



2017 m. birželio 3 d. Nr.6

V.Kontrauskas kviečia į unikalų muziejų

Lietuviška vasara ne visuomet lepina šiluma. Jei už lango lyja, nereiškia, kad diena – sugadinta. Tai puiki proga daugiau pasidomėti šalies istorija bei kultūra ir apsilankyti unikaliame sostinės muziejuje, kuris domina ne tik vilniečius, bet ir užsienio svečius. Jo įkūrėjas – aistringas kolekcininkas, Lietuvos muziejų asociacijos vicepirmininkas VACLOVAS KONTRAUSKAS. Besirūpindamas mūsų šalies kultūros paveldo puoselėjimu kiek daugiau nei prieš dešimtmetį jis su žmona Henrita Kontrauskiene įkūrė Lietuvos kulinarinio paveldo muziejų.

Eimantė JURŠENAITĖ

Dešimtys tūkstančių eksponatų

„Tokių muziejų kaip Lietuvos kulinarinio paveldo muziejus pasaulyje yra labai mažai. Specializuotų muziejų, tokių kaip, pavyzdžiui, Duonos muziejus Rusijoje, Kavos muziejus Italijoje ar Marcipanų Vokietijoje, yra, tačiau apimančių visą kulinarijos kultūrą – vienetai. Mūsų su žmona įkurtame muziejuje yra daugiau nei 25 tūkstančiai eksponatų – porceliano indų, stalo sidabro, stiklo, keramikos dirbinių, kavos malūnėlių ir kt. Turime unikalų kulinarijos knygų kolekciją, kurią sudaro daugiau nei 2000 rašytinių šaltinių. Dar tiek pat esame sukaupę skirtingų kraštų meniu iš įvairių laikotarpių. Kadangi didikų valgomieji buvo puošiami meno kūriniais, muziejaus ekspozicijose yra senovinių valgomojo baldų, paveikslų bei skulptūrų. Lietuvos kulinarinio paveldo muziejaus kolekcija apima laikotarpį nuo LDK iki XX a. pabaigos. Daugelio daiktų ar įrankių, kuriuos galite pamatyti čia, tikrai neišvysite kituose šalies muziejuose – mūsų surinkta kolekcija yra labai įvairiapusė ir vientisa, – pasakojo V.Kontrauskas. – Neseniai ekspoziciją papildė ir bene didžiausia šalyje – 320 bežmėnų (svėrimo prietaisų) kolekcija.“

Išgelbėjo nuo sunykimo

Unikalų istorijos ir kultūros vertybių kolekciją V.Kontrauskas rinko maždaug 4 dešimtmečius. Jis įsitikinęs, kad dabar norintiems surinkti tokią išpūdingą kolekciją būtų labai sunku: „Daugelis vertingų daiktų neišliko. Pamenu, pats kolekcionuo-



► Vaclovas Kontrauskas yra sukaupęs apie 2000 skirtingų kraštų meniu iš įvairių laikotarpių

ti pradėjau paauglystėje, kai savo gimtinėje Šventežeryje (Lazdijų rajone) aptikau namų su pilnomis palėpėmis senovinių daiktų. Šiandien panašių nepalietusių palėpių jau nebėra. Nemažai vertingų daiktų sovietmečiu buvo sunaikinta, išmesta į švartynus ar išvežta iš Lietuvos. Dabar daugelis šių vertybių į Lietuvą sugrįžta tik dėl muziejininkų ir kolekcininkų entuziazmo.“

Muziejus įsikūrė unikaloje vietoje

2003 metais užregistravus muziejų, pirmoji ekspozicija nuo 2007 m. iki 2010 m. buvo eksponuojama Birštone „Karališkoje rezidencijoje“. Nuo 2010 m. Kontrauskai atidarė ketvirtą Europoje restoraną-muziejų „Ida Basar“ ir čia iki 2016 m. buvo eksponuojama išpūdinga kultūrinio paveldo kolekcija. 2015 metų muziejus persikėlė į sostinės senamiestyje (Bokšto g. 9) esančias patalpas. Praėjusių metų spalį ten duris atvėrė ir smuklė. „Etnologas, istorikas Libertas Klimka išsiaiškino, kad XIX a. pradžioje Vilniuje veikė daugiau nei 600 smuklių. Viena jų buvo įsikūrusi būtent Bokšto

gatvės 9 numeriu pažymėtame name. Smuklę su žmona nutarėme atidaryti norėdami parodyti, kokia įdomi senųjų Lietuvos gyventojų – lietuvių, žydų, totorių, karaimų, lenkų, rusų, ukrainiečių, vokiečių – virtuvė bei jos patiekalai. Kas

Deja, jauni žmonės dažniausiai nebežino, kam vieni ar kiti daiktai buvo naudojami arba kaip jie vadinami

savaitę atsinaujinančiuose valgiaraščiuose siūlomi patiekalai pagaminti remiantis senoviniais receptais“, – sakė V. Kontrauskas. Muziejuje ir smuklėje rengiamos edukacinės programos apie stalo etiketą ir kultūrą moksleiviams, taip pat įvairios degustacijos. „Deja, jauni žmonės dažniausiai nebežino, kam vieni ar kiti daiktai buvo naudojami arba kaip jie vadina-

mi. Taigi Kulinarijos paveldo muziejaus misija yra juos išsaugoti ateities kartoms“, – sakė muziejaus įkūrėjas.

Griauna mitus

Unikalūs muziejus kasmet sulaukia vis didesnio lankytojų srauto. Vien nuo 2015 metų gegužės jį jau aplankė daugiau nei 20 tūkstančių lankytojų, šiemet vien „Muziejų nakties“ metu jame apsilankė 3000 svečių. Lankytojai negaili puikių atsiliepimų svečių knygoje. Daugelis jų pripažįsta, kad ekspozicija pranoksta jų lūkesčius.

„Daugelis nustemba, kad lietuviai galėjo turėti tokius indus ar įrankius. Iš tiesų mūsų istorija labai įdomi. Sovietmečiu buvo stengiamasi Lietuvą parodyti tarsi atsilikusią, baudžiauninkų tautą, valgančią bulves, blynus ar geriausiu atveju cepelinus. Džiaugiuosi, jog mudu su žmona stengiamės nupūsti dulkes nuo didingos šalies istorijos ir parodėme, kad mūsų didikai buvo gurmanai ir diktavo tam tikras madas Europoje, – sakė V.Kontrauskas. – Knygoje „Radvilų dvaro meniu“ rašoma, ką XVIII a. pabaigoje valgė mūsų didikai. Pavyz-

džiui, 1783 m. sausį kunigaikščiui buvo pateikti tokie pietūs: migdolų sriuba, lydeka su krienais ir geltonuoju padažu, rauginti kopūstai su lydeka, kepti pyragėliai, karpis su seliavomis, ant grotelių keptas starkis. Visa tai – gurmaniški patiekalai. Iš tiesų, karalienės Bonos Sforcos dėka į mūsų kraštą iš Italijos atkeliavo labai daug dalykų – šakutė, artišokai, aliejus, marcipanai, virėjai, praturtinę didikų ir valdovų dvaro meniu. Galėčiau pažerti ir daugiau įdomių faktų, nes tai išties labai įdomi sritis, nors daugeliui tai dar „neatrasta žemė“. Žinių apie šią istorijos pusę labai mažai. Mūsų muziejus yra įvairių knygų leidimo bei studijų iniciatorius“. V. Kontrauskas yra įsitikinęs, kad būtent savo šalies istorija, kultūra, tradicijomis, etnografija ir paveldu esame unikalūs ir įdomūs užsienio turistams.

Visus V.Kontrausko kolekcijos eksponatus galite pamatyti užsisakę ekskursiją arba tiesiog užsukę į Lietuvos kulinarinio paveldo muziejų, esantį Bokšto g. 9, Vilniuje nuo 9-17 val. darbo dienomis.

■ Rugsėjo 19 d. paaiškins, kas „užveža“ lietuvius

Plačiau 4 p.

■ Europos parkas - kuo jis nustebins atvykstančius svečius

Plačiau 9 p.

■ Vasaros laukia ne tik poilsiautojai, bet ir vagys

Plačiau 11 p.

■ Lietuviai vis dažniau renka ekologiškus produktus

Plačiau 14-15 p.

■ Koks maudymosi kostiumėlis ištirpdo kompleksus

Plačiau 23 p.

Vasarą Grubliauskams atneša džiazio ritmai

Ne tik šiomis dienomis, bet ir pastarosiomis savaitėmis Klaipėdos pilies džiazio festivalio prezidentės Ingos GRUBLIAUSKIENĖS kiekviena minutė buvo suskaičiuota ir suplanuota. Kaip ir kiekvienais metais, uostamiesčio mero Vytauto Grubliausko šeima jos atskaitos tašku laiko geriems žmonėms skirtos geros muzikos fiestą. Nenuostabu, juk jau 23-iojo džiazuojančių burių prieskoniu pagardinta džiazio fiesta šiemet trunka gerokai ilgiau nei įprastai - visą savaitę. Nepaisant užimtumo, I. Grubliauskienė rado laiko trumpam užmiršti festivalio organizacinius reikalus ir pasinerti į vasariškas svajas.

Asmeninio archyvo nuotr.



- Su kuo jums ir jūsų šeimai asocijuojasi vasara?

- Savąjį vasaros atskaitos ženklą tikriausiai turi kiekviena šeima, tad ne išimtis ir mūsų šeima. Žinoma, būtų galima tuo ženklu vadinti mūsų vaikų atostogų pradžią, gal kam ir šiltesnės orų bangos plūstelėjimą, bet mums tas slenktis, kurį peržengę jau galime teigti, kad mums jau vasara, tai, be abejo, Klaipėdos pilies džiazio festivalis - tikroji mūsų vasaros pradžia, ženklas ir asociacija.

- Vasara - tai atostogos. Kur jūsų šeima jas mieliausiai leidžia? Ideali vasaros diena...

- Grubliauskai mieliausiai ir maloniausiai jaučiasi galėdami būti visi drauge. Nors kuo toliau, tuo labiau tai įgyvendinti darosi vis sudėtingiau. Jei mes visi kartu, tai tokie dalykai, kaip vieta, orai ar buities bei kitos sąlygos, tampa antriniais, nublankstančiais prieš šeimos židinio jaukumą ir šilu-

mą. Jei galėčiau „susidėlioti“ savąją vasarą, ji būtų nepalyginamai ilgesnė, šiltesnė ir ramesnė. Jos metu Vytautas galėtų turėti bent mėnesį ar net pusantro, kai jam nereikėtų niekur ištrūkti atlikti neatidėliotų pareigų.

- Kuo lietuviška vasara skiriasi nuo užsienietiškos?

- Na, žiūrint su vasara kuriuose kraštuose lyginti. Ko gero, mūsų vasaros tikrai nenusileidžia įstabiu savo gamtos grožiu, ypač Smiltynė, Šventoji ir Veisiejai, kur gyvena mūsų artimi bičiuliai. Bet ko tikrai galėtų būti daugiau ir ko tikrai trūksta, tai pirmausia pramogų įvairovės, greta esančių geranoriškumo, paslaugų sektoriuje dirbančiųjų šypsenų.

- Ar su vyru prisimenate savo vaikystės vasaras?

- Vytauto vasaros, kiek jis pats pasakojo, atspindėjo tų laikų įpročius ir tradicijas. Kol buvo mažas, jas leido

ir pas močiutę kaime Žagarėje ar prie Kražių, ir, žinoma, Klaipėdos senamiesčio kiemuose bei gatvėse. Jau būdamas paauglys jis vasaromis dirbdavo gana įdomius darbus - krovė duonos gaminius į dėžes duonos kombinate, buvo pagalbinio darbininku statybose. Tapęs abiturientu jau grojo Palangos restoranuose. Kalbant apie mano vaikystės vasaras, jos būdavo gana įprastos ir paprastos. Kadangi mes gyvenome mažame miestelyje, tai visi vasaros darbai būdavo privalomoji vasaros atostogų dalis. Gal ir nelabai jau įdomi ir įvairi, bet padedanti nepalyginamai labiau vertinti tą laisvą nuo darbų likusį laiką.

- Klaipėda turi Baltijos jūrą ir daugiau ar mažiau tos saulės bei šilumos. Koks dar būtinas klaidietiškos vasaros atributas?

- Klaidietiškoji vasara labai išsiskiria renginių gausa ir jų išskirtinumu bei, aišku, nenusėjamu oru.

Sunkiai įsivaizduoju, kad pasitinkant rugsėjį, jau būtume užmiršę Laivų parado, Džiazio festivalio, Jūros šventės akordus ir margaspalvio svečių būrio šurmulį, be kurio Klaipėdos vasara būtų beskonė ir bespalvė.

- Du pirmieji vasaros mėnesiai uostamiestyje turi savo flagmanus. Birželį vyksta tradicinis Klaipėdos pilies džiazio festivalis, liepą - dar tradiciškesnė Jūros šventė. Kodėl klaidietiečiai skriaudžia rugpjūtį?

- Tiksliau būtų sakyti, kad rugpjūtis gal kiek ir „skriaudžia“ klaidietčius renginių gausa, jei jį lyginsime su birželiu ir liepa. Man atrodo, kad paskutinį vasaros mėnesį, tarsi jau ruošiantis pasitikti artėjančią rudens, labai puikiai atspindi tarptautinis operos ir simfoninės muzikos festivalis „Muzikinis rugpjūtis pajūryje“. Be to, rugpjūtis dar ir puikus laikas buriavimo regatomis.

- Kuo šiemet bus ypatingi didžiausi pajūrio vasaros renginiai - Klaipėdos pilies džiazio festivalis ir Jūros šventė?

- Džiazio festivalis - tai tikroji vasaros pradžia Klaipėdai ir ji kasmet ir panaši kalendorine prasme, ir skirtinga, kalbant apie programą, atlikėjus, naujoves. Šiais metais nekantraudama laukiu legendinio vieno žinomiausių Vokietijos džiazio muzikantų, trimitininko, dainininko, kompozitoriaus, aranžuotojo ir prodiuserio, prieš kelerius metus nominuoto „Grammy“ apdovanojimui Geriausio instrumentinio džiazio solo kategorijoje bei UNESCO globojamos Tarptautinės džiazio dienos ambasadoriaus, žymiausių pasaulio džiazio muzikantų sąrašė esančio Tilo Bronerio (Till Bronner) koncerto, kurio laukiau ir kurį „žvejojau“ pastaruosius trejus metus. Šis Berlyne gyvenantis trimitininkas šiandien vakare pasirodys Kruizinių laivų terminale. T. Broneris nesistengia būti į nieką panašus, jis tiesiog unikalus ir nepakartojamas. Tai įrodo ne tik jo gebėjimas elegantiškai ir subtiliai balansuoti tarp grojimo trimitu ir dainavimo, bet ir jo išskirtinis talentas pasirodymo metu sukurti nepakartojamą, saulėtą ir šviesią atmosferą.

Šiais metais ypač džiugina tai, kad tiek džiazio festivaliuose, tiek Jūros šventėje netrūks man ypač mielo ir artimo burių bolavimo bei šlamesio. Didžioji burlaivių regata „Tall Ship Races“, kuri į Klaipėdą sukvies didžiausius pasaulio burlaivius, mano manymu, bus svarbiausias visos šios vasaros akcentas, didžiausia vasaros šventė, kuri tikriausiai sutrauks šimtus tūkstančių svečių iš viso pasaulio. Gal ramybės bus ir mažiau, bet Klaipėdos Klaipėdoje tikrai bus daugiau...

Darius ČIUŽAUSKAS



Akių ligų gydymo centras-optika PELEDA jau 22 metus ne tik teikia pagalbą pacientams, susidūrusiems su įvairiomis regėjimo problemomis, bet ir turi didelę patirtį prekiaudama optikos prekėmis.



Viena iš populiariausių prekių - akiniai nuo saulės. Matome, kad pas mus užsukę klientai ieško stilingų ir madingų akinių. Žinoma, akiniai nuo saulės nėra tik stiliaus detalė, tad pirmiausia patariame kreipti dėmesį į apsaugines jų savybes ir rinktis atsakingai. Užtikriname, kad optikoje PELEDA įsigysite kokybiškus, ES sertifikuotus ir 100 proc. apsaugančius nuo UV spindulių akinius nuo saulės. Dirbame su ryškiausių mados namų „Dior“,

„Dolce&Gabbana“, „Prada“, „Gucci“, „Fendi“ oficialiais atstovais, tad turime galimybę užsakyti bet kuriuos klientui patikusius akinius nuo saulės ar pageidaujamus akinių rėmelius.

Džiaugiamės savo klientams, nešiojantiems korekcinius akinius, galėdami pasiūlyti iš plataus asortimento ir dažytus lęšius su pasirinkta antirefleksine danga. Šie akinių lęšiai taip pat apsaugo nuo UV. Mėlyna šviesa, kaip sudėtinė saulės šviesos da-

lis, irgi veikia akis. O šiandieninėje visuomenėje, kur kasdien naudojamės kompiuteriais, telefonais, LED televizoriais, planšetėmis, gauname didesnę mėlynos šviesos poveikį, o tai neigiamai veikia akis - iš pradžių jaučiama akių įtampa, nuovargis, ilgainiui pagreitėja tinklainės degeneracija ir geltonosios dėmės degeneracija. Kad to būtų išvengta, galime jums pasiūlyti korekcinius lęšius su danga, neutralizuojančia kenksmingą mėlynąją spinduliavimą.



Netinkamai arba visai neapsaugodami akių dažnai padarome joms rimtą žalą. Ypač UV spindulių poveikis gali tapti rimtų akių ligų priežastimi ir suaugusiems, ir vaikams.

Iš pradžių jausime diskomfortą - akių paraudimą, ašarojimą, smėlio pojūtį akyse. Bet gydytojai įspėja, kad dėl UV spindulių padidėja rizika susirgti katarakta, taip pat neužkertamas kelias atsirasti glauko-

mai - vienai pavojingiausių akių ligų. Susidūrusius su minėtomis akių problemomis maloniai kviečiame atvykti į Akių ligų gydymo centrą-optiką PELEDA, kur dirba kvalifikuoti savo srities specialistai. Centre įdiegta moderniausia įranga, kuria greitai, tiksliai ir be jokios rizikos nustatomos akių ligos.

Diagnostika atliekama moderniausiu nekontaktiniu optiniu koherentiniu tomografu (OKT), turin-

čiu naujos kartos angiografinę funkciją. Tai reiškia, kad angiografija atliekama be intraveninio kontrastavimo. Akių dugno fotografijos daromos aukštos kokybės „Fundus“ kamera. Ši akių dugno fotografavimo sistema leidžia saugoti, palyginti ir analizuoti akies dugno nuotraukas. Tai leidžia gydytojui sekti glaukomos eigą. Kokybiškos nuotraukos daromos neplečiant vizydo.

VILNIUS

Akių ligų gydymo centras-optika PELEDA
Savanorių pr. 15, Vilnius
Tel. +370 626 28 886

Vaikų akių ligų gydymo centras-optika PELEDA
Basanavičiaus g. 31-2, Vilnius
Tel.+370 616 26 668

ALYTUS

Akių ligų gydymo centras-optika PELEDA
Naujoji g. 10-1, Alytus
Tel. + 370 616 28 991

Akių ligų kabinetas-optika PELEDA
Jaunimo g. 16-3, Alytus
Tel. 8-315 51 551

Akių ligų kabinetas-optika PELEDA
Rotušės a. 16, Alytus
Tel. 8-315 73 676

DRUSKININKAI

Čiurlionio g. 38, Druskininkai
Tel. 8-313 51 203

VARĖNA

Vasario 16-osios g. 4, Varėna
Tel. 8-310 31 155

www.senojipeleda.lt

KUPONAS

20% NUOLAIDA

gydymo paslaugoms ir optikos prekėms Akių ligų gydymo centre-optikoje PELEDA

▪ Vilniuje ▪ Alytuje ▪ Druskininkuose ▪ Varėnoje

Kuponas galioja iki 2017 m. liepos 30 d.

#2017 m. rugsėjo 19 d. #Kaunas, „Žalgirio“ arena #Bus siurprizų studentams – sekite naujienas!
#Nemokamas renginys #Registracija www.switchit.lt #Apmokamas atvykimas moksleiviams

Suplanuok savo dieną #SWITCH!

KURK VERSLĄ INTERNETE

Nori kurti verslą, bet nedrįsti? Įkvepiančios istorijos #SWITCH! Jaunimas dalyje.

STUDIJUOK #TECH

Nori rinktis technologijų studijas, bet nežinai, ar tai tau? Studijų pasiūlymai iš pirmų rankų - #SWITCH! Mokslo mugė dalyje.

PAČIUPINĖK #TECH „TRENDUS“

Nori savo rankomis išbandyti naujausias šiandienos technologijas? Valdyk robotus, dronus, 3D spausdintuvus, hologramas #SWITCH! Cool and Crazy dalyje.

IŠLAISVINK IDĖJAS

Nori patirti, kaip per naktį sukurama verslo idėja bei tapti kūrybiškai išprotėjusios komandos dalimi? Registruokis dalyvauti #SWITCH! hakatone.

ĮDIEK NAUJOVES VERSLE

Nori aptarti, kaip atsinaujinti technologijų amžiuje? Karščiausios skaitmeninės rinkos temos – #medtech, #fintech, #cybersecurity, #dataprotection – diskusijose su inovatoriais, techgigantais ir ES ekspertais #SWITCH! Profesionalai dalyje.

ATNAUJINK PAMOKAS

Nori sužinoti, kaip dirba kiti kolegos mokytojai? Sėkmės istorijos ir gerosios patirtys iš Lietuvos, Suomijos ir kitų šalių #SWITCH! Mokykla dalyje.

Rugsėjo 19 d. paaiškės, kas „užveža“ lietuvius

Rugsėjo 19 d. jau trečius metus iš eilės vyksiantis didžiausias Baltijos šalyse nemokamas modernių technologijų bei verslumo renginys #SWITCH! persikelia į Kauną, kurio „Žalgirio“ arenoje susitiks visi, neabejingi pažangai, pradedant talentingu jaunimu, baigiant vizionieriais ir visuomenės lyderiais.

Planuojama, kad šių metų #SWITCH! renginys pritrauks daugiau nei 10 tūkst. dalyvių, tarp kurių bus verslo ir politikos atstovai, moksleiviai, jaunimas ir mokytojai.

Kad tokio masto renginys būtų įgyvendintas, neprašant mokesčio iš jo dalyvių, įmanoma tik turint partnerių ir rėmėjų. Renginio pagrindiniai rėmėjai – „Swedbank“, asociacija EAMSP, rėmėjai – „Google“, „Yahoo“ ir kt. Organizaciniai partneriai – MITA, Ūkio ministerija, Lietuvos savivaldybių asociacija.

#SWITCH! sumanytojas bei rengėjas Antanas Guoga - Europos Parlamento narys, nuo kadencijos pradžios dirbantis Europinės skaitmeninės darbotvarkės srityje. Lietuvis EP narys yra vienas aktyviausių technologinio švietimo entuziastų ELP frakcijoje. „Pakviečiau ir kitus EP narius atvykti į Lietuvą, pasidalinti europinės teisėkūros patirtimi, aptarti naujausias skaitmeninio verslo reguliavimo iniciatyvas. Pavyzdžiui, ir vieną kiečiausių kibernetinio saugumo politikos srityje - kolegą iš ELP frakcijos, vokiečių André Švabą“, - pasakojo A. Guoga. ELP grupė yra išskėlus vienu iš prioritetų sklandų vieningos skaitmeninės rinkos Europoje sukūrimą.

Mėgstamos pramogos su „Viasat“ - bet kur ir bet kada

Televizijos žiūrėjimas išlieka viena populiariausių pramogų - naujaisiais TNS duomenimis, prie žydrųjų ekranų praleidžiama apie 4,5 valandos per dieną. Tačiau ką daryti, kad ne tik turėtumėte ką žiūrėti per televizorių, bet ir galėtumėte mėgautis mėgstamomis laidomis, sporto transliacijomis sau patogiausiu metu?

Danutė SAVICKAITĖ

Atšilus orams dažnas lietuvis miestą išmaino į gamtą: vasaros vakarus jaukiai leidžia sodybose, paplūdimiuose ar kurortuose, pamiršę kasdieninius rūpesčius. Net ir keliaujant iš vienos vietos į kitą ar esant toli nuo miesto šurmilio norisi turėti sau įprastą pramogą šalia - atsipūsti žiūrint įdomų filmą ir nepraleisti nė vienos mėgstamiausio serialo serijos ar svarbių krepšinio rungtynių.

Įsivaizduokite, kad iki lemiamų sporto rungtynių ar ilgai lauktos filmo premjeros liko vos 5 minutės, tačiau vienintelis būdas būti kartu su jūsų mėgstamu turiniu - klausytis sporto transliacijos per radiją ar peržiūrėti filmą kur kas vėliau. O kaip elgtis tada, kai sodyboje viešintys vaikai ar anūkas nori įsijungti animacinį filmuką, tačiau tam tiesiog nėra galimybės? Tokios situacijos verčia ne tik jaustis nepatogiai, bet ir atsisakyti pamėgtos pramogos.

Žmonėms patinka, kad gali savo mėgstamą turinį žiūrėti bet kur ir bet kada. Dabar tai ypač paprasta - „Viasat“ ir „Viaplay“ suteikia galimybę žiūrėti kruopščiai atrinktus filmus,



► Greičio mėgėjams - „Formulė-1“ lenktynių transliacijos

serialus ir geriausius sporto laidas ne tik per televizorių, bet ir kompiuteryje, planšetėje ar mobiliajame telefone.

„Net likus kelioms minutėms iki svarbių sporto varžybų ar laukiamiausios metų premjeros, žmogus gali jaustis ramus, nes „Viasat“ ir „Viaplay“ turėtojai visada turės galimybę kur jį pasiūlyti, - sako „Viasat“ komercijos vadovė Lietuvai Monika Žvinklytė. - „Viasat“ televizija suteikia kitokią - išskirtinę - žiūrėjimo patirtį. O atsižvelgus į nuolat keliaujantį ir judantį klientą, papildomai siūloma nauja paslauga „Viaplay“ leidžia mėgstamiausią turinį pasiekti bet kur ir bet kada - gulint paplūdimyje, važiuojant traukiniu ar poilsiaujant sodyboje.“

Stasys Dapkevičius jau 8 metai esantis „Viasat“ klientas, sako, kad iki šiol jam neteko patirti jokių nepatogumų norint sodyboje įsijungti krepšinio čempionatą ar naujo filmo premjerą.

Namuose įsigijęs „Viasat“ televiziją, o sodyboje jau nuo seno turintis papildomą palydovinę anteną, kiekvieną savaitę čia atvažiuojantis pailsėti vyras kartu vežasi ir antrąjį televizijos imtuvą, kuris jam leidžia mėgautis geriausiais sporto transliacijų vaizdais. O laukdamas pasisvečiuoti atvyksiant anūko Stasys žino, kad animacinius filmukus jis galės pasižiūrėti be jokio vargo. Ypač vyras džiaugiasi naująja paslauga, kurią įsigijo kartu su „Viasat“, - tai videotransliacijų internetu platforma „Viaplay“.

„Sunku patikėti, ką gali šiuolaikinės technologijos. Kiekvieną kartą, kai tenka su žmona ginčytis, kurio gi pageidaujama filmą šįkart žiūrėsime,



► Stasys Dapkevičius sodyboje jau nuo seno turi palydovinę „Viasat“ anteną

vis prisimenu, kad kompiuteryje įsijungusi „Viaplay“ mano žmona galės išsirinkti sau įdomiausią filmą ir žiūrėti jį patogioje vietoje, o aš ramiai galėsiu televizoriaus ekrane matyti savo mėgstamą laidą ar sporto transliaciją“, - sako S.Dapkevičius.

Šią naująją paslaugą įvertino ir S.Dapkevičiaus sūnus su marčia. „Kai pastarąjį kartą jie buvo atvažiavę mūsų aplankyti, pabandėme futbolo varžybas žiūrėti lauke: internetas veikė puikiai, vaizdo kokybė buvo tikrai gera, o pramogauti lauke buvo ypač malonu, - sa-

ko vyriškis. - Sūnus dažnai atvažiuoja ir traukiniu, tačiau kelionė jam neprailgsta, nes kelionėje įsijungęs „Viaplay“ gali pasižiūrėti bet kokį filmą. Jis vis juokauja, kad nuo šiol visi jo mėgstami filmai ir sportas telpa į mobilųjį telefoną.“

Kad televizijos žiūrėjimas taptų dar malonesnis, „Viasat“ šią vasarą rodyt apie 40 naujausių filmų premjerų, tarp jų ir tokie gerai žinomi pavadinimai kaip „Bridžitos Džons kūdikis“, „Slaptas augintinių gyvenimas“, „Džeisonas Bornas“, „Warcraft“, „Bosė“, „Kaimynai 2“ bei

sporto varžybų transliacijos. Sporto mėgėjai tikrai įvertins „Formulę-1“, lengvosios atletikos Deimantinę lygą, moterų Europos krepšinio čempionatą ir Europos vyrų krepšinio čempionatą.

Videotransliacijų internetu platforma „Viaplay“ vienintelė Lietuvoje pradėjo rodyti naująjį kultinio serialo „Tvin Pyksas“ sezoną, žiūrovams taip pat paruošti nauji serialų „Afera“, „Rėjus Donovanas“, „Skorpionai“ ir kt. sezonai.

„Viasat“ klientai šią vasarą turi galimybę įsigyti „Viaplay“ paslaugą už specialią kainą ir mėgautis pramogomis bet kur ir bet kada. Šią vasarą žiūrovui ypač paprasta rinktis - jaukų vakarą prie televizoriaus ir mėgstamus filmus ir serialus, sutelpančius į tavo kišenę. Mėgautis kokybišku ir rinkiniu turiniu dar niekada nebuvo taip paprasta ir patogiu!



Užs. 252



► Viena iš „Viasat“ vasaros premjerų - „Bridžitos Džons kūdikis“

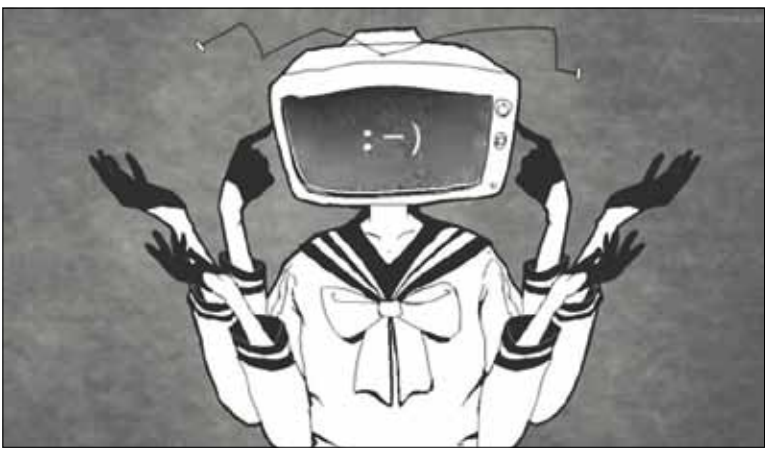
Kompiuteriai geba suprasti žmonių kalbą?

Jau milijonai žmonių yra atidarę siuntinius su mažais prietaisais, gebančiais vis sparčiau naudoti žmonių kalbą. „Amazon Echo“ („Amazon aidas“) prietaisas siūlo skaitmeninį asistentą, vardu Aleksa (Alexa), ir dabar jis egzistuoja daugiau nei 5 mln. namų. „Echo“ yra cilindro formos stalinis kompiuteris, kurio vienintelė sąsaja yra balsas.

Paklauskite Aleksos apie orą, paprašykite pagroti muzikos, užsakyti taksį, nusakyti, koku transportu pasiekti reikalingą vietą, ar papasakoti anekdotą, ir „Echo“ tai padarys. Balsu reguliuojami skaitmeniniai padėjėjai iš Amerikos kompiuterinių gigantų („Google“ asistentas, „Microsoft Cortana“ ir „Apple Siri“) taip pat smarkiai pagerėjo. Kaip kompiuteriai geba suprasti žmonių kalbą?

Pirmiausia mašinos buvo mokomos taisyklių - pavyzdžiui, vertime nustatyti gramatikos taisykles, kaip išskaidyti šaltinio kalbos prasmę, o kitu taisyklių rinkiniu atkurti tą prasmę į tikslinę kalbą. Bet greitai buvo suprasta, kad tokios taisyklės nėra pajėgios dirbti su sudėtingais sakiniais. Ateinančius kelis dešimtmečius žmogaus kalbos technologijoms skirtas finansavimas nuslopo, bet tik laikinai, iki 1980-ųjų renesanso.

Šiuolaikinės kalbos technologijos moko save pačios, ir tam naudojama raštų atitikimo struktūra. Kalbos atpažinimo kompiuteriams yra teikiami garso įrašai ir žmogaus parašyti vertimai. Sistema geba numatyti, kurie garsai turėtų sukelti tam tikras transkripcijas. Vertime mokymo priemonės yra šaltinio kalbos tekstas garso forma ir žmogaus parašyti vertimai. Sistema išmoksta atrasti jų sąsajas ir nuspėti vertimus.



Vienas dalykas, kuris pagelbėja balso atpažinimo ir vertimo sistemai, yra kalbos modelis: tai žinių bankas apie tai, kas būdinga tam tikros kalbos sakiniams, ir tai padeda gerokai susiaurinti spėliones. Šį metodą padėjo įgyvendinti trys perversmai: daug galingesni kompiuteriai, sparčiai auganti viešai prieinamų duome-

nų bazė ir, svarbiausia, vadinamasis gilusis mokymasis („deep learning“), naudojantis skaitmeninius neuroninius tinklus su keliais sluoksniais skaitmeninių neuronų ir jungčių tarp jų, pastarasis yra ypač pajėgus mokytis iš pavyzdžio.

Visa tai reiškia, kad kompiuteriai dabar yra išpūdingai kompeten-

tingi atlikti balsu pasakytus siaurai apibrėžtus prašymus. Kokia temperatūra bus Vilniuje rytoj? Yra paprastas klausimas. Vartotojas netgi gali užduoti sudėtingesnę klausimą - paklausti, ar rytoj reikės skėčio (skaitmeniniai palydovai nenustodami mokosi skirtingų būdų, kaip žmonės užduoda klausimus), tikriausiai gausite paieškos sistemos sugeneruotą rezultatų sąrašą. Kai mašinų mokymasis pagerės dar labiau ir kai vartotojai leis mašinoms sužinoti daugiau apie jų gyvenimo būdą, tokie atsakymai taps vis naudingesni. Tiesa, tai kelia nerimą privatumo šalininkams. Bet jei pastarųjų kelerių metų mobiliųjų telefonų naudojimo tendencijos padeda spręsti apie šios technologijos ateitį, vartotojai bus pakankamai sužavėti ir naujoms funkcijoms padarys kompromisą.

Parengta pagal užsienio spaudą

Vanduo - ne tik draugas, bet ir priešas



Redakcijos archyvo nuotr.

Prasidėjus vasarai, žmonės mėgsta poilsiauti prie ežerų ar kitų vandens telkinių, kur gali atsigaiivinti. Tačiau neretai atrodytų nekaltais poilsis baigiasi nelaimėmis. Todėl Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamentas primena, kad besimaudantieji turi laikytis saugaus elgesio vandenyje reikalavimų.

Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo departamentas informuoja, kad pernai vasarą ugniagesiai gelbėtojai atliko 173 gelbėjimo darbus vandenyje. Jų metu buvo ištraukti 65 skenduoliai (iš jų - 6 vaikai) ir išgelbėti 22 gyventojai (iš jų - 6 vaikai). Nuskendusių ir skendusių žmonių skaičius yra gerokai didesnis, nes, be ugniagesių gelbėtojų, žmonės iš vandens traukia ir gelbėjimo stočių gelbėtojai, ir policijos pareigūnai, ir gyventojai.

Kodėl vandenyje įvyksta tiek daug nelaimių ir kaip jų išvengti? Vilniaus apskrities priešgaisrinės gelbėjimo valdybos 6-osios komandos viršininkas Giedrius Ruočkus sako, kad nelaimės nulemia daug priežasčių. „Didelį nerimą visoje Lietuvoje kelia dažni vaikų skendimai. Nors statistškai suaugusieji skęsta dažniau, bet ir vaikų skendimų skaičius yra labai didelis. Tą lemia faktas, kad vaikai neturi suformuotų įgūdžių, kaip elgtis vandenyje, neturi pakankamų plaukimo įgūdžių, taip pat tai lemia tėvų nepriežiūra. Paaugliai dažniausiai nesilaiko



► Giedrius Ruočkus

saugaus elgesio vandenyje reikalavimų: maudosi, šokinėja į vandenį nežinomose vietose. Suaugusiųjų problemos - saugaus elgesio vandenyje nesilaikymas, alkoholio vartojimas, jėgų pervertinimas jo pavartojus, saugaus elgesio nesilaikymas plaukiant vandens transportu, liemenių nedėvėjimas valtyse ir t.t.,“ - vardijo G. Ruočkus.

Pasak jo, neretai skęstama ir dėl sveikatos problemų. Pavyzdžiui, pavartojus alkoholio gali sutrikti širdies veikla. Be to, žmonės mėgsta į vėsų vandenį bristi ir imti plaukti įkaitę, prieš tai neatsivėsinę, todėl gali sutraukti mėšlungis - didelė visų neatsargių plaukikų bėda.

„Yos įbridus į vandenį negalima plaukti ilgų atstumų, nes raumenys nebūna pasirengę tokiam staigiam fiziniam krūviui, stresui. Sutraukus mėšlungiui žmonės apima panika, pradeda spazmuoti kvėpavimo takai ir pradeda skęsti,“ - įspėjo G. Ruočkus.

Kaip elgtis silpnai plaukti mokan-

čiam žmogui, pamačius, kad kažkas skęsta tolokai nuo kranto?

„Jei matote skęstantį asmenį, pirmiausia reikia stengtis į tai atkreipti žmonių dėmesį, tarp jų gal atsirastų ir gerų plaukikų. Būtina paskambinti telefonu 112 ir pasakyti tikslių adresą, privažiavimo būdus ir tuomet pagalvoti, kaip padėti skęstančiajam. Jei vietoje gelbėtojų nėra, galima panaudoti poilsiavietėje esančias plūdūmų priemones (kamuočius, čiužinius ir t.t.) - paduoti jas skęstančiajam, kad jis galėtų išsilaikyti virš vandens. Išskirtiniais atvejais galima bandyti plaukti prie skęstančiojo ir pamėginti padėti pačiam, tačiau tai rekomenduojama tik gerai pasirengusiems plaukikams. Skęstantysis, kad ir koks sąmoningas būtų, visada griebiasi šalia esančio objekto, todėl neabejotina, kad griebtų ir gelbėtoją. Jei gelbėtojas prastai pasirengęs, skęsti gali pradėti abu“, - sakė G. Ruočkus.

Pasak jo, būtina sąlyga, kad esantys ant kranto kuo skubiau kvieštų gelbėjimo tarnybas, nes brangi kiekviena sekundė. Taip pat patariama rinktis vietą maudynėms ten, kur yra žmonių: kad atsitikus nelimei būtų suteikta pagalba. Beje, daugiau įvairiausių rekomendacijų, kaip saugiai elgtis vandenyje, galima sužinoti apsilankius Priešgaisrinės apsaugos ir gelbėjimo tarnybos interneto svetainėje www.vpgt.lt.

Danas NAGELĖ

Užs. 287

Atostogos užsienyje - svarbu ne tik gera nuotaika ir akiniai nuo saulės

Vasarą ne vienas lietuvis imasi dairytis viliojančių kelionių ir poilsio svečiose šalyse pasiūlymų ar savarankiškai planuoja atostogas užsienyje. Dažnas ruošdamasis atostogauti ne Lietuvoje pasirūpina net ir pačiomis menkiausiomis smulkmenomis, tačiau neretai vis tiek pamiršta vieną svarbiausių dalykų - tinkamą apsaugą nuo galimų nemalonių netikėtumų. Europos bendrovės „ERGO Insurance“ Lietuvoje Draudimo departamento direktorius Tomas Nenartavičius sako, kad lietuviai vis dar dažnai tinkamai neįvertina galimų rizikų svečiuojantis užsienyje, o kelionių draudimą renkasi atsitiktinai arba juo nepasirūpina visai.

Draudimas draudimui nelygu



„Atostogaujant, keliaujant užsienyje visuomet gali nutikti nenumatytų dalykų, kurie neretai kaip reikiant aptemdo poilsį ir kelionės įspūdžius. Nepaisant to, suplanavę kelionę ir gyvendami būsimais jos įspūdžiais lietuviai dažnai pamiršta pasirūpinti visaverte draudimo apsauga. Tiesa, dažnas neretai turi su banko kortele gaunamą kelionių draudimą ir mano, kad su juo gali jaustis visiškai saugus. Vis dėlto visuomet rekomenduotina atidžiau pasidomėti, nuo kokių tiksliai rizikų ir kokiomis sąlygomis toks draudimas saugo“, - sako T. NENARTAVIČIUS.

Anot T. Nenartavičiaus, daugeliu atvejų tai būna tik bazinis kelionių draudimas, nedengiantis nuostolių, patirtų tam tikromis specifinėmis aplinkybėmis. Be to, visuomet reikėtų susižinoti, kokia maksimali to-

kio draudimo suma, nes aukšto pragyvenimo lygio šalyse jos gali ir nepakakti visiems patiriamiems nuostoliams padengti.

„Europos Sąjungos piliečiai, keliaujantys Bendrijos ir Europos Ekonominės Erdvės šalyse bei Šveicarijoje, taip pat neretai pasikliauja Europos sveikatos draudimo kortelės suteikiama teise į būtinąją medicinos pagalbą. Svarbu pažymėti, kad nors tokia apsauga yra geriau nei jokios, vis dėlto ji yra ganėtinai ribota. Visų pirma ji apsaugo tik nuo su sveikatos sutrikdymu susijusių rizikų ir tik ribota apimtimi. Antra, būtiniausias sveikatos priežiūros paslaugas nemokamai gauti ji leidžia tik valstybinėse įstaigose, o, pavyzdžiui, kurortuose tokių dažnai apskritai nebūna, todėl pagalba čia suteikiama brangiose privačiose klinikose“, - tvirtina T. Nenartavičius.

Svarbu tinkamai įvertinti rizikas

T. Nenartavičiaus teigimu, keliaujant poilsiauti ar dalykiniais reikalais į kurią nors užsienio šalį reikia įvertinti jos specifiką, jai būdingas rizikas ir iš anksto pagalvoti apie kelavimo būdus bei priemones, būsimas aktyvias pramogas.

„Turbūt visi sutiksime, kad yra skirtumas, ar atostogų metu planuo-



jame tiesiog mėgautis saule paplūdimyje, ar ketiname išmėginti ir aktyvias pramogas. Apie visas tokias veiklas, kaip ir kopimą į kalnus, žygius sportiniais dviračiais, plaukimą srauniais upokšniais pripučiamuose plaustuose ir kt., prieš draudžiantis reikėtų informuoti draudimo bendrovę. Kitu atveju su tokiomis veiklomis susijusios rizikos gali būti neįtrauktos į draudimo apsaugą, o jų metu patirtos žalos nekompensuojamos“, - sako T. Nenartavičius.

Be to, anot T. Nenartavičiaus, renkantis kelionių draudimą svarbu pasidomėti, ar jis galioja vienam asmeniui, ar visai šeimai, taip pat kokia yra maksimali draudimo suma ir kitos sąlygos. Be to, svarbu įvertinti ir draudikų partnerių - svečioje šalyje nelaimės atveju pagalbą organizuojančių įmonių - patikimumą.

Patikimi draudikų partneriai leidžia išvengti apgaulės

„Patikima medicininių paslaugų asistavimo įmonė apsidraudus kelionių draudimu yra labai svarbu todėl, kad daugeliu atvejų nuo jos priklauso, ar gyventojui sveikatos prie-

žiūros paslaugos bus suteiktos kokybiškos ir laiku. Ypač tolimesnėse, egzotiškesnėse šalyse keliaujančiam gali būti sunku pačiam priimti teisingiausius sprendimus nežinant vietos sveikatos apsaugos sistemos specifikos ir kultūros“, - sako T. Nenartavičius.

T. Nenartavičius pasakoja, kad neretai užsienio šalyse netgi bandoma pasipelninti iš turistų nelaimių. Susižeidusius ar susirgusius svetimą šaliu vietinai, būna, pristato į klinikas, kurios neturi atitinkamų licencijų teikti reikiamo pobūdžio medicininės paslaugos, jose dirbantys specialistai yra įgiję nepakankamą kvalifikaciją, o tokio gydymo pasekmės gali baigtis rimtomis komplikacijomis, jaučiamomis visą gyvenimą.

Anot draudimo eksperto, tam, kad to būtų išvengta, visuomet susirgus ar susižeidus svarbu pirmiausia susisiekti su draudikų partneriais ir vadovautis jų nurodymais bei patarimais. Draudikų klientus aptarnaujančios įmonės paprastai išmano kiekvienos konkrečios šalies sveikatos apsaugos sistemą, turi reikiamus kontaktus ir patikimų bei abe-

jotinos reputacijos gydymo įstaigų sąrašus, todėl gali suorganizuoti tinkamiausią pagalbą. Be abejo, kartais iškilus pavojui kontaktuoti su draudikais ar jų partneriais paprasčiausiai nėra laiko, todėl tais atvejais, kai medikų dėmesio pacientui reikia neatidėliotinai, pirmiausia būtina siekti pirmosios pagalbos.

Didžiausias žalas patiria JAV

„Kelionę ar atostogas sugadinti gali ne tik sveikatos sutrikimai. Neretai svečiuojantis užsienyje problemų ir nuostolių pridaro ir ilgapirščiai. Su tuo dažniausiai susiduria Pietų Europoje ar Pietų Amerikoje poilsiaujantys lietuviai. Taigi renkantis kelionių draudimą verta įsitiškinti, ar jis apsaugos ir nuo tokių grėsmių“, - pataria T. Nenartavičius.

„ERGO Insurance“ atstovo teigimu, pernai bendrovė dėl įvairiausių kelionių metu patirtų žalų savo klientams iš viso išmokėjo beveik 640 tūkst. eurų kompensacijų. Didžiausią jų siekė net 75 tūkst. eurų. Tiek kainavo viešnagės JAV metu automobilio partrenkto lietuvio gydymas. Kaip žinoma, medicinos paslaugos JAV kainuoja itin brangiai, todėl didžiausių pernai ERGO išmokėtų kelionių draudimo išmokų sąrašo viršūnėje dominuoja būtent šioje šalyje patirtos žalos.

T. Nenartavičiaus teigimu, dažniausiai nemalonumų užsienyje lietuviai pernai patyrė dėl vagysčių iš išsinuomotų transporto priemonių, nudgeimų nuo saulės, apsinuodijimo maistu ir slidinėjimo kurortuose patirtų traumų.

„Labas, vasara!“ inf.

Rokiškio NAMINIS pienui - tarptautinis pripažinimas

Statistikos departamento duomenimis, vienas lietuvis per metus suvartoja daugiau kaip 300 kg pieno ir jo produktų, pastebima, kad kasmet pieno vartojimas mūsų šalyje auga. Vienu mėgstamiausių mūsų vartotojams tiek skonio, kokybės, tiek kainos atžvilgiu tapęs Rokiškio NAMINIS pienas, neseniai pelnęs ir tarptautinį įvertinimą - prestižinį „Best Buy Award“ apdovanojimą.

Edita SIAVRIS

Vertingumu neatsilieka nuo žaliao pieno

Gyventojų būtiniausių prekių krepšelyje, be kiaušinių, duonos, dažniausiai atsiduria ir pienas bei jo produktai. Esame prarę ieškoti kokybės už priimtina kainą, tačiau kaip nepasiklysti pasiūlos gausybėje, kai pieno rūšių tiek daug, o pakeliai vieni už kitą patrauklesni akiai.

Vis dėlto pagrindiniu vartotojo reikalavimu išlieka pieno vertingosios savybės, dėl šios priežasties žmonės pamėgę Rokiškio NAMINĮ pieną. Paslaptis - pažangiausia gamybos technologija, dėl jos piene išlieka vertingi pieno baltymai, vitaminai A, D bei kalcis.

„Gaminant šį pieną pritaikyta aukšto lygio mikrobinio užteršimo valymo sistema, parinktas švelnus terminio apdorojimo režimas ir pakeltas sanitarijos lygis pieno fasavimui. Visa ši sistema leidžia maksimaliai išsaugoti pieno vertingąsias savybes“, - aiškino UAB „Rokiškio pienas“ inžinierė technologė Vilma Denišienė.

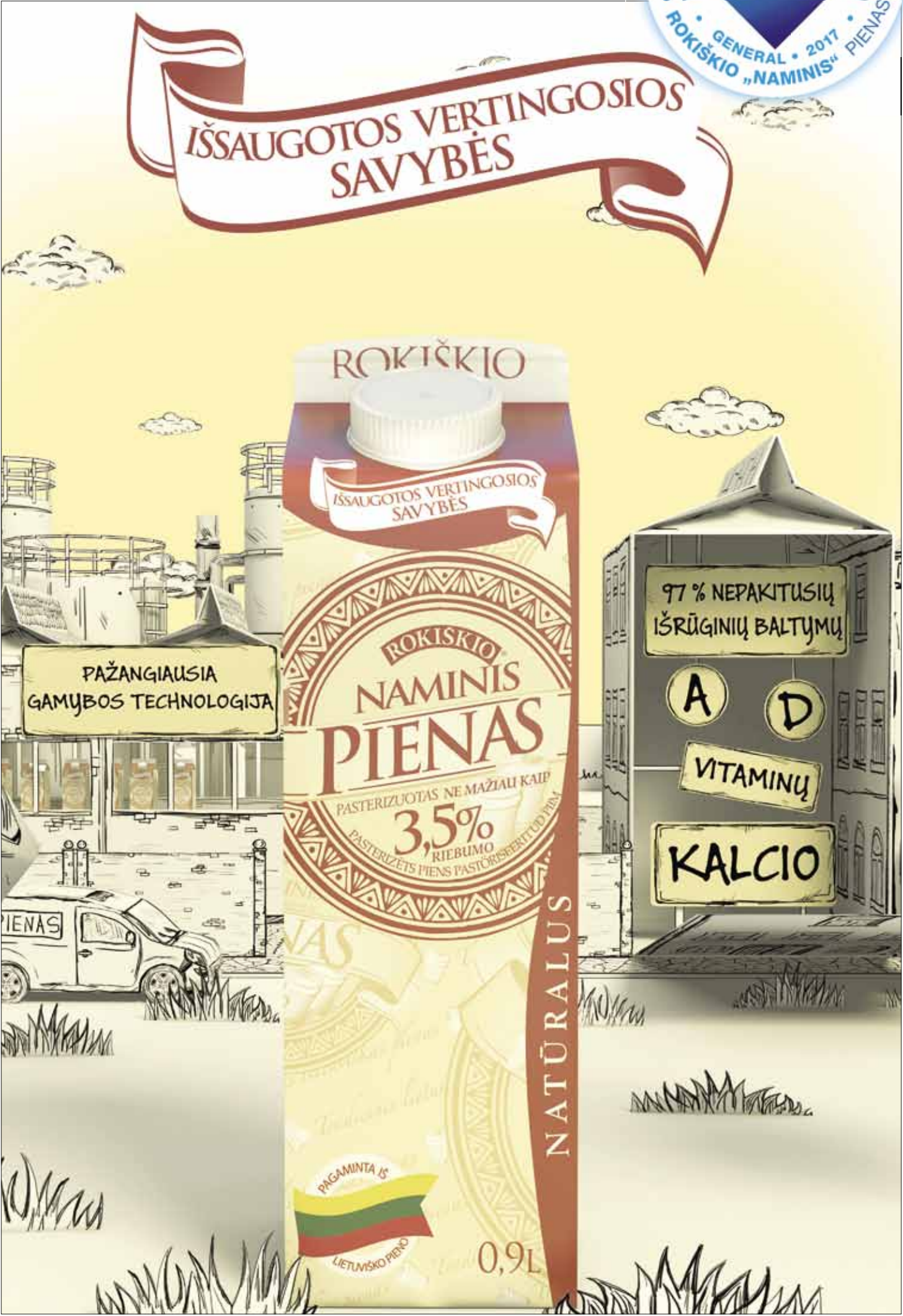
Pieno gamyboje naudojama inovatyvi sistema, kuri pašalina iš pieno sporas bei bakterijas nepažeidžiant baltymų molekulių. Pieno terminis apdorojimas vyksta vadinamuoju minkštu pasterizacijos būdu, todėl kalcio kiekis beveik nekinta, palyginti su žaliu pienu. Atlikus tyrimus paaiškėjo, kad minėtu būdu pasterizuotame piene vitamino D išlieka net 0,67 mikrogramo/100 gramų, palyginimui - žaliame piene atitinkamai 0,78 mikrogramo/100 gramų. Vadinasi, pasterizuotame piene vitamino D mažiau tik 8,6 proc. Įdomu tai, kad vitamino A kiekis minėtu būdu pasterizuotame piene nepakinta išvis ir išlieka 30,4 mikrogramo/100 gramų, kaip ir žaliame piene.

V.Denišienė akcentavo, kad kuo mažesnis mechaninis ar terminis apdorojimas, tuo mažesni pieno sudėtinųjų dalių pokyčiai. Šios tiesos laikosi UAB „Rokiškio pienas“ darbuotojai. Rokiškio NAMINIS piene, apdorojame žemoje pasterizacijos temperatūroje, išsaugomos vertingos maistinės medžiagos.

Pasterizuotas ir atšaldytas pienas laikomas steriliu oru užspausiose talpose, taigi užtikrinama, kad jokios ore esančios bakterijos iki išfasavimo patekti į pieną neturės galimybių. Fasavimo ir pieno laikymo metu naudojamos vožtuvų ašys sandarinamos steriliu vandeniu, todėl sterilumo lygis dar aukštesnis. Pakavimo mašinos fasavimo metu naikina bakterijas, esančias ant pakavimo medžiagų, taip pat dėl sterilaus oro viršslėgio fasavimo automato vidus apsaugotas nuo aplinkos užteršimo.

Prestižinis apdovanojimas

Rokiškio NAMINĮ įvertinę ne tik mūsų vartotojai, neseniai už geriausią kokybę ir kainos santykį Rokiškio NAMINIS pienas pelnęs prestižinį „Best Buy Award“ apdovanojimą, kurį įsteigė Šveicarijos sertifikavimo organizacija ICERTIAS. Laimėtu medaliu didžiūojasi ne vienas visame pasaulyje gerai žinomas prekės ženklas. Tokį pripažinimą UAB „Rokiškio pienas“ leido pelnyti nuolatinis dėmesys produkto kokybei, naujųjų taikymui, įpakavimui. Žvelgdami į pieno įpakavimą tikriausiai



dažnas manome, kad tai tik dizaino ir estetikos dalykai, anaiptol, Rokiškio NAMINIO pieno pakelis iš vidaus turi rudą kartoną, kuris sumažina neigiamą šviesos poveikį produktui. Patogesnis pilti tapo dėl naujų didelių kamštelių. Tausojantiems gamtą patiks naujos formos, lengvai sulankstomi ir mažai vietos užimantys pieno pakeliai. Rokiškio NAMINIS pienas pasižymi subtiliu, tradiciniu skoniu, būtent todėl ir vadinamas NAMINIU. UAB „Rokiškio pienas“ inžinierė technologė V.Denišienė pa-

sakojo, kad pieno sudėtinųjų dalių pokyčiams bei maistinei vertei pasirinktas gamybos būdas turi įtakos galutinio produkto jausmams savybėms. Tiesa, vien iš skoninių savybių atskirti, kuris pienas yra vertingesnis, vartotojui yra sudėtinga. Tačiau turbūt mes visi stengiamės rinktis tą pieną, kuris priima atostogas, praleistas pas močiutę kaimė. „Parenkant gamybos būdą yra stengiamasi išlaikyti natūresnį skonį bei pieno maistinę vertę. Pieno skoniui įtakos turi ne tik parinktas gamybos būdas, bet ir super-

kamo pieno skoninės savybės“, - kalbėjo ji. Pienas iš tiesų turtingas maistinių medžiagų, jame yra ir riebalų, ir baltymų, ir angliavandenių, mineralinių medžiagų, vitaminų bei kitų medžiagų. Tai daugiakomponentė biologinė sistema. „Prisiminkime dar vieną gyvenimo patirtį ir tiesą. Juk ne vieną mažylį užaugino mūsų seneliai, kur šeimos buvo vartojamas tik karvės pienas“, - apie tai, kad pienas - unikalus produktas, kalbėjo V.Denišienė.



DRUSKININKŲ
SVEIKATINIMO IR
POILSIO CENTRAS
AQUA



pasinerkite į
pramogų ir poilsio stūkurį!



www.aquapark.lt

Muziejus, kur pagrindinis eksponatas - MENAS IR GAMTA

Vasara - puikus metas poilsiui, ekskursijoms gamtoje ir pažintims su lankytinomis Lietuvoje vietomis, tad būtent šiuo metų laiku muziejuose po atviru dangumi - tikras darbymetis. Didesniems lankytojų srautams ruošiasi ir šiuolaikinio meno ir gamtos harmoniją perteikiantis Europos parko muziejus po atviru dangumi, kuris šiemet lankytojus pakvies į kelionę laiku. Apie išskirtinį šiuolaikinį meną ir istoriją jungiantį maršrutą ir per 30 metų nuolat besikeičiantį Europos parką kalbėjomės su muziejaus kūrėju ir menininku Gintaru KAROSU.



- Europos parko muziejiaus idėja igyvendinta jūsų rankomis. Būdamas vos devyniolikos apleistą laukinį mišką pradėjote keisti ir ilgainiui pavertėte didžiuliu šiuolaikinio meno ir gamtos harmonijos parku. Kaip per 30 metų pavyko neprarasti ikvėpimo?

- Kai per visus šiuos metus nuolat matai, kaip tie medžiai paaugo, pasikeitė, ir prisimeni anksčiau čia buvusias neįžengiamas pelkes, supranti, jog tai, ką darai, yra prasminga, ir dar prasmingiau tą aplinką tobulinti ir toliau. Reikėtų pripažinti, jog tuomet, kai tik kūriau Europos parką, mano požiūris į pasaulį, o kartu ir į patį meną bei kūrybą, buvo gana vienareikšmiškas. Tačiau dabar jau matau gerokai daugiau, atrandu skirtingas prizmes, tarp jų ir istorinę.

Šiandien parke glaudžiasi žymiausių menininkų darbai. Kai kurie iš jų labai ambicingi ir įspūdingi. Europos parke yra vienas geriausių neseniai mirusios menininkės Magdalenos Abakanovič (M.Abakanowicz) kūrinys „Neatpažinto augimo erdvė“. Šalia įkomponuotas jos dvyliaukė metų vėliau sukurta „Burtininkas“. Dvidešimt dvi įvairaus dydžio augimo erdvės, primenančios dinozaurų kiaušinius, yra vienas įspūdingiausių kūrinių, kurie įstringa daugeliui lankytojų. Svečių knygoje dažnai randu atsiliepimus, jog vizitas parke lankytojams virsta atgaiva sielai ir net įkvėpimu kurti. Neseniai Jungtinės Karalystės leidinys „Telegraph“ paskelbė 10 priežasčių, kodėl verta aplankyti Lietuvą, o pirmoje vietoje atsidadė būtent Europos parkas.



► Europos parke daug lankytojų dėmesio sulaukia J.B.Hudsono „Debesų rankos“

- Turbūt kaip to įrodymas - naujasis lankytojams pasiūlytas maršrutas „Europos parkas - Liubavo dvaras“. Kuo jis nuste-
bins atvykstančius svečius?

- Manau, maršrutas įdomus tuo, jog jis labai spalvingas. Europos parkas išsiskiria moderniu menu ir žavinga gamta. Tai didžiulis muziejus po atviru dangumi, kuris kasmet sulaukia labai daug svečių iš Lietuvos ir įvairių pasaulio šalių. Visiems Europos parkas yra viena unikaliausių meno salų. O Liubavo dvaras, priešingai, - vienas seniausių dvarų Lietuvoje. Jo istorija siekia dar XV a., kai dvaro savininkas buvo Vytauto Didžiojo kancleris Jonas Goštautas. 2012 m. čia įrengtas Liubavo dvaro malūnas gavo aukščiausią kultūros paveldo srities apdovanojimą kaip geriausiai Europoje restauruotas objektas. Tad šis maršrutas tuo ir įdomus, jog prasideda Europos parke, kuris yra savotiška modernaus meno oazė, o tęsiasi ir baigiasi dvare, kuris vertinamas kaip unikalus istorijos objektas ir paveldas. Liubavas įdomus ne tik paties dvaro istorija ir architektūra, tačiau ir kraštovaizdžiu. Aplink yra įspūdingų telkinių, galima pamatyti XVIII a. baroko laikotarpio oranžeriją ir oficiną. Tad šis maršrutas tarsi sukuria tokią kelionės laikų galimybę, kai viename maršrute galime pamatyti dabartį ir tuo pat metu prisiliesti prie praeities. Džiugu, kad jau dabar dvaras tikrai lankomas ir įdomus atvykstantiems žmonėms tiek iš Lietuvos, tiek iš užsienio. Neseniai radau svečių knygoje įrašą net korėjiečių kalba.

Naujasis maršrutas patogiau-
siai įveikiamas automobiliu. Beje,
tai suteikia kelionei daugiau spal-

vy. Kadangi didžioji maršruto dalis driekiasi prie pat Nerios upės. Keliaujant naujai sutvarkytu keliu lankytojams atsiveria įspūdingi vaizdai, upės atodangos, šlaitai. Tad toks maršrutas yra puiki proga savaitgalio ekskursijai su šeima, draugų kompanija. Išalkus parke galima užsukti papietauti arba atsivežus savo pietus pailsyklauti

turime labai daug interaktyvių skulptūrų, kurios suteikia galimybę žaisti, vartytis meno kūrinuose, juos atrandant visai kitokia forma, nei tai daryti esame pripratę mes, suaugusieji. Nors skulptūros „Mobile Games“, „Karuselė“ ar „Šviesos rūmai“, kuriose galima judėti, šokinėti, kuriose gimsta garsai, sudomina ne tik vaikus, bet ir dažną



■ Liubavo muziejus veikia nuo balandžio 15 d. iki spalio 15 d.

■ Šeštadieniais ir sekmadieniais nuo 10 iki 18 val.

■ Pasiruošti kelionei galite applanke virtualy muziejy www.liubavas.lt

gamtoje. Beje, pastebime tendenciją, jog vis daugiau žmonių atvyksta su savo maistu ir savaitgalio pietus perkelia iš namų svetainės pas mus, taip galėdami pasiimti maisto meno ir gamtos apsuptyje.

- Modernaus meno parke skulptūros ir atrakcijos daugiau orientuotos į suaugusį lankytoją, ar yra ką pamatyti ir mažiesiems?

- Mes esame orientuoti į visas gyventojų grupes, todėl galime drąsiai teigti, jog parke atradimai laukia bet kokio amžiaus žmonių. Vaikams

suaugusįjį. Parke, kuris šiuo metu užima 55 ha, turime daugiau nei 130 kūrinių, tad kiekvienas lankytojas gali atrasti kažką, kas jam artima.

Todēl turime skulptūru ne tik ģvairaus amžiaus lankytojams, bet ir tokiu, kuras skirtas blogai mātantiems žmonēm, neģigaliesiems. Ģvairioms lankytoju grupēm taikome nuolaidas, taip pat šeimoms. Be to, apsīlankius Europos parke, bilietas ī Ģiubavo dvarā gali būti pigesnis, ir atvirkšćiai. Tikrai laukīame visu ī, kurdami bei atnaujīndami parkā, visuomet galvojame apie ģvairius žmones ir kas ģiems galētu būti ģdomu.

■ **Europos parkas veikia kasdien nuo 10 val.**

■ Paskutiniai lankytojai
įleidžiami iki 19 val.

- Minėjote, jog kuriant parką teko kaip reikiant išvalyti teritoriją, kurioje plytėjo apleistas miškas, tačiau šiandien lankantis parke kiekviename žingsnyje jaučiama gamtos ir meno sintezė ir nė vienas iš šių dviejų komponentų neužgožia kito. Kodėl pasirinkta tokia idėja?

- Manęs dažnai klausia, kodėl Europos parkas - natūralioje gamtoje, kodėl Europos centro idėja įprasmini pasirinkau meno kalbą. Todėl, kad meno kalba yra universali, ji suprantama visiems skirtingų kultūrų atstovams. Gamta amžina ir tobula, tačiau jai prasmę suteikiame mes, žmonės, deja, dažnai pažeisdami gamtą. Siekiu didžiosios sintezės tarp meno, gamtos ir žmogaus, išsaugodamas pagarbą aplinkai.

Tad ir per visus šiuo metus, kurdamas parką, tikrai labai stengiausi išlaikyti kuo daugiau natūralios gamtos. Būna atveju, kad kai reikia pastatyti kažką naujo, nutiesiame kelią technikai, o baigę darbus tą kelią užpliname dirvožemiui ir vėl apšėjame žole. Taip sukuriame natūralumo įspūdį, o karturi ir paslaptis, kaip keliasdešimt tonų sveriantis objektas be jokių žymių atsidūrė natūralios gamtos fone. Meno kritikai dažnai pažymi, jog Europos parke labai išsaugotas natūralios gamtos pojūtis ir muziejus nėra urbanizuotas, be to, muziejus neužgožia gamtos. Nuolatos bandome išlaikyti šį balansą. Gamtai tai labai patinka. Kasdien čia sutinku vaikštančias stirnas, voveraites, kiškius.

- Tai tarsi priesārauja nau-
jausioms tendencijoms, kai po-
puliārēja īvairūs interaktyvūs
muziejai su šiuolaikinēmis pro-
jekcijomis, lazeriais, netgi kom-
piuteriniais gidais?

- Man atrodo, kad tų tikrųjų natūralių dalykų, artimų kiekvieno mūsų prigimčiai, niekas nepakeis. Suprantu, kad įvairios realybės ir naujausios technologijos yra įdomios ir joms tikrai reikia gerų idėjų bei specialistų. Tačiau to natūralumo, kai ta pati aplinka kiekvieną kartą joje apsilankius yra kitokia, jokia kompiuterinė programa nepakeis. Manau, jog visa kūrybinė energija ir pažinimo troškimas ateina būtent iš gamtos ir mus supančios aplinkos.

Kalbējosi Justina GAFUROVA

Idomūs faktai apie Europos parką

■ Gintaro Karoso meno kūrinys „LNK Infomedis“ yra didžiausia pasaulyje skulptūra iš televizorių. Rekordą užfiksavo agentūra „Guinness World Records“. Žiūrint iš paukščio skrydžio, meno kūrinys siluetu panašus į medį. Pavaizduotas sovietinės ideologijos absurdas, kai einant iš sovietinių televizorių sukonstruotu labirintu neturi galimybės pasirinkti kito kelio. Dabar, kai nebylūs ekranai nebetransliuoja ideologijos, norėdami bendrauti, žmonės ant jų pradėjo rašyti savo vardus ir telefonų numerius.

■ Muziejuje po atviru dangumi
Europos parke žaluma tampa kūri-
nių integralia dalimi - štai piramidė
Europos centro monumente tarsi
natūraliai išauga iš pievos. Skulptū-
riško Edukacinio centro pastato sto-
gas taip pat apsodintas žole ir atro-
do tarsi kalnas. Dažnas nustemba
pamatęs, kad žolytė Europos parke
auga net ir automobilyje.

■ Muziejuje po atviru dangumi Europos parke pati gamta kartais visai nepaisydama autorinių teisių sėkmingai prideda meno kūriniam savus štrichus. Štai M.Abakanovič,

atvykusi po kelerių metų po „Neatpažinto augimo erdvės“ pastatymo, apsidžiaugė, kad gamta iš betono sukurtas milžiniškas pumpurus primenančias formas apaugino sama-na, tokiu būdu harmoningai įliedama į kraštovaizdį.

■ Vienu iš Europos parko eksponatų galima pasinaudoti kaip geografiniu laikrodžiu. Europos centro monumente aplink granito piramidę ratu išdėstytos lentelės su Europos sostinių pavadinimais tiksliai pagal jų kryptis. Eidamas ratu, gali pasitikrinti atstumus iki jų.

Apie Liubavo dvaro malūną-muziejų

Liubavo dvaro malūne išgarsite apie vieno seniausių Lietuvos dvarų istoriją, apie dvarą valdžiusias kilmingas ir įtakingas asmenybes bei šeimas, tokias kaip Žygimantas Augustas, Radvila Rudasis, grafi Tiškevičiai, Krišpinai-Kiršėnšteinai ar talentingieji Slizieniai. Nežinia, todėl ar ne, dvaro pavadinimas kildinamas iš panašios prūsųškos šaknies žodžių „liubas“, „šliubas“, kurie lietuvių kalba reiškia „meilė“, „santuoka“.

Muziejus įsikūręs autentiškame užsienio meistrų statytame akmeniniame pastate, kurio sienos mena

jau daugiau nei šimtmečio istoriją. Liubavo dvaro malūno technologinė įranga visiškai restauruota, įvairūs mechanizmai apgalvotai įrengti visuose pastato aukštuose. Ir vaikams, ir suaugusiesiems įdomu pamatyti, kas vyksta su grūdais, kai jie atkeliauja į malūną.

Liubavo dvaro malūnas-muziejus įsikūręs vaizdingoje vietovėje prie Žalesos upės, kuri užtvenkta ties malūnu, leidžiasi žemyn dviem upeliais abiejose pastato pusėse ir juosia jaukią salelę ties vidiniu akmenimis grįstu kiemu.

Norintys sutaupyti keliones perka iš anksto

Lietuviai - mėgstanti keliones tauta, tačiau ne visų mūsų kišenės pilnos. Ką daryti tiems, kurių biudžetas atostogoms menkas? - klausiamo „West Express“ Poilsio kelionių pardavimų vadovės RŪTOS PETRAITIENĖS.



- Nenorintiems permokėti ar ribotą atostogų biudžetą turintiems žmonėms keliones vertėtų pirkti iš anksto, t.y. tuomet, kai tik prasideda vasaros (įprastai pradedama spalį) ar žiemos (įprastai gegužę) sezonų išankstiniai kelionių pardavimai. Pirkdami iš anksto keliautojai gali suplanuoti savo biudžetą, gauti geriausios kainos pasiūlymus ir rinktis iš didžiausios kelionių pasiūlos.

- Tačiau šiais laikais populiariu „medžioti“ ir paskutinės minutės pasiūlymus.

- Žinoma, galima laukti ir paskutinės minutės. Tačiau atostogų kelionę palikdamas paskutinei minutei žmogus labai rizikuoja, nes niekada negali būti tikras, ar gera kaina tik-



rai pasitaikys, ar bus vietų. Iki paskutinės minutės tenka laukti ir kasdien tikrinti kelionių organizatorių pasiūlymus, o nesulaukus gero pasiūlymo atostogoms skirti didesnę sumą, nei buvo suplanuota, arba rinktis atostogą visai kitoje šalyje ar viešbutyje, nei norėta.

Vienokios ar kitokios akcijos tikrai būna. Tačiau ne kiekvienas gali sau leisti mesti darbus, susikrauti daiktus ir išvykti atostogų po poros dienų. Be to, patrauklių paskutinės minutės pasiūlymų populiariems laikotarpiams - vaikų atostogoms, Kalėdų, Naujųjų metų, Velykų ir panašiai - įprastai itin nedaug. Pastebėti-

na, kad kai kurie kelionių organizatoriai taiko mažiausios kainos garantiją, t.y. įsipareigoja keliautojams, kad tokios pat kelionės vėliau įsigyti už mažesnę kainą nebepasiūlys.

- Ar išankstinis kelionių pirkimas auga?

- Žinoma. Žmonės puikiai supranta ir vertina išankstinio pardavimo naudą. Mūsų agentūroje 2016 metais išankstinis vasaros pardavimas 2015 metų pardavimus viršijo net 75 proc. Išankstinio pirkimo naudą bene labiausiai vertina slidinėjimo kelionių mėgėjai, ypač didesnės keliautojų grupės. Kalnų

kurortuose viešbučiai dažnai nedideli, jų nelabai daug, todėl populiariausių viešbučių ar apartamentų pasirinkimas už priimtina kainą sumažėja itin greit. Be to, slidininkai yra ta keliautojų kategorija, kuri tiksliai žino, kur ir ko jiems reikia.

- Kodėl didėja išigyjančiųjų keliones iš anksto gretos?

- Pagrindinės priežastys - biudžetas ir atostogų laiko lankstumas. Tie, kurių biudžetas mažai ribotas, greičiausiai kažką ras ir likus savaitei ar dviem iki išvykimo. Žinoma, tai tikrai nebus paskutinės minutės pasiūlymas, o tai, kas bus likę po išankstinio pardavimo. Didžioji tokių kelionių dalis ištirpsta likus 2-3 mėnesiams iki išvykimo. Apdairiausi keliautojai pasiūlymus įsigyja iškart, kai tik tai įmanoma padaryti.

Tai labai racionalus sprendimas - mažai tikėtina, kad kainos vėliau sumažės. Tuo metu pasiūlymai geromis kainomis ištirps. Pavyzdys - kelionių paketai Naujiesiems ir Kalėdoms. Į kai kuriuos populiariausius viešbučius Lietuvos kelionių organizatoriai kelionių paketų įprastai jau nebeturi liepą.

- Kokių patrauklių pasiūlymų turi jūsų kelionių agentūra?

- Tiesą sakant, dabar puikus metas pasinaudoti šiais pasiūlymais, nes ką tik prasidėjo išankstinių kelionių pardavimas 2017-2018 metų žiemos sezonui. Šiame didžiausias

Lietuvos kelionių organizatorius „Novaturas“ siūlo kaip niekad daug naujų kelionių kryptių. Keliautojai gali tiesioginiais skrydžiais pasiekti net tris Kanarų salas - Tenerifę, Lanzarotę ir Fuerteventurą. Šiame labai platus ir egzotinių poilsinių kelionių pasirinkimas. Keliautojai gali rinktis Vietnamą, Tailandą, Maldyvus, Šri Lanką bei Indiją.

Lieka ir populiariausios, keliautojų jau anksčiau pamėgtos žiemos kryptys - Egiptas (beje, vėl organizuojami skrydžiai į Šarm Aš Šeichą!) bei Jungtiniai Arabų Emyratai. Slidininkams siūloma vykti į jau išbandytas ir pamėgtas slidinėjimo trasas Prancūzijoje, Italijoje bei Andoroje.

- Kodėl verta naudotis jūsų pasiūlymais?

Esame poilsinių ir verslo kelionių lyderiai Baltijos šalyse, jau 25 metus savo klientams siūlantys atsakingai parengtus, patikrintus ir mūsų pačių išbandytus kelionių maršrutus. Kasmet aptarnaujame daugiau nei 200 000 tūkst. keliautojų, o verslo keliones organizuojame daugiau nei 5 tūkst. Lietuvos ir užsienio įmonių. Daugelis verslo klientų mūsų paslaugomis naudojasi ilgiau nei 15 metų. Esame vienintelė kelionių agentūra Lietuvoje, dirbanti pagal ISO 9001:2008 kokybės sertifikatą.

Kalbėjosi Edita SIAVRIS

WEST EXPRESS

PRASIDĖJO IŠANKSTINIAI „NOVATURO“ ŽIEMOS KELIONIŲ PARDAVIMAI!

MADEIRA

KANARŲ SALOS

- Tenerifė
- Fuerteventūra
- Lansarotė

JUNGTINIAI ARABŲ EMYRATAI

EGIPTAS

- Hurgada
- Šarm aš Šeichas

Daugiau informacijos teiraukitės „WEST EXPRESS“ kelionių biuruose.

NOVATURAS

Poilsinės kelionės nuo 199 €

*Pasiūlymas galioja iki 2017 liepos 31 d.

ŠVĖSKIME
25
KARTU!

Vasaros laukia ne tik poilsiautojai, bet ir vagys

Artėjanti vasara masina ne tik žmones, išsiilgusius šiltų orų ir atostogų. Vasaros laukia ir svetimo turto besigviešiantys vagišiai, tik ir būdraujantys progos įsibrauti į savaigaliui ar ilgesniam laikui ištuštėjusius poilsiautojų namus.

Kuo turėtų pasirūpinti atostogų susiruošę žmonės, kad jų namuose paliktos vertybės netaptų vagių grobiu? Apie tai kalbėjomės su vienos iš didžiausių šalyje saugos tarnybų „Ekskomisarų biuras“ rinkodaros direktoriumi Viliumi MAKASKU.



- Ką daryti, kad atostogų išpuodžių neapkartintų vagys?

- Svarbiausia - nepamiršti saugotis. Išvykstant iš namų būtina įsitikinti, kad uždaryti visi langai, užrakintos durys, įjungta signalizacija. Būna, kad žmonės per skubėjimą tokius elementarius dalykus pamiršta. Patikrinti, ar apsaugos sistema įjungta, leidžia „Ekskomisarų biuro“ klientams sukurta mobilioji aplikacija. Ji suteikia galimybę ramiai atostogauti, nes klientas savo telefone gali matyti situaciją namuose realiu laiku. Iš-

vykdami nepalikite raktų pašto dėžutėje, po kilimėliu ir kitose „slaptose“ vietose. Pinigus, juvelyrinius dirbinius ir kitus vertingus daiktus reikia laikyti seife, patikimai pritvirtintame prie grindų ar sienų. Prie kelioninių lagaminų tvirtinamose kontaktinėse kortelėse jokia būdu nederėtų nurodyti adreso. Kontaktinėje kortelėje nurodytas adresas jį pastebėjusiam piktos valios žmogui gali tapti signalu, kad tie namai likę tušti. Nereikėtų dalytis savo atostogų planais socialiniuose tinkluose. Vagys ten irgi seka informaciją, todėl noras dar negrįžus iš kelionės pasidalyti jos išpuodžiais gali žmogui atnešti žalos.

- Ką apie bandymus įsilaužti į žmonių namus šiltuoju metų laiku byloja statistika?

- Ilgametė statistika iškalinga: kasmet gegužės mėn. operatyvaus reagavimo grupės ekipažams tenka 30 proc., o vasarą - net 50 proc. daugiau iškvietimų nei sausio-balandžio mėnesiais. Iškvietimų pagausėjimui įtakos turi ne tik suaktyvėję vagių bandymai įsilaužti, bet ir signalizacijos suveikimas nuo kitų priežasčių, pavyzdžiui, skersvėjo, kuris namuose kyla šeiminkams pamiršus uždaryti langus.

- Kokie turto apsaugos būdai yra efektyviausi?

- Viena efektyviausių apsaugos priemonių - apsauginė signalizacijos sistema. Tačiau svarbu neapsiriboti tokia sistema, kuri tik išsiunčia pavojaus pranešimą į žmogaus mobilųjį telefoną. Žmogus gali būti išvy-



kęs toli nuo namų ir neturėti galimybės pats įsitikinti ten palikto turto saugumu. Tokių galimybių gali neturėti ir jo giminačiai, o jei ir turės, jie gali užtrukti per ilgai. Todėl signalizaciją būtina prijungti prie saugos tarnybos pulto. „Ekskomisarų biuro“ saugos tarnybos darbuotojai, gavę pavojaus signalą, į saugomą objektą atvyksta vidutiniškai per 4 min. ir nutraukia pasikėsimą įvykdyti nusikaltimą. Nuosavų namų šeiminkams vertėtų pasvarstyti apie vaizdo stebėjimo kameras.

- Ką patartumėte žmonėms, taupantiems saugumo sąskaita?

- Patikėti turto saugą profesionalams, saugos tarnybai būtų pats racionaliausias sprendimas, nes investuoti į apsaugą kur kas pigiau nei po to skaičiuoti vagių padarytus nuostolius. Pavyzdžiui, mes galime pasiūlyti be laidės apsaugos sistemą su apsaugos paslaugomis tik nuo 199 eurų - ją galima užsisakyti internete, puslapyje e.bukramus.lt. Šis sprendimas sutei-

kia galimybę apsaugoti namus greitai ir lengvai. Mano nuomone, apsaugos sprendimai turi būti adekvatūs norimam apsaugoti turtui. Kadangi priimant sprendimą dėl apsaugos priemonių pasirinkimo kiekvienu atveju reikia atsižvelgti į individualias aplinkybes, klientams siūlome atlikti mūsų parengtą testą ir įvertinti namų saugumo lygį. Šį testą internete galima rasti adresu testas.ekskomisarai.lt. Atsakyti į testo klausimus žmonėms bus pateiktas ne tik jų turto saugumo įvertinimas, bet ir patarimų, kaip situaciją pagerinti.

- O kaip nuo vagysčių apsaugoti žmonėms, kurie tvankiomis vasaros naktimis eina miegoti palikę pravirus langus pirmo aukšto patalpose?

- Nuo vagysčių, kai apvagiami namuose miegantys žmonės, apsisaugoti galima. Mūsų montuojamos apsaugos sistemos turi funkciją, kuri leidžia atjungti vidinę saugomų patalpų apsaugą. Pavyzdžiui, jei jūsų mie-

gamasis yra antrame aukšte, o pirmame aukšte naktį niekas iš namo gyventojų nevaikščios, apsaugos sistemą naktį galima suprogramuoti taip, kad ji veiktų tik pirmame aukšte. Judesio davikliams pirmame aukšte užfiksavus bet kokį judesį mes iškart gausime pranešimą ir nutrauksime pasikėsimą, nukreiptą į jūsų turtą.

- Atostogų metu be priežiūros likęs turtas gali nukentėti ne tik nuo vagių, bet ir nuo gaisrų. Kas apsaugos žmonių namus tokiu atveju?

- Įsirenginėjant apsauginę signalizaciją mes visuomet rekomenduojame įsirengti ir priešgaisrinę signalizaciją, nes gi kilęs gaisras gali viską sunaikinti iki pamatų. Priešgaisrinė signalizacija taip pat prijungiama prie saugos tarnybos centrinio stebėjimo pulto, todėl, gavę signalą apie gaisrą, mes greitai reaguojame ir išskviečiame į pagalbą ugniagesius gelbėtojus.

Sidas AKSOMAITIS

Užs. 308

Sendaikčių saugotojas nuo sunaikinimo

Važiuojant Nemenčinės plentu sunku nepastebėti seno, bet didingo, iš pirmo žvilgsnio apleisto pastato - buvusio vienuolyno. Šį pastatą, kaip ir daugelį daiktų jame, antram gyvenimui prikėlė antikvaro „Dvaras“ šeimininkas Saulius GEDMINAS. Daugiau nei 30 metų tuo užsiimantis vyras juokaudamas save vadina senų daiktų saugotoju nuo sunaikinimo. Užėjus į jo valdas, nejučia apima nostalgija - vaikiškas pintas lopšys, spausdinimo mašinėlė, poros šimtų metų senumo krosnelė, siuvimo mašina, prabangių baldų komplektas... S.Gedminas patikina, kad bet kurią dieną čia visi apsilankę gali įsigyti kažką sau, nusipirkti senovinių daiktų ir nebrangių smulkmenų.



- Papasakokite, kada susidomėjote antikvariniais daiktais?

- 1983 m. pirmą kartą nuvykau į Vokietiją. Stebėjau, kiek ten visko daug gražaus, ypač technikos, motociklų. Net turėjau svajonę vieną jų įsigyti. Tais laikais daiktų buvo fantastiškai daug. Po truputį ėmiau juos vežti į Lietuvą. Įsigydavau sau ir kitiems. Kurį laiką nuomojau patalpas senamiestyje, įkūriau parduotuvę. Seni baldai ilgainiui man tapo įdomūs. Buvo laikas, kai iš jų buvo ir nemaža nauda, paskui - daugiau malonumo negu materialinės gerovės. Ši veikla kainuoja daug sveikatos - kelionės, daiktų rinkimai, žmonių noras tu-

rėti ką nors ypatingo. Nėra taip, kad viską atvežei, viską ir pardavei. Todėl labai svarbus entuziazmas. Jei jo nėra, geriau tuo neužsiimti.

- Kokie žmonės dažniausiai domisi?

- Dažniausiai tai yra jaunos šeimos, nusivylusios naujais baldais ir nutarusios įsigyti tvirtą, seną, patikimą baldą. Be to, seni baldai yra ne tik ilgalaikiai, kiekvienas jų turi savo unikalią istoriją.

- Jūs tas istorijas žinote?

- Kai kurias - taip. Kai kurie daiktai net turi savo dokumentus, žinau, kurie baldai buvo karo laivyno kapitono, kurie - žinomų menininkų. Be abejo, visko nežinau.

- Kaip pats atsirenkate, kokius baldus vežti?

- Pirmiausia neįmanoma atvežti to, kas tiktų kitiems, todėl renkuosi tai, kas įdomu man. Šiandien man įdomus šitas stalas, rytoj man įdomi ana mašina ir pan. Dėl to turiu labai daug skirtingų daiktų tiek stiliumi, tiek amžiumi. Ateina labai



► Antikvare „Dvaras“ kiekvienas ras sau patinkančių unikalių sendaikčių

skirtingi žmonės ir kiekvienas jų čia gali rasti kažką sau.

- Ar brangus malonumas apstatyti namą senoviniais baldais?

- Gali kainuoti įvairiai. Pavyzdžiui, šimto metų senumo komoda gali kainuoti 400 eurų, o gali ir 2 tūkst. Priklauso nuo atlikimo, nuo medžiagų. Bet šiuo metu kainos visiškai įkandamos. Prieš kurį laiką buvo gerokai užkeltos. Dabar apyvarta sumažėjo, pačių žmonių - irgi, todėl ir vežame mažiau.

- Iš kur vežate?

- Kadangi pradėjau nuo Vokietijos, tą Europos pusę geriau ir žinau. Dalį daiktų vežu iš Prancūzijos. Ten labai daug senovinių raizytų daiktų. Nors daugelis ir patys dabar daug keliauja, bet ne visada atranda tai, ko ieško. Mano patirtis ir pažintys leidžia surasti unikalius daiktus.

- Jūs ne tik pardavinėjate sendaikčius, bet ir organizuojate entuziastų susibūrimus, tiesa?



Irmanto Sidarevičiaus nuotr.

- Taip, čia, Nemenčinės pl.7, kiekvieną šeštadienį kviečiame atvykti senų automobilių ir motociklų detalių entuziastus. Šios srities žmonės aplink Vilnių neturi kur susiburti, pabendrauti, todėl tokią idėją labai palaiko. Be to, kviečiame ir visus kitus sendaikčių pardavėjus bei mėgėjus, kurie norėtų parduoti kokybiškus, senus, naudotus daiktus.

Agnė VAITASIŪTĖ-KEIZIKIENĖ

Užs. 306

AJURVEDOS AKADEMIJA KVIEČIA

BIRŽELIO 25-28 D.

Seminarų ciklas gamtoje su
**DR. SATJANARAJANA
DAS BABADŽIU**

VEDINĖ PSICHOLOGIJA IR JOS TAIKYMAS SAVĖS PAŽINIMUI

SEMINARAI VYKS: Valakampių svečių namuose
Vaidilutės 24 (www.vaidilutes24.lt).

SEMINARŲ TEMOS: Pirmą dieną - *Pažintis su
Vedine Psichologija*. Antrą dieną - *Kelionė į save*.
Trečią dieną - *Asmenybės išlaisvinimas*. Ketvirtą
dieną - *Vidinės pilnatvės link*.

SEMINARUS SUDARO 2 DALYS: Teorinė –
2 val. su dr. Satjanarajana das Babadžiu ir praktinė
1 val. su Džesika Ričmond.

LAIKAS: 18.00-21.00 val. Taip pat numatyta
galimybė asmeniškai pabendrauti su Vedų
išminčiumi dr. Saryanarajana das Babadžiu ir
profesionalia psichologe Džesika Ričmond.

KAINOS: 28 Eur/žm. – už vieną vakarą. 25 Eur/
žmogui – už vieną vakarą, apmokant kartu už 3
arba 4 vakarus.

LIEPOS 7 – 9 D.

**OLEGAS
TORSUNOVAS**
žymus lektorius,
psichologas ir gydytojas
Krasnodaras



trijų seminarų ciklas

CHARAKTERIO SAVYBIŲ UGDYMAS

SEMINARAI VYKS (rusų kalba su vertimu į
lietuvių kalbą) Lietuvos parodų ir kongresų centre
LITEXPO, 5.1 konferencijų salėje, Laisvės pr. 5,
Vilniuje.

KAINOS: Rusų kalba: 1-o seminaro 12 Eur*, 3-jų
seminarų abonementas 30 Eur*. Lietuvių kalba:
Ausinių nuoma papildomai 4 Eur 1-am seminarui.
*- plius Nacionalinio bilietų platintojo paslaugos
mokestis 1 Eur.

DĖMESIO, BILIETAI!

Bilietus platina Nacionalinis bilietų platintojas
internetu arba kasose (kasų žemėlapis ir darbo
laikas – internetinėje svetainėje www.bilietai.lt).

LIEPOS 11 – 14 D.

Ajurvediška stovykla su
garsiomis asmenybėmis

PROTO SVEIKATA

**PARTAP
ČIAUHAN**

pasaulinio garso
lektorius,
Indijos prezidento
apdovanotas geriausio
Ajurvedos daktaro titulu



**AURELIJUS
PIEŠINAS**

Vedų filosofas,
lektorius, vienuolis
Bhakti Swarupa
Chaitanya Swamis



STOVYKLA VYKS Kirkšnovėje, šalia Ariogalos,
www.aniulio-sodyba.lt

PROGRAMOJE TAIP PAT NUMATYTA: skanus
ajurvedinis maistas, geros nakvynės sąlygos,
rytinė joga, kasdieniniai pasivaikščiojimai
gamtoje, vakarinės meditacijos su dr. Partapu
Chauhanu. Galimybė užsisakyti masažų su
nuolaida.

KAINA 240,00 Eur/ žmogui.

AJURVEDOS PROGRAMA MEDIKAMS

**MOKYMŲ PRADŽIA -
RUGSĖJO 17 D.**

I KURSAS AJURVEDOS PAGRINDAI



LEKTORIAI:

Ajurvedos acharija dr. **PARTAP CHAUHAN**

Ajurvedos institutas JIVA, Indija

Ajurvedos dr. prof. **ASMITA WELE**

Debreceno Universitetas, Vengrija

Ajurvedos specialistė

gyd. **ASTA KETURKIENĖ**

Ajurvedinių masažų bei sveikos mitybos ir
gyvensenos konsultacijų studija SATVIKA

Ajurvedos specialistė

doc. **GODA DENAPIENĖ**

Vilniaus Universitetas

UŽSIĖMIMAI VYKS kas antrą šeštadienį ir
sekmadienį 10.00-17.15 val.

ADRESAS Ševčenkos 31, Vilniuje, 412 auditorija
(LEU II rūmai)

KAINA IR KITA INFORMACIJA

suteikiama užsiregistravusiesiems

el. p. infoaa@ajurvedosakademija.lt

AJURVEDOS AKADEMIJA

kviečia Jus mokytis
savęs ir pasaulio pažinimo

Ajurvedos studijų I-ajame kurse visuomenei

PRAKTINIAI AJURVEDOS PAGRINDAI

XVII LAIDOS I -OJO KURSO PRADŽIA

SPALIO 7 DIENĄ

Užsiėmimai tęsis 3 mėnesius

šeštadieniais ir sekmadieniais, po 7 val.

Dėstomi dalykai:

AJURVEDA

mityba, sveikatinimasis, psichologija

JOGA

teoriniai pagrindai, pratysbos bei

meditacijos pradmenys

VEDŲ PAŽINIMAS

aš kūrinijos kontekste, gamtos dėsnių ir
jų veikimas

PROGRAMOS KAINA 620 Eur

UŽSIĖMIMAI VYKS Ajurvedos Akademijos

patalpose, Ševčenkos 31, Vilniuje,

412 auditorija (LEU II rūmai)



INFORMACIJA IR REGISTRACIJA

tel.: 8 645 30561, 8 600 56457

el. p. infoaa@ajurvedosakademija.lt



RENGINIŲ RĖMĖJAI:

RAKTAS

dvisavaitinis pozityvaus
gyvenimo būdo žurnalas

SATVIKA

ajurvedinių masažų ir
konsultacijų studija

AJURVEDINĖ VIRTUVĖ

sveiko maisto restoranas

RASAJANA

ajurvedinė vegetarinė kavinė

DAMODARA

ekologiški produktai

sveikesnei šeimai

Pasitikti vasarą kviečia tropiniai drugiai

Jau ketvirtus metus gyvų tropinių drugelių parodas įvairiose Lietuvos vietose rengianti UAB „Drugelio sparnas“ komanda įspūdingais tolimųjų kraštų drugiais ir edukacine programa džiugina šeimas, moksleivių ekskursijas, kiekvieną, besidominčią gamta ar išsiilgusį nepatirtų įspūdžių. Nesate matę drugio milžino? Čia galite išvysti net toki.

Edita SIAVRIS

Idėja organizuoti tropinių drugelių parodas kilo jų įkūrėjai UAB „Drugelio sparnas“ direktorei Jūratei Kančauskienei, pirmiausia norint sukelti lietuviams daugiau šypsenų, juo labiau šaltuoju metų laiku. Ne tik vasarą, bet ir žiemą lankytojai turi galimybę gyvai - ne per stiklą - pamatyti spalvingus tropinius drugius, sužinoti apie jų mitybos ypatumus, apie atskiras rūšis, išgirsti neįtikėtinų faktų, o panorėję net nusifotografuoti su šiais gražuoliais.

Drugelių parodas labiausiai pamėgusios vaikų ekskursijos, daugiausia iš Vilniaus ir aplinkinių rajonų, taip pat Klaipėdos, Panevėžio mokyklų. Pasigrožėti drugiais dažniausiai atvykstama iš tų miestų, kuriuose ir vyksta parodos. „Drugelio sparnas“ komanda džiaugiasi sulaukdamą lankytojų iš tolimesnių Lietuvos vietų - Molėtų, Utenos, Telšių, kitų miestų. Biologijos mokytojams motyvuoti mokinius domėtis jų dėstomu dalyku, apsilankius tokioje parodoje, tampa kur kas lengviau. Lankytojų labiausiai pamėgtas drugys - mėlynoji morfa. Šis Pietų Amerikos drugys išskirtinis



► Mėlynoji morfa (dešinėje) (lot. *Morpho peleides*)

dėl itin ryškios sparnų spalvos. Toks drugys, žvelgiant per drugių gyvenimo prizmę, ilgaamžis - gyvena apie mėnesį.

Kita tarp lankytojų populiari rūšis - drugeliai pelėdos. Šių drugių sparnų raštas primena pelėdos veidą. „Iš retesnių rūšių vasarą turėsime pačius didžiausius pasaulio naktinius drugius - Atlaso drugius. Jų sparnų plotis siekia nuo 20 iki 30 cm. Tai kaip du dideli delnai“, - tvirtino UAB „Drugelio sparnas“ rinkodaros vadovė Aistė Varanauskienė.

Neseniai „Drugelio sparno“ komanda surengė parodą sostinės prekybos centre „Ozas“. O nuo Joninių lankytojai išskirtinių tropinių drugių galės pamatyti HBH pramogų komplekse Palangoje, čia paroda veiks visą vasarą. Rudenį drugių paroda ke-

liaus į Panevėžį, Marijampolę, mažesnius miestus.

UAB „Drugelio sparnas“ rinkodaros vadovė akcentavo, kad parodose žmonės ir patys nori įsigyti drugių, dažniau drugius perka tėvai, norėdami įsitikinti, ar verta savo vaikams pirkti kačiuką ar šuniuką. Tegu išmoksta rūpintis trumpai gyvenančių drugiu. „Vestuvėms irgi parduodame, tačiau mažiau, nes mūsų misija kitokia. Mes žmones edukuojame. Iš tiesų galime labai daug papasakoti tiek apie tropinių, tiek apie lietuviškų drugelių gyvenimą. Retas žino, kad Lietuvoje gyvena apie 2800 skirtingų rūšių drugelių. Dar nebuvo lankytojo, kuris sakytų, kad nieko naujo parodoje nesužinojo“, - šypsojosi A. Varanauskienė.



► Du drugeliai pelėdos (lot. *Caligo memnon*)

Įdomus faktas, jog tokia tropinių drugių paroda, kurioje galima ne tik pamatyti drugius, bet ir daug sužinoti apie jų rūšis, gyvenimą ir funkciją gamtoje, yra vienintelė Baltijos šalyse.

UAB „Drugelio sparnas“ rinkodaros vadovė A.Varanauskienė pasakojo, jog bendrovė drugių neveisia, juos perka lėliukėmis iš užsienio drugelių fermų. Beje, tokių fermų visame pasaulyje yra tik apie 16. „Mes visą laiką turime nuo 100 iki 200 drugelių, 10-15 skirtingų rūšių drugių. Drugelių parodos lankytojai turi unikalią galimybę drugius pažinti tiesiogiai - ateinate į specialų kambarį, kuriame drugiams sukurtas atitinkamas mikroklimatas. Lankytojai gali stebėti, kaip drugiai maitinasi, apžvelgti visą drugio gy-

venimo ciklą (kiaušinėliai, lėliukės, vikšreliai). „Turime mikroskopą, kuriuo tyrinėjame drugelio sparnus. Apie 95 proc. žmonių nežino, kodėl prilietus drugio sparnus pirštai lieka spalvoti. Taigi kartu, be kitos edukacijos, suteikiame informacijos, kodėl negalima liesti trapių drugio sparnų, ir kas yra tos magiškos dulkės, liekančios ant mūsų pirštų“, - sakė A.Varanauskienė.

- Pageidaudami rezervuoti lankymosi drugelių parodoje laiką, skambinkite tel. **+370 666 88 883** arba rašykite el. paštu **info@drugeliuparoda.lt**
- Daugiau informacijos ir naujienų apie drugelių parodas rasite adresu **www.drugeliuparoda.lt**

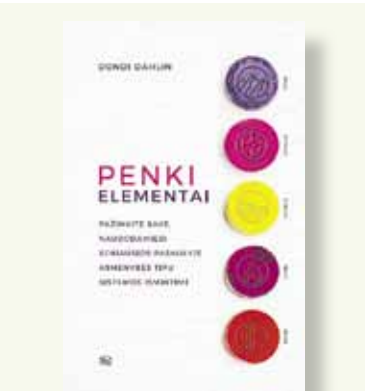


TAIP SKAMBA KRINTANTYS

Juan Gabriel Vasquez
Vertė Aistė Kučinskienė

Ch. G. Vaskeso (J. G. Vasquez) romano Kolumbija – ne tik grifų sparnų išraižytos Andų aukštumos, bet ir šiandieninės Bogotos urbanistinis peizažas; ne tik pončais apsitaisę, medinėmis lazduotėmis stukušančios prieškario senjorai, bet ir ištisa narkotikų maro apimta kolumbiečių karta: dešimtmečius vykdomos „didžiosios žmogųdystės“ (politikų, žurnalistų, žmogaus teisių aktyvistų), krintantys lėktuvai, miestą drebinančios bombos; ne tik Pablo Eskobaro Medeljino kartelis, bet ir hipiškos klajonės tarp JAV, įsitraukusių į Vietnamo karą, ir Kolumbijos, įsivėlusios į kokaino karą, kuris visiems laikams pakeitė šalį.

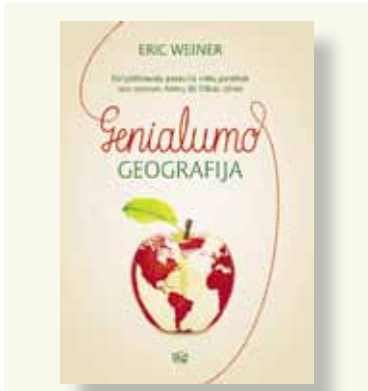
Atostogos su knyga



PENKI ELEMENTAI

Dondi Dahlin
Vertė Rita Bakanienė

Amerikiečių autorės Dondi Dahlin knyga „Penki elementai“ pristato dar senovės Kinijoje išplėtotą asmenybės tipų ir gydomosios energetikos sistemą, kuri derinama su moderniam žmogui pritaikomais praktiniais savęs pažinimo patarimais, nenuklystant į ezoterines ar „Naujojo amžiaus“ psichologijos plotmes. Visi mes gimstame su individualiu vidiniu ritmu, kurį vargiai galima sieti su genetika, auklėjimu ar aplinkos poveikiu. Penkių elementų teorija paplito Kinijoje prieš 2000 metų – manyta, kad visata susideda iš penkių galingų jėgų: vandens, medžio, ugnies, žemės ir metalo. Pažinus kiekvieno elemento savybes ir supratus, kurios jų stipriausiai veikia žmogaus charakterį ir elgesį, galima išmokti išlaikyti fizinę, protinę, dvasinę ir emocinę pusiausvyrą.



GENIALUMO GEOGRAFIJA

Eric Weiner
Vertė Ema Bernotaitė

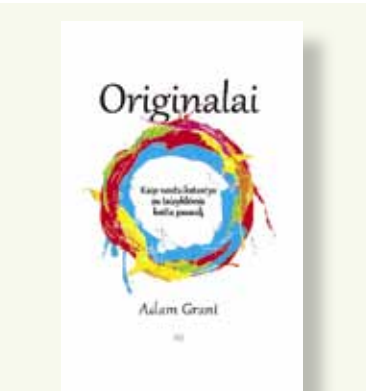
„Genialumo geografija“ – tai antroji bestselerio „Laimės geografija“ („Vaga“, 2016) autoriaus Eriko Veinerio (Eric Weiner) knyga, kurioje jis leidžiasi į kelionę laiku per kūrybiškiausius pasaulio vietas - nuo senovės Atėnų iki šių dienų Silicio slėnio – ir kviečia susimąstyti, kodėl ir kaip tam tikrose vietose tam tikru metu plyksteli genialios idėjos. Pasak jo, kūrybingumas neišinka „čia“ arba „ten“, o veikia slypi kažkur per vidurį. Kūrybingumas – tai santykis, kuris skleidžiasi asmeniui sąveikaujant su vieta. Ir ši sąveika, kaip visos panašios sankryžos, pavojinga, klaidų neatleidžianti vieta. Turi būti atidus, prilėtinti greitį ir labai saugotis visokių kvailių. Tačiau rizikuoti verta, mat paprasta sankryža, nesvarbu, Atėnuose ar Saniveilo prekybos centre, yra tikroji „genius loci“, vieta, kurioje slypi genialumas.



VEGETARĖ

Han Kang
Vertė Martynas Šiaučiūnas-Kačinskas

Apdovanota prestižine „The Man Booker International 2016“ premija, „The New York Times Book Review“, „Time“, „Publisher’s Weekly“, „Wall Street Journal“, „Elle“, „The Economist“, „The Huffington Post“ išrinkta viena geriausių metų knygų. Pietų Korėjos autorės Han Kang romanas „Vegetarė“ – graži, bet žiauri, baugi, bet kerinti istorija apie maištą ir tabu, naikinančią aistrą ir erotiką, nesutaikomą skirtingų asmenybės pusių – godžios ir primityvios bei atsakingos už šeimą ir visuomenę – konfliktą ir netikėtą, beveik kafišką sielos metamorfozę. „Vegetarė“ – tai alegorinis romanas apie šiuolaikinę Pietų Korėją, o kartu pasakojimas apie maniją, pasirinkimą ir mūsų trapius bandymus suprasti kitus žmones, įkalintus savuose kūnuose.



ORIGINALAI

Adam Grant
Vertė Marija Bogušytė

Adamas Grantas – pavyzdys savo kartos aktyviajai visuomenei: kūrybingas, konkurencingas lyderis, vadinamas „savo srities stebukladariu“. Jo verslo psichologijos konsultacijomis naudojasi tokie grandai kaip „Google“, „Johnsons & Johnsons“, „Disney Pixar“, „New York Times“ ir daugelis kitų. „Įprasta manyti, kad vieni žmonės kūrybingi iš prigimties, o kiti – didžioji dauguma – retai pasižymi originaliomis mintimis. Kai kurie gimsta būti vadovais, o likusieji – sekėjais. Kai kurie geba daryti rimtą poveikį, bet dauguma – ne. Knygoje „Originalai“ autorius šias prielaidas griauja. Jis įrodo, kad visi galime pažadinti savo originalumą“, – teigia Šeril Sandberg (Sheryl Sandberg), „Facebook“ generalinė administracijos direktorė ir „Leanin.org“ steigėja. Knyga įtraukta į Ričardo Bransono geriausių gyvenimo knygų sąrašą.

Ekologinių produktų pasirinkimas Lietuvoje didėja

Žmonės Lietuvoje pastaraisiais metais vis dažniau renkasi ekologiškus maisto produktus, ir daro tai ne „dėl mados“, o sąmoningai, suvokdami, kaip svarbu nenuodoti savo organizmo pigiu, bet chemiškai apdorotu maistu. Tokios tendencijos džiugina ekologiškai ūkininkaujančiuosius, tad savo klientams kasmet jie stengiasi pasiūlyti kažką naujo ir įdomaus.

Aida VALINSKIENĖ

Augimo pamatas - vartotojas

Įvairios ekologiškos produkcijos Lietuvos ir užsienio rinkai augintojai, perdirbėjai ir ekologinės žemdirbystės puoselėtojai Lietuvoje yra apsijungę į Lietuvos ekologinių ūkių asociaciją. Tai organizacija, kuri ieško glaudesnių ir ilgalaikių bendradarbiavimo formų su šalies vartotojais ir siekia jų didėjančio rato.

Šiai bendruomenei ypač aktualu užsiauginti jaunąją kartą, kuri nuo pat mažumės gautų pirmuosius įgūdžius ne tik valgyti ekologiškas daržoves ar gerti ekologišką pieną, tačiau augtų suvokdama, kodėl tą pačią daržovę vieni ūkiai gali užauginti draugiškais aplinkai būdais, o kitiems reikia daug mineralinių trąšų ir pesticidų.

Vasara - tai laikas, kai gausus šviežios ekologiškos produkcijos asortimentas gali papildyti jūsų mėgstamų daržovių, vaisių ir uogų krepšelį ar pradžiuginti kasdieninę ekologišką duoną, pieno produktais, kiaušiniais, ekologiška jautienos ir avienos mėsa. Tai puikus laikas „susidraugauti“ su ekologiniais ūkiais.

Ir vaistas, ir maistas

Ukmergės r. Žalgirių kaime įsikūrę ūkininkai Mindaugas ir Genutė Sakalauskai nenaudoja jokių cheminių medžiagų. Ūkininkai prekiauja savo rankomis surinktomis uogomis ir vaisiais, turi perdirbimo cechą, kur gaminamos uogienės, tyrės, konservuojami ir vaisiai, ir daržovės, tiekia ir kiaušinius, šviežias daržoves.



Stasio Žumbio nuotr.

► Savo rankomis auginta ekologiška produkcija ir jos gaminiais Genutė Sakalauskienė prekiauja tiek pačiame ūkyje, tiek Tymo turguje Vilniuje

Jau nuo gegužės vidurio jie klientams siūlo ekologiškai augintus šparagų ūglius. G.Sakalauskienės teigimu, tai pati ankstyviausia daržovė, turinti daugiau vitaminų, įvairių veikliųjų medžiagų, labai gerai valanti inkstus. Lietuviškai ji net vadinama vaistiniu smidru.

„Lietuviai su šia daržove, galima sakyti, dar tik susipažįsta, - sako ūkininkė. - Lietuvoje kadaise smidrai buvo auginami dvaruose, iš jų gaminami įvairūs prabangūs patiekalai, tačiau vėliau dėl tos prabangos ji tapo kultūriniu augalu, auginamu darželiuose. Masiškai smidrai vėl pradėti auginti vos prieš kelerius metus - mes buvome vieni iš pirmųjų augintojų.“

Anot G.Sakalauskienės, birželį prasidės braškių, vėliau - juodųjų, raudonųjų serbentų, vasarinių aviečių sezonas. Klientams ūkininkai siūlys ir pačių uogų, ir gaminių iš jų. „Žmonės dabar neturi laiko patys

išsivirti uogienių, uogas patys augina ir renka retas, tad sugalvojome pasiūlyti jau išvirtų uogienių. Žmonės mūsų gaminius mėgsta, nes jie

mos uogos yra ir vaistas, ir maistas.

„Nemažai žmonių vis dar nesupranta, kas yra ekologiškai auginta produkcija, tačiau yra tokių, kurie žino, supranta ir bent vaikams stengiasi nupirkti normalių uogų“, - sako ūkininkė.

Įgijusi agronomės specialybę G.Sakalauskienė išmano, kokią žalą maisto produktuose esanti chemija gali padaryti žmogui, todėl stengiasi nenaudoti chemiškai apdorotų produktų pati ir savo klientams siūlo tik švairius produktus. Ūkininkų Sakalauskų produkcijos galima įsigyti tiek nuvykus į jų ūkį, tiek Tymo turguje Vilniuje.

Ekologija - gyvenimo būdas

Ekologinio ūkio Leonpolyje, Ukmergės rajone, savininkė Ieva Stragytė - ekonomistė, modernaus ekologinio ūkininkavimo šalininkė. Jos ūkyje auginami javai ir įvairios daržovės, kurių galima įsigyti Vilniaus ūkininkų turgeliuose, mugėse ar atvykus į ūkį, taip pat užsisakyti interneto parduotuvėje.

„Žmonės pastaruoju metu daugiau dėmesio skiria ne tik daržovių kokybei, bet ir jų estetiniam vaizdui, ieško spalvų. Tad planuojame pasiūlyti klientams raudonų Briuselio kopūstelių, špinatų, lapinių kopūstų bei burokėlių, kurie gali būti dar ir geltoni, net violetinių morkų“, - sako I.Stragytė.



Ekologiniuose ūkiuose rengiame atvirų durų dienas, skatiname vartotojus pasižiūrėti, kaip auginami produktai

Saulius DANIULIS

Lietuvos ekologinių ūkių asociacijos pirmininkas

ruošti namų sąlygomis, natūralūs - sudėtyje tik cukrus ir uogos, nedėdama jokių tirštiklių.“

Ūkininkė neneigia - ekologiška produkcija brangesnė už tą, kuri auginama naudojant chemiją, tačiau tai natūralu, nes ir darbo tokią produkciją užauginti reikia gerokai daugiau, ir derlius natūraliai auginant gerokai mažesnis. Tačiau esmė ta, kad uoga uogai nelygu. Ekologiškai augina-

Ūkininkė džiaugiasi, jog jau yra susiformavęs nuolatinių jos daržovių valgytojų ratas, kuris kasmet vis plečiasi. „Stengiamės jų nenuvilti, tad augame kartu su savo klientais“, - sako moteris.

Ji pastebi, kad žmonės jau suvokia skirtumą tarp chemizuotos ir ekologiškos produkcijos, tad pastarąją renkasi sąmoningai, rūpindamiesi savo sveikata.

„Mano tėvai nenaudojo chemijos - norėjo, kad mes valgytume sveiką, švarų maistą. Vėliau ekologiškus produktus ėmėme siūlyti kitiems ir dabar jau kitaip net nemokame gyventi, - sako I.Stragytė. - Mes ekologija tikime, mes tuo gyvename, tad siūlome tai ir kitiems.“

Pasitikėjimą reikia užsitarnauti

Lietuvos ekologinių ūkių asociacijos pirmininko Sauliaus Daniulio teigimu, nors ekologinių produktų paklausa didėja, ekologiniai ūkiai verčiasi sunkiai. Jų derliai neretai siekia tik pusę ar trečdalį įprasto chemizuoto ūkio derliaus. Toks ūkininkavimas reikalauja daug rankų darbo, o produkcijos savikaina - didelė.

„Senoji Europa turi turgaus tradicijas - tam tikromis dienomis suvažiuoja prekiauti augintojai ar gamintojai. O pas mus, prisidengiant ūkininkavimu, neretai prekiaujama ispaniška, lenkiška ar dar kažkokia produkcija sakant, kad tai užauginta Lietuvoje. Nesuvokiu, kaip atsakingos institucijos to nesukontroliuoja“, - sako S.Daniulis.

Žmonėms, norintiems įsigyti tikrai ekologiškai augintos produkcijos, jis pataria paprašyti iš ūkininko sertifikato ir nepamiršti pažiūrėti, kokia produkcija jame įrašyta. Mat egzistuoja tam tikri ekologinio ūkininkavimo kontrolės mechanizmai, o jeigu žmogus tiesiog sako, kad jis niekuo neturės, tai dar nereiškia, kad jo produkcija yra ekologiška.

„Ekologiniuose ūkiuose rengiame atvirų durų dienas, skatiname vartotojus atvažiuoti ir pasižiūrėti, kaip auginami vieni ar kiti produktai, - sako S.Daniulis. - Tas žmogiškasis faktorius, manau, esminis dalykas - kai žinai, kas ir kaip augina, pats įsitikini, kad iš šio ūkio maisto produktus pirkti saugu.“

LEŪA

Lietuvos ekologinių ūkių asociacija

Užs.281

Austres.lt
GURMANŲ RIFAS

Prekyba austrėmis,
jų atidarymo pamokos bei
vakarėliai tikriems gurmanams!

Mob. tel. +370 698 25 166
El. paštas: info@austres.lt
www.austres.lt



Lietuvoje auga sertifikuotų produktų gamybos ir vartojimo plėtra

Kiekvienais metais Europos Sąjungoje ekologiškai ūkininkauti pradedama dar 500 tūkst. ha žemės ūkio paskirties žemėse. Lietuvoje taip pat daugėja ekologinės gamybos ir pagal nacionalinės žemės ūkio ir maisto produktų kokybės sistemą pagamintų produktų (NKP). Vienas svarbiausių Lietuvos strategijos prioritetų - darnus vystymasis, užtikrinantis nuolatinį šalies ekonominį augimą, naudojant pažangias ir ekologiškas technologijas. „Ekoagros“ tikslas - prisidėti prie valstybės politikos įgyvendinant ilgalaikius tikslus: plėtojant švietimo, sveikatos apsaugos, socialinių paslaugų sritis, techninę infrastruktūrą, skatinant smulkiojo ar vidutinio verslo augimą. Apie sustiprėjusį ekologinės žemės ūkio ir maisto gamybos sektorių kalbamės su VŠĮ „Ekoagros“ direktoriumi Antanu MAKAREVIČIUMI.



- Kaip juntama ekologinio ir NKP ūkininkavimo plėtra Lietuvoje?

- Dėl nuolat didėjančios paklausos per pastarąjį dešimtmetį ekologiškų produktų rinka Europos Sąjungoje, taip pat ir Lietuvoje, sparčiai išaugo. Šiandien pastebimas didelis ekologiškų produktų gamintojų skaičiaus ir ploto, kuriame vykdoma ekologinė gamyba, augimas. „Ekoagros“ pradėjęs savo veiklą prieš 20 metų sertifikuotų ūkių skaičius Lietuvoje siekė vos 106. Įstojus į Europos Sąjungą ekologiškai ūkininkaujantiems pradėta teikti kompensacinė parama, skiriamas kur kas didesnis valstybės dėmesys - sudarytos atitinkamos sąlygos ekologiškų produktų gamybos ir vartojimo plėtrai. Todėl pernai „Ekoagros“ sertifikavo 2539 ekologinės gamybos ūkius. Sertifikuotų perdirbimo, transportavimo ir prekybos įmonių skaičius išaugo iki 204 įmonių, nors 2002 metais tesiekė vos 17. Daugelis yra girdėję apie NKP. Pagaminti Lietuvoje tausojant aplinką, natūraliausi ir maistingesni - taip trumpai būtų galima apibūdinti NKP, šiaudien sulaukiantys vis didesnio gamintojų ir pirkėjų dėmesio. 2016 metais „Ekoagros“ sertifikavo 119 bičių produktų gamintojų, 197 vaisių, uogų ir daržovių augintojų ūkius, 17 NKP produktų perdirbimo įmonių.

- Kaip valstybė prisideda prie ekologinio ūkininkavimo plėtos?

- Ekologiškų ūkių valdytojų nuomone, pastaraisiais metais šis ūkininkavimo būdas tampa sudėtingesnis. Griežtėja ir atsiranda naujų ekologinio žemės ūkio reikalavimų, kurie kartais riboja ar net stabdo ūkio plėtrą. Ne paslaptis, kad ekologiniu ūkininkavimu užsiimantiems ūkininkams nuolat tenka ieškoti sprendimų, kaip įvykdyti visus reikalavimus. Dėl šios priežasties Žemės ūkio ministerija parengė ekologinės gamybos plėtos tikslų ir jų įgyvendinimo 2017-2020 metais priemonių programą, kurios pagrindinis tikslas - skatin-

ti ekologinės gamybos sektoriaus augimą, numatyti ilgalaikius ekologinės žemės ūkio ir maisto produktų gamybos plėtros tikslus ir priemones. Tikime, kad ši programa padės išspręsti ekologiškų žemės ūkio ir maisto produktų pasiūlos ir paklausos problemas, sudarys tinkamas sąlygas ekologiškų produktų gamybos ir vartojimo plėtrai. Turime pripažinti, kad valstybės parama ekologinės gamybos ūkiams yra labai reikšmingas veiksnys.

- Kokie „Ekoagros“ rezultatai sertifikavimo srityje per 20 veiklos metų?

- Perspektyvios idėjos per 20 veiklos metų išaugo į savarankišką ir sėkmingai veikiančią įstaigą, kurios pagrindinis tikslas - tinkamai įgyvendinti sertifikavimo įstaigos keliamus reikalavimus: būti nešališkoms atliekant ūkio subjektų sertifikavimą ir kontrolę bei priimti atsakomybę už atliekamos veiklos efektyvumą, kokybę. Per 20 veiklos metų sėkmingai išplėtojome įstaigos veiklą ekologinės augalininkystės sertifikavimo, atitikčių vertinimo, ekologinės gamybos ūkių rizikos valdymo, mėginių atrinkimo, apeliacijų nagrinėjimo srityse. Sukurtos 9 NKP specifikacijos, kurios ūkio subjektams suteikia puikią galimybę gaminamą produkciją sertifikuoti kaip NKP. Svarbu atkreipti dėmesį, kad pastaraisiais metais itin suaktyvinome bendradarbiavimą su užsienio šalimis. „Ekoagros“ pelnė teisę suteikti Lietuvos gamintojams užsienio valstybių reikalavimus atitinkančią standartą, atveriantį kelią mūsų žemdirbiams ir perdirbėjams parduoti savo produktus kitose šalyse. Šiandien „Ekoagros“ sėkmingai atlieka patikrinimus pagal privačių standartų reikalavimus: DEMETER, BIO SUISSE, KRAV, NATURLAND, BIOLAND, NOP, kosmetikos CCPB ir NATRUE, tekstilės GOTS ir TE.

- Koks ūkininkų požiūris į ekologinę gamybą?

- Lietuvoje ekologinė žemdirbystė pradėta plėtoti nuo 1990 metų. Po dešimtmečio, valstybei pradėjus subsidijuoti ekologinę gamybą, buvo sulaukta vis didesnio susidomėjimo šia ūkininkavimo kryptimi. Šiandien galime drąsiai pasidžiaugti, kad jau daugiau nei 20 metų Lietuvos ekologinius ūkius lydi sėkmė. Vienas iš šių procesų skatinančių veiksnių yra tas, kad Lietuvoje ekologine gamyba užsiimančios sertifikuoti ūkio subjektai šią žemdirbystės šaką pasirenka



sąmoningai ir atsakingai vykdo visus jai taikomus reikalavimus.

Ekologinis ūkininkavimas reikalauja daug rankų darbo, teorinių žinių, pastangų ir kantrybės, tad vienas svarbiausių veiksnių yra pačių ūkininkų noras sukurti sveiką produktą. Ūkininkai imasi ekologiškai ūkininkauti ne vien dėl šiai veiklos krypties teikiamos finansinės paramos. Drąsiai galio teigti, kad ūkininkai naudą jaučia ne vien gaudami išmokas, o išaugindami kokybišką, ekologišką produktą, kurį vertina vartotojai. Bendraudamas su ūkininkais vis dažniau girdžiu, kad net ir be paramos daugelis ūkininkų į įprastinę ūkio gamybą negrįžtų. Tai rodo, kad ekologija užsiimama ne vien dėl paramos.

kokybės ir saugumo. Per keletą pastarųjų metų Lietuvoje sparčiai didėja vartotojų rūpinimasis savo sveikata ir noras valgyti sveiką maistą. Mes užtikriname, kad ekologinė gamyba yra patikima. „Ekoagros“ sertifikuoti produktai yra geros kokybės, visi su ekologiškais ir „Kokybės“ ženklu ženklintais produktais dirbantys asmenys nuo auginimo iki jų pateikimo į apyvartą yra įtraukti į kontrolės sistemą - vykdomos patikros visuose gamybos, paruošimo ir, žinoma, platinimo etapuose. Dauguma ekologiškų produktų vartotojų pasitiki ekologinės gamybos kontrolės sistema, todėl mūsų tikslas ir toliau išlaikyti bei pateisinti vartotojų pasitikėjimą.



Jau šiaudien Lietuvos ekologiškos produkcijos konkurencingumas pasaulio rinkose yra gana aukštas, supirkėjai vertina jos patikimumą ir aukštą kokybę

- Ką manote apie šiandieninių sertifikuotų produkcijos vartotoją? Į ką vartotojas turėtų atsižvelgti rinkdamasis ekologišką produkciją?

- Noriu pasidžiaugti, kad vartotojų polinkiai krypta į gerą pusę. Nors ekologiški ar NKP produktai yra brangesni, pastaruoju metu vis daugiau žmonių yra pasirengę sumokėti didesnę kainą, kad būtų garantuoti dėl produktų

Pasirenkant produktą vartotoją skatiname atkreipti dėmesį į ženklinimą - jeigu randate ES ekologinės gamybos logotipą, žalią lapelį, maistas yra tikrai ekologiškas. Taip pat vartotojus raginame ieškoti produktų, kurie yra pažymėti ženklu „Kokybė“. Neekologiškus produktus draudžiama ženklinti ekologiškų produktų ženklu ir tiekti juos į rinką kaip ekologiškus.



- Kokias įžvelgiate ekologinės gamybos ateities tendencijas?

- ES veiksmų plane nurodoma, kad ekologinė gamyba ir toliau turi likti novatoriško pobūdžio ir savo taisyklėmis bei metodais daryti poveikį neekologinei gamybai. Todėl tikslingai iki 2030 metų numatyta bent 50 proc. visų ūkių paversti ekologiniais. Lietuva - ne išimtis, ekologinių ūkių skaičius didės ir mūsų valstybėje. Jau šiaudien Lietuvos ekologiškos produkcijos konkurencingumas pasaulio rinkose yra gana aukštas, supirkėjai vertina jos patikimumą ir kokybę. Susitelkimas, kompetentingų institucijų, mokslininkų bendradarbiavimas, ūkininkų kooperacija - svarbiausi veiksniai ateinančiais metais plėtojant ekologinę žemdirbystę.

Šiaudien būtina spręsti daugelį ekonominių, technologinių, ekologinių problemų pasauliniu mastu, nes mus vis tvirčiau sieja bendra ekologinė sistema visose srityse. Dėl šios svarbios priežasties Lietuva pretenduoja tapti 20-ojo pasaulinio ekologinio kongreso, vyksiančio 2020 metais, priimančiąja šalimi - kad prisidėtų ir skatintų ekologijos plėtrą ir pasaulio visuomenės sveikatą. Dėl sėkmingo Žemės ūkio ministerijos, VŠĮ „Ekoagros“, Lietuvos ekologinių ūkių asociacijos bendradarbiavimo Lietuva yra reali pretendente organizuoti 20-ąjį pasaulinį ekologijos kongresą. Dabartiniu laikotarpiu didelis dėmesys skiriamas ekologinio ūkio ir tausios žemdirbystės plėtrai, ekologinio sąmoningumo, ekologiškų produktų vartojimo skatinimui. Todėl tarptautinės konferencijos organizavimas Lietuvai - puiki galimybė dar labiau prisidėti prie ekologinio žemės ūkio plėtojimo ir judėjimo skatinimo pasaulyje. Didžiausias dėmesys ekologinio kongreso metu būtų skiriamas aplinkosaugos, ekonominio ir socialinio vystymosi interesų kompromisui, užtikrinant švarią ir sveiką aplinką, efektyvų gamtos išteklių naudojimą, visuotinę ekonominę visuomenės gerovę. Kongrese dalyvaujantys įvairių sričių atstovai iš viso pasaulio būtų kviečiami kalbėti ir diskutuoti, kaip kurti saugią aplinką šalių materialinei ir dvasinei gerovei plėtoti, įgyvendinant darnią ekonominę plėtrą sveikoje gamtinėje aplinkoje dabar ir ateities kartoms, užtikrinant pasaulio visuomenės sveikatą ir saugumą fizine, teisine ir socialine prasmėmis.

TAVO STIPRYBĖ -

mineraluose iš Izraelio

- Magnis - iš Negyvosios jūros!
- Jokių cheminių priedų, gerinančių spalvą, kvapą, tirpumą ir pan.
- Užtenka 1 pakelio per dieną!



Maisto papildas



- Metilkobalaminas yra aktyvi ir itin efektyviai pasisavinama vitamino B₁₂ forma. Tai yra vienintelė šio vitamino forma, galinti tiesiogiai dalyvauti homocisteino metabolizmo procese.
- Vitaminas B₁₂ prisideda prie normalaus raudonųjų kraujo kūnelių formavimosi, tinkamo homocisteino metabolizmo, nervų ir imuninės sistemos funkcionavimo ir energijos apykaitos. Jis taip pat padeda mažinti nuovargį ir dalyvauja normalios psichologinės būklės palaikymo procese. Vitamino B₁₂ labiausiai reikia žmonėms, dirbantiems aktyvų fizinį darbą, patiriantiems stresą, netinkamai besimaitinantiems, vartojantiems alkoholį, senyvo amžiaus žmonėms ir vegetarams.
- Tabletės tirpsta burnoje, todėl gali būti vartojamos neužsigeriant vandens.

grožis | sveikata
elvaistine.lt

Produktą galima įsigyti
www.elvaistine.lt

ALAJA

Produktą importuoja
UAB „Alaja“ ir ko

Užs. 309



affidea

Tu negali žinoti kas vyksta tavo viduje...
MES GALIME TAU PADĖTI!

„Affidea Lietuva“ – radiologinės diagnostikos paslaugos Jums:

- ✓ Ultragarso tyrimai
- ✓ Mamografija
- ✓ Rentgenodiagnostika
- ✓ Kompiuterinė tomografija
- ✓ Magnetinio rezonanso tomografija



Diagnostikos centrai įsikūrę Vilniuje, Kaune,
Šiauliuose, Panevėžyje, Utenoje bei Druskininkuose.

Daugiau informacijos **www.affidea.lt**

Joglė
Švarumo centras

PATOGŲ IR PATIKIMA

www.jogle.lt

Švarumo centras „Joglė“ pataria, kaip prižiūrėti proginčius drabužius

Vasara - iškilmingų švenčių metas. Kad švenčių džiaugsmo neužgožtų buitiniai rūpesčiai, proginčių drabužių valymą patikėkite „Joglė“. Už paslaugų kokybę „Lietuvos metų gaminių“ aukso medaliu įvertintas švarumo centras pasiruošęs išvalyti ir paruošti dėvėjimui jūsų smokingą ar kostiumą, puošnią suknelę, palaidinę ar net proginčius batelius. „Joglės“ švarumo centrų direktorė Ilona Račkauskienė pataria, kaip prižiūrėti ir atnaujinti šventinius drabužius.

- Kuo ypatingas proginčių drabužių valymas?

- Proginčiai drabužiai nedėvimi kasdien, gulėdami spintose jie praranda savo estetinį vaizdą - susiglamžo, netenka formos. Namų sąlygomis išlyginti ir apskritai sutvarkyti tokius ilgai nedėvėtus drabužius labai sunku. O būna, kad ruošdami drabužius šventėms žmonės juos apskritai sugadina. Pavyzdžiui, išlygina drabužius taip, kad į gerąją jo pusę išsimuša žymės nuo vidinių siūlių, palenkimų. Tai ypač aktualu glėžniams plono audinio gaminiams - palaidinėms, suknelėms, sijonams.

- O kaip drabužiai lyginami „Joglėje“?

- Ant profesionalams skirtų lyginimo stalų naudojame specialius lygintuvus. Stalai ir lygintuvai turi šilto oro išpūtimo - audinio pakėli-



► „Joglės“ švarumo centrų direktorė Ilona Račkauskienė pataria, kaip prižiūrėti šventinius drabužius

mo šiltu oru - funkciją. Būtent dėl jos ant drabužių nelieka įsispaudusių siūlių žymių, neatsiranda nepageidaujamo blizgesio. Profesionaliai išlygintas drabužis atrodo puresnis, jis gražiau krinta. Todėl proginčių, brangių drabužių lyginimą ir visą kitą priežiūrą rekomenduoju patikėti tai darantiems profesionaliai.

- Dažna proginčių drabužių priežiūros problema - dekoras...

- Taip, puošnūs drabužiai būna puošti įvairiais karoliukais, žvyneliais, siuvinėti. Dėl šios priežasties juos taip pat sudėtingiau lyginti ir

valyti. Valydami drabužius žvyneliais puoštas ar rankomis siuvinėtas vietas, „Joglės“ darbuotojai visada jas apsaugo. Ypač daug problemų kelia plastikiniai karoliukai, kurie, valomi sausuoju būdu, gali išsilydyti ir taip sugadinti drabužį. Gavę karoliukais dekoruotą audinį, pirmiausia patikriname, ar puošmenos atsparios valymo priemonėms. „Joglės“ išskirtinumas - ne masinis valymas, o itin kruopštus individualus darbas su kiekvienu drabužiu.

- Kaip valomi proginčiai bateliai?



Imanto Sidarevičiaus nuotr.

- Noriu atkreipti dėmesį, kad valome iš visų medžiagų pagamintą avalynę: natūralios ir dirbtinės, verstos odos, kailinius, tekstilinius, megztus ar pagamintos iš vilnos. „Joglėje“ batai valomi tik rankiniu būdu. Pirmiausia juos apžiūri technologai ir nusprendžia, koks valymo būdas ir valymo seka yra tinkamiausia. Išvalius avalynę atnaujinama jos spalva, o galiausiai batai impregnuojami.

- Kaip elgtis su drabužiu, jei vakarėliui išbėgėjus apsipylėme, sutepėme maistu?

- Nerekomenduoju dėmės

trinti - taip galima pažeisti audinį, ypač šilką, stipriau patrintoje vietoje spalva greičiausiai išbluks. Siūlyčiau tik nusausti dėmę nespalsvota servetėle ir pagal galimybes kuo greičiau kreiptis į „Joglę“ - neleisti dėmei įsisenėti.

Nesiūlyčiau dėmių, ypač vyno ar kito alkoholio, kavos, arbatos, natūralių sulčių, plauti muilu. Dėmės valyti reikia chemijos žinių, o jų neturint dėmę galima nebeišvalomai užfiksuoti.

Ieva MIŠKINYTĖ

„PADVAISKAS ir Ko“ 98 proc. pagaminamos produkcijos eksportuoja į Vakarų Europos rinką. Lietuvoje žmonės gaminiai taip pat puikiai žinomi ir vertinami. Priimami nestandartinių matmenų ir individualūs užsakymai. Gamybos procese nuolat diegiamos naujausios technologijos. Tai leidžia būti lankstiems ir prisitaikyti prie įvairiausių klientų poreikių. „PADVAISKAS ir Ko“ gaminamų lovų, tachtų, čiužinių, higieninių čiužinių ir pagalvių galima įsigyti tiesiogiai iš gamintojo elektroninės parduotuvės www.padvaiskas.lt arba užsisakyti atvykus į gamykloje esančią ekspoziciją. Populiariausius čiužinių modelius galite rasti ir MIEGO CENTRO salonuose bei BERRY baldų parduotuvėse.

NAUJI MODELIAI

■ Įmonė „PADVAISKAS ir Ko“, siekdama neatsilikti nuo naujausių pasaulinių baldų rinkos tendencijų, kiekvienais metais dalyvauja ir lankosi didžiausiose baldų parodose Europoje ir Azijoje, kur semiasi idėjų, susipažįsta su naujausiais technologiniais sprendimais ir pristato naujai sukurtus savo lovų modelius, kurių galima įsigyti ir Lietuvoje pagal individualius užsakymus.



ČIUŽINIAI

■ Platus klasikinių spyruoklinių čiužinių pasirinkimas. Klientų pamėgti ir vertinami ortopedinių savybių turintys čiužiniai su natūraliu kokoso pluoštu, aukščiausios kokybės čiužiniai su multikišeninėmis spyruoklėmis. Gaminami čiužiniai pagal individualius užsakymus.



PAGALVĖS

■ NAUJIENA! Klasikinė pagalvės forma ideali patogiam ir kokybiškam poilsiui. Pagalvės užvalkalas šonuose įsiūtas 3D audinys leidžia orui laisvai cirkuliuoti pagalvės užpildu. Viskoelastinio putų poliuretano pagalvės užpildas lengvai prisitaiko prie jūsų kūno padėties. Pagalvės užvalkalas - viskozės audinys - malonus ir švelnus jūsų prisilietimui. Užvalkalas yra sudaigstytas su viskoelastiniu putų poliuretanu ir šis sluoksnis laipsniškai prisitaiko prie kaklo ir stuburo padėties atsigulus.



FENIX

■ NAUJIENA! Viengulė kušetė, kuri gali būti naudojama kaip sofa, transformuojasi į dvigulę lovą. Puikiai tiks vaikų kambariui, priimant svečius, vasaros ar poilsio namuose. Puikiai pritaikoma mažoms erdvėms. Kušetėje integruotos spyruoklės užtikrins kokybišką ir komfortabilų jūsų poilsį.

MERCURY

■ Vienas iš populiariausių gaminamų modelių yra lova su patalynės dėže. MERCURY puikiai pritaikomas mažose erdvėse, padeda išspręsti daiktų laikymo problemą, patalynės dėžių talpa daugiau nei 1000 l. Spyruoklinis čiužinys prisitaiko prie jūsų kūno formų ir užtikrina patogų bei komfortabilų jūsų poilsį. Higieninis antčiužinys apsaugos čiužinį, suteiks jam ilgaamžiškumą ir papildomo patogumo jūsų lovai.



Kaip atrasti vidinę ramybę?



Žaneta Pau Photography nuotr.

► Milda Sabienė - lektorė, asmeninių pokyčių konsultantė, profesionali ICU ugdančioji vadovė, ThetaHealing® mediatorė, konsteliatorė, regresologė, knygos „7 Visatos dėsniai“ autorė

Dažniausiai atostogas planuojame vasarą, svajojame apie poilsį, tačiau ar tikrai mokame ilsėtis?

Asmeninių pokyčių konsultantė Milda Sabienė papasakojo, kaip pasiruošti atostogoms ir kaip kokybiškai atgauti jėgas.

- Kodėl verta pasikalbėti su savimi ir kaip tokie pokalbiai vyksta?

- Pasikalbėti su savimi reiškia nurimti, sulėtinti tempą, sustoti ir pradėti girdėti. Klausytis ir jausti save, pastebėti savo mintis, kūno reakcijas, išgirsti savo tariamus žodžius ir suprasti jų prasmę. Kitaip sakant, tapti sąmoningesniems visapusiškai. Nes niekas kitas, kaip pats žmogus, geriau nežino, ko jam reikia, kas jam tinka arba ką reikia daryti. Tam, kad tai sužinotum, reikia pauzės. Juk įžiūrėti, kas yra eže-

ro dugne, galima tik tuomet, kai vanduo nurimsta.

- Manote, pastaruoju metu žmonės skiria daugiau dėmesio savęs pažinimui, vidiniams dalykams?

- Taip, pastaruoju metu pradėjo populiarėti įvairiausi užsiėmimai, paskaitos, seminarai. Reikia tik rasti laiko ir finansų. Tikrai žmonės labiau domisi. Tačiau labai didelė šių žmonių dalis yra „žinių medžio-tojai“. Jie yra apsiskaitę, žino naujausią informaciją, uždavus klausimą pažers kelias teorijas arba patarimų, kaip ir ką reikia daryti, tačiau patys gyvena kaip gyvenę. Kodėl? Nes žinios be veiksmo yra tik bevertė informacija. Vien žinodamas, kaip sveikai gyventi, sveikas netapsi. Reikia imtis vienokių arba kitokių veiksmų. Ir svarbu ne-

perspausti, žinias pradėti taikyti palengva ir paeiliui, nes tai yra procesas, kuriam reikia laiko. Kai vienos žinios tampa gyvenimo būdu, tuomet galima pradėti dirbti su kitomis. Svarbu duoti sau laiko.

- Ar visuomet, pagerėjus santykiams su savimi, pagerėja ir santykiai su aplinkiniais?

- Taip, kai mes pradedame geriau save suprasti, po truputį pradeda mažėti kaltinimų, pretenzijų ir nuoskaudų aplinkiniams. O kai šie dalykai mažėja, keičiasi santykiai.

- Kaip siūlote pasiruošti vasarai? Kaip susidėlioti mintis ir savo vidinį „aš“ paruošti atostogoms?

- Suprasti, kad tas, kuris nemo-ka 100 proc. ilsėtis, negali ir dirbti 100 proc. Kokybiškos atostogos

yra būtina gero darbo ir gero gyvenimo sąlyga. Savo vidiniam „aš“ reikia perduoti informaciją, kad pagrindinis tikslas yra kokybiškai pailsėti.

- Ar tikrai mokame atostogauti? Kaip tvarkytis su minčių gausa, stresu ir kitais dalykais, kad iš tiesų galėtume pailsėti, atrastume vidinę ramybę?

- Tikrai dauguma mūsų nemo-kame atostogauti, nes pirmiausia atostogos būna per trumpos. Norint gerai pailsėti, bent vienos atostogos per metus turi trukti mažiausiai dvi savaites. 3-4 savaitės būtų idealu. Trys nepertraukiamos atostogų savaitės yra būtinos, ypač vadovams ir savo verslo savininkams. Nes tik po dviejų savaitių pradeda rimti minčių srautas ir stresas. Kadangi dirbu sau ir pati esu sau direktorė, dariau eksperimentą su savimi - leidau sau atostogauti visą mėnesį! Pirmas tris savaites vis turėjau sau priminti, kad aš atostogauju, ir visas darbi-nes mintis „praleisti“. Visiškai „at-sijungti“ ir ilsėtis pradėjau tik ketvirtą savaitę. Po šio eksperimento suvokiau, kad žmonės nemoka ilsėtis.

Atostogaujant dviese arba su šeima yra labai svarbu suprasti ir organizuoti atostogas taip, kad visi pailsėtų. Nes moterims atostogos su vaikais yra ne atostogos, o darbas, nes negali atsipalaiduoti 100 proc. dėl atsakomybės už vaikus. Tuo metu vyrams yra svarbu, kad dalį atostogų jie galėtų praleisti sau įprastoje ir pažįstamoje aplinkoje - sodyboje, tame pačiame kurorte, kur viskas sava, arba galų gale namie. Nes išvažiavę į naują vietą su šeima arba su savo dama jie taip pat negali atsipalaiduoti dėl patiriamos atsakomybės.

Todėl pravartu žinoti, kad moterys geriausiai pasiilsis išvažiavusios iš namų kokioje nors naujoje aplinkoje, o vyrai geriausiai pailsi jiems pažįstamoje aplinkoje.

- Kodėl kelionės ar aplinkos pakeitimas turi tokį teigiamą poveikį žmogaus savijautai?

- Aplinkos pakeitimas yra labai svarbus moterims. Taip pat labai svarbus vidutinio ir aukšto lygio vadovams, kai atsipalaiduoti padeda ne tik pakeista aplinka, bet ir laiko juosta, kuri neleidžia „įeigu-ką“ kibti į darbą. Todėl tolimos kelionės yra viena iš išiečių.

- Kokios stovyklos planuojamos šią vasarą, kokias temas jos gvildens?

- Šią vasarą Lietuvoje planuojamos dvi stovyklos moterims, dienos stovykla 12-15 metų mergaitėms. O su 15-18 metų jaunimu išvykstame į stovyklą Austrijoje.

Moterų stovykloje gvildenamos santykių temos su partneriais, vaikais arba tėvais. Mergaičių stovykloje kalbame nuo paprastų bendravimo tarpusavyje temų iki sekso, taip pat vizažo meistrė moko mergaites makiažo pagrindų. Su jaunimu kalbame apie tikslus, talentus, kokį kelią rinktis. Taip pat svarbi santykių tema, nes amžius tas, kai jaunimas pradeda rimtus santykius.

Savęs pažinimo kelyje darbas grupėse yra labai naudingas, nes dažnai per kito asmens užduotą klausimą arba iškeltą situaciją atpažįstame save, savo situacijas, suprantame, kur šuo pakastas, ir išsprendžiame savo klausimus. Juk save pažįstame tik per santykį su kitu žmogumi.

Eimantė JURŠĖNAITĖ



VADASIGA®

Gražesniame gyvenime



✓ Vilnius ✓ Kaunas ✓ Klaipėda
www.vadasiga.lt www.akmeja.lt



NEALKOHOLINIS

ŠVYTURYS

LAISVALAIKIO ČEMPIONAMS



„Žuvinė“ kviečia mėgautis žuvies patiekalais



Vilniuje ir Palangoje įsikūrę žuvies restoranai „Žuvinė“ vasarą pasitinka atnaujinę meniu ir užsibrėžę ambicingą tikslą - supažindinti tautiečius ir į Lietuvą atvykstančius svečius iš užsienio šalių su kuo įvairesnėmis mūsų vandens telkiniuose sužvejojamomis žuvimis ir jų paruošimo būdais, sudaryti klientams galimybę ne tik pavalgyti žuvies patiekalų, bet ir išmokti žuvimi mėgautis.

Aida VALINSKIENĖ

„Žuvinės“ tikslas - tai žuvies diena kasdien, - sako restorano „Žuvinė“ Vilniuje vadovas Vitalijus Dobromilskis. - Nors mitybos specialistai teigia, kad lietuviai žuvies vartoja per mažai, mes pastebime, kad tautiečiai žuvį ir jūros gėrybes renkasi vis dažniau. O ir žmonės jau labiau išprusę - žino, ką jie nori pirkti ir kaip paruoštą žuvį valgyti. Mes stengiamės į tai atsižvelgti ir pasiūlyti svečiams kuo didesnę kokybiškos, šviežios žuvies patiekalų asortimentą.“

Restorano vadovo teigimu, bene pagrindinė šios vasaros naujovė ir gera žinia žuvies mėgėjams yra atnaujintas „Žuvinės“ restoranų meniu - jis sukurtas specialiai vasarai. Kadangi „Žuvinėje“ didžioji dauguma patiekalų ruošiami iš šviežios, Lietuvos vandens telkiniuose - Baltijos jūroje, ežeruose, upėse - pagaunamos žuvies, siūlomas asortimentas labiausiai priklauso nuo sezono ir oro sąlygų.

Vasara tradiciškai prasideda Baltijos jūros otų sezonu. Tačiau restorane apsilankiusieji galės paskanauti ir Baltijos menkės, sterko, plekšnės, vėjąžuvis. Iš žiobrio filė gaminami svečių labai mėgstami koldūnai su žiobrio filė įdaru, iš lydekos - pui-



► Restorano „Žuvinė“ Vilniuje vadovas Vitalijus Dobromilskis tikisi, kad žuvies mėgėjai įvertins restorano siūlomą žuvies kokybę bei asortimentą

kaus skonio kukulaičiai, kurie patiekiami su bulvių koše ir žirneliais.

„Siūlysimė paskanauti šamo, auginto ekologiniame ūkyje, o jei žvejams pavyks pagauti - ir laukinio šamo, kurio skonis ir kvapas yra šiek tiek specifinis, tačiau žuvies mėgėjai tai įvertina. Kadangi tai riebi žuvis, ją siūlome valgyti su ryžiais ir grilyje keptomis daržovėmis arba marinuotais agurkėliais - tai labai puikus derinys“, - sako V.Dobromilskis.

Pageidaujantieji daugeliui jau įprastų žuvų patiekalų „Žuvinės“ asortimente šiemet ras ir atlantiinių menkių bei norvegiškos lašišos filė, Viduržemio jūros žuvų - dora-dų, jūrinių ešerių „SeaBass“.

Net ir vasarą svečiai „Žuvinėje“ galės paragauti keptų stintų, kurios dar žiemą buvo užšaldytos naudo-

jant specialią šaldymo technologiją, tad neprarado nei savo skonio, nei išvaizdos savybių. Stintų dažniausiai pageidauja paragauti vasarą į Palangą atvykstantys poilsiautojai, kurie negali to padaryti žiemą.

Taip pat restoranas siūlys vaisintis lietuviškais, tradiciniu, senoviniu būdu rūkytais unguriais. Svečių pageidavimu žuvis gali būti supakuota išsinešti. Kaip teigia restorano vadovas V.Dobromilskis, tai gali būti puiki dovana ar lauktuvės keliaujant į svečius.

„Žuvinės“ lankytojai iš čia siūlomų jūros gėrybių dažnai renkasi austres „Gillardeau Nr.2“, įvairias krevetes, jūros šukutes, gruzdintas jūros gėrybes (*fritto misto*).

Firminė restorano žuvienė „Bouillabaisse“, kurios receptas at-

keliavęs iš Marselio, patiekiamas dideliame puode, kurio pakanka dviem ar net trimis žmonėms. Sriuboje daug rūšių jūros gėrybių ir žuvies gabaliukų, ji skaninama prabangiu prieskoniu - šafranu.

Žalios žuvies mėgėjams „Žuvinėje“ siūlomas „raw“ baras - žalios lašišos, tuno, kitų žuvų tartarai. Žalią žuvį siūloma skanauti su jūros dumbliais ir sojų padažu.

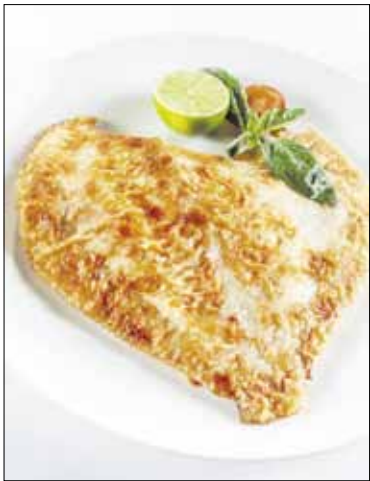
„Žmonės dažnai klausia, ar pas mus galima gauti tik žuvies. Tikrai ne. „Žuvinėje“ jūs galite užsisakyti ir kokybiškos jautienos didkės-nį, ėriuko *carre*, o jei nevalgote nei mėsos, nei žuvies - galėsite rinktis iš vegetariškų patiekalų. Tėveliai, į restoraną užsukę su vaikais, ras vaikų mėgstamus ir būtent jiems pritaikytus patiekalus. Stengiamės patenkinti visų poreikius“, - sako žuvies restorano vadovas.

Turistams, kurie nori paragauti įvairių lietuviškų patiekalų, parengtas ir sezoninis-degustacinis meniu, kurį sudarys šaltasis užkandis, sriuba, karštasis patiekalas ir desertas. Svečiai gali paskanauti, tarkim, rūkyto ungurio, rūkyto šamo sriubos, sezoninės žuvies ir deserto.

Už prieinamą kainą nuo 12 iki 17 val. skubantiems „Žuvinės“ svečiams gali būti patiektas pietų pasiūlymas: šaltasis mini užkandis, sriuba ir karštasis patiekalas. „Tiek Vilniuje, tiek Palangoje žmonių tikslas per pietus dažniausiai yra greitai, nebrangiai ir skaniai pavalgyti - mes jiems tokią galimybę sudarysime“, - teigia V.Dobromilskis.

Anot jo, „Žuvinėje“ svečius visada pasitiks profesionalūs padavėjai, kurie padės ir patars, kaip ruošią žuvį geriau pasirinkti - keptą ant grilinės plokštumos ar garintą, kaip tinkamai suderinti pasirinktą žuvį ir tinkamą garnyrą, koks gėrimas prie jos tinka geriausiai. Restorano darbuotojai siekia, kad kiekvienas svečias pajustų tikrąjį valgymo malonumą.

Anot V.Dobromilskio, kokybišką žuvį skaniai pasiruoši gali ne kiekvienas, tad jei norite pailsėti ir gardžiai pavalgyti, patikėkite šitą misiją „Žuvinės“ darbuotojams - žuvies ekspertams.



► Keptas šviežias Baltijos otas



► Sterko filė su svieste kepintais špinatais ir svogūnais



► Rūkyti lietuviški unguriai

„Žuvinės“ šefas siūlo

Tiems, kurie vis dėlto norėtų išbandyti savo jėgas, „Žuvinės“ šefas Andrius Gurevičius siūlo pamėginti patiems pagaminti kelis žuvies patiekalus.

Šviežia Baltijos jūros menkės filė su apkepintais svieste svogūnais, morkomis ir bulvytėmis

Reikės:

- 160 g Baltijos menkės filė
- 100 g svogūnų
- 75 g virtų morkų
- 75 g virtų mini bulvyčių
- 50 g sviesto
- 30 g aliejaus
- 5 g žalumynų
- 15 g miltų
- 2 g druskos
- 2 g pipirų
- 30 g citrinos

Paruošimas:

Baltijos menkės filė įtriname druska, pamiltuojame ir dedame kepti į įkaitintą keptuvę su aliejumi. Kepame iš abiejų pusių apie 6 minutes, neperkepame.

Kol kepa žuvis, ruošiamė garnyrą.



► Andrius Gurevičius

Svogūnus kepame supjaustytus pusžiedžiais ant sviesto, kol gražiai pagels, pasūdome, papipiriname. Kitoje keptuvėje kepame morkas ir bulves ant sviesto su druska ir pipirais, kol gražiai apskrus. Serviruojame žuvį į lėkštę kartu su garnyrais, papuošiame žalumynais ir citrina.

Firminė restorano žuvienė „Bouillabaisse“

Reikės:

- 1 l tradicinio žuvies sultinio
- 30 g pomidorų padažo
- 1 apelsino
- 0,05 g malto šafrano
- 0,05 g maltos ugninės paprikos
- Druskos
- 50 g menkės filė
- 60 g lašišos filė
- 100 g skorpionžuvis filė
- 45 g sviestažuvis
- 45 g sterko filė
- 60 g glazūruotų krevėčių su kiautu
- 100 g mėlynųjų moliuskų su kiautais
- 50 g žaliakriauklių midijų
- 2 vnt. tigrinių krevėčių su galva
- 200 g pomidorų savo sultyse

Paruošimas:

Išverdame tradicinį žuvies sultinį. Kai sultinys jau verda, į jį sudedame pomidorų padažą, nutarkuotą apelsino žievelę ir mažesniame sultinio kiekyje ištirpintą šafraną. Sudedame prieskonius ir užverdame. Būtinai nugriebiame putas.

Į verdantį sultinį sudedame vi-

sas nurodytas žuvis ir jūros gėrybes, išskyrus tigrines krevetes ir pomidorus savo sultyse. Verdame žuvienę ant lėtos ugnies apie 15 minučių. Jei reikia, nugriebiame putas.

Prieš baigiant virti sudedame tigrines krevetes ir smulkintus pomidorus savo sultyse. Verdame dar 5 minutes.



► Firminė restorano žuvienė „Bouillabaisse“

R.Urboneit: dizainerių vertos visos nuotakos

Ketverius metus vestuvinių suknelių rinkoje veikianti Rasos & Christian Mados studija Panevėžyje virto būsimų nuotakų traukos centru. Čia siūdintis vienetinių dizainerės Rasos URBONEIT kurtų vestuvinių suknelių skuba ne tik panevėžietės, bet ir lietuviškos emigrantės, klientės iš didžiųjų šalies miestų, aktorės, modeliai.

- Vienas svarbiausių jūsų siūlomų pranašumų - Rasos & Christian Mados studija yra alternatyva garsių dizainerių siūtoms vienetinėms vestuvinėms suknelėms. Kodėl jūs nusprendėte eiti būtent tokiu keliu?

- Mados studijos įkūrimo idėja kilo jau seniai, ją įgyvendinome prieš ketverius metus. Daugumos salonų teikiamos paslaugos buvo nuoma ir pardavimas, taigi man kilo idėja - kodėl gi neįgyvendinus nuotakų ar puotų viešnių norų kiekvienai individualiai sukurti ir pasiūti išskirtinę nuotakos ar vakarinę suknelę. Kiekviena moteris nori būti išskirtinė ir vilkėti vienetinę, būtent jai kurta suknele ar kostiumėliu. Siūlome alternatyvą garsių dizainerių siūtoms vestuvinėms vienetinėms suknelėms prieinama kaina. Galime garantuoti kokybę ir išskirtinį dizainą.

- Kada supratote savo kaip dizainerės pašaukimą, iš kur semiatės idėjų?

- Sukneles kuriu nuo pat vaikystės, pradėjau nuo lėlių. Siūdavau ir modeliuodavau sau ir savo draugėms. Visada žavėdavau ir stebėdavau madų šou, svajojau kurti sukneles nuotakoms ir vakarinius drabužius. Idėjos suknelės modeliui kyla išvydus išskirtinį audinį.

- Ko gali tikėtis būsimos nuotakos, atėjusios į Rasos & Christian Mados studiją?

- Pirmiausia malonaus bendravimo. Mums svarbiausia, kad nuotaka atrodytų išskirtinė, žavinga, o suknelė jai tiesiog privalo labai tikti. Pas mus galima savo svajonių suknelę išsinuomoti, pasisiūdinti ar nusipirkti. Žinoma, individuali nuotakos suknelė ar vakarinis drabužis, siūtas dizainerio, brangiai kainuoja, ir ne visos gali sau leisti šį malonumą. Mes siūlome alternatyvą sutaupyti: pagal kiekvienos norą galime sukurti individualų drabužį, kurį galėsite išsinuomoti, o ne pirkti.

- Rinkoje esate jau 4 metus, kokias sukneles būsimos nuotakos nori siūdintis, nuomotis, kokios visada madingos?

- Būsimos nuotakos dažnai atsineša užsienio dizainerių kurtų drabužių nuotraukas ir ieško suknelės, kurią matė interneto puslapiuose ar madų žurnaluose. Vis dėlto jos ne visada susimąsto, kad pirmiausia suknelė turi tikti. Džiugu, kad yra nuotakų, kurios besąlygiškai pasikliauja dizaineriu, jos drąsiai klausia, konsultuojasi, net eksperimentuoja ir labai dažnai išsirenka visiškai kitokią suknelę.

Aš visada stengiuosi įgyvendinti nuotakų svajones ir sukurti tokią suknelę, apie kurią svajojo, bet, jeigu reikia, visada patarsiu, pasiūlysiu kelių skirtingų stilių sukneles ir mes kartu sukursime tokį drabužį, kuris labiausiai tiks ir kurį vilkėdama klientė jausis patogiai bei žaviai. Jos visos nori būti gražios, išskirtinės ir laimingos, todėl visada dirbu taip, kad savo svajonių dieną mano klientės atrodytų tobulai.

- Ar lengva įgyvendinti klientų ir klientų norus?



► Dizainerės Rasos Urboneit teigimu, didžiausias jos darbo įvertinimas - visuomet laimingos klientės

- Kiekvienas klientas skirtingas, mąsto savitai, turi skirtingų svajonių, skirtingą stilių ir požiūrį. Man svarbiausia užmegzti ryšį su kiekvienu iš jų, kad galėčiau suprasti poreikius ir galėčiau sukurti tinkamiausią drabužį.

- Kas yra jūsų klientės?

- Pas mus apsilanko labai daug emigrantų nuotakų ir svečių. Žinoma, atvažiuoja iš visos Lietuvos. Sulaukiame labai daug padėkų, mūsų klientės sugrįžta pas mus vėl pasipuošti kitai šventei arba apsilanko šiaip malonaus pokalbio.

Mūsų suknelėmis puošiasi: „Mis Aukštaitija“ merginos, kūrėme drabužius Panevėžio miesto gimtadienio šventės vedėjai. Mūsų nuotakos suknele puošėsi serialo „Naisių vasara“ aktorė. Taip pat mūsų suknele puošėsi modelis Irmina Preišegėlaviciūtė ir konkurse „2016 Tourism Queen“ iškovojo karūną.

Rasos & Christian Mados studiją rasite adresu: Vilniaus g. 6, Panevėžys.

Tel. pasiteirauti +370 683 52 805, el.p. rcmadosstudija@gmail.com

Puošiamė aktorę Tomą Razmislavičiūtę-Juodę. Dalyvavome konkurse „Kitokia vestuvinė suknelė“ 2016 metais ir buvome įvertinti. 2015 metais pristatėme kolekciją parodoje „Vestuvės“. 2017 metų vestuvinių suknelių kolekciją pristatėme „Loreal bridal Fashion Show“. Puošėme „Aukšinių kryžių“ apdovanojimų vedėją, rengėme modelį Justiną Ievą Steponavičiūtę.

- Kokios naujausios vestuvinių suknelių tendencijos?

- 2017-2018 metų nuotakos renkasi medžiagų įvairovę, nérinius, faktūrines, standžias ir formą laikančias medžiagas, kaip organza, tiulis. Plati siluotų įvairo-

vė. Madingos išlieka klasikinio silueto ir korsetinės suknelės. Taip pat pūstos, princesiškos ir netradicinių siluotų ar „crop top“ stiliaus.

Vestuvinių suknelių madoje vyraus *boho* stilius: nuo detalių iki viso įvaizdžio sukūrimo. Ryškiausia ateinančio sezono tendencija išliks rąkovės: ilgos, trumpos, pūstos, su rąkinukais, dekoruotos gėlėmis, primenančios įvairius stilius, nériniuotos, pailgos.

Kaspinai skirtingo dydžio, įvairiose nuotakos suknelės vietose; skeltukai; lengvai plazdenančios šilkinės; daugybė sluoksnių tiulio. Išliks suknelės su perregimais nériniais, taip pat dažniau pasitebimi kelnų kostiumai.

Neatsiejamą nuotakos stiliaus detalę - apsiaustai, skraistės ir pelerinos. Įkirpimai ir įsiuvai - tai seksualumo nuotakos stiliui teikianti tendencija. Jie suteikia nuotakai šiek tiek paslapties, bet ne vulgarumo. 2017 metais siuvome sukneles, kurios transformuojasi iš ilgos į trumpą, iš baltos į spalvotą, iš pūstos į miniatiūrinę.

2018 metams siūlysime daugiau blizgesio - viskas blizgės - suknelių medžiagos, nériniai, papuošalai, aksesuarai, galvos papuošalai, bateliai, nuometai.

- Šiais laikais nuotakos ir svečiai pratę viską rasti vienoje vietoje ir negaišti laiko, ką galite šiuo klausimu pasiūlyti?

- Bendradarbiaujame su įvairiais partneriais, vestuvių organizatoriais, muzikantais, floristais, vizažistais, šukuosenų stilistais, fotografais, automobilių nuomos įmonėmis; ne problema ir egzotiniai drugeliai. Pas mus galite užsisakyti vestuvių scenarijų, asmeniškai jums kurtą eiliuotą pasaką. Taip pat siūlome sodybos nuomą.

Kalbėjosi Edita SIAVRIS



Tinkamas maudymosi kostiumėlis ištirpdo kompleksus

Kokia vasara be poilsio prie jūros ar ežerų, tačiau moterys nebūtų moterys, jei įsibėgėjanti vasara nekeltų streso - kaip atrodyti nepriekaištingai paplūdimyje? Tereikia išsirinkti patinkantį ir tinkantį maudymosi kostiumėlį, teigia internetinės parduotuvės *Popi.lt*, prekiaujančios drabužiais, apatinio trikotažo gaminiais ir maudymosi kostiumėliais, direktorė Evelina SIRGEDAITĖ.



- Vis daugiau prekių nuperkama internetu. Ar maudymosi kostiumėliai - ne išimtis?

- Dažna nuomonė, kad ką jau ką, bet maudymosi kostiumėlį pirkti internetu yra nesąmonė. Pirkti internetu - tik pranašumai. Nereikia lakstyti po parduotuves, matuoti ir vargti ieškant to vientelio, tobulo. Užtenka 5 minučių prisėsti prie kompiuterio, išsirinkti modelį, išsimatuoti apimtis ir maudymosi kostiumėlis jums bus pristatytas prie namų durų.

- O jei moteris nežino, kas jai tiks?

- Mūsų internetinės parduotuvės *www.popi.lt* konsultantai visada pasirošę padėti išsirinkti maudymosi kostiumėlį, pateisinantį jūsų lūkes-

čius. Konsultuoti galima el.paštu *info@popi.lt*. Siūlome labai skirtingo stiliaus ir dizaino maudymosi kostiumėlių. Sau tinkamą išsirinks tiek paauglės, tiek ką tik pagimdžiusios mamos ar vyresnio amžiaus moterys. Visi mūsų maudymosi kostiumėliai yra pagaminti Europoje, audinys dažniausiai užsakomas Italijoje.

Iš kitų parduotuvių išsiskiria me pasiūlos įvairovė. Galime pasiūlyti beveik 1000 skirtingų modelių maudymosi kostiumėlių, paplūdimio skarų, tunikų ir glaudžių. Prekiaujame trijų kategorijų maudymosi kostiumėliais. Tai dviejų dalių maudymosi kostiumėliai (šie tinka smulkesnio ir vidutinio sudėjimo damoms); šiuo metu labai populiarūs maudymosi kostiumėliai su „push up“ pagalvėlėmis (tokie puikiai pakelia, formuoja ir padidina krūtinę, jie atrodo natūraliai, todėl tai tikras atradimas mažesnių krūtininių savininkėms). Siūlome ir vientisų maudymosi kostiumėlių, vienspalvių, klasikinių, tačiau šiuo metu populiariausi gėlių, geometriniais raštais marginti vientisi. Maudymosi kostiumėliai patogiai užsisėga sagtimi, todėl tai puikus pasirinkimas einant į baseiną. Taip pat galime pasiūlyti itin didelio dydžio vientisų maudymosi kostiumėlių. Jie pagaminti specialia technologija, kuri vizualiai lieknina, paslepia figūros trūkumus.



Šio sezono hitas - monokini stiliaus maudymosi kostiumėliai. Tai vientiso ir atskiro maudymosi kostiumėlio mišinys. Dažniausiai iš priekio jis atrodo kaip vientisas, apnuoginantis šonus maudymosi kostiumėlis, o iš užpakalio - kaip atskiras, dviejų dalių. Jaunesnės merginos renkasi spalvingus, daug karpytus modelius, o vyresnės - klasikinių spalvų, šiek tiek subtilesnius monokini.

- Kokių dažniausiai klausimų sulaukiate iš klientų?

- Kokio dydžio maudymosi kostiumėlį pasirinkti. Šalia kiekvieno iš jų parduotuvėje pateikiame tikslus matmenis, tačiau moterims neretai vis tiek kyla abejonių. Jeigu dvejojate tarp vieno ar kito dydžio, visada patariame rinktis didesnio dydžio variantą. Jeigu maudymosi kostiumėlis bus per mažas - nejausite komforto, jis negražiai įsirės ir gali

išryškinti nepageidaujamas sritis.

Klientus džiugina tai, kad jeigu jiems netinka maudymosi kostiumėlis, visada pasiūlome pasikeisti ne tik dydį, bet rekomenduojame ir kitą modelį. Neseniai į mus kreipėsi moteris, turinti randų po operacijos, tam tikrų probleminių vietų. Ji kompleksavo pasirodyti su maudymosi kostiumėliu. Parinkome jai gražiai krūtinę išryškinantį juodos spalvos vientisą maudymosi kostiumėlį, margintą gėlėmis. Jis puikiai pakėlė krūtinės sritį, o gėlių raštai užmaskavo problemines vietas. Klientė buvo labai patenkinta ir nuo šiol kasdien lankosi baseine. Taip pat klientės džiugina priimtina kaina. Realiose parduotuvėse geros kokybės maudymosi kostiumėlių kaina dažnai perkopia 50 eurų, mūsų parduotuvėje puikios kokybės gaminį įsigysite už 15-39 eurų. Na, o vyriškas glaudes tikrai rasite iki 10 eurų.

- Kaip neapsirinkti renkantis maudymosi kostiumėlį?

- Svarbiausia įvertinti, kokiam tikslui jį naudosite. Jeigu jis skirtas degintis, nepatartina rinktis monokini arba vientiso. Kadangi jie nepadės lygiai įdegti. Protingiausia būtų rinktis atskirus maudymosi kostiumėlius, tada galėsite lygiai ir gražiai įdegti. Dauguma mūsų parduotuvėje siūlomų maudymosi kostiumėlių yra su nusegamomis petnešėlėmis, tai iš tiesų palengvina situaciją deginant. Jeigu maudymosi kostiumėlis skirtas baseinui - patartina rinktis monokini arba vientisą.

Kalbėjosi Edita SIAVRIS

Užs.282

Batų mados. 2017 vasara: „Deichmann“ populiariausieji

„Deichmann“ jau dabar gali pasufleruoti, kokie modeliai karaliaus šiltąjį sezoną.

Šį kartą tai patogios aukštakulnės basutės, vasariškos espadrilės, lengvi lyg plunksna sportiniai bateliai ar bohemiško stiliaus sandalai.

Populiarumo viršūnėje išliks metalo ar blizgučių aplikacijomis puošti sportiniai bateliai ir espadrilės. Aktualūs šį sezoną išlieka ir stori batų padai - su jais jausitės ne tik patogiai, bet ir stilingai. Aukštakulniai masyviais ar, priešingai, elegantiškais plonais kulniukais bei džinsiniai audiniai - tai papildomi stiliaus akcentai, kurie svarbūs šį sezoną. Neįprastos batų dekoracijos kaip bumbulai ar kutai, minkšti išoriniai audiniai, raštai, drobės ar džiuo pluoštai suteiks įvaizdžiu individualumo.

Rankų darbo įspūdį avalynei suteikiančios kamštinės ir medinės detalės, piešti raštai ar ryškios siūlės šią vasarą vėl grąžins hipišką įvaizdį. Toks stilius atsispindės ir plokščiapadžių basučių dizaine: ryškios spalvos, karoliukai ir siuvinėjimas - tai svarbiausi šio sezono atviros bohemiško stiliaus avalynės akcentai. Išskirtinius modelius papildo ir patogūs kamštinio pado įsispiriami bateliai. Aukštos kokybės paviršiai kaip lakuota oda, metalo ar krokodilo odos imitacijos bei elegantiškos sagtys suteiks jiems moteriško grožio. Ypatingo žavesio avalynei šią vasarą suteiks dekoracijos su



stambiais pastelinių atspalvių gėlių raštais, karoliukais bei brangakmenių imitacijomis. Prie lengvų basučių priderinusios vėjo plaikstomą vasarišką aprangą, būsite pasiruošusios vestuvėms, nerūpestingam vakarėliui sode ar tiesiog pasivaikščiojimui mieste.

Šį sezoną svarbiausias avalynės tipas išvykoms mieste - patogios, švelnių ir natūralių spalvų espadri-

lės. Dėl uždaro dizaino pėda jose jausis patogiai, o jų lengvumas garantuos, kad kojos neperkais tvyrant vasariškai temperatūrai. Plona šių įsispiriamų batelių nubuko oda leis visą dieną jaustis patogiai, lyg ant debesų.

Jeigu ieškote labiau praeivių žvilgsnius patraukiančio įvaizdžio, rinkitės suvarstomus batelius, puoštus gėlių aplikacijomis, karo-

liukais ar blizgančiais žvyneliais, taip pat šiuo metu madingus metalo atspalviais žėrinčius avalynės modelius.

Ir toliau karaliaus įvairių modelių sportiniai bateliai: retro, futuristiniai, puošti metalinėmis detalėmis ar masyvūs karpytu liežuveliu. Minimalizmo ikona - klasikiniai balti sportbačiai - papildomi storais padais bei aptakiomis for-

momis. Išskirtinį patogumą suteiks ilgesnis tinklinis aulais, apgaubiantis kojas lyg antra oda. Tačiau labiausiai neįprastų ir įdomių padų dizaino tendenciją įrodo specialus šio sezono kūrinys: sportbačiai su integruotomis LED šviesomis, kurių mirgėjimas konkuruoja su miesto šviesomis ilgais vasaros vakarais.

Užs.278



Krištoliniai indai – Malonumas mėgautis gyvenimu

Spindintis, elegantiškas ir grakštus „Bohemia“ krištolas. Tai amžina ir nesikeičianti klasika. Šampano, vyno, viskio taurės, masyvaus žėrinčio krištolo grafinai suteikia šventiškumo, elegancijos ir prabangos. Derindami baltutėles porcelianines lėkštes su tviskančiomis krištolinėmis taurėmis, šventiniam stalui sukursite rafinuotą lengvumą ir grakštumą. Su niekuo nesupainiojami gaminiai išsiskiria įspūdingu dizainu ir ilgaamžiškumu.



Vilniuje: Trakų g. 17; PC „EUROPA“; PC „PANORAMA“. Kaune: Laisvės al. 45; PC „MOLAS“; PC „AKROPOLIS“

www.cdstyle.lt