktika, ir duetų diena

Studijas universitete E. Šnaraitė derina su darbu Lietuvos aklųjų ir silpnaregių ugdymo centre. Čia mergina dirba redaktore – spausdina ir redaguoja vadovėlius Brailio raštu. Iki paauglystės (13 metų) Erika dar silpnai matė. Kurį laiką merginos regėjimą palaikė nuolat

(nukelta į 3 psl.)

Apie tai
kas jaudina



Bevaldystės daigai

Senovės graikų filosofas Sokratas kalbėjo: „Jei žmogus pats rūpinasi sveikata, tai sunku rasti gydytoją, geriau už jį žinantį, kas jo sveikatai naudinga.“

Būtų šaunu, kad mes visi patys rūpintumės savo sveikata, puoselėtume nepriekaištingą gyvenimo būdą. Tuomet mažiau reikėtų daktarų, klinikų, sanatorijų.

Žiloje praeityje tokių gydyklų nebuvo. Niekas negamino cheminių preparatų – žmonės savo negalias slopino laukiniais augalais. Pirmoji vieša vaistinė pasaulyje atsirado VIII a. viduryje Bagdade. Lietuvoje jos pradėtos steigti kur kas vėliau – XVI a. (Vilniuje įkurta 1506 m.). O ligonių niekur netrūko. Žmonių amžius retai perkopdavo 30–40 metų. Dėl to susidarė sąlygos rasti šundaktariams. Tarpukario Lietuvos spauda išjuokdavo tuos „geradarius“, ragindavo nepaisyti kvailių patarimų. Pavyzdžiui, žmogui sunkiai valdant kaklą būdavo patariama gerti pieną su... karvės mėšlu. Akių uždegimus „daktarai“ patardavo gydyti šlapimu. Galvos skausmas, anot jų, greičiausiai praeina geriant... durnaropių užpilą. Tokios gydysenos sąrašas ilgas, o rezultatai, žinoma, dažniausiai būdavo liūdni.

Gydymo paikysčių buvo visais laikais. Nestinga šarlatanų, būrėjų, kerėtojų net dabartiniame civilizacijos amžiuje. Pasikliaujant jais, o ne profesionaliais medikais, ne vienas anksčiau laiko paliko šį pasaulį.

Pastaruoju metu kasdien internete, spaudoje (ypač vieno dienraščio savaitiniame priede) mirgėte mirga įvairių vaistų, išorinių ir vidinių, reklamos. Kai kurie pasiūlymai nenuolė nuo šundaktarių prasimanymų, net stebuklų. Štai į Lietuvą atvykęs kažkoks „daktaras“ siūlė nusipirkti jo reklamuojamą medikamentą nuo stuburo pažeidimų. Girdi, net neįgalieji, metų metais judantys tik vežimėliais, išgėrę jo tablečių po dienos kitos vėl kaip stirmos lakstys laukais.

Nors daugiausia skelbimų apie stuburo, sąnarių skausmo malšinimą, nestinga pamokymų ir apie kitų negalių gydymą. Esą plinta kurtumo epidemija, todėl būtina turėti ausų valymo įrenginį nanoaspiratorių (!). Kaip pagerinti regėjimo aštrumą be akinių ir lazerio operacijos? Nagi visai paprastai. Pakanka įsitaistyti... multifkacinį ekraną su didinamoju stiklu ir net 400 proc. padidės galimybės be vargo skaityti bet kurį tekstą. Regėjimas pagerės, kaip teigiama vienoje reklamoje, jei pasirūpinsite ajurvediniais (!) akiniais.

Suminėti visas skirtingas sveikatos gerinimo reklamas reikėtų jaučio odos. Tačiau yra kas jas jungia. Tai kainos. Beveik visos vienodos – nuo 29 iki 32 eurų. Jei nesi kažkokio nuolaidų klubo narys, reklamuotojai grasina, kad teks pakloti gerokai daugiau. Iš tikrųjų tos nuolaidos tik masalas, tik pirk pagal nurodytą kainą – net į namus pristatys.

Gal norite paklausti, kodėl stebuklingų vaistų nėra vaistinėse, o įrenginių medicinos parduotuvėse? Reklamuotojai turi paprastą atsakymą – joms ši produkcija per brangi. Bet ar čia šuo pakastas? Jei vaistai padės žmogui išgyventi, jis sugebės rasti tris dešimines.

Kodėl to nemato Sveikatos apsaugos ministerija, vaistų kontrolės tarnybos? Kodėl mūsų šalyje uždegama žalia šviesa neregistruotiems, nepatikrintiems medikamentams? Mano giminaitė susigundė nusipirkti 30 tablečių nuo blogojo cholesterolio. Po mėnesio vėl pasitikrino. Poveikis buvo nulinis, nors ant pakuotės parašyta, kad suvartojus tokį kiekį tablečių poveikis bus įspūdingas.

Farmakologija, pasak enciklopedijų, – medicinos šaka, tirianti vaistus, jų poveikį organizmui. Ji taip pat nagrinėja vaistų sukeltas reakcijas. Sunku suvokti, kodėl pastaruoju metu masiškai žiniasklaidą (ji už reklamos turinį neatsako) užplūdo tokia gaušybė vaistų (galimas daiktas ir surogatinių) propaguotojų. Turbūt niekas nepaneigs, kad didžiausias farmakologijos priešas yra anarchija, t.y. bevaldystė, netvarka ir chaosas.

Algimantas Jardauskas

Bendruomenė: mūsų stiprybė – vienybėje

Skuodas:

□ **Laima Sendrauskienė** laiške „Bičiulystei“ pasakoja apie Skuodo rajono neįgaliųjų draugijos surengtą popietę.

Porą kartų per metus – pavasarį ir rudenį – susibūriantys į popietę rajono neįgaliųjų draugijos nariai buvo susirinkę Mosėdžio svečių namuose „Kaštonas“. Prasmingai kartu praleistą laiką nuskaidrino



Tą dieną A. Šakiniui teko ne vienas pagiriamasis žodis už drąsą kalbėti prieš auditoriją.

Radviliškis:

□ **Radviliškio rajono neįgaliųjų draugijos pirmininkės pavaduotoja Irena Vilniuvienė** informuoja apie sporto renginį.

Radviliškio švietimo ir sporto paslaugų centras su partneriais Šiaulių petankės sporto klubo ir Lietuvos petankės federacija Radviliškyje surengė pirmąjį petankės turnyrą. Jame dalyvauti buvo pakviesti visi norintys senjorai ir žmonės su negalia. Per atidarymą koncertavo Radviliškio švietimo ir sporto paslaugų centro dienos užimtumo skyriaus jaunuoliai kartu su savo muzikos mokytoju. Į turnyrą susirinko 8 ne-

Šeduva:

□ **Šeduvos miesto neįgaliųjų draugijos narė Irmė Beneševičiūtė** laiške „Bičiulystei“ pasakoja apie organizacijos veiklą pavasarį.

Šeduvos miesto neįgaliųjų draugijai pavasaris prasidėjo aktyviai. Draugijos patalpose vyko ataskaitinis susirinkimas. Jį pradėjo Šeduvos miesto neįgaliųjų draugijos pirmininkė Romualda Pranskietienė. Ji pasveikino susirinkusiuosius ir tylos minute paprašė pagerbti išėjusius Anapilin. Vėliau R. Pranskietienė perskaitė ataskaitą apie 2018 m. vykdytus projektus ir atliktus darbus. Draugijos nariai pasidžiaugė, kad visus me-

Neįgaliųjų draugijos šeimų popietė

Rukų kaimo kapela „Gaspadorius“.

Pasak visus susirinkusiuosius pasveikinusių Neįgaliųjų draugijos pirmininkės Ramintos Zabitenės, kuri pakvietė prasmingai ir nuotaikingai praleisti laisvalaikį, šandien labai svarbu saugoti sveikatą, o į slaptas širdies dėžutes nedėti jokio negatyvo, tik džiaugsmą ir meilę.

Renginio dalyvius sujaudino Žemaitijos metams skirta tarmiška programa „Ož aukštuos tvuoros“. Ją sudainavo, suvaidino Nijolė Jasienė (autorė), Danutė Budrikienė, Stefa Šimkienė, Stasė Šmaižienė, Adomas Šakinis. Šiam pasirodymui žiogrių tvorelę nupynė Genutė Baužienė iš Gėsalų, o muzikiniiais tarpais talkino Mykolas Lukas.

Bene iškalbiausias tą dieną buvo mokytojos Emilijos Jablonskienės kvietimas atsigręžti į lietuvių literatūros klasikės Julijos Žymantienės Žemai-



Susirinkusiems būti pozityviems ir neįsileisti negatyvo palinkėjo draugijos pirmininkė R. Zabitenė.

tės kūrinių „Marti“. Pasak E. Jablonskienės, tik vienas kitą augindami poroje, daroje galime įveikti gyvenimo kelionę ir pasipriešinti pernelyg liberaliam požiūriui į šeimą, kai dėl menkniekio ji subyra. Juk ne veltui, kaip akcentavo ji, liaudies išmintis sako, kad gera žmona yra karūna ant vyro galvos, o bloga – tikra koronė. Pernai buvę Žemaitėi skirti metai rašytoją mums padėjo atrasti iš naujo.

Motinos Teresės palinkėjimų puokštę gyvenimui, kuris yra palaima,

pareiga, žaidimas, meilė, paslaptis, pažadas, liūdesys, giesmė, kova, džiaugsmas, kryžius ir nuotykis, visiems perskaitė A. Šakinis. Į jautrų vaikystės laiką su močiute nukėlė Zitės Bučienės padeklamavimas Kosto Kubilinsko eilėraštis apie močiutę.

Popietėje veikė Neįgaliųjų draugijos rankdarbių paroda, netrūko šypsenų, mielių pasikalbėjimų, šokių. Pavasaris po neseniai praėjusių ypatingų metų švenčių – Velykų ir Motinos dienos – nuostabus.

Autorės nuotr.

Senjorų ir neįgaliųjų petankės turnyras

galią turinčių žmonių komandos. Radviliškio r. neįgaliųjų draugijai atstovavo 3 komandos – dvi vyrų ir viena moterų, žaidė ir dvi dienos užimtumo skyriaus komandos. Petankės žaidimas panašus į neįgaliųjų jau pamėgtą bočią, todėl ir šį kartą mūsų šeimoms sekėsi labai gerai – visos taurės ir medaliai atiteko mūsų draugijos sportininkams. Pirmą vietą užėmė Ričardas Vladička ir Vjačeslavas Kostiukevič, antra liko moterų komanda (Vanda Astrauskienė ir Birutė Tamonienė), na,



Nugalėtojai – (iš kairės) Ričardas Vladička, Vjačeslavas Kostiukevič, Birutė Tamonienė, Vanda Astrauskienė, Česlovas Turčinskas ir Stasys Astrauskas.

o bronzos medaliais pasipuošė Stasys Astrauskas ir Česlovas Turčinskas.

Petankės turnyrui pa-

siruosta vykdant Neįgaliųjų socialinės integracijos per kūno kultūrą ir sportą projektą.

Pavasaris įnešė aktyvumo



Itin aktyvus Šeduvos miesto neįgaliųjų draugijoje buvo ansamblis „Verdenė“.

L. Simaičio nuotr.

tus aktyviai vyko kultūrinė veikla. Draugijos duetai ir ansamblis „Verdenė“ dalyvavo įvairiuose renginiuose, pelnė apdovanojimų, tapo „Vilties paukštės 2018“ laureatu. Už tai esame dėkingi kompeten-

tingai meno vadovei Evelinai Stalgienei. Jai įteikta Radviliškio rajono medalis padėka už pasiektus rezultatus. Taip pat apdovanojami aktyvūs auksarankiai J. Račas, N. Balkienė, kurie savo darbais prisideda

prie užimtumo veiklų. Po ataskaitos vyko humoro grupės „Sprandžina“, vadovaujamos charizmatiškosios vadovės bei idėjų generatorės Izolinos Staniulienės, pasirodymas.

Šiais metais draugijoje taip pat vyksta aktyvi kultūrinė veikla. Būtenų bendruomenės namuose vykusiame renginyje, skirtame Motinos dienai paminėti, skambėjo puikios ansamblio „Verdenė“ ir duetų atliekamos dainos. Grožėjomės Elzbietos Masiliūnienės rankdarbiais. Koncertavome ir Pociūnų bei Acokavo bendruomenėse vykusiuose mamoms skirtuose renginiuose.

(atkelta iš 1 psl.)

veteranas Virginijus Kalvėnas ir kiti. Jie prisimena apie tai, kokius iššūkius reikėjo įveikti sovietinėje valstybėje panorusiems burtis neįgaliesiems. „Kad jaunesni žmonės suprastų, kodėl iš pradžių dirbome bemaž pagrindyje, priminsiu, jog anksčiau pagarbos galėjo tikėtis nebent karo invalidas. Kiti gaudavo kuklias pensijas ir viešai ne nedrįsdavo užsiminti apie kokias nors draugijas ar savo spaudą. Kas bandė – rankas nusvilo, buvo apkalinti antivalstybine veikla“, – sakė vienas iš neįgaliųjų judėjimo pradininkų Mindaugas Rubikas.

Ėmėsi teikti paslaugas

1988–1997 metai buvo kupini įvykių ir pokyčių neįgaliųjų gyvenime. Draugija siekė užtikrinti negalios žmonių teises įstatymais, sprendė būtiniausias buitines problemas, rūpinosi kultūrine veikla, užimtumu, steigė darbo vietas, kūrė įmones, dalijo techninės pagalbos priemones, pradėjo kalbėti apie aplinkos pritaikymą.

Draugijos įkūrėjas ir pirmasis pirmininkas Jonas Mačiukevičius knygoje „Kartu esame stipresni“ prisimena, kokius sunkumus reikėjo įveikti siekiant, kad draugijos balsas būtų išgirstas. Jonavos rajono neįgaliųjų draugijos įkūrėja ir ilgametė vadovė Violeta Neimontaitė pasakoja, kad rajonuose susikūrusios organizacijos turėjo išspręsti visus neįgaliųjų rūpesčius – nuo medicininių reikalų iki aprūpinimo malkomis. Viena iš LID steigiamojo suvažiavimo delegatų Anastazija Kostygova, atstovavusi Mažeikių neįgaliesiems, taip pat prisimena, kad susikūrus draugijai rūpestis neįgaliaisiais buvo nuoširdus

(atkelta iš 1 psl.)

Vokietijoje atliekamos operacijos, kol buvo nuspręsta, kad nebepadės ir jos. Iki 9 klasės ji gyveno ir mokėsi Naujojoje Akmenėje, o regėjimui užgesus su mama persikėlė į Šiaulius. Po po poros metų viena atvažiavo į Vilnių ir 11, 12 klases baigė aklųjų mokykloje, įstojo į universitetą.

Su „SOPA“ Erika susipažino prieš trejus metus. „Atsitiktinai internete radau skelbimą, kad jie organizuoja mokymus apie įsidarbinimo galimybes: kaip parengti gyvenimo aprašymą, parašyti motyvacinį laišką, pasiruošti pokalbiui su darbdaviu. Su draugais užsiregistravome, dalyvavome užsiėmimuose“, – pasakojo Erika. Po šių mokymų mergina sėkmingai įsidarbino telemarketingo įmonėje „Ikonus“. Pardavimai telefonu jai patiko. „Skambini klientams ir siūlai paslaugas arba prekes. Sekėsi gana neblogai ir jeigu tos įmonės nebūtų perpirkusi kita, gal ir šiandien ten dirbčiau“, – šypsosi mergina.

Dar kartą „SOPA“ Erika prisiminė prireikus pasirinkti, kur galėtų atlikti praktiką. „Man patiko šis kolektyvas, jo požiūris į neįgaluosius. Norėjau labiau pasigilinti į jų darbą“, – pasakoja mergina. Jau 13 metų neįgaliųjų įdarbinimu besirūpinanti „SO-

Knygoje „Kartu esame stipresni“ – 30 metų istorija

ir labai įvairus – ji pati per pietų pertrauką vienam berniukui skaitydavo pasakas.

Antrasis LID dešimtmetis taip pat nestokojo naujų iššūkių. Pradėta kalbėti apie paslaugas neįgaliesiems. Draugija ėmėsi įgyvendinti būsto ir aplinkos pritaikymo programą, mokė neįgaluosius amatų ir būtinų profesinių įgūdžių. LID 1998–2008 metais vadovavusi Zita Valaitė prisimena, kad, be jau minėtų tikslų, ji norėjo užtikrinti draugijos narių poilsį, sudaryti sąlygas jiems parduoti savo dirbinius. Būtent šiuo laikotarpiu buvo pradėti kurti socialinių paslaugų centrai savivaldybėse.

Apie tai, kad neįgaliųjų draugija padėjo grįžti į visavertį gyvenimą, suteikė daugybę džiaugsmo akimirų, knygoje pasakoja jurbarkietė Janina Pranaitienė – humoro grupė, dainavimas ansamblyje, kompiuterinio raštininkumo mokymai, sporto varžybos, galimybė išspausdinti savo kūrybą „Bičiulystėje“, almanachuose – visa tai Janinai davė draugija. Jau išėjęs iš šio pasaulio Aleksėjus Ščeglovas draugijai buvo dėkingas ir už įgytą profesiją, ir už darbą, į kurį kas rytą buvo atvežamas, ir už būsto pritaikymą.

Trečiasis dešimtmetis taip pat ne mažiau svarbus. Valstybė perėmė daugelio paslaugų teikimą, tad neįgaliųjų organizacijoms reikėjo atrasti naujų veiklų. Teisių atstovavimas, naujų paslaugų diegimas ir pagaliau – siekis tapti savivaldybės partneriais teikiant socialines paslaugas – nauji iššūkiai, kurie išlieka svarbūs ir įžengus į ketvirtą draugijos gyvavimo dešimtmetį. Šeduvos neįgaliųjų draugijos



Lietuvos neįgaliųjų draugijos istorija įdomi ir seniau dirbantiems, ir naujai atėjusiems organizacijų vadovams.

Aldonos Millieškieienės nuotr.

narė Irmina Beneševičiūtė knygoje dalijasi savo patirtimi ir pasakoja, kad draugija buvo ta vieta, kur ji patikėjo savimi. Dainavimas, užimtumo veiklos, galimybė baigti mokslus ir pradėti dirbti – visa tai jai, dėl negalios negalėjusiai lankyti mokyklos, suteikė draugija. Dabar Irmina drąsiai ir atvirai pasisako už neįgaliųjų teises, keliauja, gyvena aktyvų ir visavertį gyvenimą.

Draugija būtų niekas be savo žmonių

Kultūra – bene gausiausių būrį negalią turinčių žmonių pritraukianti sritis. Dainavimas ansambliuose, literatų, fotografų, dailininkų, seminarai ir parodos, išleisti almanachai – visa tai organizuoja Lietuvos neįgaliųjų draugija. Vienas iš jos uždavinių – padėti atsiskleisti negalios žmonių talentams, išlavinti meninius polinkius. Kultūrai knygoje skiriamas atskiras skyrius. Turbūt retas prisimena, kad tiek ansamblių, tiek humoro grupių apžiūroms pradžią davė neįgaliųjų klubų varžytuvės,

kurias surengė Lietuvos radijo ir televizijos komitetas.

Ir, žinoma, kaip gi be draugijos pagrindo – jos asocijuotų narių regionuose. Šiuo metu draugija turi 64 narius įvairiose savivaldybėse. Didžiausiame knygos skyriuje „Esame stipresni, kol dirbame ranka rankon“ pateikiami jų kontaktai, įsikūrimo data ir kiti faktai, trumpai aprašoma veikla. Ko gero, nebūtų įmanoma išvardyti visų neįgaliųjų draugijų veiklų, todėl daugiau dėmesio skirta vienai kuriai nors sričiai. Daugelis draugijų didžiuojasi savo ansambliais ir rankdarbių būreliais, tačiau norėjosi, kad verčiant knygą būtų matyti, koks platus neįgaliųjų draugijų veiklų spektras – nuo socialinių paslaugų, konkrečios pagalbos iki literatų, fotografų ar žemdirbystės būrelių.

Ateities iššūkiai – siekti neįgaliųjų teisių

„Aš manau, kad pagrindinis mūsų organizacijos uždavinys – dirbti, kad nuostatos, įrašytos Neįgaliųjų teisių konven-

cijoje, pasiektų kiekvieną žmogų asmeniškai. Tai nėra tuščios svajonės, nerealios ambicijos, šių dalykų mes tikrai galime pasiekti“, – knygoje sako LND pirmininkė Jelena Ivančenko, įvardydama svarbiausius draugijos iššūkius ateičiai.

Jos teigimu, sumanymas leisti knygą kilo dėl pagarbos praeičiai, draugijai pamatus padėjusiems žmonėms. „Norėjome parodyti tą kelią, kurį reikėjo nueiti per 30 metų. Turime neužmiršti to entuziazmo ir energijos, su kuriuo žmonės ėmėsi padėti negalią turintiems žmonėms“, – sako J. Ivančenko. Per 30 metų buvo visko – netgi bandymų uždaryti draugiją, suskaldyti ją, ne visos veiklos pasiteisino, tačiau visada verta atsigręžti į praeitį ir nekartoti klaidų. „Kai bus sunku, galėsime atsiversti prisiminimus, kurie sugulė į šią knygą, paskaitysime, ką žmonės prieš 30 metų išgyveno, kad sukurtų tai, ką turime dabar. Esu įsitikinusi, kad tai bus paskata pradėti darbus tęsti ir puoselėti – siekti, kad negalios žmonių gyvenimas, kuris anaipol dar nėra tobulas, vis gerėtų“, – sako J. Ivančenko. – LND – didžiausia nevyriausybinė organizacija šalyje, o tai reiškia, kad esame milžiniška jėga ir jei išeitumėme mitinguoti, neatsižvelgti į mus būtų negalima. Tą ir turime atsimiti – KARTU ESAME STIPRESNI.“

Knyga „Kartu esame stipresni“ 500 egzempliorių tiražu išleista Lietuvos neįgaliųjų draugijos lėšomis, ją rengė „Bičiulystės“ redakcija, maketavo dizainerė Gitana Jurkienė.

Aurelija BABINSKIENĖ

Duetų diena – įdomi ir naudinga iniciatyva



Socialinės apsaugos ir darbo ministras Linas Kukuraitis (dešinėje) trumpam tapo „Pirmo blyno“ komandos nariu.

PA“ – ir puiki galimybė gilesnei rašomo magistro darbo apie regėjimo sutrikimų turinčių žmonių patirtis pereinant iš mokyklos į darbo rinką analizei.

Praktika „SOPOJE“, dalyvavimas DUOday iniciatyvoje Erikai davė labai daug naudos. Apie tolesnes sveikatos psichologijos studijas galvojanti mergina tikisi, kad DUOday projektas tęsis ir galbūt kitąmet galės rasti įmonę, kurioje pasitiktų savo svajones.

Tikslas – vieniems kitus geriau pažinti

VšĮ „SOPA“ direktorė Jurgita Kuprytė džiaugiasi, kad DUO-

sako J. Kuprytė. – Tai, kas nėra pažįstama, dažnai ir gąsdina, nes nesudūrė su negalią turinčiais darbuotojais darbdaviai nežino, ko iš jų tikėtis. Todėl šia iniciatyva siekiame laužyti stereotipus, padedame žmonėms susitikti darbo aplinkoje ir geriau pažinti vieniems kitus.“

„SOPOS“ direktorė džiaugiasi, kad prie šios iniciatyvos prisijungė 32 negalią turintys žmonės galėjo save išbandyti pačiose įvairiausiose įmonėse, „pasimačiuoti“ tokias profesijas, apie kurias tik nedrąsiai svajojo. DUOday dalyviai išmėgino medžio apdirbėjo ir geležinkelio pervažininko darbą, susipažino su banko ir advokatų kontoros darbuotojo pareigomis, domėjosi, kaip priimami sprendimai ministerijose ir pan. Įmonių pasiūlytas profesijų spektras buvo tikrai labai platus ir įvairus. J. Kuprytė prasitaria, kad vienas kitas šio projekto dalyvis galbūt net sulauks kvietimo dalyvauti aplankytos įmonės darbuotojų atrankose.

Duetų diena pavirto savaitė

Prie DUOday iniciatyvos prisijungęs restoranas „Pirmas blynas“ ją gerokai išplėtė. Kadangi „Pirmame blyne“ neįga-

lieji ir taip dirba, jo įkūrėjas Timas van Wijkas sugalvojo kartu su neįgaliaisiais pakviesti padirbėti žinomus žmones ir leisti jiems įsitikinti, kad sukūrus palankias sąlygas neįgalieji gali visavertiškai dirbti kartu su visais.

Socialinės apsaugos ir darbo ministras Linas Kukuraitis, dirbęs projoje su „Pirmo blyno“ darbuotoja Justina, sakė, kad jeigu žmonės labiau atkreiptų dėmesį į tokio pobūdžio darbinės veiklas ir jų būtų daugiau, žmonės su negalia oriau jaustųsi visuomenėje. Palaikyti ir padrasinti į „Pirmą blyną“ atėjus sostinės meras Remigijus Šimašius restorano klientus aptarnavo kartu su Povile, menininkė Nomedą Marčėnaitė – su Karoliu, žurnalistė Daiva Žeimytė-Bilienė – su Dominyku. Naujieji restorano darbuotojai neslėpė džiugios nuotaikos, o čia įgytą patirtį vadino įdomia ir reikalinga. Duetų diena „Pirmajame blyne“ pavirto į duetų savaitę ir ne tik jo dalyviams, bet ir restorano lankytojams pademonstravo, kad kartu dirbami, gyvendami pasaulį galime padaryti įvairesnį, įdomesnį ir spalvingesnį.

Aldona DELTUVAITĖ

Daktaras Aiskauda

Podagra (ja serga apie 2 % suaugusių žmonių) – natūralio uratų kristalų atsiradimas (jie nusėda sąnariuose, sąnarių kremzlėse, aplinkiniuose audiniuose, kauluose bei vidaus organuose) dėl šlapimo rūgšties koncentracijos padidėjimo kraujyje ir kituose organizmo skysčiuose. Pastarieji kristalai (uratai – šlapimo rūgšties druska) yra bespalviai, smulkūs, tvirti, aštrūs, todėl sukelia skausmingą sąnario uždegimą, kuriam būdingas patinimas, paraudimas ir skausmas (medicinoje toks uždegimas vadinamas podagriniu arba mikrokristaliniu artritu).

Vyrai (dažniausiai 35–50 m. amžiaus) serga 10 kartų dažniau negu moterys; moterys paprastai serga po menopauzės.

Šlapimo rūgštį dar gamina pats organizmas

Medicinos vadovėliuose seniau buvo teigiama, kad podagra prasideda tuomet, kai vartojant daug purininių medžiagų turinčio maisto, organizme atsiranda šlapimo rūgšties perteklius, arba esant normaliam šlapimo rūgšties kiekiui, šios medžiagos nepakankamai pašalinama per inkstus.

Šiuolaikinis mokslas įrodė, kad didžioji dalis šlapimo rūgšties atsiranda ne vien dėl netinkamo maisto, kuriame gausu purinų, o dar ir dėl to, jog šią rūgštį gamina pats organizmas.

Pastaba: sveikų žmonių kraujyje gali būti daugiausia 50 % šlapimo rūgšties, siejamos su mityba; taigi organizmas šios medžiagos pasigamina gerokai daugiau, negu jam reikia.

Pastabos:

a) purinai įeina į fermentų sudėtį, be kurių neįmanoma gyvybė ir medžiagų apykaita; taip pat purinai būtini energijai perduoti organizme, tinkamai vitaminų veiklai, svarbiausiomis molekulėms atsirasti ir t. t.;

b) kadangi purinai sintetinami mūsų organizme, todėl jie nėra būtini mūsų mityboje; netgi ilgą laiką negaunant jų su maistu, jokio žalingo poveikio medžiagų apykaitai nebūna;

Podagra vyrai serga 10 kartų dažniau negu moterys

c) sveikame organizme atsiradęs purinų perteklius suyra ir yra pašalinamas;

d) apie 30 % šlapimo rūgšties pašalinama per žarnyną ir inkstus (su šlapimu).

Šlapimo rūgštis turi ir plusų

Ši rūgštis yra galutinis purinų apykaitos skilimo produktas, atliekantis organizme kai kurias svarbias funkcijas (pvz., ji saugoma nuo auglių ir priešlaikinio senėjimo).

Šlapimo rūgšties yra mūsų audiniuose ir kraujyje. Suaugusio žmogaus organizme šlapimo rūgšties yra maždaug 1,2 g. Laikoma norma, kai 100 ml šlapimo rūgšties, moterų – 2,4–5,7 ml.

Per parą vidutiniškai pasigamina 400–600 miligramų šlapimo rūgšties ir tiek pat turi būti pašalinta. Šlapimo rūgštis blogai tirpsta vandenyje, jos dalis virs ta natrio druska – natrio uratu, po to pašalinama. Šis procesas priklauso nuo šlapimo rūgštinų savybių.

Priepuolis dažniausiai ištinka naktį

Dažnas žmogus sužino sergąs podagra tik ištiktas (dažniausiai naktį) ūminio sąnario tepalinės plėvės uždegimo sukkelto priepuolio (jo metu į tepalinę plėvę įsiskverbia šlapimo rūgšties kristalai). Dažniausiai pažeidžiami pėdos sąnariai, ypač nykščio pagrindinis (antrasis) sąnarys. Taip pat podagra gali susargdinti kelio, plaštakos sąnarius, rečiau – alkūnės ir peties.

Smarkaus uždegimo apimtą sąnarį arba tepalinį maišelį labai skauda, jis parausta ir patinsta. Kūno temperatūra gali pakilti iki 38–39^o C. Dažniausiai priepuolis trunka 3–4 d.; jis gali pasikartoti po kelių ar kelių mėnesių.

Jei ši liga gydoma netinkamai ar visai negydoma dešimtmetį ar kiek ilgiau, ji tampa lėtine. Tada nuolat skauda nesveikus sąnarius ir jie nebesilanksto kaip pridera.

Pastabos:

1) ūminės podagros priepuo-



lis neretai atsiranda po gausių vaisių (ypač kai piktnaudžiaujama riebiais mėsos, žuvies patiekalais), alkoholio vartojimo, pervargimo, traumos, nušalimo ir kt. atvejais;

2) podagra ypač „mėgsta“ nutukusius, mažai judrius vyriškos lyties asmenis.

Dieta

Sergant podagra privalu laikytis dietos, kurioje šiek tiek sumažintas baltymų ir riebalų kiekis (jei ligonis nutukęs – ir angliavandenių), saikingai ribojama valgomoji druska. Nerekomenduojami produktai, kuriuose gausu purinų, rūgštinių rūgšties. Vartojama daugiau šarminančio maisto (pieno produktų, daržovių, vaisių) ir skysčių (jei nesergama širdies ligomis).

Cheminė sudėtis: baltymų – 70–80 g, riebalų – 80–90 g, angliavandenių – 400 g, valgomosios druskos – 6–8 g, grynų skysčių 2 litrai ir daugiau (ypač tinka šarminis mineralinis vanduo).

Mitybos režimas: 4 kartus per dieną, tarp valgių ir nevalgius – gerti.

Rekomenduojama: ruginė duona, kepiniai, daržovių sriuba su kruopomis (virta be mėsos), pieniška daržovių sriuba, neriebi mėsa (ne dažniau kaip 3 kartus per savaitę), pienas ir jo produktai (varškė, grietinė, sūris), kiaušiniai, daug daržovių ir vaisių, nestipri arbata su citrina, vaisių sultys ir kt.

Nerekomenduojama: mėsos, žuvies, grybų sultinys, rūgštynės, špinatai, žirneliai, kepenys, inkstai, liežuvis, smegenė-

lės, dešra, rūkytas, konservuotas maistas, aštrus sūris, grybai, marinuotos daržovės, šokoladas, pipirai, krienai, garstyčios, juoda kava, kakava, stipri arbata, visų rūšių alkoholiniai gėrimai (įskaitant ir patį silpniausią alų) ir kt.

Pastabos:

1) kiekvienu konkrečiu atveju gydytojas gali pakoreguoti šią dietą ar sudaryti kitą;

2) podagra sergančius ligonius medicina gydo ne vien dieta; yra pakankamai efektyvių vaistų, kuriais malšinamas skausmas, uždegimas, šalinamas iš organizmo šlapimo rūgšties perteklius ir kt.; be to, kartu su vaistais gali būti skiriamos fizioterapijos procedūros ir t.t.

Apie vitaminų vartojimą

Sergant podagra kai kuriuos vitaminų preparatus galima vartoti tik tada, kai juos paskiria gydytojas. Pavyzdžiui, vartojant vitaminą A net ir nedidelėmis dozėmis, galima sukelti šios ligos priepuolį. Žmonės, vartojantys didesnes vitamino PP dozes, irgi rizikuoja sulaukti podagros priepuolio. Jeigu šį vitaminą vartoti būtina, tai sergant podagra jo dozė neturėtų viršyti 50 miligramų per dieną (jei gydytojas nenurodo kitaip).

Vitaminas C skatina šlapimo rūgšties pašalinimą per inkstus (per žarnyną – labai mažai) ir tuo pačiu mažina galimybę susirgti podagra. Pasitarus su gydytoju, galima laipsniškai didinti šio vitamino dozę iki 4 g per dieną.

Kodėl reikia tartis su gydytoju, jei šio vitamino perteklių

organizmas visada pašalina? Didelės vitamino C dozės gali nepalankiai paveikti vitamino B₁₂ įsisavinimą ir tuo būdu stipriai pakenkti sveikatai. Yra ir daugiau galimų blogybių, kurias gali sukelti vitamino C vartojimas didelėmis dozėmis.

Įsidėmėtina!

Alkoholis skatina podagros atsiradimą

Žmonėse vis dar gajus mitas, kad alkoholis tirpdo visas druskas ir varo jas lauk. O iš tikrųjų tas „tirpiklis“ tik skatina šlapimo rūgšties pertekliaus atsiradimą, nieko netirpdo ir niekur nevaro. Vietoje alkoholinių gėrimų reikia pakankamai gerti vandens – bent jau nesusirgusime inkstų akmenlige, kurią neretai sukelia šlapimo rūgšties druskos.

Badaujant iš organizmo nereikalingos druskos nepasišalina

Liaudies medicinoje vis dar gajus mitas, kad badaujant iš organizmo pasišalina visos nereikalingos druskos. Deja, badaujant žymiai padidėja šlapimo rūgšties kiekis ir sulaukiama dar skausmingesnių ir ilgiau trunkančių priepuolių.

Stresai gali baigtis depresija, opalige ar podagra

Kartais tiesiog neįmanoma išvengti stresų, ypač susidarius nenumatytai situacijai. Tačiau yra nemažai stresinių situacijų, kurias galima numatyti iš anksto arba kurių iniciatoriai pastoviai esame mes patys. Vienu atveju reikia „šlifuoti“ savo charakterį, konsultuotis su psichologu, kitu – nedelsiant kreiptis į gydytoją, kad iš menko streso neišsivystytų sunki depresija, nesusirgtume opalige ar podagra.

Šlapimo rūgšties perteklius gali sukelti šlapimo organų ir tulžies pūslės ligas

Šlapimo rūgšties perteklius gali sukelti inkstų, jų kanalų ar šlapimo pūslės akmenlige. Taip pat šios rūšies akmenų gali atsirasti ir tulžies pūslėje bei jos latakuose.

Pastaba: podagra dažniausiai pagreitina arterijų sklerozę, cukraligę, kepenų ligų atsiradimą.

Romualdas OGINSKAS

Konsultuojame, komentuojame

Nepaisant gausybės prevencinių kampanijų, odos vėžio ir melanomos susirgimų nemažėja. Medikai primena, kad skiepijimo nuo šios ligos nėra – organizmo apsauga turime rūpintis patys.

„Odos vėžys yra didėjanti problema ne tik Lietuvoje, bet ir visoje Europoje. Nepaisant gausybės prevencinių ir informacinių kampanijų, vis dar niekaip nepavyksta suvaldyti augančio sergančiųjų skaičiaus. Daugėja odos vėžio susirgimų, nemažėja ir melanomos atvejų“, – sako Lietuvos dermatovenerologų draugijos prezidentė, gydytoja dermatovenerologė prof. Matilda Bylaitė-Bučinskienė.

Skiepijimo nuo melanomos nėra: saugotis turime patys

Profesorė teigia, kad viena iš melanomos gausėjimo priežasčių yra visuomenėje vyraujantys mitai, dėl kurių gyventojai į odos vėžį žiūri aplaidžiai.

✓ „Sveikas įdegis“. Visuomenėje vis dar gajus mitas, kad buvimas saulėje nekenkia odai, jei deginamės saikingai. Gydytojai dermatovenerologai terminą „sveikas įdegis“ iš savo žodynų seniai išbraukė – UV spinduliai yra žmogui mokslo pripažintas kancerogenas.

✓ **Kremas nuo saulės veikia visą dieną ir apsaugo nuo odos vėžio.** Gydytojai perspėja – jei deginatės, apsauginis nuo saulės kremas neapsaugo mūsų odos nuo ilgalaikio pažeidimo ir odos vėžio. Apsauginis kre-

mas apsaugo tik nuo odos nudegimo – ūmaus odos pažeidimo UVS. Be to, jis veikia tik apie dvi valandas, tad būnant saulėje privalu teptis kūną mažiausiai 3–4 kartus per dieną. „Svarbu nepamiršti, apsauginiai kremai nuo saulės 100 proc. nenumalšina UV rizikos, o tik ją sumažina. Apsauginiai kremai skirti toms kūno vietoms, kurių negalima pridengti rūbais. Bet jei deginsiesi – niekas neapsaugos, pažaida bus“, – sako M. Bylaitė-Bučinskienė.

✓ **Melanoma – mirties nuosprendis.** Prof. M. Bylaitė-Bučinskienė atkreipia dėmesį, kad odos vėžį galima atpažinti ir pastebėti, ši diagnozė sėkmingai gydoma, ypač ankstyvoje li-

gos stadijoje. Didžiausia problema, kad maždaug pusė žmonių, pastebėję pirmuosius odos vėžio požymius, delsia kreiptis į gydytoją net 3–6 mėnesius. „Savalaikis gydymas šiuo atveju yra esminis rodiklis, padedantis užkirsti kelią ligos plitimui“, – pabrėžia profesorė.

✓ **Pavasarinė saulė nepavojinga.** Gydytojų teigimu, UV spindulius saulė skleidžia tiek pavasarį, tiek žiemą, o pirmoji pavasarinė saulė gali pakenkti labiau nei karščiausiais vasaros mėnesiais, nes šilumos išsilgę žmonės skuba ją džiaugtis ir pamiršta apsaugos priemones. „Dažnai neįvertiname, kad perteklinio deginimosi pasekmės gali pasireikšti tik po daugelio

metų. Jei oda buvo stipriai pažeista UV spindulių, vyresniame amžiuje vienas po kito gali „dygti“ odos vėžiukai“, – priduria M. Bylaitė-Bučinskienė.

✓ **Saulė kenkia tik šviesiaodžiams.** Tiesa, kad tamsesnę odą turintys žmonės yra labiau apsaugoti nuo neigiamo saulės spindulių poveikio. Tačiau manymas, kad saulės spinduliai tamsiaodžiams ar jau įdeguosiems žmonėms nekenkia, neturi nieko bendro su realybe. Labiausiai apsauga nuo saulės turėtų rūpintis šviesiaodžiai, baltaaplaukiai ir mėlynakiai, nes jie yra didesnėje rizikos zonoje, tačiau tinkamomis apsaugos priemonėmis turėtų pasirūpinti visi.

„Bičiulystės“ inf.

(atkelta iš 1 psl.)

Praėjusiais metais ji įgyvendino net 7 įvairių institucijų finansuojamus projektus. Pasak pirmininkės, tai organizacijos veržlumo, drąsos ryžtis pokyčiams įrodymas. Ir šie projektai skirti ne pačiai asociacijai išlaikyti, o naujoms neįgaliesiems skirtoms paslaugoms ir veikloms plėtoti, aktyvesnei asociacijos narių įtraukčiai į bendrus projektus, jų stiprinimui. Lietuvos neįgaliųjų draugija vis labiau vertinama kaip stipri, autoritetą turinti nevyriausybinė organizacija, į jos nuomonę įsiklausoma ir atsižvelgiama.

Pernai pirmą kartą iš esmės pakeitusi LND veiklos pristatymą, J. Ivančenko tos pačios taktikos laikėsi ir šiemet – atskiras LND vykdomas veiklas pristatė už tą sritį atsakingi specialistai.

Stiprėja pasitikėjimas LND

LND teisininkė Evelina Kelmelienė, vardydama atliktus darbus, taip pat pabrėžė, kad nuosekliai, profesionaliai ir aktyviai gindama neįgaliųjų teises, LND įgyja vis didesnę autoritetą. „Esame matomi ir žinomi, mumis pasitikima ir norima bendradarbiauti, – konferencijos dalyviams sakė ji. – Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyba mus pakvietė bendradarbiauti kuriant darbuotojams ir darbdaviams skirtus mokomuosius filmukus, Neįgaliųjų reikalų departamentas patikėjo atlikti didžiulės apimties ir svarbos tyrimus, mūsų atstovai dalyvauja įvairiose darbo grupėse, komisijose, posėdžiuose.“

E. Kelmelienės teigimu, vis daugiau sulaukiama ir pačių neįgaliųjų kreipimųsi. LND neįgaliuosius konsultuoja netiesiogiai (telefonu, elektroniniu paštu) arba tiesiogiai, kai žmonės kreipiasi asmeniškai, savo rūpesčiais pasidalija atėję į draugiją. Palyginti su ankstesniais metais, gerokai išaugo tiesioginių konsultacijų skaičius: 2016 m. kreipėsi 37, 2017 – 44, 2018 – 84 neįgalieji. „Žmonės nebijo, nori žinoti ir ginti savo teises“, – džiaugėsi E. Kelmelienė.

Dažniausiai buvo konsultuojamasi dėl Darbo kodekso taikymo (atleidimo, išeitinių ir kitų garantijų darbuotojams), senatvės pensijos padidinimo, Piniginės socialinės paramos nepasiturintiems gyventojams įstatymo nuostatų taikymo, darbingumo lygio ir specialiųjų poreikių nustatymo, „Sodros“ įstatymo pakeitimo („grindų“ įvedimo),

LND: iššūkiai skatina ieškoti naujų sprendimų



LND gretas papildė trys nauji pirmininkai, vadovaujantys Garliavos, Pasvalio ir Pakruojo neįgaliesiems.

transporto išlaidų kompensacijų ir automobilio pritaikymo neįgaliesiems.

E. Kelmelienė pastebi – ne visas problemas galima išspręsti iš karto, dėl kai kurių tenka kreiptis į įvairias institucijas, Seimo narius. Tačiau kai jas iškelia ne pats neįgalusis, o jam atstovaujanti didelė organizacija, sprendimai būna ir greitesni, ir, ko gero, objektyvesni. Štai kad ir toks pavyzdys – praėjusiais metais LND kreipėsi dėl 4 asmenų neįgalumo ir darbingumo nustatymo peržiūrėjimo. 3 atvejais sprendimai buvo įvertinti iš naujo ir tik vienas skundas atmetas kaip nepagrįstas.

Atsinaujanti kultūrinė veikla

Kultūrinę veiklą, renginius ir stovyklas konferencijos dalyviams pristatė LND renginių organizatorė Saulė Vėjelienė. Pernai LND savo asocijuotus narius pakvietė į 12 renginių.

Dauguma jų jau yra tapę tradiciniais ir tęsiami ne vienus metus, tačiau, pasak S. Vėjelienės, nuolat ieškoma naujovių, stengiamasi pasiūlyti įdomesnes veiklos formas. Tokiu kasmet vis atsinaujinančiu pavyzdžiu galėtų būti neįgaliesiems menininkams rengiamos stovyklos. Ne vienus metus į jas kvieisti dailininkai jau, ko gero, išmėgino visas tapybos technikas, tad įprastus dailininkų plenerus nutarta pakeičinti kitokiais meninės raiškos būdais: organizuoti dvejus metus trukę raizinių plenerai, baigėsi juose sukurtų darbų parodomis, pernai kūrybinių meno dirbtuvių „Art negalia“ dalyvės iš šiaudelių rišo sodus, o šiemet bus sudarytos galimybės išbandyti karpinių meną. Pasak S. Vėjelienės, norima, kad į šias stovyklas įsitrauktų kuo daugiau

įvairių žmonių, kad jie ne tik patys išminktų naujų dalykų, bet ir perduotų įgytas žinias kitiems.

Dvejus metus Kultūros rėmimo fondas palankiai įvertino LND rengiamą neįgaliųjų meno kolektyvų festivalį-konkursą „Vilties paukštė“. Tačiau, pasak S. Vėjelienės, tai buvo ne vien įvertinimas, bet ir paskatinimas tobulėti, siekti aukštesnio meistriškumo. Nors ne visos neįgaliųjų draugijos sutiko, kad būtų gražintas šių pasirodymų vertinimas, vis dėlto surengti finaliniai pasirodymai akivaizdžiai parodė, kad kolektyvai pasitempė, labiau stengėsi, jų atliekamos dainos skambėjo darniau.

S. Vėjelienė priminė, kad šiemetinė „Vilties paukštė“ bus skirta Baltijos kelio 30-mečiui paminėti, todėl siūlė nors vieną dainą skirti šiam įvykiui. Gal kas nors išdrįs į programą įtraukti net latvišką ar estišką kūrinį – laiko dar yra, tad tikrai galima apie tai pagalvoti.

Šiemetinė „Vilties paukštė“ vyks 6 regionuose, baigiamąjį koncertą planuojama surengti Anykščiuose. Kasmet šį konkursą stengiamasi organizuoti vis kitame regione, mieste. Deja, tik nedaugelis neįgaliųjų draugijų atsiliepia į kvietimą pasitarti su savo kultūros skyriais ir bendromis jėgomis surengti tokias šventes savo vietos bendruomenėms. „Taip, tai iššūkis, bet mes visada padedame“, – sakė S. Vėjelienė, ragindama neišsigąsti atsakomybės ir vertinti ją ne kaip primetą prievolę, o kaip vertingą patirtį.

Pernai fotografams rengiamus seminarus gražiai papildė palankių vertinimų sulaukusi paroda „Žinia iš Veprių“. „Turime daug šiuose pleneruose sukurtų nuotraukų, iš kurių tikrai galėtume surengti puikią parodą. Toks projektas pateiktas Kultūros rėmimo tarybai, jeigu sulauksime finansinės paramos, galvosime apie tokią parodą“, – kalbėjo S. Vėjelienė. Beje, šiemet fotografuoti mėgstantiems neįgaliesiems numatyta dar viena įdomi galimybė atsiskleisti – tradicinėje Talačkoniuose vykšančioje šventėje bus surengtas „Blic turnyras“ – jame bus galima įamžinti ir žmones, ir įdomius šventės akcentus.

LND renginius pernai papildė nauja stovykla „Neregėta Aš“. Joje dalyvavusi Utenos rajono neįgaliųjų draugijos pirmininkė Sandra Ragaišytė patvirtino: negalią turinčios moterys



Diskusijos dažnai išgrynina atsakymus ir į kebliausius klausimus.

labiau nepasitiki savimi nei vyrai, todėl tokios stovyklos ištis reikalingos. Šiemet neįgalios moterys taip pat bus pakviestos į panašią stovyklą. Kasmet vis populiarenes tampa vaikų ir paauglių stovyklos.

Papildomi projektai – daugiau veikos ir įtraukties

Už papildomo finansavimo paieškas ir projektų rengimą atsakinga Lina Arlauskienė LND pavyzdžiu ragino sekti ir asocijuotas nares. Pasak jos, paraiškas kviečia teikti įvairios institucijos, todėl verta tuo pasinaudoti. Pernai iš Kultūros rėmimo fondo LND gavo papildomą finansavimą 2 projektams („Vilties paukštė“ ir „Žinia iš Veprių“). Socialinės apsaugos ir darbo ministerija skyrė finansavimą dar vienam svarbiam projektui – Lietuvos neįgaliųjų draugijos instituciniam stiprinimui. Jo naudą pajuto ir LND asocijuotos narės – išleisti 10 neįgaliųjų draugijų veiklą pristatantys lankstinukai.

Dar pernai LND pradėjo įgyvendinti projektą „Karjeros galimybių plėtra neįgaliesiems“, kuriam skirtas ES fondų ir valstybės biudžeto finansavimas. LND jį įgyvendina Vilniaus apskrityje. Pasak L. Arlauskienės, teikti paraiškas šiam projektui buvo siūlyta ir kitose apskrityse veikiančioms neįgaliųjų draugijoms, tačiau tokia galimybė pasinaudojo tik Kaunas.

L. Arlauskienė ragino ir kitas draugijas nebijoti rašyti, bandyti, prireikus kreiptis pagalbos į LND, mokytis. Pasak jos, LND taip pat laimi ne kiekvieną konkursą, priešasčių, dėl kurių vienam ar kitam projektui neskiriamas finansavimas, yra daug, tačiau kiekvienas parengtas projektas – tam tikra mokykla. 2018 metais 7 parengtiems projektams LND taip pat negavo finansavimo, tačiau nepaisydama to, ir vėl rengė naujus projektus.

Panevėžio rajono neįgaliųjų draugijos pirmininkė Aurelija Petronienė pasidalijo savo patirtimi apie savivaldybei teikiamus sveikatinimo projektus. Pernai tokiam projektui gautas finansavimas leido gerokai išplėsti ir pajavairinti LND savarankiško gyvenimo įgūdžių stiprinimui skirtą stovyklą.

Metodinė parama labai reikalinga

Visos LND asocijuotos narės pernai įgyvendino Socialinės

reabilitacijos paslaugų neįgaliesiems bendruomenėje projektus. Vienos gavo didesnę finansavimą, kitoms lėšų pritrūko. Konferencijos dalyviai guodėsi, kad ne visų savivaldybių projektų vertinimo komisijos buvo gerai įsiskaičiusios į Neįgaliųjų reikalų departamento parengtą aprašą ir nesuprato, kad atsiskaitius finansuoti vieną užimtumo veiklą, organizacija netenka viso užimtumo skirto finansavimo. Tarpininko vaidmens ir čia turėjo imtis LND. Pasak LND projekto vykdytojos Kristinos Vainienės, tokių nesusipratimų būta Kėdainių rajone, Visagine. Tačiau turint stiprų LND, gerai projektų reikalavimus išmanančios organizacijos, užnugarį, kilusias problemas pavyko sėkmingai išspręsti.

Siekdama, kad asocijuotoms narėms tokių rūpesčių kiltų kuo mažiau, LND joms teikia metodinę paramą – prisiima atsakomybę už tikslingą organizacijų projektams skirtų lėšų panaudojimą bei kokybišką socialinės reabilitacijos paslaugų neįgaliesiems ir jų šeimos nariams teikimą, padeda ir rengiant projektus, ir juos įgyvendinant.

Praėjusiais metais už šią sritį atsakingos LND darbuotojos lankėsi 15 neįgaliųjų draugijų. Pasak K. Vainienės, asocijuoti nariai išsakė daug pastabų dėl projekto remiamų veiklų (ypač dėl dienos užimtumo), kurios labiau tinka žmonėms, stokojantiems socialinių įgūdžių, o ne žmonėms su fizine negalia. LND paprašė draugijų kritines pastabas, pasiūlymus surašyti, pateikti argumentus, kad galėtų atkreipti Neįgaliųjų reikalų departamento dėmesį prieš rengiant naujus šių veiklų aprašus.

Panevėžio miesto neįgaliųjų draugijos pirmininkė Stanislava Arbutavičienė prašė nepamiršti ir šių projektų stebėtojų. Pasak jos, nemažai problemų būtų galima išsivengti, jeigu nepriklausomi stebėtojai galėtų išsamiau susipažinti su savivaldybės pateiktais projektais. „Kadangi iš anksto projektų gauti negalima, atidžiai su jais susipažinti ir pamatyti taisytinus dalykus praktiškai nėra galimybių“, – sakė ji.

Nėra nė vienos srities ar darbo, kuriame nekiltų kokių nors rūpesčių ir problemų. Tačiau turint „skėtį“ ir dirbant ranka rankon, juos daug lengviau įveikti.

Aldona MILIEŠKIENĖ

Autorės nuotr.



Tradiciškai susitikime – ne tik svarbūs darbo reikalai, bet ir jaukus pabuvimas kartu.



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, gegužės 27 d.

09:30 Rinkimai 2019. Respublikos Prezidento rinkimų II turo ir Europos Parlamento rinkimų rezultatai. (su vertimu į gestų k.). 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. 16:40 Premjera. Ponių rojus. N-7. 75 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 18:00 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 LRT radijo žinios. 05:10 Ponių rojus. N-7. 75 s. (kart.).

Antradienis, gegužės 28 d.

09:20 Senis. N-7. 255 s. 10:25 Aukštuomenės daktaras 8. N-7. 8/2, 8/3 s. 12:00 Stilius. (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. 16:40 Premjera. Ponių rojus. N-7. 76 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (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 LRT radijo žinios. 05:10 Ponių rojus. N-7. 76 s. (kart.).

Trečiadienis, gegužės 29 d.

09:20 Senis. N-7. 256 s. 10:25 Aukštuomenės daktaras 8. N-7. 8/4, 8/5 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. 16:40 Premjera. Ponių rojus. N-7. 77 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (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 Ekspedicija „Nuo Baltijos iki Bengalijos“. 6 d. (kart.). 05:00 LRT radijo žinios. 05:10 Ponių rojus. N-7. 77 s. (kart.).

Ketvirtadienis, gegužės 30 d.

09:20 Senis. N-7. 257 s. 10:25 Aukštuomenės daktaras 8. N-7. 8/6, 8/7 s. 12:00 Gyvenimas. (kart.). 13:00 Klauskite daktaro. 13:58 Loterija „Keno Loto“. 14:00 Žinios. Sportas. Orai. 14:15 Laba diena, Lietuva. 15:00 Žinios. Sportas. Orai. 15:10 Laba diena, Lietuva. 16:00 Žinios. Sportas. Orai. 16:15 Laba diena, Lietuva. 16:40 Premjera. Ponių rojus. N-7. 78 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 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. 15 s. 23:50 Smegenų paslaptys. 24:00 LRT radijo žinios. 00:05 Tvin Pyksas 3. N-14. 3/9 s. 01:00 LRT radijo žinios. 01:05 Vakaras 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 LRT radijo žinios. 05:10 Ponių rojus. N-7. 78 s. (kart.).

Penktadienis, gegužės 31 d.

09:20 Senis. N-7. 258 s. 10:25 Aukštuomenės daktaras 8. N-7. 8/8 s. 11:05 Gimę tą pačią dieną. (subtitruota, kart.). 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. 16:40 Premjera. Ponių rojus. N-7. 79 s. 17:30 Žinios. Sportas. Orai (su vertimu į gestų k.). 18:00 TV žaidimas „Kas ir kodėl?“ (kart.). 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 Aukštinis protas. 22:50 Fantastiškas penktadienis. Atgal į ateitį 3. N-7. 00:45 Klausimėlis.lt (kart.). 01:00 LRT radijo žinios. 01:05 Gyvenimas. (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 Šventadienio mintys. (kart.). 04:00 LRT radijo žinios. 04:05 Nacionalinė paieškų tarnyba. (kart.). 05:00 LRT radijo žinios. 05:10 Ponių rojus. N-7. 79 s. (kart.).

Šeštadienis, birželio 1 d.

06:05 Ekspedicija „Nuo Baltijos iki Bengalijos“. 6 d. (kart.). 07:00 Mokytojas Keisas stato spektaklį. 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. Laukinės gamtos sekliai. 1 d. Jausmai. (subtitruota). 12:55 Pasaulio dokumentika. Europos tyrai. 4 d. Miškingos vietovės. (subtitruota). 14:00 Šaulių sąjungos 100-mečio šventė. (su vertimu į gestų k.). 15:05 Dainuojų Lietuva. 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 Premjera. Neužmiršti. 7 d. 19:00 Šaulių sąjungos 100-mečio šventinis koncertas. 20:25 Loterijos „Keno Loto“ ir „Jėga“. 20:30 Panorama. 20:52 Sportas. Orai. 21:00 Dvi kartos. Žvaigždžių duetų konkursas. Finalas. 23:00 Labas, čia aš. N-7. 00:30 Atgal į ateitį 3. N-7. (kart.). 02:30 Pasaulio dokumentika. Laukinės gamtos sekliai. 1 d. Jausmai. (subtitruota, kart.). 03:25 Pasaulio dokumentika. Europos tyrai. 4 d. Miškingos vietovės. (subtitruota, kart.). 04:20 Neužmiršti. 7 d. (kart.). 05:15 Dainuojų Lietuva (kart.).

Sekmadienis, birželio 2 d.

06:05 Beatos virtuvė. (subtitruota, kart.). 07:00 Šventadienio mintys. 07:30 Klausimėlis.lt. 08:00 Gyventi kaime gera. Veikime kartu. 08:30 Ryto suktinis su Zita Kelmickaitė. 09:00 Brolių Grimų pasakos. 18 s. Prašoktos kurpaitės. 10:00 Gustavo enciklopedija. (subtitruota). 10:30 Lietuvos tūkstantmečio vaikai. 11:30 Mūsų gyvenimai. 12:00 Pasaulio dokumentika. Kolibriai – puošnieji pasiuntinukai. (subtitruota). 12:55 Pasaulio dokumentika. Dramblių šeimyna ir aš. 1 d. (subtitruota). 13:50 Mis Marpl 2. N-7. 2/2 s. Vienu pirštų spragtelėjimu. 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 gar! 19:30 Savaitė. 20:25 Loterijos „Keno Loto“ ir „Jėga“. 20:30 Panorama. 20:52 Sportas. Orai. 21:00 Premjera. Stovintis priešaky. Lietuvos Respublikos Prezidentai. 2 d. 22:30 Meilė ant šoninės linijos. N-7. 24:00 Mieloji Čarita. N-14. 02:25 Pasaulio dokumentika. Kolibriai – puošnieji pasiuntinukai. (subtitruota, kart.). 03:20 Pasaulio dokumentika. Dramblių šeimyna ir aš. 1 d. (subtitruota, kart.). 04:20 Mis Marpl 2. N-7. 2/2 s. Vienu pirštų spragtelėjimu. (kart.).



Pirmadienis, gegužės 27 d.

01:20. Pabėgimas iš Soušenko (kart.). 03:55. Tarp mūsų, mergaičių 1, 106. 04:50. Virtuvė 6, 1. 05:20. Juokingiausi Amerikos namų vaizdėliai 26, 28. 06:10. Televitrina 3. 06:25. Keršytojų komanda (kart.) 1, 28. 06:55. Simpsonai (kart.) 17, 19. 07:25. Simpsonai (kart.) 17, 20. 07:55. Svajonių sodai (kart.) 38. 08:55. Meilės sukuryje 3083. 10:00. Deganti širdis 1, 29. 11:00. Deganti širdis 1, 30. 12:00. Tarp mūsų, mergaičių 1, 107. 13:00. Pažadėtoji 6, 393. 13:30. Pažadėtoji 6, 394. 14:00. Pažadėtoji 6, 395. 14:30. Pažadėtoji 6, 396. 15:00. Simpsonai 17, 21. 15:30. Simpsonai 17, 22. 16:00. TV3 žinios Rinkimai 104. 16:25. TV3 orai 104. 16:30. TV Pagalba 13, 59. 18:30. TV3 žinios Rinkimai 147. 19:22. TV3 sportas 1. 19:27. TV3 orai 147. 19:30. Namas 1, 14. 20:30. Prakeikti 7, 58. 21:00. TV3 vakaro žinios 83. 21:52. TV3 sportas 1. 21:57. TV3 orai 83. 22:00. Svetimšalis.

Antradienis, gegužės 28 d.

00:15. Melas ir paslaptys 2, 203. 01:10. Tironas 3, 3. 02:10. Amerikiečiai 4, 13. 03:05. Ekstrasensai tiria 6, 111. 04:30. Melas ir paslaptys 2, 203. 05:20. Virtuvė 6, 2. 06:10. Televitrina 3. 06:25. Keršytojų komanda (kart.) 1, 29. 06:55. Simpsonai (kart.) 17, 21. 07:25. Simpsonai (kart.) 17, 22. 07:55. Namas (kart.) 1, 14. 08:55. Meilės sukuryje 3084. 10:00. Deganti širdis 1, 31. 11:00. Deganti širdis 1, 32. 12:00. Tarp mūsų, mergaičių 1, 108. 13:00. Pažadėtoji 6, 397. 13:30. Pažadėtoji 6, 398. 14:00. Pažadėtoji 6, 399. 14:30. Pažadėtoji 6, 400. 15:00. Simpsonai 18, 1. 15:30. Simpsonai 18, 2. 16:00. TV3 žinios Rinkimai 105. 16:25. TV3 orai 105. 16:30. TV Pagalba 13, 60. 18:30. TV3 žinios Rinkimai 148. 19:22. TV3 sportas 1. 19:27. TV3 orai 148. 19:30. Prieš srovę 19, 21. 20:30. Prakeikti 7, 59. 21:00. TV3 vakaro žinios 84. 21:52. TV3 sportas 1. 21:57. TV3 orai 84. 22:00. Džiunglės.

Trečiadienis, gegužės 29 d.

00:20. Melas ir paslaptys 2, 204. 01:15. Tironas 3, 4. 02:15. Amerikiečiai 5, 2. 03:10. Ekstrasensai tiria 6, 112. 04:35. Melas ir paslaptys 2, 204. 05:25. Virtuvė 6, 3. 06:10. Televitrina 3. 06:25. Aladinas (kart.) 1, 166. 06:55. Simpsonai (kart.) 18, 1. 07:25. Simpsonai (kart.) 18, 2. 07:55. Prieš srovę (kart.) 19, 21. 08:55. Meilės sukuryje 3085. 10:00. Deganti širdis 1, 34. 12:00. Tarp mūsų, mergaičių 1, 109. 13:00. Pažadėtoji 6, 401. 13:30. Pažadėtoji 6, 402. 14:00. Pažadėtoji 6, 403. 14:30. Pažadėtoji 6, 404. 15:00. Simpsonai 18, 3. 15:30. Simpsonai 18, 4. 16:00. TV3 žinios Rinkimai 106. 16:25. TV3 orai 106. 16:30. TV Pagalba 13, 61. 18:30. TV3 žinios Rinkimai 149. 19:22. TV3 sportas 1. 19:27. TV3 orai 149. 19:30. Gero vakaro šou 5, 36. 20:30. Prakeikti 7, 60. 21:00. TV3 vakaro žinios 85. 21:52. TV3 sportas 1. 21:57. TV3 orai 85. 22:00. Taksis 5. 22:25. Vikinglotta 22.

Ketvirtadienis, gegužės 30 d.

00:05. Melas ir paslaptys 2, 205. 01:05. Tironas 3, 5. 02:05. Amerikiečiai 5, 2. 03:00. Ekstrasensai tiria 6, 113. 04:25. Melas ir paslaptys 2, 205. 05:10. Paskutinis iš Magikianų 5, 18. 05:35. Virtuvė 6, 4. 06:10. Televitrina 3. 06:25. Aladinas (kart.) 1, 167. 06:55. Simpsonai (kart.) 18, 3. 07:25. Simpsonai (kart.) 18, 4. 07:55. Gero vakaro šou (kart.) 5, 36. 08:55. Meilės sukuryje 3086. 10:00. Deganti širdis 1, 35. 11:00. Deganti širdis 1, 36. 12:00. Tarp mūsų, mergaičių 1, 110. 13:00. Pažadėtoji 6, 405. 13:30. Pažadėtoji 6, 406. 14:00. Pažadėtoji 6, 407. 14:30. Pažadėtoji 6, 408. 15:00. Simpsonai 18, 5. 15:30. Simpsonai 18, 6. 16:00. TV3 žinios Rinkimai 107. 16:25. TV3 orai 107. 16:30. TV Pagalba 13, 62. 18:30. TV3 žinios Rinkimai 150. 19:22. TV3 sportas 1. 19:27. TV3 orai 150. 19:30. Farai 12, 37. 20:30. Prakeikti 7, 61. 21:00. TV3 vakaro žinios 86. 21:52. TV3 sportas 1. 21:57. TV3 orai 86. 22:00. Galingasis Stenas.

Penktadienis, gegužės 31 d.

00:10. Melas ir paslaptys 2, 206. 01:05. Tironas 3, 6. 02:10. Amerikiečiai 5, 3. 03:00. Tėvynė 5, 1. 03:55. Melas ir paslaptys 2, 206. 04:45. Tarp mūsų, mergaičių 1, 109. 05:35. Virtuvė 6, 5. 06:10. Televitrina 3. 06:25. Kempiniukas Plačiakelnis (kart.) 1, 149. 06:55. Simpsonai (kart.) 18, 5. 07:25. Simpsonai (kart.) 18, 6. 07:55. Farai (kart.) 12, 37. 08:55. Meilės sukuryje 3087. 10:00. Deganti širdis 1, 37. 11:05. Deganti širdis 1, 38. 12:25. Juokingiausi Amerikos namų vaizdėliai 26, 30. 13:00. Pažadėtoji 6, 409.

13:30. Pažadėtoji 6, 410. 14:00. Pažadėtoji 6, 411. 14:30. Pažadėtoji 6, 412. 15:00. Simpsonai 18, 7. 15:30. Simpsonai 18, 8. 16:00. TV3 žinios Rinkimai 108. 16:25. TV3 orai 108. 16:30. TV Pagalba 13, 63. 18:30. TV3 žinios Rinkimai 151. 19:22. TV3 sportas 1. 19:27. TV3 orai 151. 19:30. Ilgo plauko istorija. 21:20. Džonas Karteris.

Šeštadienis, birželio 1 d.

00:00. Nesunaikinami 3. 02:15. Taksis 5 (kart.). 04:05. Tarp mūsų, mergaičių 1, 110. 05:00. Virtuvė 6, 6. 05:25. Juokingiausi Amerikos namų vaizdėliai 26, 31. 06:15. Televitrina 3. 06:30. Ilgo plauko istorija (kart.) 1, 10. 07:00. Keršytojų komanda 1, 30. 07:30. Aladinas 1, 168. 08:00. Ilgo plauko istorija 1, 11. 08:30. Kempiniukas Plačiakelnis 1, 150. 09:00. Virtuvės istorijos 9, 22. 09:30. Skaniai ir paprastai 2, 5. 10:00. Svajonių ūkis 5, 39. 10:30. Noriu šio darbo! 1, 7. 11:30. Aristokatės. 13:05. Šoklusis bičiulis. 14:55. Nevykėlio dienoraštis: Ilga kelionė. 16:45. Ekstrasensų mūšis 19, 8. 18:30. TV3 žinios Rinkimai 152. 19:17. TV3 sportas 1. 19:22. TV3 orai 152. 19:25. Eurojackpot 22. 19:30. UNICEF Už kiekvieną vaiką. 23:00. Brangusis Džonai.

Sekmadienis, birželio 2 d.

01:10. Džonas Karteris (kart.). 03:25. Naujokė 21. 03:50. Naujokė 22. 04:15. Moderni šeima 7, 1. 04:40. Moderni šeima 7, 2. 05:05. Virtuvė 6, 4. 06:15. Televitrina 3. 06:30. Ilgo plauko istorija (kart.) 1, 11. 07:00. Keršytojų komanda 1, 31. 07:30. Aladinas 1, 169. 08:00. Ilgo plauko istorija 1, 12. 08:30. Kempiniukas Plačiakelnis 1, 151. 09:00. Ukio šefas 1, 1. 09:30. Penkių žvaigždžių būstas 6, 22. 10:00. Pasaulis pagal moteris 7, 22. 10:30. Svajonių sodai 39. 11:30. Planeta 51. 13:20. Šoklusis bičiulis. Pasaulio čempionas. 15:05. Pavedėtojai. 17:30. Olimpinė diena. 18:30. TV3 žinios Rinkimai 153. 19:22. TV3 sportas 1. 19:27. TV3 orai 153. 19:30. Įsikūnijimas. 22:50. Galutinis vaizdas.



Pirmadienis, gegužės 27 d.

06:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (832). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (833). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (834). N-7. 07:35 „Tomo ir Džerio šou“ (10). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (28). N-7. 09:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (29). N-7. 10:00 „Mirtis rojuje“ (1). N-7. 11:15 „Namai, kur širdis“ (82). 12:00 Yra, kaip yra. N-7. 13:00 „Mano likimas“ (64). N-7. 14:00 „Dvi šeimos“ (92). N-7. 15:30 „Dvi šeimos“ (93). N-7. 16:00 „Dvi šeimos“ (94). N-7. 16:35 Labas vakaras, Lietuva. 17:40 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:20 Sportas. 19:27 Orai. 19:30 KK2. N-7. Infošou. 20:00 Nuoo... Iki... 20:30 Sala. N-7. Meilės realybės šou. 21:30 Žinios. 22:20 Sportas. 22:27 Orai. 22:28 Telefoninė loterija 1634. 22:30 VAKARO SEANSAS Priešprieša. N14. 00:30 „Išbandymų diena“ (4). N14. 01:30 Pasodinsiu savo EKS (kart.). N14.

Antradienis, gegužės 28 d.

06:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (835). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (836). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (837). N-7. 07:35 „Tomo ir Džerio šou“ (11). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (30). N-7. 09:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (31). N-7. 10:00 „Mirtis rojuje“ (2). N-7. 11:15 „Namai, kur širdis“ (83). 12:00 Yra, kaip yra. N-7. 13:00 „Mano likimas“ (65). N-7. 14:00 „Mano likimas“ (66). N-7. 15:00 „Dvi šeimos“ (95). N-7. 15:30 „Dvi šeimos“ (96). N-7. 16:00 „Dvi šeimos“ (97). N-7. 16:35 Labas vakaras, Lietuva. 17:40 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:20 Sportas. 19:27 Orai. 19:30 KK2. N-7. Infošou. 20:00 Nuoo... Iki... 20:30 Sala. N-7. Meilės realybės šou. 21:30 Žinios. 22:20 Sportas. 22:27 Orai. 22:30 VAKARO SEANSAS Neribota priegla. N14. 00:25 „Išbandymų diena“ (5). N14. 01:25 Priešprieša (kart.). N14.

Trečiadienis, gegužės 29 d.

06:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (838). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (839). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (840). N-7. 07:35 „Tomo ir Džerio šou“ (12). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (32). N-7. 09:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (33). N-7. 10:00 „Mirtis rojuje“ (3). N-7. 11:15 „Namai, kur širdis“ (84). 12:00 Yra, kaip yra. N-7. 13:00 „Mano likimas“ (67). N-7. 14:00 „Mano likimas“ (68). N-7. 15:00 „Dvi šeimos“ (98). N-7. 15:30 „Dvi šeimos“ (99). N-7. 16:00 „Dvi šeimos“ (100). N-7. 16:35 La-

bas vakaras, Lietuva. 17:40 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:20 Sportas. 19:27 Orai. 19:30 KK2. N-7. Infošou. 20:00 Nuoo... Iki... 20:30 Sala. N-7. Meilės realybės šou. 21:30 Žinios. 22:20 Sportas. 22:27 Orai. 22:30 VAKARO SEANSAS Paskutinė kulka. N14. 00:20 „Išbandymų diena“ (6). N14. 01:20 Neribota priegla (kart.). N14.

Ketvirtadienis, gegužės 30 d.

06:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (841). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (842). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (843). N-7. 07:35 „Tomo ir Džerio šou“ (13). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (34). N-7. 09:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (35). N-7. 10:00 „Mirtis rojuje“ (4). N-7. 11:15 „Namai, kur širdis“ (85). 12:00 Yra, kaip yra. N-7. 13:00 „Mano likimas“ (69). N-7. 14:00 „Mano likimas“ (70). N-7. 15:00 „Dvi šeimos“ (101). N-7. 15:30 „Dvi šeimos“ (102). N-7. 16:00 „Dvi šeimos“ (103). N-7. 16:35 Labas vakaras, Lietuva. 17:40 Yra, kaip yra. N-7. 18:30 Žinios. 19:20 Sportas. 19:27 Orai. 19:30 KK2. N-7. Infošou. 20:00 Valanda su Rūta. 21:30 Žinios. 22:20 Sportas. 22:27 Orai. 22:30 VAKARO SEANSAS. PREMERA Užsienietis. N14. 00:40 „Išbandymų diena“ (7). N14. 01:45 Paskutinė kulka (kart.). N14. 03:15 Alchemija. Švietimo amžius. 03:45 RETROSPEKTIVA. Kūltūrinių dokumentika. Ciklas „Mennyku portretai“.

Penktadienis, gegužės 31 d.

06:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (844). N-7. 06:35 „Mano gyvenimo šviesa“ (845). N-7. 07:05 „Mano gyvenimo šviesa“ (846). N-7. 07:35 „Tomo ir Džerio šou“ (14). 08:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (36). N-7. 09:00 „Volkeris, Teksaso reindžeris“ (37). N-7. 10:00 „Mirtis rojuje“ (5). N-7. 11:15 „Namai, kur širdis“ (86). 12:00 Yra, kaip yra. N-7. 13:00 „Mano likimas“ (71). N-7. 14:00 „Mano likimas“ (72). N-7. 15:00 „Dvi šeimos“ (104). N-7. 15:30 Sala (kart.). N-7. 16:35 Labas vakaras, Lietuva. 17:35 Bus viešasis. 18:30 Žinios. 19:20 Sportas. 19:27 Orai. 19:30 KK2 penktadienis. N-7. 21:00 SAVAITĖS HITAS Ties riba į rytojų. N14. 23:20 Demonas viduje. N14. 01:05 Apkalė. N14. 02:45 Užsienietis (kart.). N14.

Šeštadienis, birželio 1 d.

06:05 „Tomo ir Džerio šou“ (13) (kart.). 06:25 „Įspūdingasis Žmogus-voras“ (7). 06:50 „Nickelodeon“ valanda. Sveiki atvykę į „Veina“ (10). 07:20 „Kung Fu Panda“ (15). 07:50 „Kiaulė, Ožka, Bananas ir Svirplys“ (23). 08:25 „Tomo ir Džerio pasakos“ (3). 08:50 KINO PUSRYČIAI Tomas ir Džeris. Paklydėlis slibinukas. 09:55 PREMERA Beždžionių karalius. Perkrauta. 11:30 Peliukas Stiuartas Liltis 2. 13:05 Jausmų vandenynas. N-7. 14:55 Tai kur po velnių tie Morgana? N-7. 17:00 Gyvūnų pasaulis. N-7. 17:30 Bus visko. 18:30 Žinios. 19:20 Sportas. 19:27 Orai. 19:30 SUPERKINAS Medžioklės sezonas atidarytas 4

Neįgalieji pasaulyje

Anksčiau manyta, kad kurtiems tėvams būtinai gimsta kurti vaikai. Ne, 90 procentų vaikų, kurių jie susilaukia, yra sveiki, gerai girdi. Kaip jie auga, kokią įtaką jiems turi tėvų kurtumas? Kas lemia tokių vaikų ateitį – šeima, mokykla?

Nauji laikai, nauji vėjai

Telefono išradėjas Aleksandras Grahamas Belas nebūtų gimęs, jei jo tėvams būtų pritaikytas ankstesniems laikams būdingas draudimas kurtiesiems gimdyti vaikus. Negana to, mokslininkas vedė neprigirdinčią žmoną.

Laikai pasikeitė, niekas nepriekaištuoja kurtiesiems, kad jie drįsta gimdyti vaikus, iš anksto rizikuodami jų sveikata. Tačiau taip buvo dar visi neseniai. Suomijoje griežtas draudimas kurtiesiems gimdyti galiojo iki... 1969 metų. Reikėjo laiko visiems suprasti, kad statistika nėra bauginanti: 90 proc. vaikų gimsta sveiki. Be abejo, pokyčiams turėjo įtakos ir naujoviškas žmogaus teisių suvokimas.

Pripažįstant visuomenės pažangą šioje srityje, būtina aiškiai apibūdinti ir problemas, kurios ištiks kurčiųjų šeimoje gimusius sveikus vaikus. Šios šeimos tiriamos, analizuojami jų narių santykiai, bendravimo pobūdis. Nesistebėkite publikacijose išvydę šiuos trumpinius: KODA (angl. *Kids/Kid of Deaf Adults*) – taip apibūdinami kurčiųjų šeimoje augantys sveiki vaikai iki 17 metų; CODA (angl. *Children/Child of Deaf Adults*) – užaugę, per 17 metų turintys vaikinai ir merginos. Deja, problemos niekur nedingsta ir užaugus.

Dvikalbystė, kurią ne visi pripažįsta

Neseniai Lenkijoje įvyko konferencija, kurioje buvo gvil-dentos kurčiųjų šeimose užaugusių sveikų vaikų problemos. Oficialios statistikos nėra, tačiau manoma, kad šioje šalyje tokių vaikų yra 80–100 tūkstančių. Kaip jie auga ir bręsta? Ar bendraklasiai supranta, kad šie vaikai – kitokie? Jie – dvikaliai,

Gimę būti vertėjais?



Dr. Malgožata Čajkovska-Kisil rūpinasi vaikais, kurie auga kurčiųjų šeimose.

jie tarsi migrantai, bet ne visi tai priima. Tokia dvikalbystė nepripažįstama.

Anot specialistų, KODA vaikams reikia specialaus ugdymo. Mat jie girdi, bet kalba ir mažto kaip kurtieji, nes yra užaugę kurčiųjų kultūrinėje aplinkoje. Čia – jų problemų ištakos.

Minėtose šeimose funkcio-nuoja skirtingos bendravimo sistemos. Vaikai pasirenka lengvesnę – garsinę. Tokiu atveju silpnėja ryšiai su tėvais. Kartais vienas iš tėvų ima vertėjauti, pavyzdžiui, girdintis tėvas išverčia į gestų kalbą tai, ką mamai sakė sūnus. Kita situacija – jei tėvų pareigas perima seneliai, jei tėvai tik stebi, ką veikia vaikai.

Bežodė gimtoji kalba

Dr. Malgožata Čajkovska-Kisil iš Jakubo Falkovskio kurčiųjų instituto sako: „Dažnai KODA vaikų gestų kalba yra gimtoji, ją perpranta dar nežaisdami su žaislais. Vėliau išmoksta lenkų kalbą. Tai – skirtingos kalbos, skirtingos kultūros. Labai svarbu, kad mokykla mokėtų priimti tokį vaiką.“

Daugelis dalykų KODA vaikus lydi nuo ankstyvos vaikystės. Gali būti giliai įsivėję atmintyje, kad būdamas mažas labai ilgai rėkė ir verkė, šaukė mamą, tačiau ji negirdėjo. Kai kurių įpročių labai sunku atsakyti. KODA vaikai ir mokykloje gali

labai atidžiai stebėti pašnekovo veidą, nes yra taip pratę. Gestų kalboje labai svarbi mimika. Nepažįstantys kurčiųjų pasaulio pašnekovai gali būti dėl to šokiruoti – ir dėl per įdėmaus stebėjimo, ir dėl distancijos, kurią KODA vaikams sunku išlaikyti, vėlgi dėl įpročio būti labai arti ir nepraleisti rodomų žodžių. Gestų kalboje įprasta tujintis, o kitoje kalboje tai gali būti palaikyta nemandagumu – ir vėl skaudus nesupratimas...

Žingsnis po žingsnio

KODA vaikams tenka atlaikyti ne vieną likimo niuksą. Asmenybės formavimuisi gali turėti įtakos, jei vaikas tampa vertėju savo kurtiems tėvams. Toks vaikas net gali imti galvoti, kad dėl to jį ir pagimdė – kad vaikščiotų kartu su tėvais į ligoninę, banką, parduotuvę ar kitur ir išverstų, kas ten kalbama. Bet jie nėra vertėjai. Tenka kaltinti visuomenę, kuri nepripažįsta, kad KODA vaikai moka dvi kalbas ir nesugeba to tinkamai panaudoti. Juk kurtieji nelabai įsivaizduoja, kaip funkcionuoja sveikųjų visuomenė. Reikia padėti pralaužti tuos nesuskalbėjimo barjerus, o KODA vaikai čia būtų patys geriausi pagalbininkai.

Kita vertus, reikia rūpintis ir pačiais KODA vaikais, kurie dėl savo kitiškumo bendraamžių dažnai būna ignoruojami ar net atakuojami. Jie dažnai paliekami vieni su problemomis mokykloje, nes negali tikėtis savo kurčiųjų tėvų pagalbos. Juk šie neįstengs nueiti į mokyklą pasikalbėti su mokytojais. Norint pakeisti situaciją, reikia pripažinti problemas ir žingsnis po žingsnio kastis po bėdų kalną.

Kai reikalas visai apleistas, KODA vaikas ima gėdytis savo tėvų. Šie augina vaiką kaip supermeną (juk girdi!), o jis – vienišas paauglys su visais kompleksais. Gali nutikti ir taip, kad toks vaikas užgniaužia savo emocijas ir rūpinasi ne savimi, bet tik kitais, tampa labai savikritiškas.

Pagal užsienio spaudą parengė
Brigita BALIKIENĖ

Žiniasklaidoje apie neįgaliųjų gyvenimą

Kauno vaikų darželiuose bus teikiamos ir slaugos paslaugos

Jurgita Šakienė naujienų portale www.diena.lt rašo apie tai, kad Kauno miesto savivaldybė ėmėsi spręsti sveikatos bėdų turinčių vaikų ugdymo problemas.

Kauniečiai tėvai, auginantys ikimokyklinio amžiaus vaikus su negalia, sulaukė gerų žinių. Vienas darželis bus pritaikytas vaikams, kuriems reikalingos sudėtingesnės slaugos procedūros ir priežiūra, dar keliuose bus teikiamos ne tokios sudėtingos minėtos slaugos paslaugos. Kaunietės Robertos Vaitekūnienės šeima, auginanti sergančią dukrą, ir kitos panašią negalią turinčių vaikų šeimos galės bent kiek lengviau atsikvėpti. Jos sulauks gausesnės pagalbos iš valstybės, kalbant apie gastrostomos priemones, medicininės paskirties mišinius ir kt. Be to, Kauno miesto savivaldybė nusprendė vaikų darželiuose teikti tokiems vaikams, kaip Robertos dukrytė, itin reikalingas slaugos paslaugas. Be tokių paslaugų mama negalėtų dirbti, net jeigu kuris nors darželis mergytę ir priimtų – dukrą maitinti turėtų ji pati, nes tai vyksta per gastrostomą.

Savivaldybės atstovai teigė, kad jau nuspręsta, jog kai kuriose ikimokyklinio ugdymo įstaigose dirbs kvalifikuoti slaugos specialistai. Įstaigos galės pakviesti naujus auklėtinius, kai tik

bus pritaikytos patalpos ir gauti reikiami leidimai–higienos pasai bei licencijos ambulatorinei slaugai teikti. „Kaunas sprendžia klausimus, kad neliktų jokių kliūčių ir nereikalingų formalumų vaikams patekti į ikimokyklinio ugdymo įstaigas, kuriose būtų užtikrintas būtinų slaugos procedūrų atlikimas“, – užtikrino Kauno miesto savivaldybės Sveikatos apsaugos skyriaus vedėja Renata Kudukytė–Gasperė. Anot jos, neseniai Kauno miesto savivaldybėje organizuotas pasitarimas dėl šiuo metu veikiančių įstaigų pritaikymo tokius poreikius turinčių vaikučių priežiūrai ir ugdymui. „Jo metu nuspręsta pritaikyti vieną įstaigą vaikams, kuriems reikalingos sudėtingesnės slaugos procedūros (maitinimas per gastrostomą, šlapimo pūslės kateterizavimas ir pan.) ir sudėtingesnė priežiūra. Dar keletą ikimokyklinio ugdymo įstaigų numatyta pritaikyti ne tokių sudėtingų slaugos procedūrų (pvz., laiku paduoti gydytojų paskirtus medikamentus ir pan.) poreikį turinčių vaikų ugdymui ir priežiūrai“, – komentavo R. Kudukytė–Gasperė.

Sensoriniame kambaryje – pojūčių jūra

Palmira Mart portale www.atviraklaipeda.lt pasakoja apie neseniai atidarytą sensorinį kambarį.

Permatomi cilindrai su juose rai-buliuojančiais, spalvą keičiančiais burbulais, ilgi spalvoti „siūlai“, iš kurių galima pinti kasas arba paprasčiausiai lankstyti, į tolimą perspektyvą nubėgančios įvairiaspalvės švieselės, piešimo stalas su smėliu, grojanti sienelė–metalofonas ir daugybė kvapų bei garsų – tai tik nedidelė dalis įrangos vadinamajame sensoriniame (jutiminiame) kambaryje, kurį žurnalistams ir vicemerui Arvydui Cesiuliui pristatė Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro (VSB) specialistai.

„Nors teigiama, kad multisensorinė erdvė ypač efektyvi hiperaktyviems vaikams, autistams, žmonėms su regos, klausos negalia, visgi mūsų pagrindinis tikslas yra orientuotas į kuo platesnę populiaciją, norime leisti prie multisensorinės erdvės prisiliesti įvairaus amžiaus žmonėms, tiek turintiems specialiųjų poreikių, tiek jų neturintiems“, – sakė biuro vadovė Jūratė Grubliauskienė.

Čia žadama kviestis mokyklų klases, darželių grupes su auklėtojomis, šeimas – kad kuo daugiau žmonių nemokamai galėtų

išbandyti šio kambario teikiamą efektą. Kad kitiems ilgai nereiktų veltui laukti, kol pirma grupė lankysis kambaryje, kiti tuo metu užsiims kitose erdvėse, pvz., salėje galės išbandyti mobilųjį projektorį ar kitas veiklas.

Rudenį žadama šiame kambaryje užsiiminti su vadinamaisiais ankstyvosios rizikos vaikais – kurie anksti pradėjo rūkyti, vartoti alkoholį, turi kitų elgesio sutrikimų. Taip pat planuojama apmokyti mokyklų psichologus ir socialinius darbuotojus, kad jie patys galėtų kambaryje užsiimti su vaikais. O vadinamasis begalybės skydas (vaizdo švieselės) ypač tiktų ilgiau susikoncentruoti nesugebantiems vaikams.

Psichologė Aušra Agintaitė teigė, kad kambaryje numatomi ir teminiai–edukaciniai užsiėmimai, ir pavienės konsultacijos žmonėms.

„Yra galimybė rodyti vaizdus, filmą ir apjungus garsą, vaizdą, patyrimą kartu galime atlikti įvairiausias veiklas ir su suaugusiais, pavyzdžiui, pagelbėjant turintiems problemų dėl širdies kraujagyslių ligų“, – sakė psichologė.

Noriu susipažinti

Dar neprarandu vilties rasti nuoširdų, paprastą, taktišką panašaus likimo ir panašaus amžiaus gyvenimo draugą. Man 41 m. Esu su negalia. Nuotykių ieškotojai, netrukdykite. Tel. nr. 8 646 54813.



Prie kūrybos šaltinio

Sibiro gėlės

Buvo vasaros pradžia. Visus jaunus vyrus (tėveliui buvo 35 metai) veždavo kirsti miško už keliolikos kilometrų. Mes, vaikai, vakarais laukdavom jų grįžtant prie „učiasťko“ kontoros. Jau žinojome iš medkirčių, kad ten toli, kur jie kerta medžius, yra pievelė, o joje žydi (kad ir ne daug) gėlės. O gėlių ten, Sibire, augo labai retai, todėl mes ir prašydavome, kad tėveliai jų mums parvežtų iš tų pievų.

Tąkart irgi laukėme sugrįžtančių iš darbo tėvų. Taigi, sulaukėm jų parvažiuojant. Aš, žinoma, žiūrėjau, ar turi mano tėtis rankoje gėlių, ir nusivyliau pamąčiusi, kad vienoje rankoje jis laiko kirvį, o antroje – terbikę, kurioje veždavosi į darbą maistą pietums. Išgirdau mane šaukiant, pasisukusi į balsą pamąčiau, kad man šypsosi krikštėvis. Jis mane dar kartą švelniai pavadino vardu ir aš, nugalėjusi savo drovumą, priėjau ir greitai paėmiau iš jo rankų puokštelę gražių, ryškiai oranžinių gėlių. Ten jas vadino „žarki“, o mūsų kaime, kur ir dabar gyvenu, jas vadina „jaučio burbulais“. Lietuvoje jie daugiau gelsvos spalvos. O jau kaip gardžiai kvėpia! Tiesa, pamerktos žydi labai neilgai, kaip ir daugelis lauko gėlių. Turbūt jau vaikystėje nedrąsumą nugalėjo meilė ir potraukis tam, kas gražu (o kas gali būti gražiau už gyvą gėlę?), nes gėlės patinka visiems, o tokioje vietoje, kur jų būna labai mažai, jos įgauna didelę prasmę.

Ir dar vienas vaizdelis stovi akyse, irgi apie gėles. Mūsų kaimelis, gal gyvenvietė, buvo išsidėstęs lygioje vietovėje, o už jo, gal už kokio kilometro, stūksojo kalnai – tokie dideli akmenys, apsamoję ir lyg tyčia sukrauti vienas ant kito, o tarp tų

Mano vaikystės istorijos

didžiulių akmenų augo krūmai smulkiais lapeliais. Pavasarį jie apsidildavo smulkiais žiedeliais. Tą augalą ten vadino „bagulnik“. Žiedų spalva buvo rausva, labiau panaši į burokėlių, tiesa, kartais rasdavom ir baltais žiedais žydinčių krūmų. Tuos žiedus labai noriai skabydavo ožkos ir mes, vaikai. Jų saldrūgštis skonis buvo gana malonus. Kartais vyresnieji, brolis ir sesuo, nusivesdavo ir mane į tuos kalnus, bet tai būdavo retokai, juk mudu su Vytuku buvome dar mažiau ir turėdavome būti su mama.

Dažnai su piemeniu, kuris ganydavo viso kaimelio ožkas ir keletą karvių, išeidavo ir vyresnysis brolis Ramutis bei pusbrolis Juozukas (jiedu buvo vienmečiai) ir būtinai mums namo parnešdavo kokį nors miško stebuklą. Atmenu, kad vakare grįžę iš ganiavos juodu kepurėse parnešė tokių gražių (visos jos tada man buvo neapsakomai gražios, juk nebuvo iš ko pasirinkti) trumpais koteliais, melsvai violetinių gėlių. Jų žiedeliai buvo apaugę švelniais pūkeliais, vadinosi jos „padsniežniki“, panašios į retas mūsų miškų gražuoles – šilagėles. Jos taip neįprastai atrodė kepurėje, lyg nedideliame krepšelyje. O į kepurę jas rinko todėl, kad jų trumpų kotelių neįmanoma sudėti į delną, juo labiau kad ir nešti reikėdavo tolokai. Matau juos, tuos žiedelius ir dabar. Taip ir norisi juos paliesti, vėl pajusti tą švelnumą, lyg jie būtų maži švelnūs kačiukai. Tokios mano vizijos apie vaikystės gėles ten, Sibire.

Kai gavę leidimą grįžti į Lietuvą ėmėme ruošti šiai svarbiai kelionei, man labiausiai atmintin įstrigo tokie mamos žodžiai apie Lietuvą: „Vaikai, kaip ten gražu, gėlės žydi visur, visai arti namų (apie darželį prie trobos mes neturėjome jokio supratimo), vasa-

rą ir grybai, ir uogos auga netoli esančiuose miškeliuose. O obuoliai irgi visai prie namų, galėsit matyti, kaip jie auga.“

Na, bet negaliu neparašyti apie kuriozinį nutikimą, kuris man atsitiko jau čia, grįžus į savo tėvelio tėviškę. Tai irgi, kad ir netiesiogine prasme, pratęsia mano atsiminimus apie gėles. Mes grįžom iš Sibiro 1958 metų vasario pabaigoje. Menu, sniego buvo daug, bet ir jam atėjo galas, į savo vėžes stojus pavasariui.

Obelys pasipuošė daugybe žiedų ir aš buvau labai nustebinta, kad tokios didelės gėlės ir tie žiedai gana aukštai. Pasišengusi aš vis tiek nusiskyniau šakelę, kad pradžiuginčiau mamą (kam kitam neši, aišku, kad mamai) ir buvau gana griežtai išbarta už tai, kam laužau obelių šakas. Aišku, iš pradžių nieko nesuvokiau, juk kitokias gėles mums tėveliai leisdavo skinti, o šių kažkodėl negalima. Mama man paaiškino, kad būtent iš šių „gėlių“ atsiranda obuoliai, kurių taip mažai mes gaudavome ten, Sibirijoje (turiu pasakyti, kad dar ir šiandien prisimenu nuostabų raudonšonių obuolių kvapą, kurių mums, vaikams, atvežė mamos brolis šaltokų rudens vakarą) ir kad obelių šakelių, kaip ir kitų medelių žiedų, skinti ir laužyti nevalia. Žinoma, mano pusseserė ir pusbrolis, su kuriais kartu gyvenome grįžę iš ten, iš manęs gerokai pasityčiojo, kad aš neskirianti obelių nuo gėlių. O iš kur man žinoti, jei ten, mano „gimtinėje“, jos neaugo. Žinoma, jiems buvo nesuprantama, kaip galima nepažinti obelų žiedų. Jie, gyvendami Lietuvoje, nuo prigimimo buvo pripratę prie aplinkos, į kurią mes patekome jau būdami paaugliai.

Vincė VASYLIUTĖ
Plungė

„Buvau į Lietuvą išėjęs...“

Konkursas

Po alyvų lietaus
Žaluma jau prinoko.
Tu neklauski lietaus,
Kur dainuoti išmoko.

Iš gegužės raibos,
Iš lakštingalos trelių,
Gal iš ryto aušros,
Gal iš mažo žiogelio.

O alyvos lietuj,
O lietus virš alyvų
Ir suskambo kartu
Nuostabiausiu motyvu.

Ramutė SARAPINAVIČIENĖ
Kazlų Rūda



Ritos Mockeliūnienės nuotr., Šakių r.

Rotuliai

Pirmos žibuoklės –
Rotuliuos.
Pirmasis vasaros šokis –
Rotuliuos.
Ir vaikystės pavasariai,
ir rudenys –
Rotuliuos.
Ilgos pradalgės.
Baltos ramunės.
Jono šventės ir laužo
paslaptys.
Pirmas skrydis nuo žirgo –
Rotuliuos.
Ir pirma lydeka Nemuno
potvyniuos
Rotuliuos.
Mano gentys čia gyvenimus
lipdė –
Supo vyges ir ėjo į karą.
Ir žinojo –
Čia šaknys...
Amžiams šioje žemėje liksim.
Dar menu baltą sodą ir pienes,
Vakarienei – bulvių šutiene,
Kvapnią duoną –
Ką tik iš krosnies –
Ir rytais karštą kakavą.
Čia dienų daug prabėgo
Vaikystės,
Dukros siautė po pievą žalią.
Tik anūkai jau niekad
Nebevaikščios po protėvių
žemę...

Šventoji – mažas upeliukas,
Riba tarp Pašvenčio ir
Smalininkų.
Pavasarij gal pora metrų,
O vasarą – per gaidžio žingsnį.
Žąsytkojai, geltonom kojomis
Srovėn gaivion subridę,
Į kitą krantą pasiskint jų kvietė.
Nei peršoksi,
Nei perbrisi ankstyvą kovą
Polaidžiui vis plaukiant.
O vasarą palei upelio tėkmę
Pievoj saulutės šypsenom
Su saule mainės,
Rausvas ir baltas galvytes
iškėlusios
Jos droviai į padanges dairės.
Šalia pušynas sausas
Ir skruzdėlės ropoja –
Tokie atsargūs buvom,
Kad neužmintumėm jų koja.
Vaikystė Pašvenčio smėliu
bėgiojo.
Bitutės nešė viršių medų.
Apuokas uosyje naktim
kvatojo.
Keliai čia mano, brolio,
pusbrolių.
Gyvi prisiminimai bėga ligi
šiolei.
Tik mes dabar jau niekada
Nejbrendam Šventojon...

Išsivirkim kavos
Ar Nemunu kvėpiančios
Pievų žolelių arbatos
Ir susėskim ratu ant kalvos,
Kur tėviškė matos.
Susirinkit iš Pašvenčio, Jurbarko
ir iš Šiaulių,
Iš Rotulių, Skirsnemunės,
Palėkių, Šakių.
Vėl sukurkime laužą artimiausių
genčių.
Vyrai – Jonai, Antanai, Pranai,
Vytatai, Andriau, Juozai,
Kęstuti –
Vėl užtraukit „Ulonus“, kad
skambėtų laukai.
Kad banguojantis Nemunas
Tarsi giesmę genties amžių
amžiais ainiamis
Kartotų. Te jų širdis daina
ši palies.
Moterys – Monika, Elzbieta,
Marta, Elena –
Mus pagimdžiusios,
Mūsų giminei davusios dvasinio
peno,
Jūs pritarkite vyrams
aukščiausiais balsais –
Te vaikai ir vaikaičiai iš toliausių
kraštų
Čia nors kartą visi susieis.
Mūsų gentys – protėviai,
seneliai, tėvai –
Gerdami kavą arba
Kvapnią Nemuno pievų arbatą
Laimins mus nuo kalvos
Žvelgdami į mūsų giminę –
Tvirtą, linksmą ir gražią.
Prie Nemuno, prie Mituvos
ir Imsrės
Gimtinė mano žydi nuostabi.
Jaunystė valtele kadais čia irstės,
Čia buvo vakarai šilti šilti.
O mano dienos, mano dienos
Su vėjais bėgo basomis.
Kasmet žydėjo baltos ievos,
Alyvos svaigo naktimis.
Ir gelsvas lengvas mano pienių
šypsnis
Nuskrisdavo virš Bišpilio baltu
pūku.
O Nemunas lyg žaislą nešė
sielius.
Graudino sielą dainos ligi
paryčių.
Gimtine mano, svajonių mano
mieste,
Čia mano dienos, čia senų tėvų
kapai.
Buvai ir būk ramybės mano
uostas,
Ir į tave parves visi keliai.

Vilija DOBROVOLSKIENĖ
Elektrėnai



SPAUDOS,
RADIO IR
TELEVIZIJOS
RĖMIMO
FONDAS

Spaudos, radijo ir televizijos rėmimo fondas iš dalies remia projektą „Neįgalųjų savarankiškumas – (ne)įveikiamas iššūkis?“ ir jo rubrikas: „Integracijos kelis“, „Tolerancijos link“, „Aplinka visiems“.

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

Geriami 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. Neįgalųjų asmeniniai skelbimai spausdinami nemokamai (redakcijoje asmeniškai pateikus neįgaliojo pažymėjimą ar atsiuntus jo kopiją).

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

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