

Aidas

Čikagos

AMERICAN LITHUANIAN NEWSPAPER

№26 (1386)

07.12.2024 -
07.18.2024

AUGA SPAUDIMAS BIDENUI TRAUKTIS IŠ RINKIMINĖS KOVOS

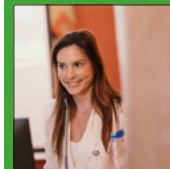


4, 6 PSL.



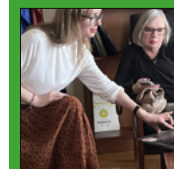
KAIP BOSNIJA KOVOJA DĖL
ISTORINĖS TIESOS

8 PSL.



ŽYMI JAV NEUROMOKSLININKĖ
DAIŅŲ ŠVENTĖJE TIRIA
MUZIKOS POVEIKĮ

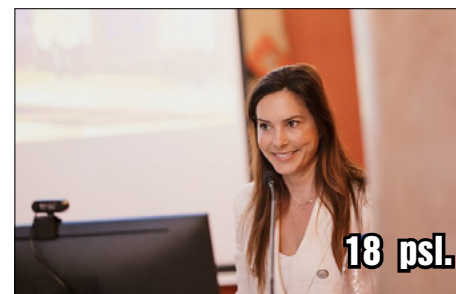
18 PSL.



APIE VENESUELON
PASITRAUKUSIŲ LIETUVIŲ
LIKIMUS

24 PSL.

- 4** Didėjant spaudimui trauktis iš rinkimų kovos, Bidenas rengia spaudos konferenciją
Ką nusprendė NATO: „neapgrėžiama Ukrainos narystė“ ir raketos Lenkijoje
- 5** Premjerė lietuvių išeivijos studentams: Lietuva yra galimybių erdvė
- 6** Baltuosiuose rūmuose ne kartą lankėsi Parkinsono ligos gydytojas
Rusijoje – Indijos premjero Modi susitikimas su Putinu
- 8** Kaip Bosnija kovoja dėl istorinės tiesos
- 10** Prieš savo šalį žmogaus teisių byla laimėjusi šveicarų senjorė: pergalė – ateities kartoms
- 13** Akupunktūra: saugus ir efektyvus nemigos gydymas?
- 14** Naujoji JAV LB Marquette Park Apylinkės valdyba
- 16** Istorikams dovana – iš už Atlanto
Lietuviškumo ženklai, menantys kadaise virusį gyvenimą
- 18** Žymi JAV neuromokslininkė Dainų šventėje tiria muzikos poveikį
- 20** Rūta Šepetytė: Daugiau nei 20 metų dirbau verslo pasaulyje, kol atradau drąsos rašyti
- 24-25** Apie Venesuelon pasitraukusių lietuvių likimus
- 26, 28** Metų žodžio ir Metų posakio rinkimai
- 30** Lietuviški renginiai
- 32** Renginių gidas Čikagoje
- 34** Orai
Horoskopas
- 36** Kiauliena – ir sotiems pietums, ir vakarienei



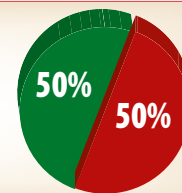
**AR DALYVAUSITE ŠIMTMEČIO
DAIŲ ŠVENTĖJE?**

- Taip
- Ne

Savo nuomonę kviečiame išsakyti mūsų interneto svetainėje aidas.us.

Praėjusios savaitės klausimas:

**Ar prieš vasarą keičiate
mitybos/fizinio aktyvumo
įpročius? Taip 50% Ne 50%**



Kviečiame aplankyti mūsų interneto svetainę adresu

www.aidas.us



like us on
facebook

www.facebook.com/www.aidas.us/

Aidas Čikagos

ISSN 1553-5762

www.aidas.us

Lietuviškas savaitinis leidinys
„ČIKAGOS AIDAS“

The American Lithuanian Weekly
“ČIKAGOS AIDAS”
ETHNIC MEDIA UNITED

P.O. Box 261, Lake

Zurich, IL 60047

Tel. (877) 702-0220

Paduokite skelbimą

rašydami žinutę:

(312)999-0609

Fax. (224) 998-6131

Dėl reklamos ir kitais klausimais
rašykite: info@ethnicmedia.us

Kopijavimas be “Čikagos aidų” redakcijos sutikimo draudžiamas. Už publikuojamą reklamą ir reklaminius straipsnius redakcija neat-sako. Redakcija nerenzūroja ir rankraščių negrąžina. Autorių nuomonė nebūtinai sutampa su redakcijos nuomone.

All rights reserved. Newspaper “AIDAS” is not responsible for display

advertisements, advertising articles and their contents. All artwork and design of advertisement and editorial pages are intellectual property of American Lithuanian Newspaper “AIDAS”. The opinions and observations expressed by authors and contributors of “Chicago Aidas” Newspaper are not necessary represent the opinions and observations of “Chicago Aidas” Newspaper.



THE LAW OFFICES OF ANDRIUS SPOKAS

Nekilnojamojo turto teisė

- Pardavimų sutvarkymas
Sales Closings
- Pirkimų sutvarkymas
Purchase Closings
- Iškeldinimai
Evictions

www.spokasrealestatelaw.com

Traumos ir civilinės bylos

- Asmeninės traumos ir automobilių avarijos
Personal Injury & Auto Accidents
- Nelaimingi atsitikimai darbe
Workers' Compensation
- Civiliniai ieškiniai
Civil Disputes

Baudžiamosios ir eismo įvykių bylos

- Baudžiamoji gynyba
Criminal Defense
- DUI/Eismo/CDL gynyba
DUI/Traffic/CDL Defense
- Įrašų panaikinimas ir įslaptinimas
Record Expungement & Sealing

www.spokaslaw.com



9 East Irving Park Road, Roselle, IL 60172
Tel: (630) 635-2385 • Fax: (630) 894-2528

Kalbame lietuviškai!
Priimame kreditines korteles

Robertas Blinstrubas



Advokatas

- Daugiau nei 30 metų patirtis.
- Gyvenamųjų namų ir komercinės paskirties pastatų pirkimas ir pardavimas.
- Gyvenamojo nekilnojamojo turto teisė.
- Komercinio nekilnojamojo turto teisė.

Korporacijų teisė

- Įmonių steigimas.
- Įmonių pirkimas.
- Įmonių pardavimas.

Palikimai

- Palikimų, testamentų ir kitų su turto planavimu susijusių dokumentų sudarymas: Revocable Living Trusts.

Law Offices of Robert E. Blinstrubas, P.C.
15 Spinning Wheel Road, Suite 300
Hinsdale, Illinois 60521
www.blinstrubaslaw.com
Tel: (630) 789-9246
E-Faksas: (630) 239-9659
El.paštas: lorb401@gmail.com



Sąžiningai patarsime ir aptarnausime.

THE LAW OFFICES OF ROBERT A. KEZELIS

6151 W125th place
Palos Heights IL 60463
Phone: 708-371-2587

Fax 708-577-4362

lawoffices.r.a.kezelis@gmail.com



**KELIŲ EISMO ĮVYKIAI
ASMENINĖS TRAUMOS
ŠEIMOS TEISĖ
SKYRYBŲ PROCESAI
APSAUGOS ORDERIAI
VAIKŲ GLOBA
CIVILINIAI IEŠKINIAI**



Prezidentas Joe Bidenas ketvirtadienį surengs savo pirmą po nesėkmingų televizinių debatų su Donaldu Trumpu spaudos konferenciją – itin įtemptu momentu, galinčiu nulėmti jo rinkimų kampanijos baigtį.

Viso pasaulio dėmesys nukryps į perrinkimo siekiantį 81 metų prezidentą, bandantį tildyti Demokratų partijoje vis garsėjančius raginimus jam pasitraukti dėl amžiaus ir sveikatos.

Bidenas jau didžiulį spaudimą pademonstruoti, kad gali susidoroti su šiuo retu iš anksto nesuplanuotu savo kadencijos įvykiu.

Bet kokie klaidingi Bideno žingsniai per 5 val. 30 min. (4:30 val. Čikagos laiku) prasidėsiantį renginį viename iš Vašingtono konferencijų centrų galėtų žaibiškai išpūsti demokratų, raginančių jį pasitraukti

Prezidento rinkimai 2024

Didėjant spaudimui trauktis iš rinkimų kovos, Bidenas rengia spaudos konferenciją

iš rinkimų kovos, gretas.

Spaudimą prezidentui trečiadienį padidino aktorius, demokratų rėmėjas George'o Clooney raginimas nutraukti savo rinkimų kampaniją dėl antrosios kadencijos Baltuosiuose rūmuose.

Clooney yra vienas pagrindinių Demokratų partijos lėšų rinkimo renginių organizatorių.

Partijos sunkiasvorė ir buvusi Atstovų Rūmų pirmininkė Nancy Pelosi nepritaria Bideno kandidatavimui išreikškė subtiliau – neparėmė jo, tik pasakė, kad jis po šiuo metu Vašingtone vykstančio NATO viršūnių susitikimo turėtų priimti sprendimą.

Tuo metu demokratų senatorius iš Vermonto Peteris Welchas prisidėjo prie mažiausiai aštuonių Atstovų Rūmų demokratų, viešai paraginusių 2020-aisiais Trumpą rinkimuose įveikusį žmogų šįkart su juo nesivaržyti.

Tačiau daug demokratų, regis, laukia, kaip Bidenas pasirodys savo pirmojoje nuo 2023-ųjų lapkričio „solinėje“ spaudos konferencijoje.

Demokratų prezidentas rengia mažiau spaudos konferencijų nei

jo pirmtakai. Pastaruoju metu jis spaudos konferencijose rodydavosi drauge su užsienio lyderiais; per jas būdavo užduodama po du klausimus kiekvienam.

Kadangi Bidenas taip pat retai duoda interviu, kritikai kaltina Baltuosius rūmus stengiantis nerodyti visuomenei seniausio JAV prezidento amžėjimo ženklų.

Baltųjų rūmų spaudos sekretorė Karine Jean-Pierre ne kartą pažadėjo, kad spaudos konferencijoje Bidenui bus pateikta daugybė klausimų.

Prastas pasirodymas įpiltų alyvos į ugnį tvyrant susirūpinimui dėl Bideno amžiaus ir sveikatos, kuris padidėjo po debatų su 78 metų respublikonu Trumpu. JAV prezidentas juose pasirodė apatiškas ir dažnai buvo nenuoseklus.

Viceprezidentė Kamala Harris laikoma pagrindine pretendentė pakeisti Bideną rinkimuose, jei jis pasitrauktų, tačiau bet koks žingsnis šiuo klausimu turėtų būti žengtas iki rugpjūtį Čikagoje vyksiančio Demokratų partijos suvažiavimo. ■

Viršūnių susitikimas

Ką nusprendė NATO: „neapgręžiama Ukrainos narystė“ ir raketos Lenkijoje

Trečiadienį NATO paskelbė Vašingtono viršūnių susitikimo deklaraciją, joje pabrėžė, kad Ukraina yra „neapgręžiamame kelyje į visišką euroatlantinę integraciją, įskaitant narystę NATO“, sukritikavo Kinijos bendradarbiavimą su Rusija ir pranešė, kad didinama apsauga nuo balistinių raketų. Trumpai apžvelgiamie svarbiausius dokumento akcentus.

UKRAINA

Sąjungininkai „sveikina konkretų progresą, kurį Ukraina padarė nuo Vilniaus viršūnių susitikimo būtiname demokratijos, ekonomikos ir saugumo reformų“ kelyje. Šalys tvirtina, kad jų pozicija bus „suteikti Ukrainai kvietimą prisijungti prie Aljanso, kai sąjungininkai susitars ir sąlygos bus išpildytos“, tai Vilniaus viršūnių susitikimo formuluotės pakartojimas.

Sąjungininkai teigia, kad susitikime priimti sprendimai, NATO-Ukrainos tarybos darbas yra „tiltas Ukrainos narystei“, ir žada tęsti darbą padėdami didinti pajėgų sąveiką, padėti įgyvendinti Kyjivui reformas, kurių vykdymą kasmet vertins NATO Užsienio reikalų ministrai.

NATO šalys ateinančiais metais įsipareigojo Ukrainai skirti mažiausiai 40 mlrd. eurų karinės pagalbos, kiekviename viršūnių susitikime šalių vadovai įvertins paramos poreikį ir dydį.

Sąjungininkai nusprendė įkurti NATO Saugumo paramos ir treniruočių Ukrainai vadavietę, ji koordinuos karinės pagalbos Ukrainai tiekimą, ukrainiečių karių rengimą. Taip siekiama „saugumo pagalbą Ukrainai padėti ant ilgalaikio pamato, užtikrinti didesnę, nuspėjamą ir tinkamą pagalbą“. Vadavietė veiks sąjungininkų teritorijoje.

Sąjungininkai teigia, kad Rusijos pajėgos ir pareigūnai negali išvengti teisinės atsakomybės už agresiją Ukrainoje, tūkstančių civilių mirtis, milžinišką žalą infrastruktūrai. Rusijos „siaubingos atakos prieš Ukrainos tautą, taip pat ir ligonines liepos 8 dieną“ pasmerkiamos „stipriausiais žodžiais“, pabrėžiama, kad „Rusija privalo tuojau pat sustabdyti karą ir be sąlygų atitraukti visas pajėgas iš Ukrainos“.

RUSIJA

NATO deklaracijoje pabrėžiama, kad „Rusija lieka didžiausia tiesiogine grėsme Aljanso saugumui“.

„Visas erdves apimanti Rusijos grėsmė NATO išliks ir ilguoju laikotarpiu. Rusija atkuria ir plečia savo karines pajėgas, tęsia oro erdves pažeidimus,

provokatyvius veiksmus. Mes solidarizuojamės su sąjungininkais, kuriuos tai paveikia“, – rašoma deklaracijoje, kartu pabrėžiant, kad Aljansas „tebėnori išlaikyti komunikacijos kanalus su Maskva, siekdamas sumažinti rizikas ir užkirsti kelią eskalacijai“.

Sąjungininkai smerkia Rusijos „neatsakingą branduolinę retoriką, prievartinius branduolinius signalus, įskaitant pranešimą apie branduolinių ginklų dislokavimą Baltarusijoje, kuris demonstruota strateginio grąsinimo poziciją“. Rusija kaltinama ginklų kontrolės sutarčių pažeidimais, sąlyginu jų taikymu.

Dokumente pabrėžiama, kad Rusija intensyvina „hibridinius agresyvius veiksmus“ prieš sąjungininkus, vykdo sabotą, smurtą, provokacijas, instrumentalizuoja migraciją, vykdo kibernetines, dezinformacijos atakas. „Nusprendėme didinti priemones atsakyti į Rusijos hibridines grėsmes ir veiksmus kolektyviai ir individualiai. (...) Rusijos elgesys neatgrasys sąjungininkų nuo pagalbos Ukrainai“, – rašoma deklaracijoje.

NATO žada iki kito viršūnių susitikimo Hagoje 2025-ųjų vasarą sukurti „rekomendacijas NATO strateginiam požiūriui į Rusiją, atsižvelgiant į besikeičiančią saugumo aplinką“.

Sąjungininkai ragina kitas šalis neteikti pagalbos Rusijos agresijai ir kritikuoja Šiaurės Korėją bei Iraną, kurie perduoda Maskvai karinės įrangos, pažymi, kad Irano balistinių raketų perdavimas Rusijai reikštų „žymią eskalaciją“.

KINIJA

NATO šalys pabrėžia, kad Kinijos Liaudies Respublika kelia sisteminius iššūkius euroatlantiniam saugumui, sąjungininkai mato iš šalies vykdomą kenkėjišką kibernetinę, hibridinę veiklą.

Kinija deklaracijoje vadinama Rusijos karą „lemiamai įgalinančia“ šaliimi, todėl ji raginama laikytis Jungtinių Tautų Chartijos ir nutraukti visą paramą Rusijos karui. „KLR negali įgalinti didžiausio pastarojo meto karo Europoje neigiamai nepaveikdama savo interesų ir reputacijos“, – rašoma deklaracijoje.

Deklaracijoje išreiškiamas nerimas dėl Kinijos pajėgumų kosmose, greito branduolinio arsenalo plėtojimo, Pekinas raginamas leisti į strateginių rizikų mažinimo diskusijas.

„Gilėjanti strateginė Rusijos ir KLR (Kinijos Liaudies Respublikos) strateginė partnerystė, jų bendri sustiprinti bandymai pakirsti ir performuoti



taisyklėmis paremtą tarptautinę tvarką kelia gilų susirūpinimą“, – rašoma dokumente.

Sąjungininkai pabrėžia, kad euroatlantinės erdvės saugumas yra susijęs su padėtimi Indijos ir Ramiojo vandenyno regione, todėl didinamas bendradarbiavimas su šalimis partnerėmis iš šio regiono.

STIPRESNĖ EUROPOS GYNYBA

Sąjungininkai pabrėžia NATO ir ES bendradarbiavimo svarbą kosmoso, kibernetikos, klimato ir gynybos srityse, jo reikšmė Ukrainos atveju dar išaugo.

„NATO pripažįsta stipresnės ir pajėgesnės Europos gynybos vertę, kuri pozityviai prisidėtų prie transatlantinio ir globalaus saugumo, jį papildytų ir būtų sąveiki su NATO“, – rašoma dokumente. Todėl sąjungininkai ragina vystyti nuoseklus, nesudubliuojančius ir sąveikius gynybos pajėgumus.

Sąjungininkai tradiciškai pakartoja, kad „branduolinis atgrasymas yra Aljanso saugumo pamatas“, ir pabrėžia, kad jie tebėra įsipareigoję imtis visų būtinų žingsnių branduolinio atgrasymo misijos patikimui, efektyvumui ir saugumui užtikrinti. NATO šalys pabrėžia negalinčios atmesti užpuolimo galimybes, todėl kartoją įsipareigojimą toliau greitinti ir modernizuoti gynybą, suteikti būtinus pajėgumus Aljanso greitojo reagavimo pajėgoms, vykdyti daugiau karinių pratybų, planuoti ir koordinuoti amunicijos, oro ir raketų gynybos įsigijimus, stiprinti sąjungininkų pajėgų sąveiką, stiprinti pajėgas Rytų flange, didinti kritinės povandeninės infrastruktūros apsaugą ir kt.

„Mes esame pasiryžę atgrasyti ir gintis nuo visų oro ir raketų grėsmių didindami mūsų Integruotą oro ir raketų gynybą“, – rašoma dokumente. Jame tai pat skelbiama apie NATO Balistinių raketų gynybos priešakinių operacijų pajėgumus – Lenkijoje esančiame Redzikove bus dislokuotos amerikietiškos raketų sistemos „Aegis“, jos papildys Rumunijoje, Ispanijoje ir Turkijoje jau esančius tokius pajėgumus, taip siekiant „suteikti visišką apsaugą visoms NATO visuomenėms, teritorijoms ir pajėgoms prieš augančią balistinių raketų platinimo grėsmę“. ■

Lietuvių išeivijos studentų stažotė

Premjerė lietuvių išeivijos studentams: Lietuva yra galimybių erdvė

Antradienį ministrė pirmininkė Ingrida Šimonytė susitiko su programos Lietuvių išeivijos studentų stažotės (LISS) dalyviais, skelbiama Vyriausybės pranešime žiniasklaidai.

„Didžiausia dovana, kurią gyvenime gavau, buvo laisva Lietuva ir tas faktas, kad mes esame laisvi spręsti savo likimą. Mes jau 20 metų esame stipriausių aljansų – Europos Sąjungos ir NATO – nariai, o tai Lietuvai davė be galo daug. Tikriausiai visi, kurie Lietuvoje lankotės ne pirmą kartą, šį progresą matote. Dabar yra geriausias Lietuvos laikas ir man gera būti jo dalimi“, – susirinkusiesiems kalbėjo premjerė.

Studentai ministrei pirmininkei uždavė įvairių klausimų: nuo asmeninės karjeros iki Lietuvos pažangos ir ateities vizijos. Gavusi klausimą apie svarbiausią aspektą, kuris padėtų išlaikyti Lietuvos visuomenę, premjerė teigė, kad „tai yra supratimas, kad laisvė yra dalykas, kuris neturi kainos, už kurią jį galėtum parduoti“. Ji pabrėžė, kad nors ir nesmagu jausti, kad nėra nieko garantuoto ir amžino pasaulyje, itin svarbu suvokti, kad laisvė nėra savaiminė duotybė, kuri buvo ir bus.

Premjerė studentams priminė Lietuvos kaip nuolatos pasauliui apie Rusijos agresijos mastą primenančios valstybės vaidmenį, įvykius Sakartvele, Ukrainoje. Ji pažymėjo, kad šiandien sunku džiaugtis Lietuvos nueitu keliu ir mūsų šalies pasiekimais, kai visai netoliese kenčia nekalti žmonės.

„Be galo svarbu, kad atkūrę nepriklausomybę mes tvirtai

žengėme aiškaus tikslo – narystės ES ir NATO link. Dėl narystės ES ir NATO esame saugi šalis, gyvename geriau nei bet kada anksčiau. Puikiai tai suvokdama Lietuva kaip niekas kitas remia Ukrainos ir Moldovos europinę integraciją, Ukrainos narystės NATO siekį, kaip vienintelį tikrą saugumo ir tvarios taikos garantą, taip pat Armėnijos demokratines reformas ir norą suartėti su Vakarais, Sakartvelo žmonių europinį ir euroatlantinį pasirinkimą“, – kalbėjo ministrė pirmininkė.

Studentų kalbinta karjeros kūrimo tema premjerė pažymėjo, kad Lietuva yra galimybių erdvė.

„Didesnėje valstybėje gali reikėti daug daugiau laiko pasiekti tą patį, ką mažoje galima pasiekti greičiau“, – sakė ji ir pridūrė, kad Lietuva yra lyderė informacinių technologijų, gyvybės mokslų ir kai kurių kitų sričių pažangos atžvilgiu, tad čia žmonės gali rinktis labai įvairias veiklas ir jose sparčiai tobulėti.

„Tu esi lietuvis, kai nori būti lietuvis: tai ne fizinio buvimo klausimas. Lietuvis yra tas, kuris myli Lietuvą“, – teigė Ministrė Pirmininkė. Ji pabrėžė, kad šiame nuolatinio žmonių judėjimo pasaulyje tapatybės nederėtų sieti su gyvenamąja vieta ir išreikškė lūkestį dar ne kartą Lietuvoje susitikti su šiais jaunais lietuviams – šių metų programos dalyviais.

LISS – 5 savaičių Jungtinių Amerikos Valstijų Lietuvių bendruomenės vykdoma programa Lietuvoje, suteikianti JAV ir Kanados lietuvių kilmės studentams galimybę stažotis



pagal savo studijų kryptį, pasirinktą profesiją, patobulinti lietuvių kalbos žinias ir susipažinti su Lietuvos kasdiniu bei kultūrinu gyvenimu ir šiose srityse vykstančiais pokyčiais.

Šiais metais Lietuvoje vieši 27 programos dalyviai, studijuojantys biochemijos, farmacijos, kompiuterinių technologijų, finansų, lingvistikos, interjero dizaino ir įvairių kitų sričių mokslus. Jie atlieka praktiką Vilniaus universiteto Gyvybės mokslų centre, Respublikinėje Vilniaus universitetinėje ligoninėje, įvairiose su studentų mokslų kryptimis susijusias veiklas vykdančiose privataus sektoriaus organizacijose ir kt.

JAV lietuvių bendruomenė bendradarbiauja su Vilniaus Universitetu (VU), todėl visi studentai, dalyvaujantys LISS programoje, tampa oficialiais VU studentais. Programos pabaigoje studentai laiko egzaminą, kurio metu vertinami stažotės metu studentų įgyti įgūdžiai. Sėkmingai įveikus atsiskaitymą, LISS programos dalyviams įteikiami VU sertifikatai, liudijantys apie sėkmingai baigtą profesinę stažotę ir įskaitytus studijų kreditus.■

Kelioniniai sveikatos draudimai iš Lietuvos

SVEIKATOS, GYVYBĖS DRAUDIMAI



www.healthonerus.com



PROGRESSIVE



MetLife
MetLife Auto & Home®



Independent
Insurance Agent

AUTOMOBILIŲ, NAMŲ IR VERSLO DRAUDIMAI

IEVA MARKEVIČIŪTĖ

Mobilus

708-369-8602

Fax

708-974-4421

**NESKUBĖK MOKĖTI
DRAUDIMO
PASKAMBINK!**



Baltuosiuose rūmuose ne kartą lankėsi Parkinsono ligos gydytojas

Baltieji rūmai paneigė, kad Jungtinių Valstijų prezidentas Joe Bidenas serga Parkinsono liga, ir tvirtino, kad nėra ženklų, jog NATO sąjungininkai nerimautų dėl amerikiečių lyderio. Anksčiau pasirodė informacija, kad Baltuosiuose rūmuose 8 kartus lankėsi Parkinsono ligos specialistas.

Po birželio 27 dieną įvykusių Bideno debatų su jį populiarumu lenkiančiu respublikonu Donaldu Trumpu susirūpinimas dėl prezidento sveikatos smarkiai padidėjo.

Debatuose Bidenas ne kartą pametė mintį, žvelgė tuščiu žvilgsniu, kalbėjo nerišliai. Prezidentas tai aiškino atsilikimu nuo paros ritmo dėl kelionių ir peršalimu.

Spaudimą pajuto ir Baltieji rūmai, o spaudos konferencijoje pirmadienį buvo jaučiama įtampa.

Spaudos sekretorė Karine Jean-Pierre pareikalavo pagarbos, o žurnalistai užginčijo jos atsakymą patvirtinti pranešimus, kad Baltuosiuose rūmuose aštuonis kartus lankėsi Parkinsono ligos specialistas.

Walterio Reedo nacionalinio karo medicinos centro, kuriame Bidenas atlieka medicininės apžiūras, neurologo Kevinu Cannardo vizitai buvo užfiksuoti viešai prieinamuose lankytojų žurnaluose.

„Ar prezidentas buvo gydytas nuo Parkinsono ligos? Ne. Ar jis yra gydomas nuo Parkinsono? Ne, nėra. Ar jis vartoja vaistus nuo Parkinsono ligos? Ne“, – sakė Karine Jean-Pierre.

Pirmadienio vakarą Baltieji rūmai paviešino Bideno asmeninio gydytojo Kevinu O'Connoro laišką, kuriame tvirtinama, kad prezidentas nesilankė pas neurologą, išskyrus tris kasmetines apžiūras.

Baltieji rūmai taip pat paneigė pranešimus, kad šią

savitę Vašingtone vyksiančiame NATO viršūnių susitikime, skirtame 75-osioms Aljanso metinėms, dalyvaujančios sąjungininkės reiskė susirūpinimą dėl Bideno.

„Iš savo sąjungininkų nepastebime jokių tokių ženklų“, – žurnalistams sakė Nacionalinės saugumo tarybos atstovas spaudai Johnas Kirby.

Tačiau NATO lyderiai bet kokių atveju siekia patikinimų, apklausoms prognozuojant Trumpo pergalę lapkritį įvyksiančiuose JAV prezidento rinkimuose.

Buvęs prezidentas Trumpas nuolat kritikuodavo šį gynybos aljansą, reikšdavo susižavėjimą Rusijos vadovu Vladimiru Putinu ir tvirtindavo, kad galėtų greitai užbaigti karą Ukrainoje.

NATO viršūnių susitikimas bus dar vienas akylai stebimas testas Bidenui.

„JIS TURI EGO“

Bidenas pirmadienį dar kartą pabrėžė, kad nesitrauks iš JAV rinkimų kovos.

81-erių demokratas partijos kritikams pasiūlė mesti jam iššūkį kitą mėnesį Čikagoje vykstančiame partijos suvažiavime arba paremti jį prieš Trumpą lapkritį.

Prezidentas išlejo pasipiktinimą laiške Kongresui ir retame skambutyje į televizijos laidą.

„Bet koks ryžto susilpnėjimas ar aiškumo trūkumas dėl laukiančios užduoties tik padeda Trumpui ir kenkia mums. Atėjo laikas susitelkti, judėti į priekį kaip vieningai partijai ir nugalėti Donaldą Trumpą“, – sakoma prezidento laiške.



Paskambinęs MSNBC televizijos laidai „Morning Joe“ Bidenas teigė esąs labai nusivylęs partijos elitu.

„Bet kuris iš šių žmonių, nemanančių, kad turėčiau kandidatuoti – kandidatuokite prieš mane. Paskelbkite savo kandidatūrą į prezidentus, meskite man iššūkį per suvažiavimą“, – pridūrė jis.

Po debatų Trumpas laikėsi neįprastai tyliai, tačiau pirmadienį televizijoje „Fox News“ pareiškė, kad, jo nuomone, Bidenas atlaikys spaudimą ir liks rinkimų kovoje.

„Jis turi ego ir nenori pasitraukti“, – teigė Trumpas interviu Seanui Hannity.

Nors Bidenas tvirtai laikosi savo, spaudimas vyriausiam JAV istorijoje pareigas einančiam prezidentui auga.

Adamas Smithas, įtakingas JAV Atstovų Rūmų Ginkluotųjų pajėgų komiteto narys demokratas, tapo šeštoju demokratų įstatymų leidėju, viešai pareiškusi, kad Bidenas turėtų pasitraukti iš rinkimų kovos.

„Manau, jog tapo aišku, kad jis nėra geriausias žmogus demokratų žiniai skleisti“, – sakė Smithas televizijai CNN.

Tačiau kiti aukšto rango demokratai reiškia paramą Bidenui.

„Tą dieną po debatų viešai pareiškiau, kad palaikau prezidentą Joe Bideną ir demokratų sąrašą. Mano pozicija nepasikeitė“, – CNN teigė Atstovų Rūmų mažumos lyderis Hakeemas Jeffriesas.

Dauguma apklausų rodo, kad Bidenas populiarumu atsilieka nuo Trumpo, nors respublikonas neseniai buvo nuteistas už sunkų nusikaltimą byloje dėl pinigų už tylą vienai pornografijos žvaigždei. ■



Stiprins santykius su Maskva

Rusijoje – Indijos premjero Modi susitikimas su Putinu

įtakos jos partnerystei su Naujuoju Deliu.

Didžiosios Vakarų valstybės pastaraisiais metais taip pat stengėsi palaikyti tvirtesnius santykius su Indija, siekdamos apsisaugoti nuo Kinijos ir vis didėjančios jos įtakos Azijos ir Ramiojo vandenyno regione, tuo pat metu darydamos spaudimą Naujajam Deliui atsirišti nuo Rusijos.

Jungtinės Valstijos pirmadienį paragino Modi derybose su Putinu aiškiai pasakyti, kad „bet koks būdas išspręsti konfliktą Ukrainoje... Ukrainos teritorinio vientisumo atžvilgiu privalo būti grindžiamas JT Chartija“.

Modi paskutinį kartą Rusijoje lankėsi 2019 m., o po poros metų, prieš pat prasidedant rusų invazijai Ukrainoje, Putiną priėmė Indijoje.

Nuo to laiko Indija vengia vienareikšmiškai pasmerkti Rusiją ir susilaiko balsuojant dėl Kremlui nepalankių Jungtinių Tautų rezoliucijų.

GINKLAI, NAFTA IR KINIJA

Tačiau Rusijos karas Ukrainoje ir Indijai neapsiėjo be žmonių aukų. Pasirodžius pranešimų apie žuvusius indus, kurie buvo priversti kariauti Ukrainoje, vasarį Naujasis Delis paskelbė dedantis pastangas, kad priverstų Maskvą grąžinti namo keletą savo piliečių, pasirašiusių dirbti „pagalbinį darbą“ Rusijos kariuomenėje.

Be to, nerimą kelią ir Maskvos santykiai su Kinija.

Vašingtonas ir ES kaltina Kiniją pardavinėjant dalis ir įrangą, kurią Rusija naudoja savo karinei pramonei sustiprinti, tačiau Pekinas šiuos kaltinimus neigia.

Kinija ir Indija po šiai dienai intensyviai konkuruoja dėl strateginės įtakos Pietų Azijoje.

Be to, Indija kartu su JAV, Japonija ir Australija priklauso Ketuřalio saugumo dialogo grupei, kurios tikslas – pasipriešinti Azijoje vis drąsiau besireiškiančiai Kinijai.

Naujasis Delis ir Rusija glaudžius santykius palaiko dar nuo Šaltojo karo laikų, kai Kremlius tapo vienu iš pagrindinių ginklų tiekėjų į Indiją.

Tačiau, prasidėjus karui Ukrainoje, ginklų tiekimas iš Rusijos sutriko ir Indija yra priversta dairytis kitų šaltinių, be kita ko, stiprindama ir savo pačios gynybos pramonę.

Stokholmo tarptautinio taikos tyrimų instituto duomenimis, Rusijai tenkanti ginklų importo dalis Indijoje pastaraisiais metais ženkliai sumenko.

Kita vertus, Indija tapo viena iš didžiausių Rusijos žaliavinės naftos pirkėju, atverdama Rusijai duris į naują eksporto rinką, kuri tapo itin reikalinga, pasitraukus tradiciniams pirkėjams iš Europos.

Dėl to iš esmės pakito šių dviejų šalių ekonominiai santykiai – Indija sutaupė milijardus dolerių, o Maskva papildė savo iždą karui finansuoti.

Energijos ir švaraus oro tyrimų centro duomenimis, į Indiją iš Rusijos importuojamos žaliavinės naftos apimtys „gegužę (per mėnesį) išaugo aštuoniais procentais ir pasiekė aukščiausią lygį nuo 2023 m. liepos“.

Tačiau dėl to Indijos prekybos deficitas Rusijos atžvilgiu per pastaruosius finansinius metus pasiekė kiek daugiau nei \$57 milijardus.

Pasibaigus vizitui Rusijoje, Modi kelias į Vieną – tai bus pirmasis kurio nors Indijos vadovo apsilankymas Austrijos sostinėje po to, kai joje 1983 m. viešėjo Indira Gandhi. ■

Signature
DENTAL CARE

STOMATOLOGIJOS PASLAUGOS
VISAI ŠEIMAI

DIRBAME SU NAUJAUSIOMIS
ŠIUOLAIKINĖMIS TECHNOLOGIJOMIS!

CEREC porcelianinės karūnėlės per vieną dieną

INVISALIGN dantų tiesinimas

3D kompiuterinė tomografija (CT scans)

ZOOM! dantų balinimas

Dantų traukimas ir kaulo priauginimas

Šaknies kanalų gydymas

Implantai

Visų rūšių protezai

invisalign®

CEREC
One-visit dentistry

PHILIPS
ZOOM!
Professional Whitening System



SIMONA
ZILIUTE
DDS

Siūlome
narystės planus
neturintiems
draudimo

\$25
mėn.

\$30
mėn.

\$50
mėn.

Skambinkite dėl
smulkesnės
informacijos

708-350-6761

9055 S Roberts Rd
Hickory Hills, IL 60457

signdentalcare@gmail.com

www.signaturedentalcare.net



Gydytoja Simona Žiliūtė atsako į jums rūpimus klausimus

Aš dukart per dieną kruopščiai valausi dantis dantų šepetėliu ir tarpdančių siūlu. Gal to pakanka, ir man nereikia profesionalios burnos higienos?

Tam, kad burnos ertmė būtų tinkamai prižiūrėta, neužtenka valyti dantis ryte ir vakare, kartais pasinaudoti dantų siūlu ar skalavimo skysčiu. Šios burnos higienos priemonės negali 100 procentų pašalinti minkštųjų ir kietųjų apnašų (dantų akmenų), kurios kaupiasi jūsų burnoje.

Dantų šepetėlis, net ir naudojant jį itin atsakingai, išvalo tik 60 proc. dantų paviršiaus. Ilgainiui apnašos kaupiasi, virsdamos dantų akmenimis, kurių įprastomis namų priemonėmis pašalinti nebeįmanoma. Dantys įgauna gelsvą atspalvį, tampa šiurkštūs, praranda natūralų spindesį. Toksinai, bakterijos ir rūgštys pradeda veikti dantis, dantenas ir periodonto audinius. Tuomet vystosi kariesas, uždegimai, atsiranda blogas burnos kvapas, pastebimas dantenu kraujavimas, vystosi įvairios dantų ligos, galinčioms baigtis dantų iškritimu.

Profesionali burnos higiena – tai profesionalus apnašų ir akmenų valymas, burnos higienisto arba gydytojo odontologo kabinete. Procedūros metu profesionaliai nuvalomos kietosios ir minkštosios dantų apnašos, pašalinami dantų akmenys, nupoliruojami dantų paviršiai, jei

reikia, atliekamos mineralinių, gydomųjų medžiagų aplikacijos.

Šios procedūros metu specialistas taip pat nustato, kaip kokybiškai valotės dantis ir kokia yra aplink dantis esančių audinių būklė, ar jie neuždegiminiai, padeda išsirinkti tinkamas priemones individualiai burnos higienai atlikti.

Reguliarūs vizitai pas burnos higienistą – bent 2 kartus per metus – daugeliu atvejų padeda išvengti šių komplikacijų bei pastebėti pokyčius pradinėse jų stadijose. Laiku parinktos prevencinės priemonės ar reikiamas gydymas tikrai bus paprastesnis ir ženkliai pigesnis, nei minėtų komplikacijų sprendimas. O svarbiausia tai, kad po burnos higienos procedūros dantys bus visapusiškai gražesni ir baltesni.

Vertėtų atminti, kad profesionalios burnos higienos prireikia prieš daugelio kitų odontologinių procedūrų atlikimą: prieš periodontologines operacijas, dantų balinimą, protezavimą, ortodontinį gydymą ir kt.

Vizitai pas burnos higienistą turėtų būti tokie patys reguliarūs, kaip ir pas kirpėją. Nepriklausomai nuo amžiaus, lyties ar burnos būklės, profesionalios burnos higienos naudą įvertins kiekvienas. ■

Adresas: 9055 S Roberts Road, Hickory Hills, IL 60457

Telefonas: 708-350-6761

www.signaturedentalcare.net

„Genocidas pradamas žodžiais, ne kulkomis“

Kaip Bosnija kovoja dėl istorinės tiesos

Srebrenicos žudynės yra antras pagal naujumą genocidas pasaulio istorijoje ir didžiausios masinės žudynės Europoje po Antrojo pasaulinio karo. 1995 metais liepą Serbijos kariai nužudė daugiau nei 8 tūkst. bosnių vyrų, taip pat ir nepilnamečių. Tai ir geriausiai dokumentuotu vadinamas nusikaltimas, nušviestas ir ten dirbusių užsienio žurnalistų. Tačiau net ir po beveik 30 metų išgyvenusiems tenka susidurti su istorijos neigimu.

GINČAI IR MELAS DĖL ISTORIJS

Teko įsikišti „Google“, kad paieškos laukelyje ieškant informacijos apie Srebrenicos genocidą nebūtų automatiškai siūloma paieška „Srebrenica yra melas“.

Srebrenicos žudynės įvyko 1995 metais liepos 11 d., kai Serbijos kariai nužudė daugiau nei 8 tūkst. bosnių vyrų, taip pat ir nepilnamečių. Tai vyko Bosnijos karo metu. Suirus Jugoslavijai, kilo teritorinių nesutarimų tarp bosnių, serbų ir kroatų. Serbų respublikos kariai norėjo prisijungti rytinę Bosnijos dalį ir siekė iš ten pašalinti musulmonus bosnius.

Tarptautinis baudžiamasis tribunolas buvusiai Jugoslavijai ir Tarptautinis Teisingumo Teismas (TTT) Srebrenicos žudynes pripažino genocidu, nors procesas truko 9-erius metus. Karo nusikaltimų teismas kalėti iki gyvos galvos nuteisė Bosnijos serbų armijos vadą Ratko Mladičių ir buvusį politinį lyderį Radovaną Karadžičių.

Tačiau Serbijoje jie yra herojai, miestų sienas puošia jų ir kitų serbų vadų piešiniai.

Serbijos pareigūnai nėra pripažinę genocido, o prezidentas Aleksandaras Vučićius JT tai yra pavadinęs „baisiu nusikaltimu“. Jie ragina gailėti visų karo aukų ir nekurstyti nuoskaudų.

O kiti politiniai veikėjai tvirtina, kad masinėse kapavietėse nužudytieji bosniai neva buvo ginkluoti, esą jie turėjo progą pasitraukti, arba kad žudynės buvo suvaidintos. Metams bėgant, kyla ir sąmokslų teorijų, neva genocido paskelbimas yra prieš serbus nukreiptas sąmokslas, už jo slypi blogo Serbijai siekiantys Vakarai.

Bosnijos serbiškosios dalies prezidentas Miloradas Dodikas, dažnai kalbantis apie tariamus Vakarų sąmokslus prieš serbus, genocidą yra pavadinęs „Bosnijos, musulmonų ir Vokietijos sąmokslu“, bandant sėti ir religinę neapykantą – neva krikščionims serbams nereikia pasiduoti musulmonams.

„Kodėl mūsų gyvenimas sunkesnis nei tų, kurie neigia genocidą?“

Emiras Suljagičius, Srebrenicos memorialinio centro direktorius, sako, kad skaudžiausia genocido neigimą girdėti išgyvenusiems įvykius Srebrenicoje. Jo paties šeima tais metais žuvo, o jis, tuomet dar neturėjęs nė 20 metų, išgyveno tik todėl, kad dirbo vertėju JT kariams.

„Sako, kad mes meluojame, jog praradome sau brangiausius žmones. Be to, taikomasi į mūsų privatumą, mes atakuojami viešojoje erdvėje. Kažkodėl šiems žmonėms viskas leidžiama, nes, pavyzdžiui, pranešti apie pažeidimą X tinkle šiandien trunka pusvalandį. Kodėl mūsų gyvenimas sunkesnis nei tų, kurie neigia genocidą?“ – emociškai kalbėjo jis Sarajeve vykusiame pasaulio faktų tikrinimo žurnalistikos renginyje „GlobalFact“.

Pasak E. Suljagičiaus, problema yra socialiniai tinklai.

„Yra socialinių tinklų politika dėl Holokausto, ji turi apriboti neapykantos kalbą. Bet man tai nebe politikos klausimas. Kažkur yra žmonių, kurie sako, kad meluoju apie savo tėvą. Jie naudoja socialinius tinklus ir sako, kad motinos išgalvojo savo sūnus. Ir tai nėra slapta. Viskas yra skelbiama viešai. Tai juk labiausiai dokumentuotas nusikaltimas tarptautinio teisingumo istorijoje“, – sako jis.

Bosnijos ir Hercegovinos faktų tikrinimo portalo „Zašto Ne?“ redaktorė Tijana Cvjetičanin atkreipia dėmesį, kad kiekvienais metais liepą žurnalistams tenka iš naujo reaguoti į genocido neigėjų pasisakymus. Ir tai nelengvas darbas, nes sąmokslų teorijas paneigti sunku. Įtampą kursto politikai, pastebi ji: tiek populistinė valdančioji Serbijos Progreso partija, tiek vietiniai serbų socialdemokratai.

Net Bažnyčios vadai Serbijoje įsivelia į diskusijas apie 1995 metų įvykius Srebrenicoje ir teisingumo ieškojimą vadina serbų puolimu.

JT šiais metais paskelbė liepos 11-ąją Srebrenicos genocido atminimo diena. Už tai balsavo ir Lietuva. Serbų politikai – tiek Serbijoje, tiek Bosnijoje ir Hercegovinoje, su tuo nesutiko ir ragino nedidinti susipriešinimo.

„Tai daugiausiai išnaudojama politikų, jie naudoja tai savo interesams. Kai Jungtinės Tautos prieš mėnesį priėmė rezoliuciją, buvo galima matyti, kaip politikai iškreipė jos turinį, tvirtino, kad rezoliucija yra apie tai, jog serbai yra genocido vykdytojų tauta. Tai, žinoma, yra netiesa. Rezoliucija skelbia tik tai, kad ši diena bus genocido atminimo diena. <...> Tai išnaudojama per rinkimus“, – sako T. Cvjetičanin.

Pasak žurnalistės, tas pačias žinutes apie Srebrenicą nuolat platina vienas kitą kopijuojantys naujienų puslapiai, dažnai geltonosios spaudos pobūdžio, jie pasitelkia abejotinos reputacijos istorijos ir saugumo ekspertus.

„Tai labai sustiprina teiginius, nes atsiranda istoriko autoritetas, saugumo eksperto autoritetas“, – sako ji.

RUSIJOS RANKA IR BANDYMAS NUBAUSTI

Karo žiaurumų neigimu suinteresuota ir Rusija, kuri Serbijoje turi naujienų kanalą „Sputnik“. Rusijai patogiu



Žurnalistai Srebrenicoje apžiūri nužudytų bosnių karių palaikus, 1996 m.



Bosnių pabėgėliai 1996 m.



Srebrenicos genocidas

sakyti, kad genocido Srebrenicoje paskelbimas – Vakarų pramanas ir siekis didinti įtaką pasaulyje. Socialiniuose tinkluose gausu pasisakymų, kad Srebrenicos žudynių paskelbimas genocidu – bausmė serbams už pasipriešinimą JAV.

Genocidu įvykių Srebrenicoje nepripažįsta ir Vengrija. „Sputnik Serbia“ yra didelė tos mašinos dalis“, – apie genocido neigėjų žemėlapi pasakoja T. Cvjetičanin. Ji su kolegomis užfiksavo apie 13 puslapių, sleidžiančių klaidinančią informaciją apie Srebrenicos žudynes.

Prieš trejus metus Bosnijoje ir Hercegovinoje buvo uždraustas genocido neigimas, už tai gresia baudžiamoji atsakomybė. To ėmėsi ne politikai, o speciali tarptautinė institucija Aukščiausiasis atstovas Bosnijai ir Hercegovinai, turintis galių leisti įstatymus šalyje. Ši institucija atsirado po karo, šiuo metu jai vadovauja vokiečių Christianas Schmidtas.

Cvjetičanin sako, kad sprendimas nebuvo sutiktas teigiamai.

„Tai, deja, nėra labai demokratinis mechanizmas, ir jis nebuvo naudojamas jau kurį laiką. Vienas iš pirmų atstovo veiksmų po ilgo laiko buvo kriminalizuoti genocido neigimą. Serbai tam priešinosi, buvo vykdoma politinė kampanija, buvo sakoma, kad ši institucija yra prieš serbus. Padėtis, švelniai tariant, dabar įtempta“, – pasakojo žurnalistė.

Suljagičius pabrėžia, kad trūksta ir teisinių įrankių – nors neigti genocidą ir aukštinti karo nusikaltėlius šalyje draudžiama jau trejus metus, kol kas teisme atsidūrė tik vienas aktyvistas, neigęs bosnių genocidą. Šis žmogus taip pat organizavo Rusiją palaikančią mitingą po to, kai ji pradėjo plataus masto invaziją Ukrainoje.

„Tikiuosi, kad vieną dieną atsiras prokuroras, kuris drįs pareikšti įtarimus dėl tokių įžeidžių ir neapykantos kupinų pasisakymų“, – sakė jis.

Kol kas, anot jo, aktyvistai renka informaciją apie genocido neigimą socialiniuose tinkluose, bando apeliuoti į interneto kompanijas.

„Genocidas niekada nepradedamas kulkomis. Jis prasideda nuo žodžių“, – sakė jis. ■



LIFE'S BETTER WHEN YOU'RE PROTECTED UNDER OUR ROOF.

Save up to 23% when you bundle auto and home*

We tailor coverage to your unique needs and offer discounts that could save you money.



Renata Tolvaisaite, Agent
325 N Milwaukee Ave Ste C
Wheeling, IL 60090
(847) 215-8989
rtolvais@amfam.com
renatatolvaisaite.com



Call or scan to get a quote and start saving today.



*Customers who bundle auto and home insurance policies may save up to 23% on both policies together (as of July 2022). Discounts may vary by state, property, policy form and company underwriting the auto and/or home policy. Discounts may not apply to all coverages on an auto or home policy.
American Family Mutual Insurance Company, S.I. & its Operating Companies, 6000 American Parkway, Madison, WI 53783
©2023 21714 - 4/23 - 14325891



DRAUDIMAS

Geriausios kainos!

Robertas Karapetianas
Agentas



830 S. Buffalo Grove Rd,
Suite 114
Buffalo Grove, IL 60089

Tel. (847) 668-2066

Faks. (847) 258-7202

AUTO / HOME / LIFE / BUSINESS



Puikus aptarnavimas



7667 W. 95th St., Suite 207
Hickory Hills, IL 60457

**INSURANCE
AND FINANCIAL**



Vilma

**ĮVAIRIŲ
RŪŠIŲ
DRAUDIMAI**



Virginija

**Notarinės
paslaugos -
NEMOKAMAI**



708-433-7777

Prieš savo šalį žmogaus teisių bylą laimėjusi šveicarų senjorė: pergalė – ateities kartoms

Norma Bargetzi-Horisberger – viena iš Šveicarijos senjorių, balandžio 8 dieną iškovojusių istorinę pergalę Europos žmogaus teisių teisme (EŽŽT). Pastarasis patvirtino, kad silpna Šveicarijos klimato politika pažeidžia pagrindines žmogaus teises, t. y. šalis daro nepakankamai, kad apsaugotų pagyvenusius žmones nuo pavojingų klimato pokyčių.

Karščio bangų poveikis yra itin pavojingas pagyvenusių žmonių sveikatai – tą parodė ir po 2003 metų vasaros, kuomet Europoje dėl karščio mirė rekordiška daug žmonių, atlikti moksliniai tyrimai.

Italakalbėje Šveicarijos dalyje gyvenanti Norma pagal profesiją yra psichoterapeutė. Ji pastebi, kad karščio bangos gali stipriai sutrikdyti ne tik kūną, bet ir psichiką, kai dėl didelio karščio negali išeiti iš namų, sutrinka miegas, apninka blogos mintys.

– Kaip Jūs prisijungėte prie judėjimo „Senjorės už klimatą“ ir kaip šis judėjimas atsirado?

– „Senjorių už klimatą“ komiteto nare esu nuo 2020–ų metų, o pats judėjimas įkurtas 2016–aisiais. Nuo pradžių jį sekiau, bet dar negalėjau prisijungti dėl amžiaus limito ir užimtumo. Pagal profesiją esu psichoterapeutė, dabar – pensijotoje, truputį dar mokau šio amato kitus.

Nors asociacija įsikūrė 2016 metais, viskas prasidėjo dar 2015 m., kai Nyderlanduose buvo paskelbtas pirmasis teismo sprendimas „Urgendos“ byloje. „Urgenda“ yra nevyriausybinė organizacija, padavusį Nyderlandų valstybę į teismą dėl nepakankamos klimato apsaugos. Ir 2015 metais šią bylą laimėjo.

Tai įžiebė apmąstymus, kaip galėtume paspausti Šveicarijos vyriausybę, kad ji daugiau užsiimtų klimato klausimais. Šveicarija ratifikavo Paryžiaus susitarimą, tačiau viskas judėjo labai lėtai. Įsivaizduojame Šveicariją kaip švarią, tvarkingą šalį, bet kai kuriais dalykais nėra taip atidžiai rūpinamasi.

Taigi Berne susirinko 150 moterų ir, bendradarbiaudamos su „Greenpeace“ Šveicarijoje, jos sukūrė asociaciją. „Greenpeace“ savo kanalais leido suformuoti bendruomenę. Judėjimo centre atsidūrė dvi aplinkos teisėje dirbančios advokatės: mūsų teisininkė Corderlia Bähr, ir, deja, jau velionė Ursula Brunner. Joms labai rūpėjo, kad Šveicarija teisine prasme judėtų teisingu keliu. Jos suprato, jeigu norima iškelti klimato bylą, turi būti nukentėjusių. Tada paaiškėjo, kad po 2003 metų, kai per Europą nusirito rekordinių karščių banga, buvo atlikta daug mokslinių tyrimų. Būtent tais metais nuo karščio mirė rekordiška daug pagyvenusių žmonių, iš kurių daugiausia moterys. Karštis moteris veikia labiausiai dėl biologinių ir psichosocialinių veiksnių. Taigi tos advokatės suprato, kad būtent pagyvenusios moterys gali būti tie žmonės, kurie galėtų paduoti Šveicarijos vyriausybę į teismą.

Tam, kad taptum „Senjorės už klimatą“ nare, reikia būti moterimi, pensinio amžiaus, kuris Šveicarijoje prasideda nuo 64–erių, ir būtina gyventi Šveicarijoje. Šiuo metu judėjime yra beveik 3000 narių. Asociacija išaugo po teismo sprendimo – tuomet prisijungė daug naujų narių. Taip pat judėjime dalyvauja ir 2 tūkst. rėmėjų – tai asmenys, kurie gyvena užsienyje, nėra moterys ir ne pensinio amžiaus, bet prijaucia judėjimo siekiams.

– Judėjimą sudaro tik moterys. Galvoje sukasi faktas, kad Šveicarijoje moterys balsavimo teisę įgijo tik 1971–aisiais metais. Ar yra ryšys tarp moterų, kurios tuomet

kovojo už balsavimo teisę, ir moterų, kurios dabar kovoja už klimato apsaugą?

– Man atrodo, kad tikrai yra. Esu jaunesnės kartos. Kai man buvo 20 metų, jau galėjau balsuoti, bet tai buvo naujas dalykas ir ši teisė buvo įsigaliojusi jau dvejus metus. Taip, daugybė mūsų narių savo kailiu patyrė kovą dėl moterų teisės balsuoti. Tai buvo ilga istorija, kurią patyrė mūsų mamos, močiutės ir mes pačios. Manau, kad esame įpratę prie sociopolitinio, ir ekologinio aktyvizmo, kuris ateina dar iš 7 dešimtmečio protestų kultūros.

– „Senjorės už klimatą“ padavė Šveicariją į Europos žmogaus teisių teismą dėl to, jog valstybė nepakankamai saugo teisę į sveikatą. Karščio bangos kelia didelę grėsmę sveikatai – tai yra pagrindinė priežastis, dėl kurios kreipėtės į teismą?

– Taip, tai konstitucinė teisė, kurią užtikrina ir Europos žmogaus teisių konvencija. Valstybė turi pareigą garantuoti piliečių teisę į sveikatą.

– Jūs esate psichoterapeutė. Prieš tai sakėte, kad karščio bangos neigiamai veikia ne tik kūną, bet ir psichiką. Kuris aspektas yra svarbesnis?

– Abu dalykai svarbūs, vienas dalykas veikia kitą. Kalbu visų pirma apie moteris, nes mūsų, moterų, yra daugiau, gyvename ilgiau. Tai reiškia, jog daug daugiau moterų gyvena vienos. Dažniau nutinka, kad žmona rūpinasi pagyvenusiu vyru, arba dukra – pagyvenusiu tėvu. Moterys labiau įpratusios būti autonomiškos, ir todėl jų daugiau gyvena vienos.

Vasaros pasidarė labai kaitrios, tai reiškia, kad daug valandų negali išeiti iš namų, nes per karštą. Mano draugei 82 metai ir ji kenčia nuo astmos – vasaromis nebegali išeiti iš namų. Ji turi pagalbininkų, kurie jai nuperka, ko reikia, bet jaučiasi labai vieniša. Daug žmonių dėl karščio tampa izoliuotais nuo pasaulio, o tai yra kelias į depresiją, nerimą, įvairias baimes. Todėl poveikis psichikai yra akivaizdžiai svarbi dalis.

– Kai karščio banga ateina į Jūsų miestelį, ką išgyvenate?

– Turiu didelę privilegiją: gyvenu prie miško, mane supa žaluma. Man tai suteikia puikią gyvenimo kokybę lyginant su tais, kurie gyvena mažame bute mieste. Problema ta, kad mūsų miestuose yra mažai žalumos.

Jei lieku namie ir neturiu niekur eiti, karščio nejaučiu. Prieš dvejus metus man teko keliauti į Ispaniją ir Portugaliją. Išvykau ankstyvą birželį, kad išvengčiau karščių. Vis dėlto tuo metu atėjo didelė karščio banga iš Afrikos ir tris savaites temperatūra laikėsi labai aukštai. Pasidarė sunku kvėpuoti ir nebegalėjau susikaupti. Keletą kartų aplankė jausmas, kad nebesiorientuoju aplinkoje, atrodė, kad man vystosi senatvinė demencija. Mane apėmė baimė, sakau: „O, velnias!“ Nors aš tikrai nepraradau daug skysčių, gėriau daug vandens. Tuomet patyriau, ką reiškia prarasti orientaciją, dėl to patirti baimę ir nerimą.

Jeigu dėl karščių lieku namie, mane aplanko letargija, trūksta energijos. Ten, kur aš gyvenu, būdavo įprasta, kad vakare atvėsta. Tada atsidarydavome langus, galėdavome truputį atsigaivinti. Paskutinius dvejus metus ir vasaros naktys tapo kaitrios, sunku užmigti. Tokia grandinė: nesimiega, trūksta energijos. Taip pat naktį jaučiamės mažiau psichologiškai atsparūs, taigi mus aplanko daugiau baimių, nerimo. Aš nesu biologė, todėl prisijungusi prie „Senjorių už klimatą“



Šveicarijos „Senjorės už klimatą“ Strasbūre po teismo sprendimo

norėjau geriau suprasti klimato klausimus, netgi juos studijuoti. Buvo laikotarpių, kai tai, ką sužinojau, kėlė didelį nerimą (dabar nerimauju ne mažiau, bet su tuo doruojuosi kitaip). Prisimenu, pasakiau savo draugei: „Man atrodo, man klimato perdegimas“. Ta prasme, jaučiausi labai sunerimusi, liūdna, išsigandusi. Naktį, kai to nesaugumo daugiau, aplanko fantazijos: „O kas nutiks su būsimomis kartomis? Kokia gyvenimo kokybė jų laukia? Kas laukia mūsų planetos Žemės?“

– Jūs gyvenate prie Alpių, gal ir savo akimis matote šį kismą? Kaip pasikeitė jūsų gyvenamoji aplinka?

– Daugybė pokyčių. Pradėkime nuo sniego – kai buvau vaikas, buvo aišku, kad Kalėdos yra baltos, nes būdavo sniego. Tičine dabar beveik nebesninga. Pas mus visada būdavo intensyvių audrų, bet dabar audros padaro daug žalos, liūtys tęsiasi ilgai ir yra intensyvios. Kalnai leidžiasi žemyn: sudaro nuošliaužos, krenta dumblas ir taip toliau.

Labai matomas ir liūdinantis dalykas yra mūsų ledynai. Itališkoje Šveicarijoje turime, tiksliau, turėjome – nedidelių ledynų, amžinojo įšalo. Bet plika akimi matai, kaip jie traukiasi. Tyrimai rodo, kad dviejų trečdalių jau neliko. Vienas garsus Bazodino ledynas matydavosi iš toli – dabar jis baigia ištirpti. Prieš porą metų sakė, kad jam dar liko 10–15 metų. O aš turiu anūką, kuriam 3 metai ir galvoju, kai paaugs, ar dar galėsime kartu jį aplankyti. Ne – jis tirpsta gerokai intensyviau, negu buvo prognozuojama. Kalbu tik apie itališkąją Šveicarijos dalį. Bet visoje Šveicarijoje ledynai tirpsta neįtikėtinu greičiu.

Pridėsiu dar vieną dalyką. Matau vabzdžių pokyčius. Turime ant išnykimo slenksčio esančių vabzdžių. Biologinė įvairovė stipriai traukiasi, o kartu turime ir naujų vabzdžių invaziją. Tarkim, turime tigrinių uodų, kurie perneša pavojingas ligas. Seniau šie vabzdžiai žiemą mirdavo, nes jiems būdavo per šalta. Dabar žiemą jie nebeiššąla, ir daug intensyviau dauginasi.

– Jūs su kitomis asociacijos narėmis keliavote į Europos Žmogaus teisių teismą (EŽŽT) Strasbūre, dalyvavote teismo procese. Koks buvo procesas?

– Labai ilgas (juokiasi). Visa mūsų kelionė buvo ilga. Tam, kad atsidurtum Europos teisme, prieš tai reikia pereiti visas šalies teismines instancijas. Mes pirmąjį ieškinį prieš savo šalį pateikėme 2017 m., tada jis buvo atmetas. Ėjome su juo į administracinį teismą, vėliau į federalinį teismą – tai yra trys mūsų instancijos. Po trečio atmetimo keliavome į Europos žmogaus teisių teismą. Ieškinys buvo pateiktas 2020 m. rudenį. Tuomet sekė laukimas: ar teismas priims nagrinėti mūsų skundą? Tai pirmas žingsnis: jį priima arba ne. Po kelių mėnesių paaiškėjo, kad priėmė. ■



GTA Automotive Inc

Dirbame su europietiškais, azijietiškais ir vietiniais automobiliais. Prieinamos kainos, patikima kokybė.

РЕКЛАМА

Paslaugos:

- Variklių ir greičio dėžių remontas
- Kompiuterinė diagnostika ir planinė techninė priežiūra (scheduled maintenance)
- Pilnas važiuoklės remontas
- Stabdžiai ir ABS sistemos remontas, diskų tekinimas
- Padangos, montavimas ir balansavimas
- Šildymo ir šaldymo sistemų remontas
- Paskirstymo diržai ir grandinės

- Varomųjų tiltų remontas
- Durų ir bagažinių mechaninis ir elektroninis remontas
- Visų tepalų keitimas
- Amortizatoriai ir orinė važiuoklė
- Baterijos, krovimo ir užvedimo sistemos
- Dujų išmetimo sistemos, katalizatoriai
- Automobilių emisijos remontas
- Dirbame su extended warranty kompanijomis

10%
nuolaida naujiems klientams (nuo \$100)



Phone: 708-226-6860

Fax: 708-226-6861 Email: gtaautoinc@yahoo.com
9268 W.159th St., Orland Park, IL 60462

Darbo laikas:

Pirmadieniais - penktadieniais 8 a.m.- 6 p.m.
Šestadieniais - pagal susitarimą



(630)963-3900

2001 Ogden Ave. Downers Grove, IL 60515



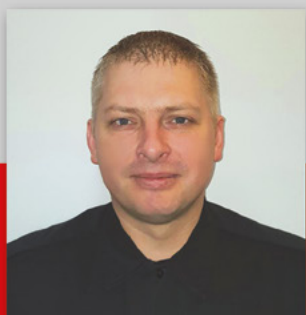
follow us
on social media
@bobautorepairdg

www.BestOfBestAuto.com

Darbo laikas:

Pirmadienį - penktadienį
7:30AM - 6:00PM

- Kompiuterinė diagnostika
- Ratų suvedimas
- Elektrinė dalis
- Emisijos testas
- Stabdžiai ir padangos
- Šildymas ir šaldymas
- Akumuliatoriai
- Paskirstymo dirželiai
- Vandens pompos
- Aušinimo sistemos
- Amortizatoriai
- Montavimas ir balansavimas
- Kuro įpurškimas
- A/C pildymas
- Variklis ir transmisija
- Važiuoklės remontas
- Starteriai ir generatoriai
- Duslintuvai ir suvirinimas
- Stabdžių diskų tekinimas



P: (630)963-3900

F: (877)470-4725

E: bestofbestauto@gmail.com



„Чикагос Айдас” №25 [1386] 07.12.2024 – 07.18.2024

Dėl šių klaidų raukšlės atsiranda kur kas anksčiau

Vasarą nepadarykite meškos paslaugos odai

Pagaliau vasaros atostogos – paplūdimys, jūra, saulės vonios. Ir nors saulė – pagrindinis natūralaus vitamino D šaltinis, nevalia užmiršti žalingo ultravioletinių spindulių poveikio. Saulės spinduliuotė paskatina ankstyvo senėjimo požymius, todėl vasarą ypač svarbu papildomai pasirūpinti odos apsauga.

PABODO VANDUO – VALGYKITE ARBŪŽĄ

Tam, kad oda būtų elastinga, stangri, organizme būtina palaikyti ir skysčių balansą, ypač vasarą, kai daug prakaituoja. Gydytoja dietologė dr. Edita Gavelienė pastebi, kad nors rekomenduojamo išgerti vandens kiekis svyruoja nuo 1,5 iki 2 litrų per parą, o per didelius karščius – dar daugiau, dažnai žmonės jo nesuvartoja pakankamai.

Gydytoja dietologė primena, kad mūsų organizme visos cheminės reakcijos vyksta skystoje terpėje, todėl vanduo yra gyvybiškai būtinas: „Rekomenduojamo vandens kiekio skaičiai parai įvairiuose moksliniuose šaltiniuose nėra vienodi: skiriasi dažniausiai dėl to, kad kalbama ne tik apie vandenį, bet ir kitus skysčius: sultis, arbatą, sriubą, vandeningus vaisius ir daržoves.“

Pasak ekspertės, jei gerti nebesinori, puikus būdas užtikrinti skysčių balansą – valgyti arbūzo, nes net apie 90 proc. jo sudaro vanduo. Arbūzą mielai valgys ir vaikai, kuriuos kartais sunku įkalbėti atsigeriti vandens, o jų įprastai mėgstamų saldžių gėrimų patartina vengti.

VANDENS SU MAISTU NEPAKANKA

Dažnai žmonės būna linkę išgerti mažiau vandens, manydami, kad skysčių gauna su maistu. Pasak gydytojos dietologės, tai – klaidingas įsitikinimas. „Iš gydytojos dietologės praktikos pastebiu, kad žmonės su maistu tikrai pakankamai vandens negauna, be to, didelių karščių metu ir valgome mažiau“, – pažymi dr. E. Gavelienė.

Pasak gydytojos dietologės, sveikatai palankios mitybos piramidėje kaip rekomenduojamas išgerti vandens kiekis yra pažymėtos aštuonios stiklinės vandens. „Pats paprasčiausias būdas paskaičiuoti, kiek vandens jums reikia išgerti, yra pagal ūgį: kiekvienam jo centimetrui – po 10 mililitrų. Tad jei jūsų ūgis yra 170 cm, per parą reikėtų išgerti 1,7 litro vandens. Į šį vandens kiekį galima įskaičiuoti žolelių nuovirus ir labai silpnas arbatas. Be to, gerti vandenį, o ne saldžius gėrimus ar sultis nuo mažens vaikus turėtų skatinti tėvai“, – pastebi dr. E. Gavelienė.

O jei per karščius gausiai prakaituojate, prarandate ne tik vandenį, bet ir mineralus, todėl dalį išgeriamo vandens gydytoja dietologė rekomenduoja pakeisti didesnės mineralizacijos natūraliu vandeniu.

ODĄ BŪTINA DRĖKINTI

Tuo tarpu vaistininkė Eglė Krasauskienė primena, kad odą drėkinti svarbu ne tik iš vidaus, bet ir iš išorės.



„Veido ir kūno priežiūros priemonių turime labai įvairių, pritaikytų skirtingiems pirklėjų poreikiams, odos tipams. Vasarą odos priežiūra tampa dar svarbesnė dėl kenksmingų saulės ultravioletinių spindulių, todėl renkantis priemones reikėtų atkreipti dėmesį, kad jos būtų su apsauga nuo saulės“, – sako E. Krasauskienė.

Naudojant apsaugos nuo saulės priemones oda atrodo jaunesnė, gyvybingesnė, o tinkamai parinkus priemones sumažinamas kenksmingas aplinkos poveikis.

„Naudojant priemones su saulės apsauga įdegsite lėčiau, tačiau ilgesniam laikui, o oda neatrodys be laiko pasenusi ar suvargusi. Laikai, kai stengdavomės kuo daugiau laiko praleisti tiesioginiuose saulės spinduliuose, kad greičiau įdegtume, jau praeityje. Būtina pasirūpinti vaikų ir savo odos sveikata bei naudoti tam tinkamas priemones visus metus“, – sako E. Krasauskienė. ■



Nedarykite šių klaidų

Peršalti vasarą – taip pat įmanoma

besigaivindami itin vėsiais gėrimais su ledukais ar godžiais besimėgaudami ledais“, – sako vaistininkė R. Pilkytė-Klimienė.

SIMPTOMATIKA – VISADA PANAŠI

Vaistininkė primena, kad pagrindiniai peršalimo simptomai yra gerklės skausmas ar kosulys, pakitęs balso tembras, galvos skausmas, karščiavimas, sloga ir užsikimšusi nosis, jėgų ir energijos stygius, raumenų skausmai. Peršalimo virusas plinta gana greitai, oro–lašelinio būdu, todėl šalčiui sutrikdžius imuninę sistemą ir turint kontaktą su užsikrėtusiu asmeniu, jam čiaudint, kosint ar kitaip paleidžiant virusą į orą, galima lengvai užsikrėsti.

„Peršalimo simptomai tiek vasarą, tiek žiemą yra tokie patys, tad tikrai nereikėtų manyti, kad vasarą peršalimą iškentėsime lengviau, ar, kaip galvoja dalis visuomenės, jog vasarą peršalti iš viso nėra įmanoma. Kadangi tai tėra tas pats peršalimas kaip ir žiemą, galime gydyti negalavimus pagal jaučiamus simptomus, nes vakcinų ar konkrečių vaistų nuo peršalimo viruso nėra.“

Gydymas prasideda nuo labiausiai varginančių simptomų – jei skauda gerklę ar kosėjama, svarbu išvengti galimų komplikacijų gerklėje ar plaučiuose, todėl reikia lengvinti kosulį ir slopinti gerklės skausmą. Tam tiks pastilės, ar purškiklis su islandine kerpena, medumi, medetkomis, šaltalankiais, kitais augaliniais aliejais. Žinoma svarbu stiprinti organizmą ir gerti daug švelnių skysčių, valgyti vaisių ir daržovių, kurie turėtų pakankamai vitamino C, arba gerti atitinkamus maisto papildus“, – paaiškina vaistininkė.

Ji primena, kad vitaminas C atlieka esminį vaidmenį stiprinant imuninę sistemą: jis skatina baltųjų kraujo kūnelių gamybą ir aktyvina imunines ląsteles, todėl organizmas

efektyviau kovoja su infekcijomis. Svarbu pabrėžti, kad vitaminas C pasižymi galingomis antioksidacinėmis savybėmis ir padeda apsaugoti organizmą nuo laisvųjų radikalų, kurių apstu bene visur. Laimei, gausu šio vitamino turinčių vaisių ir daržovių, tokių kaip brokoliai, raudonoji paprika, apelsinai ir uogos.

Vaistininkė pabrėžia, kad jei gausiai prakaituojama, reikėtų atstatyti prarastą mineralų kiekį vartojant magnį, kalį, kalcį – jų galima rasti mineraliniame vandenyje, taip pat įsigijus specialius maisto papildus. R. Pilkytė-Klimienė priduria, kad jaučiant raumenų, galvos skausmą ar karščiūjant, vertėtų rinktis ir kompleksinius vaistus, kurių sudėtyje yra ibuprofeno ar paracetamolio.

KAIP IŠVENGTI NEMALONIOS SAVIJAUTOS?

„Siekiant išvengti virusų ir peršalimo, pirmiausia reikia pasirūpinti elementaria higiena: grįžus į namus, turėjus tiesioginį kontaktą su įvairiais žmonėmis, apsilankius restoranuose ar lauke, būtina kruopščiai nusiplauti rankas su muilu. Naudojant kondicionierius, svarbu nepamiršti, kad saugiausias yra ne didesnis kaip 9 laipsnių temperatūrų skirtumas, pavyzdžiui, jei lauke 86 laipsnių šilumos, namuose, darbe ar mašinoje temperatūra turėtų atvėsti ne žemiau nei iki 77 laipsnių šilumos.“

Atkreipti dėmesį reikėtų ir į tai, kad atsivėsintume, nebūtinai turime gerti labai vėsūs gėrimus – svarbu apskritai vartoti skysčius, jie gali būti net ir kambario temperatūros. Karštą dieną reikia gerti kuo daugiau skysčių bei nepamiršti didelės naudos vitaminų bei mikroelementų, kurie stiprina mūsų imuninę sistemą ir padeda kovoje su peršalimo virusais“, – priduria vaistininkė R. Pilkytė-Klimienė. ■

Gydytojas pataria

Akupunktūra: saugus ir efektyvus nemigos gydymas?

Neramus miegas ar nemiga gali būti labai varginanti problema. Daugelis žmonių griebiasi migdomųjų vaistų, tačiau šie gali turėti sunkių šalutinių reiškinių. Ar akupunktūra gali būti saugi ir veiksminga alternatyva? Panagrinėkime.

KLINIKINIAI TYRIMAI

Akupunktūros poveikis nemigai buvo tyrinėtas daugybėje studijų, kurios dažnai rodo įspūdingus rezultatus. Paaiškėjo, kad adatų terapija ne tik yra efektyvesnė už negydymą, bet veiksmingumu lenkė net stiprius miegą skatinančius medikamentus.

Vienas iš kokybiškų plataus masto tyrimų, publikuotas tarptautiniame leidinyje „Evidence Based Complementary and Alternative Medicine“, lygino tikros akupunktūros, netikros akupunktūros ir migdomojo vaisto estazolamo poveikį.

Šis tyrimas, kuriame dalyvavo 180 nemigos varginamų asmenų, truko šešias savaites. Akupunktūros procedūrų ar migdomųjų vaistų gavę dalyviai miegojo geriau už kontrolinę grupę. Tačiau tik akupunktūros grupėje buvo pastebėtas bendro gyvybingumo pagerėjimas, sumažėjęs mieguistumas dieną bei ilgalaikis poveikis, kuris išliko ir po tyrimo pabaigos.

Kito tyrimo rezultatai parodė, kad viena akupunktūros sesija per savaitę keturias savaites iš eilės buvo tiek pat

efektyvi nemigos malšinimo priemonė, kaip ir kiekvieno vakaro zolpidemo dozė.

ĮRODYMAI

Siekiant nustatyti bendrą akupunktūros efektyvumą gydant nemigą, buvo atliktos kelios metaanalizės, apibendrinusios daugelio tyrimų rezultatus. Vienoje iš didžiausių analizuočių buvo peržiūrėti 46 kontroliuoti atsitiktinių imčių tyrimai, kuriuose dalyvavo daugiau nei 3800 nemigos varginamų asmenų. Buvo nustatyta, kad akupunktūra yra veiksmingesnė už netikrą akupunktūrą, negydymą ir migdomuosius vaistus. Jei akupunktūra buvo derinama su medikamentais, efektas buvo dar geresnis.

Per kitus „tyrimų tyrimus“ aptikta, kad akupunktūra buvo veiksminga 91 % atvejų, o migdomieji vaistai – 75 % atvejų.

KAS YRA AKUPUNKTŪRA?

Akupunktūra yra senas tradicinis kinų medicinos metodas, pagrįstas suvokimu, kad gyvybės formos funkcionalo dėl subtilios energijos, vadinamos čī (chi ar qi). Tradicinėje kinų medicinoje manoma, kad ligą sukelia energijos sąstovis ar per didelis jos kiekis kurioje nors kūno vietoje. Šie energijos blokai ir sutankėjimai subalansuojami įduriant labai plonas adatas į akupunktūros taškus, išdėstyti ant kūno meridianų.



SAUGUMAS IR ŠALUTINIS POVEIKIS

Vienas didžiausių akupunktūros pranašumų – jos saugumas. 2001 metais leidinyje „British Medical Journal“ paskelbti tyrimų rezultatai rodo, kad sunkių šalutinių poveikių rizika yra mažesnė nei vienas iš 10 000 gydymo atvejų. 2006-aisiais Didžiojoje Britanijoje atlikta saugumo patikra taip pat pripažino, kad šis metodas yra „labai saugus“, jei jį naudoja kompetentingi specialistai.

Deja, migdomieji vaistai, pvz., zolpidemas, gali padaryti daug žalos sveikatai, įskaitant amneziją, elgesio sutrikimus, košmarus, haliucinacijas, priklausomybę ir pavojingas alergines reakcijas.

Akivaizdu, kad akupunktūra gali būti verta dėmesio alternatyva migdomiesiems vaistams. Reikalingi platesnio masto tyrimai, tačiau dabartiniai įrodymai rodo, kad šis metodas gali reikšmingai pagerinti miego kokybę ir yra saugesnis pasirinkimas. ■


Dr. Vadimas Dechtiaris, DACM,
tel. 224-534-9070. Kalbame lietuviškai.



Raminta Warman Advokatė

RAMINTA LAW & ASSOCIATES, P.C.

- IMIGRACIJOS TEISĖ • ŠEIMOS TEISĖ
- TESTAMENTŲ SUDARYMAS
- DUI (vairavimas esant neblaiviam, atstovavimas teisme ir po teismo)
- ĮGALIOJIMAI, APOSTILĖS
- NOTARO PASLAUGOS:
dokumentų vertimai, tvirtinimai.

 708-407-4533

15 Spinning Wheel Road, Suite 419,
Hinsdale, IL 60521
attorney@ksanytelaw.com
<https://warmanlawfirm.com>



3633 W. Lake Ave # 307
Glenview, IL 60026
Tel.: (847) 724-1777
(224) 534-9070 (lietuviškai)



Life Balance Clinic
NATURAL HEALTH CENTER

Dr. Vadimas Dechtiaris, DACM

Rytų medicina. Hipnoterapija.



- Galvos skausmai
- Nugaros ir sąnarių skausmai
- Priklausomybės (nuo alkoholio, maisto, nikotino)
- Baimės (vaikų ir suaugusiųjų)
- Panikos sutrikimai
- Miego sutrikimai
- Seksualiniai sutrikimai
- Lėtinės odos ligos
- Tinklainės ligos
(makuliarinė degeneracija, retinitis, sausų akių sindromas)

- Kompiuterinė diagnostika
- Beskausmė akupunktūra vaikams
- Kosmetinė akupunktūra

Naujienos iš Marquette Parko

Naujoji JAV LB Marquette Park Apylinkės valdyba

Šių metų birželio 16 d. JAV Lietuvių Bendruomenės Marquette Park apylinkės nariai ir jų svečiai susirinko paminėti Gedulo ir Vilties dieną. Minėjimas prasidėjo šv. mišiomis Švč. Mergelės Marijos Gimimo Bažnyčioje (Marquette Park) ir po mišių tęsėsi bažnyčios bendruomenės salėje.

Iš karto po minėjimo įvyko visuotinis metinis ataskaitinis-rinkiminis JAV LB Marquette Park Apylinkės narių susirinkimas, kuriame dalyvavo 42 nariai. Jo metu valdyba pateikė ataskaitą apie per praėjusius metus nuveiktus darbus, surengtus renginius, bei surinktas į išdą lėšas. Susirinkimo metu buvo išrinkta nauja apylinkės valdyba. Šiais metais buvo nutarta išrinkti 11 valdybos narių. Apylinkės nariai iškėlė 15 kandidatų į valdybą. Susumavus balsus, į valdybą buvo išrinkti kandidatai, surinkę daugiausiai balsų: Augis Šileika, Kristina Kaska, Reda Celskė, Zita Orfanos, Audra Griciūnienė, Genutė Jucienė, Inesa Makaras, Laima Tamošiūnaitė, Marija Lekys, Vidmantas Stankus ir Silvija Motiejūnas.

Susirinkimo metu dalyviai vaišinosi pietumis ir klausėsi koncerto, skirto Gedulo ir Vilties dienai paminėti.

Pagal JAV Lietuvių Bendruomenės Įstatus ir Taisykles, naujai išrinkta valdyba susirinko lygiai po dviejų savaitių, birželio 29 d. Šio susirinkimo metu valdybos pirmininke vienas balsais buvo išrinkta Inesa Makaras, pirmininkės pavaduotojais – Zita Orfanos ir Augis Šileika, išdininke – Reda Celskė, o sekretore – Silvija Motiejūnas.

Naujoji valdyba iš karto kibo į darbus ir, kartu su Švč. Mergelės Marijos Gimimo Bažnyčios (Marquette Park) bendruomenės atstove Audrone Zakarauskas, aptarė planuojamus

kartu organizuoti renginius, iš kurių pirmasis įvyko Liepos 6 dieną- tai Lietuvos Himno giedojimas, skirtas Karaliaus Mindaugo Karūnavimo dienai. Renginys vyko priešais bažnyčios sienoje esančią freską, vaizduojančią Karaliaus Mindaugo Karūnavimą. Prieš Lietuvos Himno giedojimą, Algimantas Barniškis trumpai papasakojo apie šios šventės svarbą Lietuvai ir apie bažnyčios sienoje esančią freską. Po giedojimo visi dalyviai susirinko į bažnyčios bendruomenės salę naujos apylinkės valdybos narių paruoštomis vaišėmis.

Taip pat, Švč. Mergelės Marijos Gimimo Bažnyčios (Marquette Park) bendruomenė ir JAV LB Marquette



Naujoji JAV LB Marquette Park Apylinkės valdyba: iš kairės į dešinę: Laima Tamošiūnaitė, Silvija Motiejūnas, Audra Griciūnienė, Zita Orfanos, Kristina Kaska, Inesa Makaras, Augis Šileika, Marija Lekys, Vidmantas Stankus, Genutė Jucienė. Audros Zakarauskas nuotrauka.

Kviečiame Lietuvių bendruomenę švęsti Dariaus ir Girėno istorinio skrydžio jubiliejų.

Susirinksime prie Dariaus ir Girėno paminklo Marquette Parke, sekmadienį, liepos 14 d., 10:00 v.r.

Po apeigų prie paminklo šv. Mišios bažnyčioje.

Po šv. Mišių meninė programa ir pietūs.

Lauksime visų gausiai dalyvaujant!

Organizuoja/Dalyvauja:



Iš kairės į dešinę: JAV LB Marquette Park Apylinkės valdybos nariai Genutė Jucienė, Marija Lekys, valdybos pirmininke Inesa Makaras, Laima Tamošiūnaitė, pirmininkės pavaduotoja Zita Orfanos, Kunigas Gediminas Keršys, valdybos sekretorė Silvija Motiejūnas, Vidmantas Stankus, pirmininkės pavaduotojas Augis Šileika. Ligitos Barniškis nuotrauka.

Park apylinkės valdyba kartu su Lietuvos Šaulių Sąjunga Išeivijoje, Amerikos Lietuvių Inžinierių ir Architektų draugija, National Lithuanian American Hall of Fame ir Amerikos Lietuvių Taryba, pakvietė visus susirinkusius į S. Dariaus ir S. Girėno skrydžio per Atlantą 91-erių metų minėjimą, vyksiantį Liepos 14 dieną, kuris prasidės 10 val. ryto prie S. Dariaus ir S. Girėno paminklo Marquette Park.

Kviečiame visus dalyvauti!

Silvija Motiejūnas

JAV LB Marquette Park apylinkės valdybos sekretorė

LŠSI jūrų šaulių kuopos „Klaipėda“ šaulė ■



Ligitos Barniškis nuotrauka



Kaz Zymantas, DDS, DABOI

Virgilia Gaska, DDS

NEMOKAMA KONSULTACIJA

Įprasta kaina \$70. Pasiūlymas galioja tik naujiems pacientams. Pasiūlyme pateikta minimali suma. Kaina gali keistis nuo klinikinių poreikių. Šiame pasiūlyme taikomas ADA kodas: D9310. Pasiūlymas negali būti taikomas jau suteiktoms odontologinėms paslaugoms padengti, sąskaitų likučiams arba kartu su jau pritaikytomis nuolaidomis. Nuolaidos nesumuojamos.

BREMIER DENTAL

309 W. Ogden Ave
Naperville, IL 60563

PASLAUGOS

- Terapinis dantų gydymas
- Estetinis dantų gydymas
- Dantų protezavimas
- Estetinis dantų protezavimas
- Šaknų kanalų gydymas (endodontija)
- Burnos ir dantų chirurgija
- Dantų implantacija
- Viso žandikaulio protezai ant 4 arba daugiau implantų („all on 4“)
- Zygoma implantai
- Kaulo ir minkštųjų audinių augmentacija
- Gydymas taikant IV sedaciją
- Pažangus periodontologinis gydymas lazeriu ir „Perio Protect“ kapomis
- Dantų tiesinimas „Invisalign“ kapomis
- Dantų balinimas „Zoom“ sistema
- Botulino (Botox) injekcijos veido srityje

Kaz Zymantas, DDS, DABOI
Bendrosios praktikos odontologas, JAV
Valdybos licenzijuotas implantologas

Virgilia Gaska, DDS
Bendrosios praktikos odontologė

79\$

 burnos higiena,
apžiūra ir dantalinės
rentgenogramos

Įprasta kaina \$386. Pasiūlymas galioja tik naujiems pacientams. Į vizitą įskaičiuota: profilaktinė burnos higiena, apžiūra ir dantalinės rentgenogramos. Pasiūlyme pateikta minimali suma. Kaina gali keistis nuo klinikinių poreikių. Vienas, ar keli iš toliau nurodytų ADA kodų, taikomi šiame pasiūlyme: D0150, ED0330, D0272, D0210, D1110. Pasiūlymas negali būti taikomas jau suteiktoms odontologinėms paslaugoms padengti, sąskaitų likučiams arba kartu su jau pritaikytomis nuolaidomis. Nuolaidos nesumuojamos.

SKAMBINKITE ŠIANDIEN!

630-870-1233

MES KALBAME LIETUVIŠKAI IR RUSIŠKAI

www.DENTISTNAPERVILLEIL.com

„Dental Professionals of Illinois, PC“; Jameson Baumgarten DMD,
Shahid Sharar DDS, Timothy Quirt DDS, (savininkai). ADV53767MA

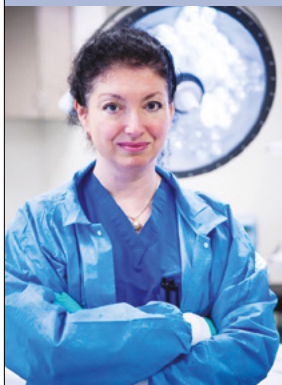


CHIRURGĖ

Jelena Levitin M.D.

BOARD CERTIFIED
IN GENERAL SURGERY
MEMBER OF AMERICAN
COLLEGE OF SURGEONS

**BENDROJI CHIRURGIJA
IR DIAGNOSTIKA
LAPAROSKOPINĖS IR PILVO OPERACIJOS**



- CHIRURGINĖ ONKOLOGIJA
- SKRANDŽIO IR VIRŠKINAMOJO TRAKTO LIGOS
- PIENO LIAUKOS LIGOS IR VĖŽYS
- TULŽIES PŪSLĖS LIGOS • ENDOSKOPIJA
- KOLONOSKOPIJA • POLIPAI
- DIVERTIKULITAS • IŠVARŽOS
- APENDICITAS • HEMOROJUS
- ODOS DARINIAI • AUGLIAI
- TRAUMOS • NELAIMINGI ATSTIKIMAI
- SKRANDŽIO IR ŽARNYNO REZEKCIJA
- OPERACIJOS PER TAŠKINIUS PJŪVIUS

OFISE DIRBA GYDYTOJAS **PROKTOLOGAS**

- PIKYBINIAI STOROSIOS IR TIESIOSIOS ŽARNOS SUSIRGIMAI • STOROSIOS ŽARNOS POLIPAI
- BESKAUSMIS HEMOROJAUS ŠALINIMAS • IŠANGĖS ĮPLĖŠA, PULINYS AR FISTULĖ • IŠANGĖS NIEŽULYS

129 W RAND RD., ARLINGTON HEIGHTS IL 60004

CHICAGO SURGICAL CLINIC LTD

PH. 847.215.0530

Mes kalbame lietuviškai, angliškai,
rusiškai ir ukrainietišškai

www.chicagosurgicalclinic.com

Orbera
system

Mary neteko
43 svarų
per 6 mėnesius
su ORBERA®
Weight Loss
Balloon



Orbera™
managed weight loss system
Chicago Surgical Clinic

ORBERA SPRENDIMAS GALI BŪTI KAIP TIK JUMS, JEI ANTSVORIS:

- daro neigiamą įtaką jūsų energijai ar skatina kitus sveikatos sutrikimus (pvz., diabetą, širdies ligas, nugaros skausmą, sąnarių skausmus ir artritą)
- neleidžia pasitikėti savimi ir neigiamai atsiliepia jūsų socialiniam gyvenimui

KAS YRA INTRAGASTRINIS SKRANDŽIO BALIONAS?

- itin efektyvi nechirurginė procedūra, nereikalaujanti jokių specialių piliulių ar vaistų
- skrandis nėra pjaustomas, siuvas ar veržiamas
- nereikia gultis į lignonę - namo galite eiti netrukus po procedūros

NUO KO PRADĖTI?

Susitarkite dėl konsultacijos, kurios metu aptarsime jūsų KMI, procedūros tinkamumą jums bei jūsų lūkesčius. Susisiekite su mumis jau šiandien!

129 W. Rand Rd., Arlington Heights
www.chicagosurgicalclinic.com

3X DAUGIAU

numesto svorio nei
vien su dieta ir sportu

12-os mėnesių PALAIKYMAS

po procedūros jūsų laukia
speciali medicininė programa,
garantuojanti ilgalaikius
rezultatus



(847) 215-0530

CareCredit ir kitos finansavimo
galimybės

Lietuviškumo ženklai, menantys kadaise virusį gyvenimą

Šiomis dienomis sakoma, kad Detroitas – pats nesaugiausias JAV miestas. Tačiau šis prancūzų kolonistų įkurtas miestas kadaise laikytas pasaulio automobilių pramonės centru. Didžiulėse „General Motors“, „Chrysler“ ar „Ford“ gamyklose dažnai dirbdavo emigrantai, tarp kurių – ne vienas lietuvis.

2013 m. Detroitas bankrutavo, čia atsirado net 70 tūkst. tuščių pastatų. „Detroitas man primena amerikietį: avantiūristą ir pamišusį dėl automobilių. Be to, tai miestas, sugebėjęs bankrutuoti. Nepasiteisino jiems automobilizmo iškėlimas į pirmą vietą. Jei tuo optimistiniu laikotarpiu, 1950-aisiais, Detroitas buvo 4 ar 5 pagal dydį miestas JAV šalia Niujorko, Čikagos, Filadelfijos ir Los Andželo, tai vėliau jo gyventojų skaičius nukrito drastiškai, apie 60 proc. Finale, po 2008 m. krizės, miestas tiesiog bankrutavo“, – pasakoja architektūros istorikas, doc. dr. Vaidas Petrulis.

Kadaise į vieną didžiausių ir turtingiausių JAV miestų vyko visų išeivijos bangų lietuviai, todėl čia nesunku rasti lietuviškumo ženklų.

Įvairių etninių grupių emigrantai Detroito 20 a. pradžioje steigė draugijas, klubus ir tautinius namus.

Pavyzdžiui, 1962-aisiais Detroito atsiradė ir lietuvių kultūros namai. Šis kultūros centras, anot V. Petrulio, sumąstytas kaip komercinė įstaiga – kurta vieta, kur lietuvių jaunimas galėtų susiburti, švęsti ir taip išlaikyti tautinį identitetą.

Čia buvo įsikūręs ir Dariaus ir Girėno klubas, vyko lietuviškos veiklos, koncertai, vakaronės.

„Antrosios bangos emigrantai, 1949–1952 m. atsikraustę į Detroitą, matė miestą jo klestėjimo metais. Ir 1962-uosius dar galima laikyti klestėjimu, tačiau netrukus atėjo sunkesni laikai.

Po Antrojo pasaulinio karo valdžia pradėjo dalyti labai pigias paskolas. Jos buvo skiriamos ne seniems pastatams renovuoti, o naujiems statyti. Todėl labai daug gyventojų JAV pradėjo keltis į priemiesčius, miestai buvo palikti griūti. Detroitas buvo bene labiausiai nuo tokios politikos nukentėjęs didmiestis. Kadangi dauguma Detroito lietuvių buvo iš vidurinės klasės, gaudavę geresnius darbus jie taip pat iš miesto šurmilio kraustėsi į priemiesčius“, – pasakoja meno kritikas Michaelis Hodgesas.

Dėl tokios paskolų politikos ilgainiui pradėjo nykti ir Detroito lietuvių bendruomenės, klubai.

„Kai lietuviai išsikraustė, pastatas, kuriame buvo įsikūrę lietuvių kultūros namai, labai sunyko. Labai greitai žlugo ir visas rajonas. Tuomet pastatą nusipirko bohemos atstovai – ne tikieji bohemiečiai, o tik gyvenantys bohemiškai. Tada pastatas sunyko dėl jo nepriežiūros“, – tikina Jerry Belangeris, dabartinis lietuvių kultūros namų savininkas.

Šiuo metu Detroitas pamažu atgauna grožį, apleisti pastatai atkuriami. Buvusius lietuvių kultūros namus nusipirkęs J. Belangeris šiuo metu pats savomis rankomis juos atstato. LRT Plus laidos „Stop juosta“ komandai jis tikino ketinantis viską atkurti taip, kaip buvo seniau.

Šis pastatas – miesto pakraštyje, čia daugiausia kūrėsi vėlesniųjų bangų lietuvių emigrantai. Tačiau vadinamieji pirmabangiai daugiausia gyveno dabar Meksikos rajonu vadinamoje pietrytinėje Detroito dalyje. Čia įkurta lietuvių parapija, lituanistinė mokykla, Lietuvių namai, pastatyti 1920-aisiais.

Lietuvių namus statė JAV architektu dirbęs pirmabangis išeivis Matas Žaldokas. Šio pastato statybomis rūpinosi kairieji laisvamaniai ar net



komunistuojantys tautiečiai.

„Čia puikus to meto pavyzdys. Vienoje gatvės pusėje savo pastatą pasistatė kairiųjų pažiūrų lietuviai. O kitoje – dešiniųjų pažiūrų, katalikų 1923 m. lietuvių statyta Šv. Antano bažnyčia ir parapijos mokykla. <...> Atstumas labai nedidelis fiziškai, bet politiškai – kur kas didesnis“, – pažymi V. Petrulis.

Į Detroitą nuo sovietinio režimo bėgusiems lietuviams inžinierius Jurgis Mikaila tame pačiame Šv. Antano bažnyčios pastate įkūrė šeštadieninę mokyklą, kurioje mokėsi 4 didelės klasės, dirbo 8 mokytojai. Mokyklai iš pradžių vadovavo architekto Arbo Arbačiausko žmona Elena Arbačiauskienė – Alė Rūta. Vėliau išaugusi mokykla persikėlė į kitas patalpas.

20 a. pabaigoje Lietuvių namai, kaip ir daugelis kitų pastatų, apleisti. Šiandien naujieji šeimininkai pastatą restauravo ir pritaikė biurams. Įdomu, jog už šią restauraciją architektai buvo apdovanoti – buvę Lietuvių namai tapo pirmuoju žaliuoju pastatu Detroito.

Šimtmečio nesulaukė ir kitoje gatvės pusėje įsikūrusi lietuvių parapija, Šv. Antano bažnyčia uždaryta ir paskelbta parduodama. Tačiau lituanistinė mokykla veikia iki šiol. Ji įsikūrusi Detroito priemiestyje. ■



Klaipėdos sukilimo vado Jono Polovinsko-Budrio asmenybės ir veiklos tyrimai jo palaikų perlaidojimu Klaipėdoje nesibaigė. Priešingai, šis faktas atvėrė naują istorikų tyrimų kryptį, o medžiagos jiems tik daugėja.

GIMINAITĖS PERDAVĖ NUOTRAUKŲ

LŠSI vado atašė Lietuvai šaulys Ernestas Lukoševičius Ernestas Lukoševičius uostamiestyje susitiko su Klaipėdos universiteto istorikais Vaciu Vaivada ir Dainiumi Elertu, dizaineriu, istorinės heraldikos žinovu Kęstučiu Mickevičiumi.

Istorijos mokslus Vilniaus universitete baigęs E. Lukoševičius ir gyvendamas JAV aistringai domisi praeitimi. Jis yra žmogus, tiesiantis tiltą tarp J. Budrio palikuonių ir Lietuvos istorikų.

Šį kartą atvykdamas į tėvynę jis atvežė vertingą dovaną – J. Budrio šeimos narių – Viktorijos Matrangos Kašubaitės ir Rimos Binder Kašubaitės – perduotą laikmeną su sukaitmenintomis šios istorinės asmenybės nuotraukomis.

Istorija šiandien

Istorikams dovana – iš už Atlanto

PADOVANOJO NAUJĄ KNYGĄ

Šeimos archyve – nuotraukos iš įvairių J. Budrio gyvenimo etapų, nuo mokymosi Kauno gimnazijoje dar carinės Rusijos laikais iki jo gyvenimo Niujorke, kur dirbo Lietuvos generaliniu konsulu.

„Tai yra dovana ne tik Klaipėdos istorikams, bet ir visai Lietuvai. Įvykdžiau J. Budrio šeimos prašymą ir labai džiaugsiuosiu, jei šios nuotraukos pasitarnaus užpildyti istorijos spragas, o gal net taps pagrindu naujiems veikalams. Mano bendravimas su J. Budrio šeima tęsiasi nemažai metų. Man pačiam be galo įdomu eiti tokiais nepramintais istorijos takais“, – atviravo E. Lukoševičius.

Atsilygindamas už dovaną V. Vaivada jam padovanojo neseniai išleistą Klaipėdos universiteto istoriko Vasilijaus Safronovo veikalą „Klaipėdos prijungimas prie Lietuvos: Jono Budrio atsiminimai ir jų kritinė analizė“. Man pačiam be galo įdomu eiti tokiais nepramintais istorijos takais.



ATSIVĖRĖ NAUJI ASPEKTAI

Vaivada patikino, kad bet kuri žinia, atsiminimas, nuotrauka gali papildyti praeities vaizdą, ypač apie tokias tik pastaraisiais metais labiau matomas asmenybes kaip J. Budrys ir jo žmona Regina Kašubaitė.

Net antrieji planai nuotraukose kartais suteikia vertingų žinių.

Elertas įsitikinęs, kad kol kas nepakankamai atskleistas ir R. Kašubaitės vaidmuo 1923 metų įvykiuose. Be to, jos gyvenimo istorija papildys visą plejadą veikalų, kuriuose atskleidžiami nematomi istorijos asmenybių žmonių ir bendražiogių nuopelnai.

„Tai yra dar viena figūra, kuri verta ištraukti iš atminties rūko. Apie R. Kašubaitę žinome toli gražu ne viską, vis dar yra daugybė mįslių, o tai reiškia – darbo istorikams“, – kalbėjo D. Elertas.

LŠSI informacija ■

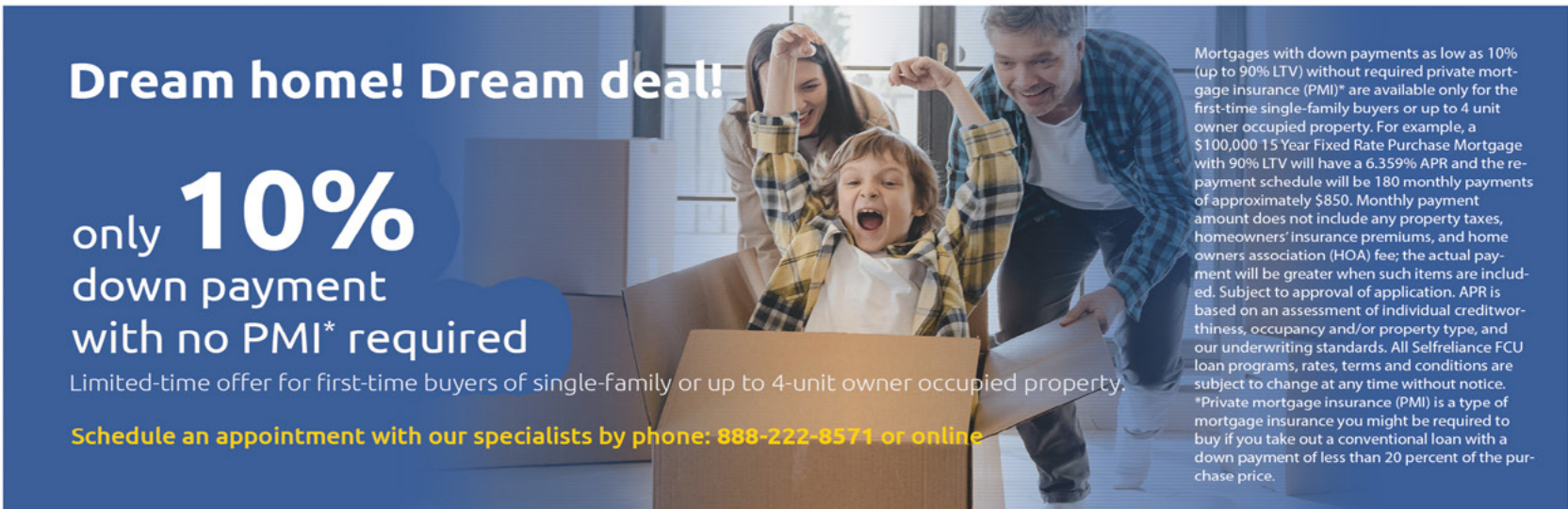




Short-term investment with maximum results

5.00% APY* 7 Month Certificate

*APY=Annual Percentage Yield. Dividends accrue on a daily balance. Less than 1 Year Certificates dividends post at certificate maturity. 1 year or longer Certificates dividends compound quarterly. Withdrawal before maturity is subject to penalty, as stated in Certificate Disclosure. Certificate rates are subject to change at any time. Minimum required Certificate amount - \$500. Yields are accurate as of 03/05/2024. Maximum certificate amount is \$1 million per member. Fees may reduce earnings.



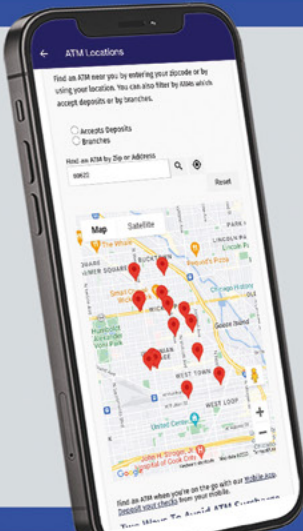
Dream home! Dream deal!

only **10%** down payment with no PMI* required

Limited-time offer for first-time buyers of single-family or up to 4-unit owner occupied property.

Schedule an appointment with our specialists by phone: **888-222-8571** or online

Mortgages with down payments as low as 10% (up to 90% LTV) without required private mortgage insurance (PMI)* are available only for the first-time single-family buyers or up to 4 unit owner occupied property. For example, a \$100,000 15 Year Fixed Rate Purchase Mortgage with 90% LTV will have a 6.359% APR and the repayment schedule will be 180 monthly payments of approximately \$850. Monthly payment amount does not include any property taxes, homeowners' insurance premiums, and home owners association (HOA) fee; the actual payment will be greater when such items are included. Subject to approval of application. APR is based on an assessment of individual creditworthiness, occupancy and/or property type, and our underwriting standards. All Selfreliance FCU loan programs, rates, terms and conditions are subject to change at any time without notice. *Private mortgage insurance (PMI) is a type of mortgage insurance you might be required to buy if you take out a conventional loan with a down payment of less than 20 percent of the purchase price.



Did you know? Our network covers over 85,000 fee-free* ATMs

when you use your Selfreliance Visa® debit card. It is more than the three largest US banks combined!

Selfreliance FCU	85,000+
Bank of America	
Chase	
PNC	

Easy to find nearest ATM through our App

Our fee-free ATMs are part of networks such as AllpointSM, MoneyPass[®], and Co-op[®] and are conveniently located at popular retailers, including Walgreens[®], CVS[®], Target[®], and 7-Eleven[®].

*Withdrawals from AllpointSM, MoneyPass[®] and Co-op[®] networks are surcharge free regardless of balance.

Our locations



www.selfreliance.com 888-222-8571



Federally Insured by
NCUA

Daugiau nei muzika

Žymi JAV neuromokslininkė Dainų šventėje tiria muzikos poveikį

Jubiliejinė dainų šventė pritraukė ne tik daugybę meno kolektyvų, bet ir tapo proga Lietuvą aplankyti užsienyje gyvenantiems lietuviams. Viena jų – žymi JAV operos solistė ir neuromokslininkė Indrė Viskontas, kuri tyrinėja muzikos poveikį žmogui. „Muziką mes galime naudoti mūsų sveikatos palaikymui, bet reikia žinoti kur, kada ir kaip“, – LRT KLASIKOS laidoje „Be kaukių“ sako I. Viskontas.

Vilniaus universiteto (VU) Filosofijos fakulteto pranešime žinias klaidai I. Viskontas pasakoja, kad muzika lydi žmoniją nuo pat jos gyvavimo pradžios ir yra labai svarbi mūsų egzistencijai.

„Žmogus yra dinamiškas, kartais mes norime išreikšti arba išspręsti tai, ką būtų pernelyg sunku suformuluoti žodžiais. Emocijos nėra statiškos – jos keičiasi: muzika geba parodyti tą pokytį, žodžiai – nelabai. Žodis gana statiškai apibūdina emociją, bet neperteikia visų atspalvių – emocijos kaitos: bendraudami žmonės veikia vienas kitą, vyksta sąveika, kuri yra dinamiška. Man atrodo, muzika leidžia mums tai parodyti“, – sako mokslininkė ir operos dainininkė.

Anot I. Viskontas, garsai neretai tampa įrankiu emociniam kontekstui suprasti.

„Mums socialiniai ryšiai yra labai svarbūs. Mums yra labai svarbu suprasti, ką kiti žmonės mano, kas jiems yra svarbu, ką jie darys. Mes turime su jais sugyventi. Muzika turi daug informacijos apie kitų žmonių mintis, emocinį gyvenimą“, – sako LRT KLASIKOS laidoje „Be kaukių“ viešnia.

Indrė Viskontas pabrėžia, kad tokiam masiniam renginyje kaip Dainų šventė tiek dalyvių, tiek žiūrovų smegenyse išsiskiria oksitocinas, kuris sukuria bendrystės jausmą.

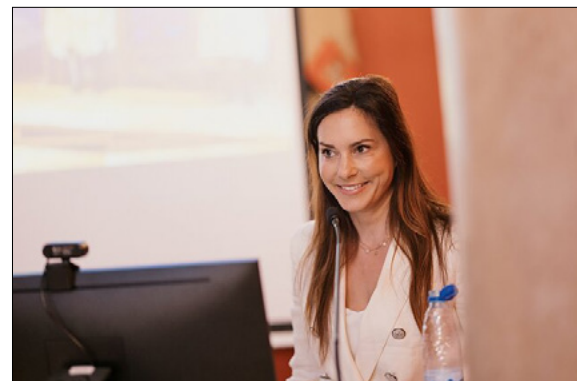
„Hormonas oksitocinas – cheminė medžiaga, kuri paliečia mus ir sukuria priarišumą. Daugiau oksitocino išsiskiria smegenyse tuomet, kai mes klausomės muzikos, kuri mums patinka. Todėl Dainų šventėje visi jausis arti vienas kito“, – aiškina neuromokslininkė.

Dainų šventėje I. Viskontas kartu su VU Filosofijos fakulteto docente dr. R. Dirvanskiene bei kolegėmis iš užsienio – dr. Neta Maimon iš Tel Avivo universiteto ir dr. Ivana Konvalinka iš Danijos technikos universiteto – atlieka tyrimą, kurio tikslas išsiaiškinti, kaip renginio metu skambanti muzika veikia dalyvius ir žiūrovus.

„Mes norime pažiūrėti, ar įmanoma rasti sinchronizaciją tarp Dainų šventės dalyvių ir žiūrovų. Visi dalyviai ir žiūrovai gali užpildyti apklausas, nes mes norime žinoti kaip jie jaučiasi, kokia jų sveikata. Tada per pačią Dainų šventę apklausas gali užpildyti po dainos „Kur giria žaliuoja“, nes manome, kad čia bus stiprus emocinis momentas ir norime tai išmatuoti“, – pasakoja I. Viskontas. Be to, ji priduria, kad apklausos nėra vienintelė tyrimo priemonė – taip pat šventės metu matuojamas ir dalyvių bei žiūrovų širdies ritmas, smegenų aktyvumas.

ŽMONIŲ REAKCIJA Į TĄ PAČIĄ MUZIKĄ SKIRIASI

Pasak pašnekovės, vaikų, kurie nuo mažens mokosi groti arba dainuoti, smegenys į garsą išmoka reaguoti kitaip. „Galime kalbėti apie tai, kas atsitinka, kai klausomės muzikos arba kai mes patys esame



muzikantai. Jeigu vaikas mokosi groti instrumentu arba dainuoti nuo pat mažens, jo smegenys vystosi kitaip“, – dėsto ji.

Visgi I. Viskontas pabrėžia, kad įsitikinimas, jog nėščios moterys neva turi klausytis Mocarto kūrinų, kad vaikas gimtų su išskirtiniais protiniais gebėjimais, yra daugiau mitas, nei realybė.

„Mocarto efektas nėra toks, koks manome, kad jis yra. Mocarto muzika yra gana sudėtinga. Tie tyrimai, kurie tyrė, ar jo muzika padaro vaikus protingesnius, yra labiau apie [muzikos] energiją“, – sako pašnekovė.

Neuromokslininkė pasakoja, kad to paties kūrinio poveikis kiekvienam žmogui gali skirtis ir būti tiek biologinis, pavyzdžiui, gali sumažinti ar pagreitinti širdies plakimą, kvėpavimą, tiek ir psichologinis – gali iššaukti tam tikras emocijas

Tyrėja sako, kad pasitelkiant muziką neretai yra siekiama tam tikrų tikslų, pavyzdžiui, pakeisti žmogaus motyvus. „Yra daug pavyzdžių, kai muzika yra naudojama kariuomenėse, įteigti žmonėms, kad jie darytų dalykus, kurių šiaip nedarytų. Muzika yra dalis mūsų socialinių ryšių, kad ji gali pakeisti mūsų motyvus, ką mes galvojame, ką norime daryti“, – dėsto garsi JAV operos solistė ir neuromokslininkė Indrė Viskontas. ■

TIRIA DAINŲ ŠVENTĖJE SKAMBANČIOS MUZIKOS POVEIKĮ

sonobello®

ONE VISIT PERMANENT FAT REMOVAL

- ✓ Targeted fat removal from stubborn areas like: Stomach, chin, arms, thighs and more!
- ✓ 150+ Board-Certified Surgeons
- ✓ 25,000 5-Star Ratings

877-682-0434

LIMITED TIME OFFER!

**GET
\$500 OFF
TODAY**



Kristen B., Age 34
Sono Bello Ambassador
Individual Results May Vary.

NEKILNOJAMASIS TURTAS

PIRKIMAS PARDAVIMAS NUOMA

**Real Estate Expert,
Certified REO,
Pre-Foreclosure Agent**
ILGAMETĖ PATIRTIS



KĘSTAS VILEIKIS
847-401-4797

Chicago
Real Estate
Investment
University



Ofisai Burr Ridge, Oak Lawn, Chicago
SERVICING ALL CHICAGOLAND AREA

847-401-4797

kestasrealty@gmail.com



**LAW OFFICES OF
KRISTINA J. WAYNE, P.C.**

**Law Offices
of Kristina
J. Wayne, P.C.**

Konsultuojame
asmeniškai arba
per Zoom



Advokatė Kristina Wayne

ŠEIMOS TEISĖ:

- Skrybros susitarimo būdu
- Priešvedybinės sutartys
- **PAVELDĖJIMO TEISĖ:**
- Testamentų, Trusts, Powers of Attorney surašymas
- Palikimo paskirstymas per teismą ir be teismo (Probate)

NEKILNOJAMO TURTO TEISĖ:

Atstovauju parduodant ir perkant būstą (Closings)

Pagrindinis Ofisas: 2020 Calamos Court,
(630) 780-1044 Suite 200,
Mobilus Tel: Naperville,
(312) 363-8902 IL 60563

www.kjwaynelaw.com

**ADVOKATO ANDRIAUS
RAMONO KONTORA**

Tik profesionalios teisinės paslaugos Jums

Teisinės **PROBLEMOS LIETUVOJE** - patikimas
jų **SPRENDIMAS AMERIKOJE**

- Paveldėjimas Lietuvoje
- Skrybros Lietuvoje

(vienam arba abiemis sutuoktiniams gyvenant JAV)

- JAV skyrybų ir santuokų įforminimas Lietuvoje
- Lietuvoje esančio turto dalybos, ginčai dėl vaikų, išlaikymo priteisimas, vedybų sutartys
- Skolų, alimentų išieškojimas Lietuvoje (pagal JAV ir Lietuvos teismų sprendimus)
- Mokesčiai, įmonių teisė (likvidavimas) Lietuvoje
- Dokumentų legalizavimas, įgaliojimai (vertimai, notaro patvirtinimas, apostilės)

5950-E Lincoln Ave. (RT-53), Suite 400
Lisle, IL 60532

(708) 253-5137

Fax: (630) 839-0120

www.ramonas.us
chicago@ramonas.us
Skype: ramonas.us

**Pardavėjams reikia
daugiau nei kainos
ir užrašo „FOR SALE“:**

- Nemokamas turto įvertinimas
- Reklama visuose nekilnojamojo turto internetiniuose puslapiuose
- Nemokami Open House

Pirkėjams:

- Pagalba perkant namą ne tik pagal kišenę, bet ir pagal norus
- Informacija apie naujus namus rinkoje KASDIEN
- Short Sale

Nuoma

773-983-4461
regina.realtor@yahoo.com

1310 Plainfield Rd.,
Suite 2,
Darien, IL 60561



**Regina
Macionis**

REALTY
EXECUTIVES

**DIRBAME
SU ĮVAIRIOMIS
SYSTEMOMIS**

D.W. HEATING
COOLING
REFRIGERATION

**LICENSED • BONDED
INSURED**

- **NAUJŲ ŠILDYMO IR ŠALDYMO SISTEMŲ INSTALIAVIMAS, NAUDOTŲ TAISYMAS**
- **VANDENS BOILERIAI, ORO DRĖKINTUVAI**
- **PRIIMAME KREDITO KORTELES**

**(630)745-1587,
ANTANAS**

**SERVISAS
7D/24 VAL**

**Kai visi parduoda
- reikia pirkti,
Kai visi perka -
reikia parduoti**



Elite Realty Experts, Inc.

- Padedu įsigyti ar parduoti nuosavybę
- Atlieku kvalifikuotą rinkos analizę
- Suteikiu nemokamas konsultacijas
- Rekomenduosiu finansininką, kuris Jūsų neapvils
- Atsakau į visus su nekilnojamo turto susijusius klausimus



**EliteRealty
EXPERTS**

**LOLITA
RASIMAVIČIŪTĖ**
Lolita.Rasima@yahoo.com
Cell (708) 612 8573

**GOODWILL
FINANCIAL**
INDEPENDENT INSURANCE AGENCY

Join our team as
Customer Service Agent
For work in the office
located in Elmhurst, IL


About you:

Quick learner
Enjoy helping others
Clear communicator
Have great attitude

About Us:


We are a team of people
helping people.
Our independent insurance
business is based on the
relationships we build.

SCAN TO APPLY:




GOODWILLFINANCIAL.COM/CAREERS

Linus Realty Inc.



**LINUS
COMMERCIAL REAL ESTATE**



Linus Meilus
Broker
www.linusrealty.com

Cell: 630-363-8562
linas60527@yahoo.com
linasm@linusrealty.com

**Sveikatos ir gyvybės
draudimas**



**BIRUTĖ
Paulauskaitė**
Agent/Broker/Adviser

847-322-3404
Platus pasirinkimas,
išsami informacija

Office
in Oakbrook



Rūta Šepetys: Daugiau nei 20 metų dirbau verslo pasaulyje, kol atradau drąsos rašyti

„Gyvenimas yra nuolat besikeičianti istorija. Kiekvieną dieną ją papildote, permąstote, pažvelgiate kitu kampu. Diena yra istorija. Metai yra istorija. Jūs esate istorija“, – savo naujoje knygoje „Jūs esate istorija“ rašo lietuvių kilmės amerikiečių rašytoja Rūta Šepetys. Knygą išleidusios leidyklos „Alma littera“ pranešime žiniasklaidai – pokalbis su rašytoja R. Šepetys.

Septintoje knygoje „The New York Times“ bestsellerių autorė jauniems, kūrybingiems žmonėms dalija patarimus, kaip, pasitelkus savo atsiminimus, leisti į kūrybos kelionę. Parašiusi penkis daugybę apdovanojimų pelniusius istorinius romanus, tarp jų – „Tarp pilkų debesų“, „Turiu tave išduoti“, praleidusi nesuskaičiuojamą daugybę valandų skrupulingai tyrinédama savo herojų gyvenimus, aplinką ir istorijos detales, rašytoja gali patvirtinti, kad stipraus kūrinių paslaptis išties slypi kiekvieno iš mūsų gyvenimo patirtyse.

„Jūs – tai istorija. Patarimai, kaip kurti pasitelkiant atsiminimus“ yra vertinga patarimų knyga rašytojo karjeros siekiantiems žmonėms. Ji ne tik drąsina pažvelgti į savo vidų, iš jo gilumos ištraukti atsiminimus, atrasti juose autentiškus balsus ir įtikinamas detales, bet ir įaudžia savo gyvenimo patirtis, nuširdžias istorijas, kurios iliustruoja rašymo meno aspektus. Knygoje pateiktas ir pluoštas rašymo bei tiriamojo darbo užduočių.

Rūta Šepetys įsitikinusi, kad dabartiniame polarizacijos ir dezinformacijos klimato papasakotos žmonių istorijos geba užmegzti ypatingus ryšius. „Dalydamiesi savo istorija, pastebime, kad su savo patirtimis, mintimis ar nuomone iš tikrųjų niekada nesame vieniši. „Knygoje klausiu, kokia yra jūsų bendruomenės ar mokyklos, kurią lankėte, istorija? Ar žinote šalies, iš kurios kilęs jūsų kaimynas, istoriją? Ar jis žino jūsiškę? Jei atsakymas neigiamas, mes praleidžiame unikalią galimybę užmegzti ryšį ir įgyti daugiau patirties“, – sako rašytoja, kurios knyga gimė per pandemiją.

Apie neseniai lietuvių kalba pasirodžiusią R. Šepetys knyga „Jūs esate istorija“, kurią į lietuvių kalbą išvertė Asta Tobulevičienė, išleido leidykla „Alma littera“. Su rašytoja kalbėjosi žurnalistė Laisvė Radzevičienė.

– Esate sakiusi, kad šią knygą rašyti jus paskatino tūkstančiai skaitytojų klausimų, kurių sulaukiate pristatinédama savo knygas. Ką labiausiai žmonės nori apie jus ir jūsų kūrybą sužinoti?

– Diskusijos su skaitytojais apie istoriją ir istorinę grožinę literatūrą dažnai paskatina diskutuoti apie mano šeimos ir asmeninę istoriją. Kai susitinkame renginiuose, žmonės klausia, o kaip jie patys galėtų surinkti savo istorijas, jas aprašyti, papasakoti kitiems. Šie klausimai mane ir įkvėpė parašyti naują knygą.

– Esate patyrusi klausimų atsakinėtoja, ar tikrai, kaip sakoma, nėra kvailų klausimų, yra tik kvaili atsakymai?

– Nėra tokio dalyko kaip kvaili klausimai! Kiekvienas klausimas, kurį užduoda žmogus, atspindi jo smalsią prigimtį. O man tai – labai įdomu.

– Pagrindinė jūsų knygos mintis: kiekvienas iš mūsų esame istorija, romanai, knyga. Kodėl iš vieno gyvenimo knygos atsiranda, o iš kitų – ne?

– Visa ko variklis yra smalsumas. Kuo smalsesnis žmogus, tuo daugiau motyvacijos jis turės tyrinėti ir analizuoti asmenines patirtis, savo ir savo šeimos šaknis, kilmę. Būtent smalsumas ir tokie tyrinėjimai suteikia peno ir informacijos knygai. Tam, kas nesmalsauja, bet kuri informacija neatrodo svarbi, jis praleis ją pro ausis, neišgirs ir neužfiksuos.

Aš tikiu, kad galima išmokti rašymo. Esu baigusi finansų studijas universitete, daugiau nei dvidešimt metų dirbau verslo pasaulyje, kol atradau drąsos rašyti. Atradusi pradėjau studijuoti rašymą.

– Patirtis ir atmintis, jūs sakote, yra svarbiausios įsimenančio rašymo paslaptys. Tačiau šandienos žmogus, gyvendamas intensyvių gyvenimų, vis dažniau nuslysta paviršiumi, įvykių nebeprisimena. Galbūt egzistuoja kokios nors atminties saugojimo praktikos, kuriomis jūs pati vadovaujate?

– Išties, mūsų dienos dažnai tokios užimtoms, kupinos įvykių ir informacijos, kad sunku visa tai, kas susirenka per dieną, išlaikyti atmintyje. Kartais, ypač keliaudama, užuo fotografavusi ir įamžinusi nuotraukose akimirkas, vietas ir patirtis, sustoju ir visa savo esybe geriu į save tai, kas vyksta. Žmonės, aplinką, garsus, kvapus. Tikrai pastebiu, prisimenu ir įsivainu kur kas daugiau, jei žvelgiu į aplinką sąmoningai, su intencija.

– Į istoriją kiekvienas iš mūsų žvelgiame iš skirtingų perspektyvų. Kiti žmonės mūsų istoriją mato dar kitaip. Kaip išsirinkti geriausią kampą savo istorijai, kurią norime papasakoti kitiems?

– Tiesa, į savo gyvenimą mes dažnai žvelgiame iš vidaus, tačiau aplinkiniai juk mato išorę. Pasirinkti geriausią kampą savo pasakojime yra itin svarbus kūrybos elementas. Jei norite pasirinkti geriausią pasakojimo perspektyvą, užduokite sau keletą svarbių klausimų: „Kieno istoriją aš pasakojau? Kas yra mano istorijos stiprybė ir jos galia? Koks vienas žodis apibūdina mano istoriją?“

– Įdomu, ar tikrai galime būti nuširdūs savo pasakojimuose? Ar esate atvira jūs rašydama?

– Pasakojau apie tai savo knygoje. Skaitytojai pastebi emocinį nuširdumą, kai dėstau savo prisiminimus. Jiems tai labiausiai rezonuoja. Asmeninio gyvenimo detalės skaitantiems nėra svarbesnės už jausmus, už tai, kaip knyga priverčia juos jaustis. Apie tai galėsite perskaityti skyriuje „Ar galiu tau kai ką papasakoti“.

– Savo knygoje jūs meistriškai supynėte autentiškas realių žmonių gyvenimo istorijas ir savo pamokas, kaip rašyti, užduotis. Kodėl pasirinkote tokią knygos formą?

– Kartu su knygos redaktore Tamara Brazis, beje, ji irgi yra lietuvi, pasirinkome konkrečius pasakojimo elementus, kuriuos knygoje norėjome išryškinti, pavyzdžiui, siužetą, aplinką, veikėjų vystymąsi ir panašiai. Keletą mėnesių mažiau, rinkau, peržiūrėjau ir laisva forma aprašiau savo prisiminimus,



tada juose identifikavau fundamentalius elementus. Taip mudvi suporavome pasakojimo blokelius ir svarbiausias žmogaus patirties tiesas. O tada nusprendėme, kuriam skyriui kurią istoriją ir atsiminimą priskirsime. Į knygą man buvo svarbu įtraukti rašymo užduotis, kad skaitytojas ir pats galėtų apmąstyti savo prisiminimus.

– Asmeniniai prisiminimai ir istorijos kartais gali būti įdomūs tik mums patiems ir mūsų artimiesiems. Kaip padaryti, kad asmeninės patirtys taptų bendros, svarbios visiems?

– Tyrinédama savo romanų istorijas, kalbédama su jų liudytojais pastebiu, kad dažnai yra patirčių, kuriomis niekada nebuvo pasidalyta. Dalytis ar nesidalyti yra labai asmeninis sprendimas, gerbiu tuos, kurie nori išlaikyti savo patirčių paslaptis. Tačiau tie, kurie nusprendžia dalytis, labai dažnai atranda, kad esama ir kitų žmonių, kurie patyrė kažką panašaus. Ir tada pasaulis staiga tampa gerokai mažesnis.

– Viliamasi, kad dirbtinio intelekto amžiuje kūrybiškumas vis tiek laimės prieš robotus. Kaip jaučiatės šiuo pokyčių laikotarpiu?

– Technologijos atneša pokyčių, o pokyčiai gali atnešti augimą. Dirbtinis intelektas tikrai kels iššūkių, tačiau, esu tikra, be kai kurių žmogiškų pojūčių – kvapo, skonio, lietim, kinestetinio intelekto ar termocepcijos, DI taip ir liks minios kurtu kompozitu, o ne organiškai veikiančiu originalu. Man įdomu matyti, kaip technologijos vystosi, – kur jos naudingos, o kur – žalingos.

– Kompiuteryje išdėstytos mintys pirmiausia gimsta galvoje. Kaip tobulinate savo kūrybiškumą, kas jį veikia, kur ieškote įkvėpimo?

– Įkvėpimo ieškau intriguojančiuose klausimuose, pavyzdžiui, „jei apie jūsų gyvenimą būtų parašyta knyga, koks būtų jos pavadinimas?“ arba „ką pakeistumėte, jei nebijotumėte?“. Mane visada įkvėpia vienatvė, muzika ir gamta. Labai stengiuosi skirti sau laiko, pabūti viena ir paklausti geros muzikos. Jaučiu, kad tai mane skatina tobulėti ir stipriai veikia kūrybiškumą.

– Knygą parašėte per pandemiją. Kaip išgyvenote karantiną? Kokius prisiminimus ir patirtis iš jo išsinešėte?

– Man tikrai pasisekė, gyvenu kaime. Taigi, galėjau daug laiko praleisti lauke. Esu visiškai intravertė, man galimybė būti toliau nuo žmonių, įvykių ir renginių buvo tikra dovana – maitinanti ir produktyvi. Parašiau tris knygas! ■



THE LAW OFFICES OF
 ★★★
MICHAEL P. DOMAN, LTD.



**Skyrybų procesas
 nėra katastrofa jei jūsų
 teisės yra apsaugotos**

Michael Doman
 Attorney
 michael@domanlaw.com

(847) 897-5288
 Kalbame angliškai, rusiškai, lenkiškai

Leonid Sokolov
 Attorney
 lsokolov@domanlaw.com

40 Skokie Blvd Ste 105, Northbrook, IL 60062

**Daugiau nei
 28 metų
 patirtis šeimos
 teisės srityje**

SKYRYBOS

DIVORCE

- Sudėtingos skyrybos
- Ikiteisminiai susitarimai
- Partnerio nuslėpto turto paieškos
- Alimentų išieškojimas
- Vaikų globa
- Vedybinės sutartys

**Visiškas supratingumas.
 Maksimalus palaikymas.
 Minimalios išlaidos.**

www.chicago-divorce.com

Nerimo įveika – psichologijos ar teologijos sritis?

Išaugęs nerimas šiandien daugumai žmonių tampa beveik įprastu gyvenimo palydovu. Ieškodami nerimo priežasčių ir norėdami jį veikti, dauguma atpažįsta ir įvardija nuolat greitėjantį gyvenimo tempą. Bet ir toliau jis gąsdinamai greitėja.

Kita vertus, psichologo-psichoterapeuto kabinete, neneigdami išorinių gyvenimo iššūkių, siejamų su laikmečiu, matome ir vidines nerimo priežastis. Taigi kyla daugelis klausimų: kas yra tikrasis, vadinamasis lemiamas, žmogaus nerimo šaltinis ar šaltiniai? Kokią vietą skirti kitoms, galbūt šalutinėms, nerimą skatinančioms priežastims? Ar nerimas ir prieš šimtą, du šimtus metų, galiausiai dar anksčiau – prieš du tūkstančius metų, lydėjo žmones? Kaip įvardinti, kas skatino antikos filosofus ieškoti daiktų ir reiškinių esmės?

XX a. teologas ir filosofas Paulas Tillichas, savo svarstymuose sujungęs psichologijos ir teologijos mokslo įžvalgas, teigia, kad turime išskirti ir suprasti dvi skirtingas nerimo rūšis: neurotinį ir egzistencinį. Ir nors egzistencinis nerimas nėra psichologo-psichoterapeuto darbo sritis, pasak Tillichio, šiam svarbu giliai jį suvokti. Panašiai neurotinis nerimas nėra teologo sritis, bet neabejotinai svarbu taip pat jį pažinti.

Kas yra tas neurotinis nerimas? Elementari neurozė apibrėžtis galėtų būti tokia: gyvenimo iššūkių ir pokyčių akivaizdoje negebėjimas keisti savo gyvenimo būdą ir ugdytis visapusišką asmenybę.

Neurotinio nerimo veikiamas žmogus dažniausiai stotasi siaurą tikrumo ir iliuzinio saugumo sieną, kurios vien apsauga reikalauja didžiulių žmogaus valios pastangų. O nematydamas platesnio jį supančio konteksto tokį savo elgesį supainioja su didvyriškumu, kol galiausiai nepakeliama gynybinė įtampa atveda žmogų pas psichologą-psichoterapeutą, o sunkesniais atvejais ir pas psichiatrą.

Saugumas yra būtinas kiekvieno žmogaus gyvenime, tačiau jis tampa destruktivus tais atvejais, kai apskritai vengiama rizikuoti. Svarbu suvokti, kad absoliutus

saugumas neįmanomas.

Gyvenimo dinamikai reikalinga tiek baimė, tiek drąsa. Pasak Tillichio, baimės ir drąsos pusiausvyra yra tai, kas praturtina mūsų gyvenimą.

Turime suprasti, kad tarp baimės ir nerimo yra akivaizdus skirtumas: baimė visada turi konkretų objektą (pavyzdžiui, gali bijoti kelionių lėktuvu, vairuoti automobilį, naujo darbo ir pan.), o nerimas neturi objekto. Pastarasis tiesiog yra.

Trumpai egzistencinį nerimą galime apibrėžti taip: tai yra nuo žmogaus nepriklausanti būseną, neapibrėžtumo jausmas, nesusijęs su konkrečiais dalykais, ir, pagal Tillichą, jis kyla iš trigubos grėsmės suvokimo: mirties, beprasmybės ir kaltės. Kiekvienas nerimas turi potencialą virsti baime.

Taigi, jei psichologas-psichoterapeutas neatpažins ir neskirs reikiamo dėmesio žmogų lydinčiam egzistenciniam nerimui, o žmogus neatpažins iš egzistencinio nerimo projektuojamos baimės, tokiu atveju tiek specialistas, tiek pats asmuo nematys viso žmogų kamuojančio klausimo vaizdo.



Akivaizdu, kad mūsų laikmetis pasižymi didele psichoterapinių kryptų gausa, kurios sau kelia skirtingas užduotis, bet visas jas vienija pastanga – padėti žmogui lanksčiau ir kūrybiškiau pasirengti priimti gyvenimo išbandymus (plg. Gražina Gudaitė).

Psichologijos mokslo šaknys siejamos su psichoanalizės pradininko Sigmundo Freudo vardu. Jo įžvalgos apie ankstyvos vaikystės patirtį ir jos poveikį tolesniam žmogaus gyvenimui yra vienas didžiausių to meto atradimų, padėjusių suprasti žmogaus elgesį. Vėliau moksliniais tyrimais patvirtinta, kad ankstyvoji patirtis yra pamatas, ant kurio vėliau išaugs emocinio reagavimo būdai, bus kuriami vienokie ar kitokie santykiai; deja, iškilis ir psichikos patologijos atvejai.

Šiuo metu vyrauja tendencija psichologiją ir jos vykdymus tyrimus vertinti kaip perspektyvų mokslą, kuris galiausiai turėtų atsakyti į klausimą, kaip sukonstruoti žmogus ir kaip jį perkonstruoti. Visuomenę žavi tokie šūktukai: „Sukurk save iš naujo!“, „Viskas tavo galvoje!“, „Neblokuok gausos!“ ir pan. Visgi ne viskas taip viena-reikšmiška. Ir patys psichoterapeutai minėtų žmogaus



rekonstrukcijos idėją vertina prieštarinčiai. Kiekvienas medalis turi dvi puses: iš vienos pusės, nuostabus jausmas suvokti, kad gali keisti savo likimą, atsisakyti neigiamų mąstymo programų ir taip plėsti savo galimybių ribas. Iš kitos pusės, nuolat įveikdamas savo susikurtas proto ribas ir baimes, žmogus gali visiškai neatpažinti ir nepriimti jį lydinčio egzistencinio nerimo.

Jei psichoterapija nekreipia dėmesio į egzistencinį nerimą, o neurotinis nerimas ir yra viskas, ką reikia įveikti, tokią situaciją galėtume palyginti su voverė rate, kuri su kiekvienu pokyčiu persikelia ir sukasi vis didesniame galimybių rate (geresnis prisitaikymas nuolat besikeičiančiose aplinkybėse), tai ir siūloma kaip neurotinio nerimo įveikos būdas... Rezultatas toks, kad mes visada turėsime naujus pokyčius, situacijas, naują poreikį prisitaikyti ir... naujai pasireiškiantį neurotinį nerimą. Užburtas ratas.

Kas, jei ne neatpažintas žmogaus egzistencinis nerimas palaiko ir skatina nesibaigiančių asmenybės pokyčių ir galimybių idėją? Galiausiai neurotinis nerimas ir yra tas nepajėgumas priimti atsakomybę už savo egzistencinį nerimą.

Grįžkime prie teologijos ir sielovados. Ką šiuo atveju gali jie pasiūlyti? Pirmiausia turime suvokti, kad ir šios srities specialistai jokiais metodais bei būdais nepajėgūs panaikinti žmoguje kylančio egzistencinio nerimo, ir niekas šioje žemėje negali turėti ar įgyti visiško saugumo, užtikrintumo būsenos. Bet teologas ar sielovadininkas gali padėti žmogui atpažinti jo egzistencinį nerimą, būti nuoroda į būtines Šaltinį ir Tikslą ir per tai padėti juos priimti bei integruoti. Ir tai labai daug.

Teologas ir filosofas Tillichas kalba apie drąsą būti, kuri vienintelė pajėgi priimti / įimti egzistencinį nerimą. Ši drąsa kyla iš galios Būties, didesnės negu žmogaus ar jo pasaulio galia. Bet kokia drąsa būti turi atviras arba paslėptas religines šaknis. Žmogus jas gali neigti, jos gali būti giliai paslėptos arba iš dalies matytis. Pasitikėti savo egzistencija žmogus gali tik tuomet, kai liaujasi savo saugumą grįsti vien savimi ir užmezga asmeninį santykį su tuo, kuris teologijoje vadinamas Dievu, o filosofijoje – galutine Būtimi.

Tillichas primena teologams ir sielovadininkams, kad psichoterapijoje, kovojant su kaltės nerimu (pasak jo, tai viena iš trijų egzistencinio nerimo dalių), patraukli yra priėmimo idėja, nes negali savęs priimti, jei nesi priimtas per asmeninį santykį, bet jei jau esi priimtas asmeniškai, tolesnei brandai reikia save transcendentuojančios drąsos priimti ir kitokį susitikimą. Susitikimą su Kitu, nes santykis su Juo, Jo veiksmais, kurie yra atleidimas ir nuteisinimas, yra galutinis drąsos būti šaltinis. Niekas, kas yra mažiau už Jį, negali padėti įveikti radiokalių, begalinės nebūties grėsmės.

Tiek atliepiant plintantį nerimą, tiek kitus žmogui rūpimus klausimus, akivaizdu, koks svarbus, sakyčiau, būtinas, dialogas tarp teologijos ir psichologijos mokslų. ■



AEC PARCEL SERVICE

SIUNTINIAI Į VISĄ EUROPOS SAJUNGA

+ Ukraina, Rumunija
Moldova, Rusija



**Greičiausi
pristatymo terminai**



**Kiekviena dėžė nemokamai
apdrausta \$100**



 Siuntinių paėmimas iš namų

630-774-2136

Asmeninės siuntos
312-626-6661

Sekite savo siuntas:
AECPARCEL.COM

Centrinio ofiso adresas
8770 S. 78TH AVE. BRIDGEVIEW, IL 60455



Mes
persikėlėme



Siuntinių Priemimo Vietos

Mes
persikėlėme

AEC Parcel Service Centrinis

8770 S. 78th Ave. Bridgeview, IL 60455 ☎ 312-626-6661

Café Rūta

6551 South Cass Ave Westmont, IL 60559 ☎ 630-964-7882

Eurus Deli

22 W. 535 Butterfield Rd., Glen Ellyn, IL 60137 ☎ 630-793-9324

Royal Petal

188 E. Wend St. Lemont, IL 60439 ☎ 630-257-0339

Lithuanian Plaza (Morkunai)

9921 S. Roberts Rd., Palos Hills, IL 60465 ☎ 708-599-9866

Kalyna

338 S. Rohlwing Rd. Palatine, IL 60074 ☎ 847-776-7766

Continental USA

2207 W Chicago Ave, Chicago, IL 60622 ☎ 773-489-9770

Ina Stankeviciene (Seklycia)

2711 W. 71 St. Chicago, IL 60629 ☎ 773-476-5999

Excel Insurance Brokers

3049 Thatcher Ave. River Grove, IL 60171 ☎ 773-777-4700

Old Vilnius

2601 75th St, Darien, IL 60561 ☎ 630-324-6811

Biovita Natural Inc. (Garden Fresh)

955 W. 75th Street Naperville, IL 60621 ☎ 630-730-7740

Kalinka

400 W. Dundee rd. Unit 1 Buffalo Grove, IL 60089 ☎ 847-793-1000

Apollonia Pa Inc

2234 S. Goebbert Rd. #417 Arlington Heights, IL 60005 ☎ 312-525-1505

CLM (Chicago Lituaninistine mokykla)

5620 S. Claremont Ave. Chicago, IL 60363 ☎ 630-613-0343

Alan Global Inc.

9272 Dee Rd. Des Plaines, IL 60016 ☎ 773-410-1966

Send Pack LLC

3945 W. Devon Ave, Chicago, IL 60659 ☎ 262-220-8585

Apie Venesuelon pasitraukusių lietuvių likimus

Ana Aušrelė Baronas de Zavadzkas prieš ketverius metus kartu su vyru, sūnumi Ricardo ir broliu Antonio repatriavusi iš Venesuelos į Lietuvą, pasidalijo savo šeimos istorija, kuri atspindi daugelio lietuvių, po Antrojo pasaulinio karo pasitraukusių į Venesuelą, likimus. Tai istorija, liudijanti šeimų dvigubos migracijos patirtis, kurias skiria 73 metai, istorinių, politinių ir ekonominių sąlygų pasikeitimas, įvairūs atradimai bei praradimai. Pokalbis su Venesuelos lietuvių Ana Aušrele Baronas de Zavadzkas devintojo diasporos tyrėjų seminaro metu L. ir F. Mockūnų erdvėje, Vilniuje, pratęsė pokalbių VDU Pasaulio lietuvių universitete ciklą.

Renginyje taip pat buvo eksponuojama Venesuelos fotografijų paroda „Venesuelos aukso amžius lietuvių akimis“, kurią sudaro Venesuelos lietuvių fotografo Gedimino Orento darbai, daryti 6–7 dešimtmetyje, ir panašiu laikotarpiu užfiksuotos Venesuelos lietuvių bendruomenės gyvenimo akimirkos iš Antonio Barono asmeninio archyvo.

– **Ana, ar galėtumėte papasakoti apie savo šeimos kelią iki Venesuelos?**

– Mano šeima bėgo iš Lietuvos dėl politinių priežasčių. Senelis buvo šaulys ir partizanas, tad jam ir jo šeimai grėsė deportacija į Sibirą. Vieną dieną, dirbdamas prie geležinkelio stoties, jis gavo perspėjimą, kad greitai turėtų bėgti namo ir pasiimti šeimą, nes jį ruošiasi išvežti. Grįžęs namo, jis sugebėjo susirinkti tik svarbiausius dokumentus ir skubiai pabėgo pėsčiomis kartu su žmona ir penkais vaikais. Jie bėgo naktimis, vengdami suėmimo, kol galiausiai pasiekė Vokietiją.

– **Kiek laiko jūsų šeima praleido Vokietijoje? Koks buvo jų gyvenimas ten?**

– Vokietijoje mano šeima praleido ketverius metus. Ten jie gyveno ir mokėsi, nors vis dar turėjo vilties sugrįžti į Lietuvą. Tačiau situacija Lietuvoje negerėjo, tad teko ieškoti kitų galimybių. Venesuela tuo metu kvietė žmones atvykti ir apsigyventi, nes tai buvo didelė šalis, turinti mažai gyventojų. Tada apie 1300 lietuvių

per dvejus metus persikėlė į Venesuelą. Visi manė, kad tai bus laikina, kad pagyvens čia porą mėnesių ar metus ir grįš, sužinoję, ką reiškia gyventi tropikuose. Į JAV mano senelio penkių vaikų šeima dėl kvotų negalėjo įvažiuoti, be to, mano tėvelis turėjo problemų dėl plaučių, tad nenorėjo eiti dirbti į kasyklas, nors jam ir siūlė. Taigi buvo pasirinkta Venesuela.

– **Kaip juos sutiko nauja šalis? Kokie buvo pirmieji lietuvių žingsniai kitapus Atlanto?**

– Į šalį lietuviai atplaukdavo laivu, o paskui juos nuveždavo į Karabobo (Carabobo) rajoną, kurima, panašiai kaip Lietuvoje Rukloje, buvo priimami pabėgėliai. Ten jiems padėjo gauti dokumentus, darbus pagal profesiją ir namus. Dauguma pasirinko gyventi Valensijoje. Mano šeima taip pat apsigyveno Valensijoje. Kiekvienas turėjo savo namus ir galėjo mokytis. Mano dėdė pradėjo studijuoti inžineriją, mama ir jos vyriausia sesuo mokėsi Raudonojo kryžiaus seselių mokykloje, kurią baigė per ketverius metus. Senelis gavo darbą Marakajaus (Maracay) mieste ir daugiausia dirbo ten.

– **Kokios buvo jūsų šeimos gyvenimo sąlygos Venesueloje? Kaip jūsų šeima integravosi į vietinę bendruomenę?**

– Mūsų šeima persikėlė į Karakasą, kur buvo mūsų namai ir lietuvių centras. Aplink mus apsigyveno daugybė lietuvių, todėl bendruomenė buvo labai aktyvi. Vyko kalėdėjimai, Kūčios, vaikai buvo ruošiami Pirmajai Komunijai. Mūsų namai tapo lietuvių bendruomenės centru, kur visi susirinkdavo. Vėliau mes persikėlėme į kitą vietą, baigėme gimnaziją ir vėl sugrįžome į Karakasą mokytis universitete. Ten įkūrėme šokių grupę, rengėme įvairias stovyklas ir minėjimus.

– **Kaip lietuvių bendruomenė Venesueloje šventė savo svarbiausias šventes?**

– Kiekvieno mėnesio pirmą sekmadienį vykdavo mišios. Sausį šventėme Trijų karalių šventę, vasarį Vasario 16-ąją, kovo mėnesį šventėme Šv. Kazimiero dieną, balandžio mėnesį dažniausiai šventėme Velykas,



Ana Aušrelė Baronas de Zavadzkas (dešinėje).



Pirmoje eilėje nuo vidurio į dešinę – V.A. Dambrava, Jūratė Statkutė de Rosales, Antonio Baronas.

gegužę – Motinos dieną, birželį – Tėvo dieną ir taip toliau. Kiekvieną mėnesį bendruomenė rengė šventes. Kalėdėjimai buvo ypatingi – atvažiuodavo kunigas, giedodavome Kūčių giesmes, kiekviena šeima pasiruošdavo, priimdavo svečius, visi gyvenome arti vienas kito ir nuolat bendravome.

– **Kada ir kaip buvo įkurta pirmoji oficiali lietuvių bendruomenė Venesueloje?**

– Pirmoji oficiali lietuvių bendruomenė Venesueloje buvo įkurta 1949 m., kai susirinko 25 atstovai iš įvairių miestų. Tai buvo labai svarbus žingsnis, nes nuo to laiko bendruomenė tapo organizuota ir pradėjo aktyviai veikti. Šiuo metu už bendruomenės veiklą atsakingas Vytenis Folkmanas, kuris gyvena Valensijoje. Jis bando išlaikyti lietuvių, nors dauguma lietuvių jau išvykę iš Venesuelos.

– **Kokie buvo pagrindiniai sunkumai, su kuriais susidūrė lietuviai Venesueloje?**

– Pagrindiniai sunkumai buvo kalbos barjeras ir integracija į vietinę visuomenę. Iš pradžių buvo sunku, nes dauguma lietuvių nemokėjo ispanų kalbos. Tačiau vietiniai mus priėmė gerai, padėjo susirasti darbus, vertėjavo. Valdžia siūlė priimti daugiau pabėgėlių šeimų, tačiau lietuviai negalėjo atsivežti pilnų šeimų, kaip portugalai ar italai. Po kelių mėnesių dauguma jau turėjo darbus ir namus. Pirmaisiais metais buvo juntamas kalbos barjeras, tačiau vėliau visi sugebėjo adaptuotis.

– **Kaip pasikeitė situacija Venesueloje po 1998 m., kai prezidentu buvo išrinktas Hugo Chavezas?**

– Po Chavezas išrinkimo prasidėjo problemos: buvo keičiama konstitucija, ardomas kongresas, sustabdytos įmonės. Dėl to pradėjo trūkti būtiniausių produktų – cukraus, kavos, kukurūzų. Chavezas nacionalizavo daug įmonių, vėliau jos bankrutavo. Dėl to daugelis žmonių pradėjo bėgti iš šalies. Manoma, kad iš Venesuelos pabėgo apie 10 milijonų žmonių. Dauguma išvyko į Kolumbiją dėl artumo ir kalbos panašumo. Kitos valstybės pradėjo riboti pabėgėlių srautą, nes nebegalėjo priimti tiek daug žmonių ir suteikti jiems reikiamų paslaugų.



Renginio dalyviai

– Kokios yra dabartinės gyvenimo sąlygos Venesueloje? Kokių sunkumų tenka patirti?

– Dabartinės gyvenimo sąlygos Venesueloje yra labai sunkios. Dažnai trūksta elektros, vandens, nėra interneto. Kai nėra elektros, šaldytuve nieko nelieka, nes viskas sugenda. Be elektros negalime naudotis kondicionieriais, todėl labai karšta. Be interneto sunku palaikyti ryšius su artimaisiais ir pasauliu. Dujų balionų taip pat trūksta, reikia užsirašyti iš anksto ir laukti, kol juos atveš.

– Kaip Venesueloje lietuviai išlaikė savo tapatybę ir kalbą? Ar buvo daug nutautėjusių?

– Mūsų kartoje labai mažai. Kad galėtume baigti universitetą, gauti diplomą, reikėjo priimti Venesuelos pilietybę. Bet Venesueloje galima turėti kelias pilietybes, juolab kad mes ten gimėme ir problemų dėl pilietybės neturėjome.

Lietuviai Venesueloje labai stengėsi išlaikyti savo tapatybę ir kalbą. Dauguma lankė susirinkimus, dalyvavo veiklose, šventė lietuviškas šventes. Norint baigti universitetą ir rasti darbą reikėjo mokytis ispanų kalbos, tačiau lietuvių kalbą dauguma šeimų išsaugojo. Vis dėlto jaunesnė karta labiau nutautėjo, nes daugiau bendraudaavo su vietiniais.

– Ar vis dar palaikote ryšius su lietuviais Venesueloje?

– Taip, vis dar palaikome ryšius su lietuviais, nors mūsų liko labai nedaug. Bendruomenė sumažėjo, nes dauguma lietuvių persikėlė į Lietuvą ar kitas šalis. Nuo 2020 m. iki praėjusių metų apie 200 šeimų atvyko į Lietuvą. Mes stengiamės išlaikyti lietuviybę ir padėti vieni kitiems. Pirmą kartą susirinkome 1948 m., o dauguma atvyko 1947 m.



Venesuelos lietuviai

– Kaip adaptavotės Lietuvoje? Ar buvo sunku prisitaikyti prie naujų gyvenimo sąlygų?

– Atvykus į Lietuvą buvo sunku, nes nemokėjome kalbos ir nežinojome, kas yra sniegas. Pirmą kartą pamatėme sniegą ir reikėjo priprasti prie šaltų žiemų. Tačiau Lietuvos valdžia mums labai padėjo – parūpino drabužių, organizavo kalbos kursus, padėjo susirasti darbus. Dabar visi dirba, mokosi kalbą ir stengiasi integruotis. Pirmaisiais metais buvo sunku, bet su laiku prisitaikėme.

– Ką manote apie dabartinę situaciją Venesueloje ir jos ateitį?

– Dabartinė situacija Venesueloje yra labai sudėtinga. Ekonominė krizė, politinis nestabilumas ir socialinės problemos labai apsunkina gyvenimą. Ateitis atrodo

neaiški, nes valdžia negali užtikrinti stabilumo ir gerovės savo piliečiams. Daugelis žmonių bėga iš šalies, ieškodami geresnio gyvenimo kitur. Manau, kad situacija pagerės tik tada, kai bus įgyvendinti esminiai politiniai ir ekonominiai pokyčiai.

– Ačiū, Ana, už jūsų pasakojimą ir bendrystės su lietuviais Venesueloje palaikymą.

– Ačiū jums už galimybę pasidalinti savo istorija. Man labai svarbu, kad lietuvių bendruomenės istorija Venesueloje būtų išgirta ir prisiminta.

Straipsnį parengė VDU Pasaulio lietuvių universiteto komanda

Anos Aušrelės Baronas de Zavadzkas asmeninio archyvo ir renginio organizatorių nuotraukos. ■

U S T S
UNITED STATES
TAX SERVICES

**FIZINIŲ ASMENŲ
IR VERSLO
MOKESČIŲ
DEKLARACIJŲ
PARENGIMAS**

MŪSŲ PASLAUGOS

- ✓ Naujų Įmonių Steigimas ITIN Fiziniam Asmeniui
- ✓ Dirbame Internetu ir Visose Valstijose
- ✓ Kalbame Anglų, Lietuvių, Rusų ir Ukrainiečių Kalbomis.

www.unitedstatestaxservices.us
contact@unitedstatestaxservices.us

Phone: (800) 913-0809
SMS : (224) 676-3577

Mūsų Adresas:
800 E Northwest Hwy, Ste 1090
Palatine, IL 60074

MES JŪSŲ PATIKIMAS PARTNERIS !

U S T S
UNITED STATES
TAX SERVICES

MES KALBAME
Anglų, Lietuvių, Rusų,
Ukrainiečių Kalbomis

MŪSŲ PASLAUGOS:

- ✓ MOKESČIAI FIZINIAMS ASMENIMS IR VERSLUI:
- ✓ UŽTIKRINAMAS DIDŽIAUSIAS GALIMAS SUGRAŽINIMAS
- ✓ S-C-LLC-KORPORACIJŲ ATIDARYMAS, TAIP PAT IR BE SSN
- ✓ ITIN GAVIMAS FIZINIAMS ASMENIMS
- ✓ MOKESČIO ID GAVIMAS VERSLUI
- ✓ ATLYGINIMO (PAYROLL) IR PREKIŲ PARDUOTUVIŲ MOKESČIŲ KAUPIMAS IR APSKAITA

DIRBAME INTERNETU IR VISOSE VALSTIJOSE

Skambinkite
(800) 913-0809

www.unitedstatestaxservices.us
contact@unitedstatestaxservices.us

SMS Žinutės
(224) 676-3577

Mūsų Adresas: 800 E Northwest Hwy, Ste 1090,
Palatine, IL 60074



2023 m. Metų žodžio ir Metų posakio rinkimų aptarimas Lietuvių kalbos institute. Karinos Kropaitės nuotr.

Balsavimo sąrašai ir į sąrašus netelpanti kūryba

Metų žodžio ir Metų posakio rinkimai

Nuo 2017 m. Lietuvių kalbos draugija (LKD), Lietuvių kalbos institutas (LKI) ir portalas „Alfa.lt“ (iki 2019 m. – „Lietuvos žinių“ dienraštis ir portalas) rengia Metų žodžio ir Metų posakio rinkimus. Kaip rašoma nuostatuose, šių rinkimų tikslas – skatinti visuomenę domėtis dabartinėje viešojoje lietuvių kalbos vartosenoje vykstančiais reiškiniais. Renkamas žodis ir posakis turi atspindėti tų metų visuomenės nuotaikas ir gyvenimo aktualijas, taikliausiai įvardyti naujus, konkrečiam metui būdingus reiškinius.

TRUMPAI APIE RINKIMŲ TAISYKLES

Žodžius ir posakius visus metus siūlo visuomenė ir komisijos nariai. Siūlymai siunčiami elektroniniu paštu metuzodis@gmail.com arba teikiami pildant apklausos formą Metų žodžio feisbuko paskyroje.

Apibendrinusi sukauptus žodžių ir posakių sąrašus, komisija sudaro balsavimo dešimtukus. Sausio 20 d. portale „Alfa.lt“ pradamas internetinis balsavimas. Kad balsuotojams būtų lengviau apsispręsti, komisijos nariai portale kasdien pristato po žodį ar posakį iš balsavimo dešimtukų, supažindina su kitose šalyse rengiamų panašių rinkimų rezultatais. Kol vyksta internetinis balsavimas, savo žodį ir posakį taip pat renka komisijos nariai. Visuomeninėje komisijoje dirba dr. Agnė Aleksaitė, Virginijus Gasiliūnas, Laimantas Jonušys, Ovidijus Lukošius, Vilmantas Pupkis, akad. prof. habil. dr. Bonifacas Stundžia, Rita Urnėžiūtė, prof. habil. dr. Kazimieras Župerka. Ir visuomenės, ir komisijos balsavimo rezultatai skelbiami vasario 21 d., Tarptautinė gimtosios kalbos diena.

RINKIMŲ NUGALĖTOJAI – KAS JIE?

Organizatoriams kasmet pasiūloma po keliasdešimt žodžių ir posakių. Komisijai tenka nemažai padirbėti, kol sudaromi ryškiausių, konkrečių metų gyvenimą geriausiai atspindinčių žodžių ir posakių sąrašai. Kartais siūlymų būna tiek daug, kad prašyte prašosi

sugalvojama nauja nominacija. Taip nutiko susidūrus su pirmųjų koronaviruso pandemijos metų naujadarų gausa. LKI kaupiamą Naujažodžių duomenyną (LKND) per 2020 m. papildė keliasdešimt su pandemija susijusių naujažodžių, vadinamųjų koronologizmų. Tad Metų žodžio rinkimų komisija nutarė rinkti ne tik 2020-ųjų Metų žodį ir Metų posakį, bet ir Metų naujadarą. Juo tapo iškištanosis, -ė „kas nešioja kaukę, nepridengdamas, -a ja nosies“.

Žvelgiant į septynerių rinkimų rezultatus matyti, kas kiekvienais metais Lietuvos žmonėms buvo svarbiausia, kokios temos ir problemos sulaukė didžiausio atgarsio.

VISUOMENĖS IŠRINKTAS METŲ ŽODIS

2023 m. Radarom! – radarų Ukrainai pirkimo akcija

2022 m. klaikotarpis, „klaikus metas“

2021 m. išcvirkinimas „Petro Cvirkos paminklo pašalinimas iš Vilniaus skvero“

2020 m. melagiena „melaginga naujiena“ – 2020 m.



LKI direktorė dr. Albina Auksoriūtė apdovanoja žodžio NATOstogos autorę Agnę Poderytę. Karinos Kropaitės nuotr.

gyvenimo aktualija

2019 m. gaisras – dažna 2019 m. stichinė nelaimė Lietuvoje ir pasaulyje

2018 m. veryganas, -ė „kas aktyviai palaikė alkoholio ribojimus ir apskritai visą tuometinio sveikatos ministro politiką“

2017 m. švaistuomenė „švaistyti linkusi visuomenė“ – žodis, pavartotas telekomunikacijų bendrovės reklamoje

KOMISIJOS IŠRINKTAS METŲ ŽODIS

2023 m. Radarom! – radarų Ukrainai pirkimo akcija

2022 m. karas – Rusijos pradėtas karas Ukrainoje

2021 m. skiepai / skiepas 1. „preparatas, skirtas imunitetui sudaryti“; 2. „to preparato dozė“

2020 m. kaukė – 2020 m. gyvenimo aktualija

2019 m. trinkelizacija „viešųjų erdvių klojimas trinkelėmis“

2018 m. šimtmetis 2018 m. minėtas Lietuvos valstybės atkūrimo 100-metis

2017 m. nuošliauža 1. „žemių masė, atitrūkusi nuo šlaito ir nuslinkusi žemyn“; 2. „šiek tiek kvaištelėjęs, nenuovokus žmogus“ – Gedimino kalno tvarkymo aktualijos

INTERNAUTŲ IŠRINKTAS METŲ POSAKIS

2023 m. Kiekvienam savas Atlantas (Aurimas Valujavičius apie atkaklumą siekiant tikslo)

2022 m. Pasiųsti laivo kryptimi / paskui laivą (iš posakio Русский военный корабль, иди на*** atsiradusi eufemistiška frazė)

2021 m. Ėjo vaikučiai į mokyklėlę: Teams Teams Teams, Zoom Zoom Zoom į mokyklėlėlę! (apie nuotolinį ugdymą)

2020 m. Knygnešių tautos nesustabdysi! (Panevėžio miesto meras apie žmonių pastangas pergudrauti karantino ribojimus)

2019 m. Mes dzūkai – ne paspirtukai! (Alytaus miesto meras apie centrinės valdžios ir alytiškių laikyseną didžiojo Alytaus gaisro dienomis)

2018 m. Viešpatie, te Lietuva būna vilties švyturiu! (popiežiaus Pranciškaus linkėjimas Lietuvai)

2017 m. Laikaisi kaip Gedimino kalnas! (dviejų Alytaus bibliotekininkių reakcija į Gedimino kalno būklę)

KOMISIJOS IŠRINKTAS METŲ POSAKIS

2023 m. Kiekvienam savas Atlantas

2022 m. Слава Україні! / Šlovė Ukrainai! (2022 m. višutinai paplitęs šūkis)

2021 m. Dėl ko šiandien riesimės? (Gintaras Grajauskas apie visuomenės susipriešinimą)

2020 m. Knygnešių tautos nesustabdysi!

2019 m. Mes dzūkai – ne paspirtukai!

2018 m. Vaikų teises iškviesiu! (reakcija į 2018 m. vykusias diskusijas dėl vaikų teisių)

2017 m. Laikaisi kaip Gedimino kalnas!

APIE ILGUOSIUS SIŪLYMŲ SĄRAŠUS

Kaip jau minėta, žodžius ir posakius rinkimų organizatoriams gali siūlyti visi. Siūlomus žodžius turinio ir reikšmės požiūriu galima padalyti į dvi grupes: 1) žodžiai, atspindintys bendrąsias gyvenimo aktualijas, daugiau ar mažiau paplitę vartosenoje, suprantami įvairioms visuomenės grupėms ir jų atpažįstami; 2) žodžiai, rodantys siekį emocingai įvardyti kokį nors dalyką, perteikiantys asmeninį, dažniausiai spontanišką

Paskelbta „Kurk Lietuvai“ programos dalyvių atranka!

Programa „Kurk Lietuvai“ yra profesinio tobulinimo ir gerosios užsienio praktikos pritaikymo programa viešajame sektoriuje, kuri suteikia galimybę tarptautinės patirties turintiems profesionalams savo žiniomis ir idėjomis prisidėti prie strateginių Vyriausybės projektų ir modernios Lietuvos ateities kūrimo.

Per metus yra įgyvendinami 2 projektai, 1 projekto trukmė – 6 mėnesiai.

Plačiau: <https://kurklit.lt/noriu-dalyvauti>



Kurk
Lietuvai

Tapk ateities
Lietuvos bendrininku!

LITHUANIAN
WORLD CENTER
PASAULIO LIETUVIŲ CENTRAS



KINAS ANT PIEVELĖS

LIETUVIŠKI FILMAI
SU ANGLŲ K. SUBTITRAIS

NEMOKAMAI

Birželio 21 d.
Liepos 26 d.
Rugpjūčio 9 d.


Griebkite draugus ir šeimos narius,
pledą ar kėdes ir
susitinkame ant PLC pievelės!

VEIKS BARAS!
Turėsime firminių PLC
čeburėkų ir keptos duonos!



REKLAMA

MOKOMĖS DRAUGE!



PRASIDĖJO REGISTRACIJA 2024–2025 MOKSLO METAMS

E-Mokyklos tikslas – sukurti saugią nuotolinę erdvę, kur JAV lietuviai galėtų mokytis lietuviškai bei kurti ir išreikšti save per įvairaus pobūdžio edukacines pamokas, susipažinti, susirasti draugų įvairiose valstijose, bendrauti lietuviškai ir stiprinti lietuviybės jausmą. Tai galimybė įsileisti lietuvišką žodį į mūsų namus ir mūsų vaikų širdis.

Internetiniai E-Mokyklos langai plačiai atverti visiems norintiems išmokyti lietuvių kalbą ir ją išlaikyti, išsaugoti tautinį tapatumą, ugdyti pilietiškumą, susipažinti su Lietuvos istorija ir kultūra.
Plačiau apie mokyklą: <https://svietimotaryba.org/e-mokykla/>




KVIEČIAME REGISTRUOTIS
<https://forms.office.com/r/PieGEJmJD>

MOKINKIS LIETUVIŲ KALBĄ NAMUOSE

- Jei artimiausioje aplinkoje nėra lituanistinės mokyklos ar ji yra per toli
- Jei savaitgalis yra netinkama diena dėl sporto ar kitos užklausinės veiklos
- Jei norite pasirinkti patogų laiką ir dieną
- Jei mėgstate inovacijas ir pokyčius
- Jei norite bendradarbiavimo ir pažinčių su JAV valstijose gyvenančiais bendraamžiais lietuviais
- Jei norite, kad mokytų mokytojai, rekomenduoti JAV lituanistinių mokyklų vadovų

Jei iškilto daugiau klausimų,
rašykite Kristinai Vyšniauskienei:
kvysniauskiene@svietimotaryba.org

JAV LB Švietimo Tarybos
E-MOKYKLA



BALZEKO LIETUVIŲ KULTŪROS MUZIEJUS

KNYGŲ MUGĖ



Balzeko muziejus rengia naudotų knygų mugę! Spausdintos Lietuvoje, Jungtinėse Amerikos Valstijose, Vokietijoje ir kitose šalyse šios knygos gali papildyti jūsų namų ar mokyklos biblioteką.

Knygos, daugiausia lietuvių kalba, apie Lietuvos istoriją, kultūrą, švietimą, religiją, lietuvių kalbą ir literatūrą, geografiją, muziką, meną, grožinę literatūrą ir užsienio autorių vertimai, albumai.

Taip pat bus galima įsigyti Lietuvių enciklopediją bei „Encyclopedia Lituanica“ išleistas Bostone, Broniaus Kviklio parengtas „Mūsų Lietuva“ bei „Lietuvos bažnyčios“.

BALZEKO LIETUVIŲ KULTŪROS MUZIEJUS
6500 S. Pulaski Rd., Chicago IL 60629
Mon. - Sat. 10AM - 4PM, Sun. 12 - 4PM
<https://balzekasmuseum.org>
Pajamos gautos iš knygų pardavimo, bus skirtos muziejaus bibliotekai naujoms knygoms pirkti.



„Čikagos Aidas“ №25 [1386] 07.12.2024 – 07.18.2024

27

įvykio ar reiškinio vertinimą. Susiklosčius palankioms aplinkybėms, antrosios grupės žodžiai gali išplisti ne vien jų autoriams artimoje aplinkoje, bet ir didesnėje kalbinėje bendruomenėje.

Siūlomus posakius sąlygiškai galima skirstyti į tokias grupes: 1) viešumai skirti viešų asmenų posakiai, įgavę apibendrinamąją, kalbinei bendruomenei svarbią reikšmę; 2) tokią pat apibendrinamąją reikšmę įgavę neviešų asmenų posakiai, iš privačios vartosenos patekę į viešąją; 3) perdirbti, prie gyvenamojo meto aktualijų pritaikyti kalbinei bendruomenei pažįstamos kultūrinės aplinkos (tautosakos, literatūros, populiariosios kultūros ir kt.) elementai.

SIŪLYMŲ SĄRAŠUOSE – AKTUALIZUOTI AR NAUJŲ REIŠKMIŲ ĮGAVĘ ŽODŽIAI

Bendrąsias gyvenimo aktualijas pavadinančius žodžius į Metų žodžio rinkimų sąrašus paprastai pastūmėja kokie nors svarbūs įvykiai, visą kalbinę bendruomenę jaudinantys reiškiniai. Tokių žodžių pavyzdžiai galėtų būti kalnas „Gedimino kalnas“ (2017), šimtmetis – Lietuvos valstybės atkūrimo 100-metis (2018), mokytojai – mokytojų streikas (2018), kirtimas – nesutarimai dėl kertamų miškų (2018), gaisras – dažna 2019-ųjų stichinė nelaimė Lietuvoje ir pasaulyje (2019), gerovė – Gitano Nausėdos rinkimų kampanijos išpopuliarintas žodis (2019), kaukė „veido apsaugos priemonė“ (2020), protrūkis „didelis ligos atvejų pagausėjimas“ (2020), skiepai „preparatas, skirtas imunitetui sudaryti“ (2021), karas – Rusijos pradėtas karas Ukrainoje (2022), čekiuokas „savivaldos politikų išlaidas pateisnantis kasos čekis“ (2023).

Atskira grupelė – kalbinei bendruomenei seniai pažįstami, bet naujų reikšmių įgavę žodžiai: nuošliauža 1. „žemių masė, atitrūkusiu nuo šlaito ir nuslinkusi žemyn“ (LKŽe), 2. juok. „šiek tiek kvaištelėjęs, nenuovokus žmogus“ (2017); nuotolinis „veikiantis ar atliekamas per atstumą“ (2020) (pastebėtas šio būdvardžio polinkis daiktavardėti: „Mano vaikui nuotolinis patinka“; „Nebijom mes to nuotolinio“; „Nieko gero jie per tą nuotolinį neišmoks“; „Kas nori mokytis, tas ir moko si, joks nuotolinis netrukdo“, ir kalbos vartotojų polinkis kurtis perdirbinį: juok. nuo(s)tolinis mokymas(is), nuo(s)tolinis gyvenimas); skiepas 2. „preparato, skirto imunitetui sudaryti, dozė“ (2021) (savita reikšmė imta vartoti vienaskaitos forma); čekistas „čekiukų skandalo dalyvis; politikas, nesąžiningai rinkęs čekiukus patirtoms išlaidoms kompensuoti“ (2023) (plg. čekistai

„Rusijos ypatingosios komisijos kovai su kontrrevoliucija ir sabotažu, arba Čeka, Sovietų Rusijos pirmosios politinės policijos (1917–1922), darbuotojai. Kartais čekistais vadinami ir vėlesnių SSRS saugumo institucijų darbuotojai“, eVLE).

SIŪLYMŲ SĄRAŠUOSE – NAUJADARAI

Rinkimų organizatoriams žmonės pasiūlo savo sukurtų ar vartosenoje pastebėtų naujadarų. Tarp jų nemaža kontaminacinių darinių, ypač su dėmenimis – matas ir – busas: maistomatas „internetinės maisto produktų prekybos terminalas“ (2018), knygomatas „knygų išdavimo automatas“ (2019), kaukomatas „automatas, iš kurio galima nusipirkti apsauginę medicininę kaukę koronaviruso pandemijos metu“ (2020), skiepo busas „autobusas, kuriame skiepijama nuo COVID-19“ (2021), pasobusas „autobusas, kuriame galima atsiimti galimybių pasą, įrodantį pasiskiepijimo nuo koronaviruso arba persirgimo COVID-19 faktą“ (2021). (Apie kontaminaciją – lietuvių kalboje populiarėjantį žodžių darybos būdą, kai naujas žodis atsiranda susimaišius dviem ar keliems žodžiams, plačiau žr. Murmulaitytė 2019: 116–118).

Iš įdomesnių kontaminacinių darinių prisimintini melagiena (melagienos), „melaginga naujiena“ (angl. fake news) (2017, 2020), biurozauras „keletą dešimtmečių įstaigai, dažniausiai valstybinei, vadovaujantis asmuo“ (2017), Vilnecija „Vilnius po 2017 m. birželio liūtis“ (2017), knygantinas „knygų skaitymas per karantiną“ (2020), profansionalas „profanas, kuris įsivaizduoja esąs profesionalas“ (2018), Tiltanikas „nūvirtęs, pasviręs ir pusiau į orą iškilęs Alfonso Meškino (Kleboniškių) tiltas, primenantis skęstantį Titaniką“ (2023), NATOstogos „atostogos [Kaune] per NATO viršūnių susitikimą Vilniuje“ (2023).

Iš dūrinių bene populiariausi – su dėmeniu – nešys, –ė: užkandnešys, –ė „kas nešiojasi į mokyklą Sveikatos apsaugos ministerijos nerekomenduojamus užkandžius“ (2018), kauknešys, –ė „kas veža kaukes į Lietuvą iš Kinijos, nepaisydamas ten galiojančio draudimo jas eksportuoti (kad pakaktų vidaus rinkai)“ (2020), kovidnešys, –ė „COVID-19 ligos platintojas, nepaisantis karantino reikalavimų“ (2020), virusnešys, –ė „viruso platintojas, nepaisantis karantino reikalavimų“ (2020), vaistanešys, –ė „kas gabena į Lietuvą vaistus, kuriais čia prekiauti neleidžiama“ (2020). Bendras jų visų reikšmės dėmuo – „nešti, nešioti, platinti tai, kas neleidžiama“, turintis akivaizdžių sąsajų su žodžiu knygnešys, –ė „Lietuvoje spaudos draudimo metu (1864–1904 m.) užsienyje spausdintų knygų gabentojas per sieną ir jų platintojas“ (BŽ). Daugiausia tokių dūrinių sukurta ir pasiūlyta pandemijos metais, kai siekiant saugoti žmonių sveikatą atsirado įvairių ribojimų ir suvaržymų.

Tarp aptariamų naujadarų – priesagų vedinių – nemažą grupę sudaro asmenų pavadinimai su priesaga –ininkas, –ė, kuriais vadinami kokių nors idėjų, projektų ar pažiūrų šalininkai: vytininkas, –ė, bunkerininkas, –ė, kalvelininkas, –ė „Lukiškių aikštės memorialo projektų šalininkai“ (2017), vamzdininkas, –ė „menotyrininkai ir menininkai, kurių pažiūros artimos „Krantinės arkos“, arba Vamzdžio, kūrėjų pažiūroms“ (2017), pasmerktukininkas, –ė „kas neatsargiai važinėja elektriniais paspirtukais ir pasmerkia save ar (ir) praeivius traumoms“ (2023).

Atskiriems visuomenės sluoksniams ar grupėms įvardyti pasidaryta vedinių su priesaga –uomenė:



2023 m. rinkimų suvenyrai. Karinos Kropaitės nuotr.

švaistuomenė „ką nors švaistanti bendruomenė“ (2017), bosuomenė „vadinamųjų bosų bendruomenė“ (2017).

Pasitelkus dažną Lietuvos vietovardžių priesagą –iškės susikurta vedinių, apibūdinančių tam tikrų vietovių aplinkotvarkos problemas: Šiuokšliniškės iron. „apsiuokšlintas gyvenamasis rajonas (turimos galvoje Vilniaus Viršuliškės)“ (2018), Betoniškės iron. „išbetonuota buvusi Zapyškio Šv. Jono Krikštytojo bažnyčios žaliųjų aplinka“ (2019) (semantiškai artimas tų pačių metų rinkimuose nugalėjusiam žodžiui trinkelizacija; plg. dar Kęstučio komentarą Betoniškės ir Trinkeliškės prie jrašo apie Betoniškes Metų žodžio feisbuko paskyroje).

Metų žodžių siūlytojai ne kartą yra teikę renginių, švenčių pavadinimų su priesagomis –inės, –ynės: Šmėklinės „Visų šventųjų išvakarėse (spalio 31 d.) švenčiama šventė“ (2017), Vanaginės „partizano Adolfo Ramanausko-Vanago perlaidojimas ir pagerbimas“ (2018), Kaukynės „mitologizuotas renginys, siejantis mitinį lietuvių personažą kauką su apsauginių kaukių nešiojimu per koronaviruso pandemiją“ (2020).

2018 m. sukurtas naujadaras Vanaginės komentuo-tas taip: „Greta Vaižgantinių, jau užfiksuotų naujažodžių duomenyne, prasmingas ir reikalingas naujadaras; gyvuos, jei susiklostys tradicija kurią nors dieną pagerbti partizanus apskritai / Vanagą konkrečiai; tuo-lab vanagai – vienas iš partizanų sinonimų“ (komentarą parašė Virginijus).

Plačiau aptartinas Kaukynėmis pavadintas renginys. Kaukynės – tai 2020 m. rugpjūčio pabaigoje vykusio šiuolaikinės baltų kultūros festivalio pavadinimas. Festivalio rengėjai šaknį kauk- susiejo su trimis žodžiais: daiktavardžiais kaukė, kaukas ir veiksmažodžiu kaukti. Šios sąsajos atsispindėjo renginio programoje. Joje nurodyta renginio tema: kaukai ir kaukės, sutartinių vakaras pavadintas Kaukime vilkais, o vaikų žaidimams skirta vieta – Kaukių šėlionėmis.

Dar viena didoka siūlytų naujadarų grupė – įvairius daiktus ar priemones pavadinantys priesagos –ukas vediniai: banguotukas „greičio mažinimo kalnelis“ (vad. „gulintis policininkas“) (2017), patiktukas „jaustukas, vaizduojantis aukštyn iškeltą nykštį, socialiniame tinkle vartojamas patinkančiam objektui pažymėti“ (angl. like) (2017), primintukas „sutartinis ženklas, primenantis, ką reikia daryti“ (raštelis ant veidrodžio, žadintuvo melodija ar pan.) (2017), vardinukas „žaislas ar vaikui skirtas daiktas su užrašytu to vaiko vardu“ (2017). Vis dėlto ne vienam iš šių įdomių naujadarų nebuvo lemta patekti į balsavimo dešimtukus, nes ne visi atitiko svarbiausią Metų žodžio rinkimų reikalavimą: „Metų žodis – metų ženklas.“

Straipsnio tęsinys – kitame laikraščio numeryje.

Rita Urnėžūtė, Lietuvių kalbos draugija ■



Portale „Alfa.lt“ skelbiami 2020 m. Metų žodžio ir Metų posakio rinkimų rezultatai.

Tarptautinio projekto nugalėtoja

2024 M.
TARO
PROGNOZĖ

PRIPAŽINTA
GERIAUSIA
MAGĖ

SĖKMĖS
ATEINANTIEMS
METAMS
APEIGOS



Ji žino, kas jūsų laukia 2024 metais

ALLAYA RUSALINA

"Aš nieko nežadu, aš apsiimu tik to, ką esu pajėgi padaryti!"

100%
GARANTUJA

BET KOKIOMS MANO
ATLIEKAMOMS APEIGOMS

PIRMAS PRIĖMIMAS
NEMOKAMAS

Asmeninis priėmimas Niujorke, Majamyje
Tūkstančiai dėkingų klientų visame pasaulyje

+1 718-844-2835

f Allaya Rusalina Ekstrasensas
@allaiya_rusalina_mag

Ekonomikos ir inovacijų ministerija kviečia Lietuvos diasporos organizacijas pretenduoti į paramą veiksloms, kuriomis siekiama į Lietuvą pritraukti investicijų ir talentų, plėsti šalies eksporto rinkas, didinti atvykstantąjį turizmą.

Teikti paraiškas gauti paramą kviečiamos užsienio valstybėse registruotos pelno nesiekiančios Lietuvos diasporos organizacijos. Jos gali gauti paramą renginių organizavimui ir su jų rengimu susijusių veiklų įgyvendinimui ekonominės diplomatijos (talentų, užsienio investicijų pritraukimo, eksporto skatinimo, atvykstantojo turizmo skatinimo) srityje. Pirmenybė teikiama prioritetinių ekonomikos sektorių projektams: informacinių ir ryšių technologijų, gyvybės mokslų, inžinerinės pramonės. Didžiausia projektui skiriama suma yra 10 000 eurų. Mažiausia galima projekto vertė – 3 000 eurų.

Numatoma finansuoti projektus, kurie bus įgyvendinami iki šių metų gruodžio 10 dienos. Paraiškas planuojama priimti iki tol, kol bus išnaudotas projektams skirtas finansavimas.

Daugiau informacijos apie kvietimą ir kvietimo sąlygas: <https://shorturl.ac/kvietimas>

Registracija į nuotolines konsultacijas dėl paraiškos pildymo:
<https://shorturl.ac/konsultacija>

REKLAMA

NORI GRĮŽTI GYVENTI Į LIETUVĄ?

Rask visą tau reikalingą
informaciją vienoje vietoje!
www.renkuosilietuva.lt



Kas? Kur? Kada?

IKI LIEPOS 12 DIENOS

MOKSLO, TECHNOLOGIJŲ IR
INŽINERIJOS STOVYKLA VAIKAMS

9:00 v.r. Vaikams nuo 7 iki 13 metų:
Pažintis su naujausiomis technologijomis;
Konstravimas, programavimas, 3D ir VR/
AR maketavimas. Įvairūs žaidimai lauke.
Kaina: 9:00 v.r. - 2:00 v.p.p. pilna penkių
valandų stovykla: \$350. 9:00 v.r. - 12:00
v.p.p. sutrumpinta trijų valandų stovykla:
\$250.

PLC 14911 127th St., Lemont, IL 60439

LIEPOS 13 D., ŠEŠTADIENI

ŠV. MIŠIOS

4:00 v.v. Švč. Mergelės Marijos Gimimo
bažnyčia (Marquette Park)
6812 S. Washtenaw Ave., Chicago, IL 60629

LIEPOS 14 D., SEKMADIENI

ŠV. MIŠIOS

9:00 v.r., 11:00 v.r., 6:00 v.v. Pal. Jurgio
Matulaičio Misija 14911 127th St., Lemont,
IL 60439

ŠV. MIŠIOS

9:30 v.r. ir 11:00 v.r. Švč. Mergelės Marijos
Gimimo bažnyčia (Marquette Park) 6812 S.
Washtenaw Ave., Chicago, IL 60629

ŠV. MIŠIOS

10:00 v.r. Brighton Park Švč. Mergelės
Marijos Nekalto Prasidėjimo bažnyčia
2745 W. 44th St., Chicago, IL 60632

91 METAI SKRYDŽIUI PER ATLANTĄ

10:00 v.r. Oficiali programa, šv. Mišios,
meninė programa ir pietūs.
Dariaus ir Girėno paminklas Marquette
Parke
6812 S. Washtenaw Ave., Chicago, IL 60629

LIETUVIŠKOS PAMALDOS

11:30 v.r.
Lietuvių evangelikų liuteronų „Tėviškės“
bažnyčia
7214 S. Cass Ave., Darien, IL 60561

ŠV. MIŠIOS

1:00 v.p.p.
Jaunimo centro Tėvų jėzuitų koplyčia
5620 S. Claremont Ave., Chicago IL 60636

LIETUVIŠKOS PAMALDOS ŠIAURĖS ILINOJUJE
2:00 v.p.p.

Šv. Mišias celebruos kun. Gediminas
Keršys.



Santa Maria del Popolo koplyčia
116 N. Lake St., Mundelein, IL 60060

AL-ANON BENDRIJOS SUSIRINKIMAS

7:00 v.v.

AL-ANON – tai alkoholizmu sergančių
artimųjų ir draugų bendrija, teikianti
pagalbą ir viltį alkoholikų šeimoms ir drau-
gams. Kviečiame visus susidomėju sius.
Taip pat kviečiame teirautis telefonu: 630-
923-0095 ir 773-988-3114.

PLC kambarys “Pas prelatą”
14911 127th St., Lemont, IL 60439

LIEPOS 17 D., TREČIADIENI

MISIJOS MALDOS BŪRELIS

6:30 v.v. Registracija maldos valandėlei –
www.matulaitismission.com, skambinant
į misijos raštinę arba misijos seselėms tel.:
630-243-1070. Visi kviečiami dalyvauti!
Pal. Jurgio Matulaičio Misija
14911 127th St., Lemont, IL 60439

LIEPOS 18 D., KETVIRTADIENI

ŠV. RAŠTO BŪRELIS SU T. VAIDU LUKOŠEVIČIUMI
7:00 v.v. PLC kambarys “Pas prelatą”
14911 127th St., Lemont, IL 60439

VAKARINĖS PAMALDOS

7:00 v.v. Lietuvių evangelikų liuteronų
„Tėviškės“ bažnyčia
7214 S. Cass Ave., Darien, IL 60561

LIEPOS 26 D., PENKTADIENI

KINAS ANT PIEVELĖS

7:00 v.v. Nemokami lietuviški filmai su
angliškais subtitrais Griebkite šeimą ir
draugus, pledus ir kėdes, bei susitinkame
PLC pievelėje. Veiks baras, turėsime
firminių PLC čeburekų ir keptos duonos.
PLC
14911 127th St., Lemont, IL 60439

RUGPJŪČIO 7 D., TREČIADIENI

ŠVČ. SAKRAMENTO ADORACIJA

6:30 v.v. Kiekvieną pirmąjį mėnesio
trečiadienį nuo 6:30 val. v. iki 7:30 val. v.
misijos bažnyčioje vyks Švč. Sakramento
adoracija. Registracija www.matulaitismis-
sion.com arba skambinant tel.: 630-243-

1070 ir 630-257-5613. Ateikite pabūti su
Viešpačiu tyloje, laukiame jūsų!

Pal. Jurgio Matulaičio Misija

14911 127th St., Lemont, IL 60439

RUGPJŪČIO 9 D., PENKTADIENI

KINAS ANT PIEVELĖS

7:00 v.v. Nemokami lietuviški filmai su
angliškais subtitrais Griebkite šeimą ir
draugus, pledus ir kėdes, bei susitinkame
PLC pievelėje. Veiks baras, turėsime
firminių PLC čeburekų ir keptos duonos.
PLC 14911 127th St., Lemont, IL 60439

IKI RUGPJŪČIO 16 D., PENKTADIENIO

VAIKŲ VASAROS SPORTO STOVYKLA

9:00 v.r.

Nuo pirmadienio iki penktadienio: 8:00
v.r. - 9:00 v.r. atvykimas į stovyklą; 9:00
v.r. - 11:30 v.r. sportiniai žaidimai, fiziniai
pratimai; 11:30 v.r. - 12:00 v.r. pietūs; 12:00
v.p.p. - 2:00 v.p.p. poilsio laikas; 2:00 v.p.p.
- 5:00 v.p.p. sportiniai žaidimai, fiziniai
pratimai. Dienos kaina: \$50. Skambinti
Aurimui Matulevičiui (630) 999-5312
PLC Riškus salė
14911 127th St., Lemont, IL 60439

RUGPJŪČIO 17 D., ŠEŠTADIENI

ŽOLINĖ

6:00 v.v. Jūsų laukia muzikantai iš Lietu-
vos, šokiai, vakarienė, žaidimai ir loterija,
baras, vaikų stalas ir užsiėmimai. Apran-
gos kodas: džinsas ir šviesus linas. Bilieto
kaina: \$75 (vaikams \$30). Stalus ar pavi-
enes vietas kviečiame rezervuoti telefonu
(630) 257-8787.

PLC, priekinėje pievelėje

14911 127th St., Lemont, IL 60439

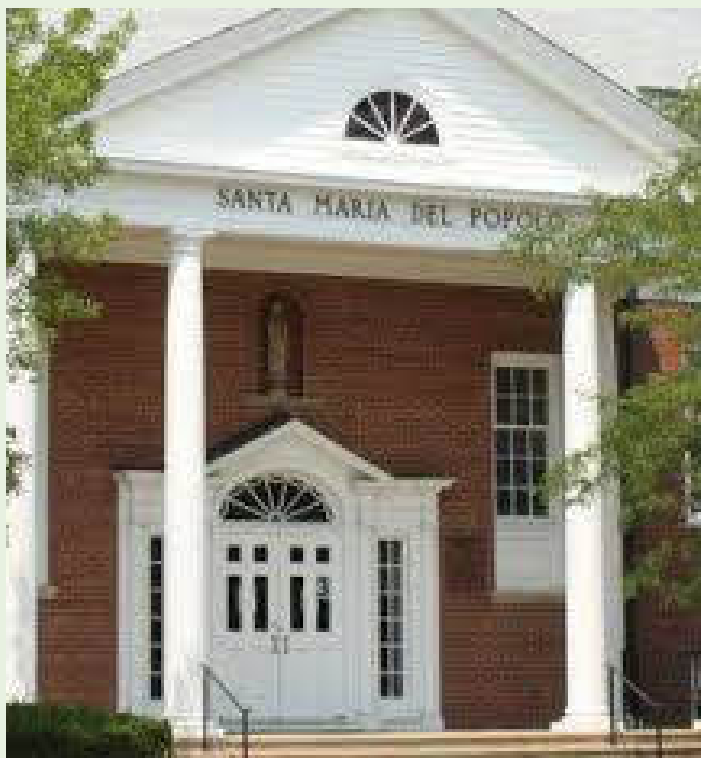
RUGPJŪČIO 18 D., SEKMADIENI

ŽOLINĖ

1:00 v.p.p.

Dainos, šokiai ir žaidimai. Muzikuos A. ir
L. Barniškiei. Info: 224-717-1463 (Violeta)
ir 847-644-2871 (Gintautas)
Half Day Forest Preserve Shelter C
24255 N Highway 21, Vernon Hills, IL
60060

Šį sekmadienį, liepos 14 d. 2 val. p.p., tradiciškai, kaip ir kiekvieną mėnesį, Šiauriniame Ilinojuje vyks lietuviškos pamaldos. Prašome nepamiršti, atvykti ir dalyvauti. Šv. Mišias celebruos kun. Gediminas Keršys. Pamaldos vyksta Santa Maria Del Popolo parapijos koplyčioje, 116 N. Lake St., Mundelein, 60060. Laukiam atvykstant.



Pasaulio Lietuvių Centre

(14911 127th St, Lemont, IL 60439)

TEIKIAMOS PASLAUGOS SOCIALINIAIS KLAUSIMAIS

Įėjimas - iš šiaurinės pastato pusės, kambarys S-4

Socialinių reikalų skyriuje teikiame socialines paslaugas nedideles pajamas gaunantiems JAV piliečiams ir turintiems žalią kortą, pensininkams ar neseniai JAV atvykusiems gyventi bei dirbti Lietuvos piliečiams. Mes galime padėti, jeigu jūs:

- Gaunate mažas pajamas ar/ir jūsų pensija nedidelė – padėsime sužinoti, ar galite gauti SSI (Supplemental Security Income) ar kitas valstybės teikiamas subsidijas.
- Gaunate mažas pajamas – padėsime sutvarkyti reikalingus dokumentus dėl LINK kortelės.
- Praradote darbą – padėsime užpildyti dokumentus dėl bedarbio (unemployment) išmokos.
- Jums reikalingas Medicaid sveikatos draudimas – padėsime susitvarkyti reikalingus dokumentus.
- „Pasiklydote“ iš gydymo įstaigų gaunamose sąskaitose už medicininės paslaugas - padėsime susitvarkyti.
- Reikia atnaujinti ar pratęsti žalią kortą – padėsime tai padaryti.
- Reikalinga konsultacija įvairiais kitais socialiniais klausimais.

Lankytojai priimami
šeštadieniais,
reikalinga išankstinė registracija

Skambinti tel. 630-257-8788

palikite žinutę su informacija

JAV Lietuvių Bendruomenės
Socialinių reikalų taryba



VASARAI PALAUKĖJ TOLSTANT

ŽOLINĖS

2024 m. rugpjūčio 18 d.
nuo 1:00 val. iki 7:00 val. vakaro

Half Day Lake County Forest Preserve, Shelter C
24255 N. Highway 21, Vernon Hills, IL

Dainos, šokiai ir žaidimai
Muzikuos A. ir L. Barniškiiai

Įėjimas: \$10 Moksleiviams \$5
Vaikučiams - nemokamai

Bendruomenės paruošti pietūs –
porcijos kaina \$5
Galėsite atsinešti savo maisto ir gėrimų,
bei lėkštelę vaišių bendram stalui.

224-717-1463 Violeta 847-644-2871 Gintautas

Šventės organizatoriai ir rėmėjai:



Kur eiti? Kur atsipūsti?

Muziejų, parodų ir klubų gidas Čikagoje

RENGINIAI

Movies at Gallagher Way

Iki trečiadienio, rugsėjo 11 d., 7:30 v.v.
Gallagher Way, 3637 N Clark St, Chicago,
IL 60613

www.gallagherway.com/events/movie
Renginys nemokamas

Prie Wrigley Field įsikūrusi Gallagher Way aikštė šią vasarą vėl kviečia į nemokamus filmų seansus lauke. Kviečiame ne tik nemokamai pasižiūrėti filmų, bet ir atsinešti savo užkandžių, arba įsigyti jų vietoje – taip pat galite įsigyti ir pilną vakarienę greta esančiuose restoranuose, tokiuose kaip „Big Star“ ir „Smoke Daddy“. Už \$33 galite įsigyti VIP vietas – daugiau informacijos rasite Gallagher Way interneto svetainėje. Šį sezoną kviečiame žiūrėti: „Wonka“ (birželio 12 d.), „Barbie“ (birželio



26 d.), „School of Rock“ (liepos 10 d.), „Angels in the Outfield“ (liepos 17 d.), „Soul“ (liepos 31 d.), „Harry Potter and the Sorcerer's Stone“ (rugpjūčio 14 d.), TBA (rugpjūčio 28 d.), „Twilight“ (rugsėjo 11 d.).

Navy Pier Fireworks

Iki šeštadienio, rugpjūčio 31 d., 9:30 v.v./
10:15 v.v.

Navy Pier, 600 E Grand Ave, Chicago
312-595-7437

Renginys nemokamas

Visą vasarą, kiekvieną trečiadienio ir šeštadienio vakarą Navy Pier jūsų lauks dešimties minučių trukmės vasaros fejerverkų šou – nuo Atminimo dienos iki pat Darbo dienos savaitgalio. Šiais metais net du kartus per savaitę rengiamais fejerverkais pasigrožėti galite iš bet kurios Navy Pier lauko teritorijos vietovės, o jie taip pat yra matomi iš aplinkinių paplūdimių ir paėžerės pėsčiųjų tako – kad ir kur tuo metu leistumėte laiką.



Wonderverse

Iki antradienio, gruodžio 31 d.,
Oakbrook Center, 100 Oakbrook Center, Oak
Brook

www.wonderversechicago.com/

Įėjimas nemokamas, pramogos kainuoja atskirai

Sony Pictures Entertainment pristato savo pirmąją įtraukiančią pramogų erdvę Oakbrook Center ir kviečia svečius įžengti į tokių populiarių franšizių, kaip „Uncharted“, „Ghostbusters“, „Jumanji“, „Bad Boys“, „Zombieland“ ir kitų, pasaulius. 45 000 kvadratinų pėdų erdvėje rasite gausybę pramogų, pradedant pabėgimo kambariais ir virtualia realybe ir baigiant lenktynių simulatoriais ir mažųjų mašinėlių karusele. Išalkusių laukia restoranas su pilnu maisto, desertų ir kokteilų menu.



007 Science: Inventing the World of James Bond

Iki sekmadienio, spalio 27 d., 9:30 v.v.
Museum of Science and Industry, 5700 S
Lake Shore Dr, Chicago, IL 60637
www.msichicago.org/explore/whats-here/exhibits/007-science-inventing-the-world-of-james-bond/

Kaina: \$18, vaikams iki 11 metų – \$14,
nariams – \$9, metinio fondo nariams –
nemokamai

Mokslo ir pramonės muziejus pristato naują parodą, skirtą ilgiausiai pasaulyje kino franšizei apie Jamesą Bondą ir joje naudojamas technologijas, bei mokslinius sprendimus. Franšizės gerbėjai galės iš arti apžiūrėti 13 automobilių



ir daugiau nei 90 kitų papildomų artefaktų, tokių kaip reaktyvė skraidyklė iš „Thunderball“, MI6 akie tinklainės skaitytuvas iš „GoldenEye“ ir sklaidytuvo-sniego automobilio hibridas iš „The World Is Not Enough“. Jūs taip pat galėsite įžengti į „Q“ įkvėptą laboratorinę erdvę ir išbandyti savo gebėjimus kuriant transporto ir pagalbines priemones šnipų veiklai.

ART on THE MART

Iki pirmadienio, gruodžio 30 d., 8:30 v.v.
Merchandise Mart, 222 Merchandise Mart
Plaza, Chicago
www.artonthemart.com/

Renginys nemokamas

Šių metų „ART on THE MART“ programa tęsiasi su naujomis vis kitų autorių video instaliacijomis ant 25 aukštų Merchandise Mart pastato sienos. Visi 34 skaitmeniniai kūriniai yra demonstruojami pradėjus temti, kiekvieną vakarą nuo pusės devynių iki devintos valandos. Didžiausios pasaulyje skaitmeninės projekcijos vaizdus stebėti geriausia iš Chicago Riverwalk atkarpos tarp Wells Street ir Franklin Street.



Flyover

Kasdien, iki rugsėjo 2 d., 12:00 v.p.p.
Navy Pier, 600 E Grand Ave, Chicago
experienceflyover.com/chicago/

Kaina: \$25, vaikams iki 13 metų – \$15

Jūs kviečia naujausias Navy Pier atrakcijas, kvapą gniaužiančiais skrydžiais virtualiai nugabensiantis į įspūdingiausias Čikagos vietas. Skirtingus pojūčius apimanti patirtis sujungia dronų technologijas su kadrais iš oro bei vaizdiniais iš pirmojo asmens perspektyvos, kad miestą apžiūrėtumėte ir su juo susipažintumėte kaip niekada anksčiau. Kilkite, leiskitės, sukiltės specialiose judančiose kėdėse, šioms kylant dangoraižiais, grožėkitės panoramomis, skriekite per fejerverkus



ir mėgautės kitomis kvapą gniaužiančiomis patirtimis.



YOUR LOCAL FOUNDATION REPAIR AND WATERPROOFING EXPERT.

For a basement, crawl space, or slab foundation, we guide you on the right path to a healthy home.

Family owned and operated since 1996, we treat your home like our own.



CALL FOR YOUR FREE HOME INSPECTION
888-691-2051

OUR SERVICES

- Cracked or Bowing Walls
- Sump Pumps
- Settling Foundations
- Waterproofing & Encapsulation
- Concrete Leveling
- Sagging Floors
- Crawl Space Repairs



ACT NOW!
UP TO \$600 off*

Offers can't be combined.
Minimum purchase required.
Please call for details.



94% **ELITE SERVICE**
ACCREDITED BUSINESS
Angi
Google
Reviews

*10% off any job over \$3,000. Up to a maximum of \$600.
Coupons must be presented at the time of inspection. This offer may not be combined with any other offer. Limit one per customer. Valid through 06/30/2024.

Make the smart and **ONLY CHOICE** when tackling your roof!



LIMITED TIME OFFER!
SAVE!

UP TO 50% OFF INSTALLATION



FREE ESTIMATE
1.855.340.0162



MADE IN THE U.S.A.
Expires 7/31/2024

New orders only. Does not include material costs. Cannot be combined with any other offer. Minimum purchase required. Other restrictions may apply. This is an advertisement placed on behalf of Erie Construction Mid-West, Inc ("Erie"). Offer terms and conditions may apply and the offer may not be available in your area. If you call the number provided, you consent to being contacted by telephone, SMS text message, email, pre-recorded messages by Erie or its affiliates and service providers using automated technologies notwithstanding if you are on a DO NOT CALL list or register. Please review our Privacy Policy and Terms of Use on homeservicescompliance.com. All rights reserved. License numbers available at eriehome.com/erie-licenses/



Don't Get Stuck Without A/C This Summer!

Schedule Soon & Save Up to \$2000!

- ✓ Free Estimates and Second Opinions for New Heating and Cooling Systems
- ✓ Many Payment Options to choose from
- ✓ Service Available Seven Days a Week
- ✓ Licensed and Professional Technicians



Call today! **(855) 939-6499**

\$49
Cooling or Heating System Tune Up

Price valid for one working unit. Excludes oil fired systems. Valid at participating ARS® Network locations. Not valid for third party, new construction, or commercial customers, with any other offers, discounts, or on prior sales. Call service center for details. Coupon required at time of service. Void if copied or transferred and where prohibited. Any other use may constitute fraud. Cash value \$0.01. Offer expires 6/30/2024. License numbers available at americanresidential.com/licenses

SAVE UP TO \$2000
on a New Cooling and Heating System with our Buy Back Program!

Savings requires purchase and installation of select complete heating and cooling system. Removal and disposal by Company of existing heating and cooling system required. Valid at participating ARS® Network locations. Not valid for third party, new construction, or commercial customers, with any other offers, discounts, or on prior sales. Call service center for details. Coupon required at time of service. Void if copied or transferred and where prohibited. Any other use may constitute fraud. Cash value \$0.01. Offer expires 6/30/2024. License numbers available at americanresidential.com/licenses

The Bath or Shower You've Always Wanted IN AS LITTLE AS 1 DAY



\$1000 OFF*

AND
No Payments & No Interest for 18 Months**

OFFER EXPIRES 6/30/2024

Military & Senior Discounts Available

- Tub-to-Shower Conversions
- Replacement Tubs
- Replacement Showers
- Walk-in Tubs
- Low-Barrier Showers
- Soaker Tubs
- Accessories and more!

CALL NOW!



(855) 263-5021

*Includes product and labor; bathtub, shower or walk-in tub and wall surround. This promotion cannot be combined with any other offer. Other restrictions may apply. This offer expires 6/30/24. Each dealership is independently owned and operated. **Third party financing is available for those customers who qualify. See your dealer for details. ©2024 BCI Acrylic, Inc.

Sudoku galvosūkių

Sudoku — tai populiarus japonų galvosūkis, kuriame naudojami skaičiai nuo 1 iki 9, tačiau juos spręsti nereikia matematinių žinių.

Iširta, kad sprendžiant sudoku gerėja atmintis, mąstymas, logika, smegenų veikla. Tai — profilaktika prieš Alzheimerio ligą! Todėl patariama spręsti sudoku kiekvieną dieną. Reikia tik šiek tiek laiko, kantrybės ir žinoti taisykles.

Dažniausiai sudoku sprendžiami 9 eilučių ir stulpelių galvosūkių, kuriuose įrašyta keletas pradinių skaitmenų.

Tikslas — užpildyti visą lentelę skaitmenimis nuo 1 iki 9, po vieną skaitmenį į langelį. Reikia surasti ir įrašyti skaitmenis nuo 1 iki 9 taip, kad jie nesikartotų eilutėse, stulpeliuose bei paryškintuose 9 langelių (3x3) kvadratuose.

Pasirenkamas skaitmuo ir peržiūrimos visos eilutės randant vietas, kur skaitmuo gali būti įrašytas, vėliau peržiūrimi stulpeliai ir 3x3 kvadratai. Taip pat įmanoma iš eilės pasirinkti langelius ir atmesti negalimus skaitmenis.

Galima kiekviename langelyje pasižymėti visus galimus skaitmenis (smulkiu šriftu ar taškais atitinkamose vietose).

SUDOKU NR 25 (1385) ATSAKYMAI

8	2	3	4	1	6	7	9	5
1	7	5	3	8	9	2	6	4
9	6	4	7	5	2	3	8	1
2	1	9	8	7	5	4	3	6
3	5	8	6	2	4	1	7	9
6	4	7	9	3	1	8	5	2
7	9	6	2	4	8	5	1	3
5	3	2	1	9	7	6	4	8
4	8	1	5	6	3	9	2	7

Galima	Negalima	Galima
9	9	7
1	1	3
2	3	6
3	3	6
4	4	6
Galima	Negalima	Galima
7	2	5
7	2	5
Galima	Negalima	Galima
7	2	5
Galima	Negalima	Galima
7	2	5
Galima	Negalima	Galima
7	2	5

SUDOKU NR. 26 (1386)

								5
3			6	2		9		7
	8				3	1	4	
		2	7		5			4
				6				
5			2		1	7		
	1	9	5				7	
8		5		3	9			1
4								

SPRENDIMAS KITAME NUMERYJE

SAVAITGALIO ORAI

PENKTADIENĮ,
LIEPOS 12 D.



SAULĖTA

Krituliai: 20%



8 m/h



79°/67° F

ŠEŠTADIENĮ,
BIRŽELIO 29 D.



NEDIDELIS
DEBESUOTUMAS

Krituliai: 23%



9 m/h



85°/73° F

SEKMADIENĮ,
BIRŽELIO 30 D.



NEDIDELIS
DEBESUOTUMAS

Krituliai: 24%



13 m/h



89°/76° F

HOROSKOPAS LIEPOS 15 D. – LIEPOS 21 D.

AVINAS (03.21 – 04.20)

Savaitės pradžia turėtų būti smagi. Galite nustebinti aplinkinius staiga atskleisti pomėgiu ar talentu. Arba kils idėjų, kaip pagerinti finansinę padėtį, gyvenimo sąlygas, stilių. Praktiškiau įvertinkite planuojamas išlaidas, rekonstrukcijas. Savaitės pabaigoje teks labiau atsižvelgti į kitų interesus, derinti planus, pasirinkimus. Deja, asmeniniai santykiai gali tapti galvos skausmu, jei žaidžiate dvigubą žaidimą, norite pasipelnyti kito sąskaita, sukta pasinaudoti ar pan.

JAUTIS (04.21 – 05.21)

Šią savaitę galite puikiai praleisti laiką su šeima, jeigu atostogaujate. Pastangos dėl šeimos, namų, asmeninės gerovės bei turiningo laisvalaikio nenueis veltui. Palanku konsultuotis aktualiais klausimais, pristatyti kūrybinius projektus, dalyvauti žaidimuose, konkursuose. Džiugins gerbėjų dėmesys, meilė, vaikai. Savaitės pabaigoje gali kilti nerimo dėl ūkinių rūpesčių, darbų kokybės arba savo, artimojo ar augintinio sveikatos. Atsargiai su technika, elektra, pavojingais gyvūnais.

DVYNIAI (05.22 – 06.21)

Šios savaitės pradžioje būsite fiziškai ir protiškai aktyvūs, domėsitės įvairia informacija, aktualiais įvykiais. Galite padaryti įspūdį savo pasisakymais, interesais. Regis, pasitikėsite savimi, savo įdirbiu bei palaikymo komanda. Savaitės viduryje gali kilti minčių apie gyvenamosios vietos keitimą, nuomą, remontą. Jeigu atostogaujate, pravartu aplankyti seniai matytus žmones, vaikystės vietas ar tiesiog atsipalaiduoti savo namuose, sodyboje. Savaitgalį parūps renginiai, vaikų laisvalaikis.

VĖŽYS (06.22 – 07.22)

Savaitės pradžioje palanku tvarkyti komercinius, turtinius, finansinius, verslo, kelionių reikalus, derėtis. Galite sudaryti naudingą sutartį. Svarbu, kad jums talkintų pasitikėjimo verti žmonės. Savaitės viduryje bus malonu pasimatyti su giminaičiais, kaimynais, draugais. Galima kelionė, ekskursija, viešnagė, iškyla ar pan. Galite gauti mielą dovanėlę, patirti kūrybinę sėkmę. Savaitės pabaigoje šurmilio nesinorės. Mielai apsiribosite artimiausių draugija, įprastu komfortu.

LIŪTAS (07.23 – 08.23)

Savaitės pradžioje būsite emocionalūs, atvirai reikšite jausmus. Seksis siekti saviraiškos per kūrybinę ar kitokią veiklą. Galite sulaukti tam tikro palaikymo, paramos, informacijos. Regis, intuityviai jausite, kas būtų naudinga. Savaitės viduryje pravartu spręsti pinigines, turtines problemas. Gali išsipildyti slapta troškimas, turėsimas įtakos jūsų materialinei gerovei. Savaitės pabaigoje bus ir aišb kontaktų, ir daugiau judėjimo.

MERGELĖ (08.24 – 09.23)

Savaitės pradžioje kai kuriose srityse tikėtini geri rezultatai, nepaisant laikino jūsų pasyvumo. Regis, padės puikus įdirbis, intuityva, meninis įkvėpimas. Prioritetą teikite sveikatai, psichologinei būsenai. Nepasiduokite pagundai rizikuoti kelyje bei svaigintis. Savaitės viduryje džiugins draugiškas palaikymas, juntama simpatija ir populiarumas. Dalis malonių pažadų pasirodys realiai įgyvendinami. Savaitės pabaigoje galite priimti spontanišką pasiūlymą ir atidėti išankstinį planą.

SVARSTYKLĖS (09.24 – 10.23)

Šią savaitę būsite nusiteikę ramiai siekti savo planinių tikslų, todėl dėl kitų spaudimo, intrigu ar melo kartkartėmis galite pasijusti nekaip. Venkite stresinių situacijų. Tikyt užsiimti dvasiniu tobulėjimu, menais. Galimas pakvietimas į įdomų renginį. Artėjant savaitgaliai, staiga jums gali tapti sunku atskirti blogį ir gerį. Į problemą lengvai įsivelsite, jeigu nesusigaudydami sumanykite palaikyti kurią nors pusę. Itin saugokite sveikatą.

SKORPIONAS (10.24 – 11.22)

Savaitės pradžioje bus nesunku įgyti autoritetą, dominuoti, daryti įspūdį. Regis, padaugės susizavėjusių žvilgsnių, romantiško flirto. Prie sėkmės prisidės psichologinė įžvalga, apsukrumas ir geri ryšiai. Nevengsite bendraminčių draugijos bei naujų pažinčių kelionėje, renginyje ar kurorte. Sklandžiai bendrausite, taikliai šmaikštausite. Savaitės pabaigoje jau nesinorės jokių kontaktų. Kažkas gali pasijusti įžeistu, atstumtu. Tikėtina nauda iš mistinės, meninės veiklos.

ŠAULYS (11.23 – 12.22)

Savaitės pradžioje gali tekti bendrauti su atvykusiais ar sugrįžusiais iš užsienio, spręsti klausimus, susijusius su studijomis, kelionių planais, plėtoti pradėtą veiklą, ieškoti rėmėjų ir pan. Apskritai bus nelengva atsikratyti įkyrių minčių, susijusių su darbo situacija, sveikata, konkurencija, partneryste. Bus žymiai maloniau, jei atostogaujate ir galite be rūpesčių leisti laiką su brangiais žmonėmis. Savaitgalį tikėtina aktyvi kompanija, nuotykių, sportas. Saugokitės gaisro, elektros iškvos, avarijų.

OŽIARAGIS (12.23 – 01.20)

Savaitės pradžioje mintys suksis apie tai, kaip kur nors išvažiuoti, pakeisti aplinką, pagerinti finansinę situaciją ir pan. Galite atgauti skolą, susitarti dėl paskolos arba gauti pasiūlymą, susijusį su verslo partneryste, darbu, investavimu, konkursu. Savaitės viduryje teks vikriai sukstis, jei jūsų veikla susijusi su švietimu, kelionėmis, tarptautiniais reikalais. Jei matysite, kad neveltui stengiatės, gebėsite daug nuveikti. Savaitgalį labiau stebėkite vaikus, saugokite juos nuo pavojų.

VANDENIS (01.21 – 02.19)

Savaitės pradžioje galite sulaukti pasiūlymo bendradarbiauti, tapti partneriais. Regis, aptarsite klausimus, susijusius su verslu, investicijomis, draudimu, mokesčiais. Būsute išradinji panaudodami brokuotus ar nusidėvėjusius daiktus, įvairias detales ir kitus atlikusius resursus. Neišvengiamai teks paįšlaidauti vaikų, sutuoktinio poreikiams. Visgi gali kilti sunkumų, norint savo požiūrį perteikti kitiems, juolab kad nebūsute linkę nusileisti. Savaitgalį veršitės kuo toliau nuo rutinos.

ŽUVYS (02.20 – 03.20)

Savaitės pradžioje neblogai seksis reikštis darbe ar mėginti įsidarbinti. Geras metas ir romantikai, vaikų bei šeimų laisvalaikio organizavimui. Būsute nusiteikę žaisti, sportuoti, flirtuoti, dalyvauti konkursuose, demonstruoti talentus. Džiugins vaikai, meilė ir įvairios mielos smulkmenos. Visgi lengva įkliūti į sukčių pinkles. Savaitgalį daug kas priklausys nuo finansinių galimybių, taupumo ir įžvalgumo. Numatykite pasekmes. Atsargiai kelyje.

2024
VYDŪNO JAUNIMO FONDO
LIAUTAUD 10,000 dol. VARDINĖ STIPENDIJA
VERSLĄ SUDIJUOJANTIEMS
BAKALURANTAMS/MAGISTRANTAMS/DOKTORANTAMS



Reikalavimai

Stipendija skiriama lietuvių kilmės studentams, kurie šiuo metu studijuoja, ar yra priimti ir užsiregistravę studijuoti Illinois valstijos pagrindiniame, pripažintame verslo universitete, siekdami bakalauro, magistro ar doktorato laipsnius. Studentai turi būti baigę „sophomore“ metus universitete.

Pateikiami dokumentai

- stipendijos prašymo anketa
- kopija valdžios išduotos tapatybės kortelės
- vėliausias oficialus pažymių sąrašas
- 2 dėstytojų rekomendacijos

Stipendijos informaciją ir prašymo anketą galima rasti Vydūno jaunimo fondo tinklalapyje – www.vydunojaunimofondas.org – arba parašius Fondui el. paštu vyduno.fondas@sbcglobal.net. Turite klausimų? Skambinkite Vidai Brazaitytei tel. 708/280-8678.

Stipendijos prašymo anketą su visa dokumentacija grąžinti Vydūno jaunimo fondui iki 2024 m. liepos 15 d. adresu:

VYDUNAS YOUTH FUND, INC.
14911 127th St.
Lemont, IL 60439

Džiaugiamės galėdami pristatyti atnaujintą interneto svetainę www.griztu.lt, kurioje pateikiama visa aktuali informacija Lietuvos Respublikos piliečiams ir lietuvių kilmės asmenims, gyvenantiems užsienyje ir planuojantiems grįžti ar atvykti į Lietuvą.

Nuo šiol vieno langelio principu svarbiausiais su grįžimu ar atvykimu į Lietuvą gyventi, studijuoti, dirbti, verslo kūrimo, socialinės paramos, sveikatos apsaugos ir kitais aktualiais klausimais konsultuojama ir internetinio pokalbio būdu (angl. live chat), informacija taip pat teikiama el. paštu griztu@urm.lt ir tel. + 370 5 252 5001.



Interneto svetainėje www.griztu.lt informacija suskirstyta ir pateikiama pagal klausimus, kuriuos dažniausiai užduoda besikreipiantys į konsultacijų centrą „Grižtu LT“, veikiantį nuo šių metų pradžios. Interneto svetainės pradiname puslapyje taip pat pateikiamos išsamios atmintinės, kurios padės sklandžiau pasiruošti grįžimui į Lietuvą iš 15 skirtingų valstybių, iš kurių gyventi į Lietuvą grįžta daugiausia lietuvių.



REGISTRACIJA

Kviečiame tėvelius registruoti savo vaikus 2024/2025 mokslo metams.



INFORMACIJA

Vaikai priimami nuo 3 iki 14 metų.
Užsiregistruoti galite mūsų internetiniame puslapyje:
www.gediminolitanistinemokykla.org

KONTAKTAI

Jeigu turite klausimų galite kreiptis telefonu
(224) 723-2616
arba elektroniniu paštu:
glm.ilinojus@gmail.com



DAUGIAU

Mokykloje pamokos vyksta šeštadieniais nuo 9:00 iki 13:00 val.
Gedimino lituanistinė mokykla yra įsikūrusi šiaurės Ilinojuje.

Adresas: 126 N Lake st. Mundelein IL 60060
www.gediminolitanistinemokykla.org



**JAV Lietuvių Bendruomenė
Waukegan - Lake County Apylinkė
2024 m. Renginių Kalendorius**

Leidinio data: 2024 / 5 / 27

BIRŽELIO 1 d. 6:00 val. vakaro: koncertas - vakaronė "SUGUŽĖJO SVETELIAI". Jūsų sielas šildys tautinių šokių kolektyvai: Amber Dance, Spindulys (IL), Pūga (MN), Eglė V. ir Laumė. Po koncerto visi žiūrovai kviečiami pasilinksinti kartu vakaronėje. Bilieto kaina \$25, vaikams \$10 (iki 5 m. nemokamai). Rezervacijos, inf. tel.: 847-208-5875. Vieta: Estonian House, 14700 Estonian Lane, Riverwoods, IL, 60015-3553. *Šį renginį organizuoja tautinių šokių kolektyvai.*

RUGPJŪČIO 18 d. 2:00 val. p.p. iki sutemos: APYLINKĖS METINĖ GEGUŽINĖ. Gyva muzika, dainos, šokiai, žaidimai. Vieta: Shelter C, Half Day Lake County Forest Preserve, 24255 No. Highway 21, (Milwaukee Avenue / Woodlands Parkway), Vernon Hills, IL, 60061. Informacija: 224-717-1463 Violeta 847-644-2871 Gintautas. Laukiame visų atvykstant.

SPALIO 13 d. New York lietuvių teatro gastrolės mūsų apylinkėje ir vienintelis spektaklis Šiaurinio Ilinojaus lietuviams - nuotaikinga, linksma muzikinė komedija: MEILĖS ALEKSYRAS. Vietą ir laiką skelbsime vėliau. Sekite mūsų informaciją.

LAPKRIČIO 22-24 d. 81-sis "HOLIDAY FOLK FAIR INTERNATIONAL" vyks pradant penktadienį, ir baigiant sekmadienį, vietoje: "Exposition Center at Wisconsin State Fair Park", 8200 W. Greenfield Avenue, West Allis, WI, 53214. Randasi Milwaukee apylinkėje. 2023 m. Waukegan - Lake County apylinkė laimėjo pirmąją vietą tarp daugelio dalyvių Tautinio kostiumo pristatyme. Norime tikėti, kad ir šiais metais lydės sėkmė. Visus lietuvius kviečiame apsilankyti šioje Tautų šventėje. Tinklapis dėl informacijos: FolkFair.org

Šventos Mišios Lietuvių Kalba
2:00 val. p.p Inf.: 224-717-1463
Birželio 9, Liepos 14, Rugpjūčio 11, Rugsėjo 8, Spalio 13, Lapkričio 10, Gruodžio 8.



Santa Maria del Popolo Kopyčioje
116 No. Lake Street, Mundelein, IL

Receptai

Kiauliena – ir sotiems pietums, ir vakarienei

Šiltuoju sezonu įprasta rutina niekur nedingsta, todėl maistingi pusryčiai, pietūs ar vakarienė neturėtų būti pamiršti. Nenorintiems vasarą ilgai suktis prie puodų ar išlaidauti ruošiant skirtingus valgius puikiu sprendimu gali būti vos vienas ingredientas – pasirūpinę didesniu jo kiekiu galėsite nebrangiai ir lengvai paruošti net kelis skirtingus patiekalus. Tokiu baziniu produktu gali būti lietuvių mėgstama kiaulienos nugarinė be kaulo.

MAISTINGAS KIAULIENOS TROŠKINYS

Reikės: 500 g atšaldytos kiaulienos nugarinės be kaulo ir odos; 4 v. š. perlinių kruopų; 3 vnt. svogūnų; 4 skiltelių česnako; 250 ml sultinio; 2 v. š. sviesto; 3 vnt. morkų; 2 vnt. bulvių; žiupsnelio kmynų (pagal skonį); druskos, pipirų (pagal skonį).

Gaminimas: Kiaulienos nugarinę supjaustykite gabalėliais, apkepkite juos giliame inde. Susmulkinkite daržoves ir suberkite į indą kartu su kruopomis bei sultiniu. Viską pagardinkite česnaku, prieskoniais, sviestu. Troškinkite, kol suminkštės.

KIAULIENOS NUGARINĖ SU SŪRIU IR KEPTOMIS DARŽOVĖMIS

Reikės: 500 g atšaldytos kiaulienos nugarinės be kaulo ir odos; 400 g konservuotų pomidorų; 150 g morkų; 4 vnt. pomidorų; 1 vnt. cukinijos; 1 vnt. svogūno; 3

skiltelių česnako; 250 g sūrio; pomidorų padažo; druskos, pipirų, žalumynų (pagal skonį).

Gaminimas: Nugarinę supjaustykite riekėmis, apkepkite jas keptuvėje iš abiejų pusių, pagardinę druska ir pipirais. Griežinėliais supjaustykite cukiniją, pomidorus, sūrį. Sutarkuotas morkas ir supjaustytą svogūną apkepkite keptuvėje, o tada sudėkite daržoves, prieskonius, žalumynus, pomidorų padažą bei trupai patroškinkite.

Kepimo popieriumi išklotą formą visus ingredientus dėliokite eilėmis – pirmaisiai dėkite mėsą, tuomet sūrį, daržoves. Ant viršaus užpilkite padažą ir viską kepkite orkaitėje įkaitintoje 180 laipsnių temperatūroje 35–45 minutes. Gamindami atminkite, kad nugarinė lengvai perkepa. To išvengsite, jei įpjovę ją kepdami pamatysite lengvai rausvas sultis. Tai ženklas, kad nugarinė jau yra iškepta.

Kiaulienos nugarinės likučiai nuo pagrindinių patiekalų puikiai tiks ir pusryčiams – maistingiems sumuštinukams arba lengvai vakarienei – gaiviams ir vasarai puikiai tinkančioms salotoms.

UŽKEPTI KIAULIENOS NUGARINĖS SUMUŠTINIAI

Reikės: 300 g keptos kiaulienos nugarinės; 200 g sūrio; mėgstamos duonos; 50 g sviesto; mėgstamo padažo; aliejaus; druskos, pipirų (pagal skonį).



Gaminimas: Kiaulienos nugarinę paskrudinkite keptuvėje iš abiejų pusių, kol sušils ir jei reikia, supjaustykite plonomis juostelėmis išilgai kepsnio. Duoną perpjaukite pusiau, apatinę dalį iššepkite kambario temperatūros sviestu, sudėkite pjaustytą kiaulieną, apipilkite mėgstamu padažu ir apdėkite plonai supjaustytu sūriu. Skrudinkite gerai įkaitintoje orkaitėje, kol sūris išsilydys.

IŠ LIKUČIŲ – GAIVIOS SALOTOS

Reikės: 300 g keptos kiaulienos nugarinės; 100 g mėgstamo sūrio; 300 g mėgstamų salotų; 3–4 pomidorų; šlakelio alyvuogių aliejaus; šlakelio citrinos sulčių; druskos, prieskonių (pagal skonį).

Gaminimas: Keptą mėsą supjaustykite griežinėliais. Į indą sudėkite paruoštus salotų lapus. Supjaustykite pomidorus, mėgstamą sūrį ir suberkite į salotų indą. Apšlakstykite citrinos sultimis, aliejumi ir pagardinkite pagal skonį druska, prieskoniais. Viską gerai išmaišykite ir tuomet dėliokite supjaustytus mėsos griežinėlius. Skanaus! ■

Kaip pateikti skelbimą

Skelbimus pateikti ir apmokėti galite vienu iš šių būdų:

Užpildykite laikraštyje esančią **FORMA** ir atsiųskite į dėję į voką kartu su čekiu arba money order Ethnic Media vardu šiuo adresu: **Ethnic Media, 25 Telser, P.O. Box 261, Lake Zurich, IL 60047**

Siųskite savo skelbimo tekstą **SMS ŽINUTE** numeriu **312-999-0609**, nepamiršdami nurodyti, kokiam savaičių skaičiui norite jį įdėti, ir savo kontaktinį telefono numerį. Mes perskambinsime jums per artimiausią darbo dieną ir priimsime skelbimo apmokėjimą.

Siųskite savo skelbimo tekstą **ELEKTRONINIU PAŠTU** į **info@ethnicmedia.us**, nepamiršdami nurodyti, kokiam savaičių skaičiui norite jį įdėti, ir savo kontaktinį telefono numerį. Mes perskambinsime jums per artimiausią darbo dieną ir priimsime skelbimo apmokėjimą.

Siųskite savo skelbimo tekstą **FAKSU 866-710-0220**, nurodykite, kokiam savaičių skaičiui norite jį įdėti, ir palikite savo kontaktinį telefono numerį. Mes perskambinsime jums per artimiausią darbo dieną ir priimsime skelbimo apmokėjimą.

Bendrosios skelbimų talpinimo taisyklės:

- Skelbimo kaina viename laikraščio numeryje: 50c už žodį.
- Telefono numerį skaičiuokite kaip vieną žodį.
- Juodai paryškinti ar DIDŽIOSIOMIS raidėmis parašyti žodžiai: 60c už žodį.
- Norint skelbimą publikuoti keliuose numeriuose, gautą sumą padauginkite iš leidinių skaičiaus.
- Nuotrauka skelbime: \$5.
- Skelbimai rėmelyje: \$5 už modulį (1" x 1,5")

Proginiai sveikinimai (gimtadienio, jubiliejaus, vestuvių) rėmelyje (tekstas ir nuotrauka) – nuo 10 dolerių, priklausomai nuo sveikinimo dydžio. Nekrologai ir užuojautos (tekstas ir nuotrauka) publikuojami nemokamai.

Aidas

Pažymėkite tinkamą skyrių

- SIŪLO DABA
- EIŠKAU DARBO
- PASLAUGOS
- NAMŲ REMONTAS
- PAMOKOS, MOKYMAS
- NUOMA
- IEŠKAU KAMBARIOKO
- PARDUODU VERSLĄ
- VERSLO PASIŪLYMAI
- PERKU – PARDUODU
- PARDUODU AUTOMOBILĮ
- PAŽINTYS
- ĮVAIRŪS
- NEKILNOJAMO TURTO PARDAVIMAS

Skelbimo tekstas _____

(pritrūkus vietos, pridėkite papildomą lapą)

1. Skelbimas neparyškintomis raidėmis – 50c už žodį. Žodžių skaičius X \$0.50 X Leidinių skaičius = Skelbimo kaina \$

2. Skelbimas paryškintomis raidėmis – 60c už žodį. Žodžių skaičius X \$0.60 X Leidinių skaičius = Skelbimo kaina \$

3. Skelbimas DIDŽIOSIOMIS raidėmis – 60c už žodį. Žodžių skaičius X \$0.60 X Leidinių skaičius = Skelbimo kaina \$

4. Skelbimas PARYŠKINTOMIS DIDŽIOSIOMIS raidėmis – \$1.20 už žodį. Žodžių skaičius X \$1.20 X Leidinių skaičius = Skelbimo kaina \$

5. Įrėmintas skelbimas – \$5 (dydis 1" x 1,5")

6. Skelbimas laikraštyje „7 Days“ rusų kalba – 50c už žodį

7. Žodžių skaičius X \$0.50 X Leidinių skaičius = Skelbimo kaina \$

Sudėkite 1-6 punktų sumas

1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 = Bendra suma \$

Jūsų vardas _____
ir telefonas (tik redakcijai; skelbiami nebus) _____

APMOKĖJIMO FORMA:
ČEKIS
MONEY-ORDER

⚠ Neapmokėti skelbimai nebus publikuojami

SIŪLO DARBA

Trucking company is looking for mechanic, please call 773-870-1860

Trucking company looking for safety manager, please call 312-825-8935

Nedidelė transporto kompanija ieško CDL vairuotojų su gerais rekordais vietiniam ir regioniniam darbui. Tel. 708-692-8282.

Atlantic Express kompanijai Bridgeview, IL. reikalingi darbuotojai krauti konteinerius. Valandinis užmokes-tis. Pradirbus virš 40 valandų per savaitę mokama 1.5 karto. Bonusai už ekstra pakrautus konteinerius. Galimybė turėti medicininį draudimą. Kompanija prisideda prie 401K. Apmokamos atostogos ir asmeninės dienos. Privaloma turėti legalius dokumentus darbui USA. Teirautis telefonu 708-599-9680. Klausti Dariaus

AEC Parcel Service Inc reikalingas siuntinių pikip vairuotojas darbui pilnu etatu. Anglų kalba ir dokumentai būtini, rusų, ukrainiečių ir lenkų kalba - privalumas. Tel. 773-656-5558

Pakavimo skyriuje reikalingas darbuotojas. Patirtis nebūtina, minimalūs darbo kompiuteriu įgūdžiai. Tel. (708) 907-3000.

Transporto kompanijai reikalingas dispečeris su patirtimi. Atlyginimas 1600 dol ir daugiau per savaitę, priklausomai nuo darbo kokybės. Tel. 331-871-3834, 847-387-9889

Transporto kompanijai reikalingi mechanikai su patirtimi ir be jos. Naujos dirbtuves, stabilus ir aukštas atlyginimas. Skambinkite tel. (630)303-8961

IEŠKO DARBO

Moteris ieško caregiver darbo, gali pakeisti arba išleisti atostogų. Ilgametė darbo patirtis. Tel. 708-271-7618

Moteris ieško caregiver darbo. 20 metų patirtis. Taip pat gali išleisti atostogų, išieginų dienų. Tel. 708-271-7618

PASLAUGOS

Perkraustome. Išvežame šlamštą. Tel. 708-275-1306

Garažo vartai (durys), servisas, automatika, instaliavimas. Tel. 630-842-9750

Pečių ir kondencionieriu remontas, keitimas. Phone 630 915 1267.

NUOMA

Nuo rugpjūčio 3 išnuomojamas Downers grove, 3 miegamųjų, 1/5 vonios, 1 mašinos garažas. Kiemas uždaras, kaina 2300. Tel. 312-723-1446

DARIEN

Išnuomojamas 2 mie-

gamųjų, 1 vonios butas. Pirmas aukštas. Papildomai mokėti tik už elektrą. Visame bute laminato grindys. Baltos virtuvės spintelės ir SS buitine technika. Pilnai atnaujinta vonia. Kaina \$1700. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461

NEKILNOJAMASIS TURTAS**ADDISON**

ADDISON, IL: Parduodamas pilnai suremontuotas namas, 4 miegamieji, 3 vonios, 2.5 masinu garazas, erdvi virtuve su granitinais stalviršiais, "island", "stainless steel" buitine technika, naujai perdazytas, naujas stogas, naujas kondicionie-

rius. Kiana \$359,000, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGO-LAND BROKERS, INC"

CALUMET PARK

Parduodamas 3 miegamųjų, 2/1 vonios, dviejų aukštų namas. Yra neįrengtas rūsys. Namui reikalingas remontas. Kaina \$50,000. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

CARPENTERSVILLE

CARPENTERSVILLE, IL: Puikus pirkinys!, 3 miegamųjų, 2/5 vonios "split level" namas su paaukstintom lubomis. Nauja virtuve su granitinais stalviršiais, nauja buitine technika, murinis

**Laikraščio užsakymo kuponas**

3 mėnesiai
12 numerių
\$35

6 mėnesiai
24 numerių
\$70

12 mėnesių
48 numerių
\$140

Vardas _____

Adresas _____

Miestas _____

Valstija _____ Zip kodas _____

Telefonas _____

Čekį arba money order kartu su kuponu siųskite adresu:
Ethnic Media, 25 Tesler, P.O. Box 261, Lake Zurich, IL 60047

zidinys, misingas kiemas, 2 masinu garazas. Kaina \$304,900, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROKERS, INC"

CHICAGO

Parduodamas 1 miegamųjų, 1 vonios butas Čikagos senamiestyje. Butas turi vienvietį garažą. Atnaujinta virtuve su kvarco stalviršiais, SS buitine technika. Medinės grindys bute. Yra skalbyklė, džiovyklė. Geras susisiekimas. Galima nuomoti. Kaina \$264,900. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

Parduodamas 2 miegamųjų, 1 vonios mūrinis townhouse. Nėra asociacijos mokesčio. Reikalingas remontas. Kaina \$50,000. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

Parduodamas 2 miegamųjų, 2 vonių townhouse per du aukštus. Yra rūšys. Nėra asociacijos mokesčio. Reikia daug remonto. Turi privatų kiemelį. Kaina \$40,000. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

CHICAGO, IL: Investicija, 3-ju butu namas, mūrinis, siaurinej Chicago dalyje, kaina \$639,000 skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROKERS, INC"

CREST HILL

Parduodamas 3 miegamųjų, 3 vonių rančos stiliaus namas. Yra dvivietis gara-

žas. Yra rūšys. Namas turi saulės kambarį. Virtuvėje yra baltos spintelės ir kvarco stalviršiai. Nėniai pakeista stogas, A/C, pečius. Bendrovei priklauso baseinas, teniso kortai. Kaina \$369,000. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

CRESTWOOD

Parduodamas 2 miegamųjų, 2 pilnų vonių butas antrame aukšte. Bute yra skalbyklė, džiovyklė. Komplekse yra baseinas. Butą galima nuomoti. Kaina \$134,900. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

DARIEN

Parduodamas 3 miegamųjų, 2/1 vonios „duplex“. Yra dvivietis garažas. Baltos atnaujintos virtuvės, laminato grindys, yra židinys. Komplekse yra baseinas. Geras susisiekimas ir geros mokyklos. Kaina \$329,900. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

DES PLAINES

DES PLAINES, IL: Nauja konstrukcija, puiki galimybė tureti naujai pastatyta "ranch" stiliaus namą, 3 miegamieji, plus 2 miegamieji basement, 3/1 vonios, 2600 pedu pirmame aukšte, 2600 pedu irengtame basement, 9 pedu lubos, daug papildomu "closets", "luxurious finishes" visur, "quartz

"stalviršiai, 2 zonu kondicionierius, sildomas 2 masinu garazas. Vertas demesio! Salia ezero opeka, kur galima zvejoti, plaukioti kanojomis, golfo laukai, vaiku zaidimo aikstele. Prasoma kaina \$889,900, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROKERS, INC"

ELGIN

ELGIN, IL: Parduodamas 2008 metu statybos townhouse, 2 miegamieji, plus loftas, 2/1 vonios, 2 masinu garazas, aukstos lubos living room, zidinys, basement. Kaina \$319,000, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROKERS, INC"

FRANKLIN PARK

FRANKLIN PARK, IL: Parduodamas pilnai mūrinis namas, 3 miegamieji, 1 vonia, atskiras garazas, kiemas su patio ir decku. Kaina \$249,000, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROKERS, INC"

GLENDALE HEIGHTS

GLENDALE HEIGHTS, IL: Parduodamas "ranch" stiliaus namas, 3 miegamieji, 2 pilnai atnaujintos vonios. Viskas naujai suremontuota: nauju langai, durys, grindys, nauja virtuve su granitinais stalviršiais, nauja buitine technika. Patogus susisiekimas. Kaina \$245,000, skambinti Kestui 847-401-

4797, "CHICAGOLAND BROKERS, INC"

GLENDALE HEIGHTS, IL: Parduodamas 3 miegamųjų, 1/1 vonios townhouse, yra irengtas basementas. Kaina \$199,999, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROKERS, INC"

HICKORY HILLS

HICKORY HILLS, IL: Parduodamas "split level" namas, 3 miegamieji, 2 vonios, nauja virtuve su "stainless steel" buitine technika, naujai perdarytas, "refinished" grindys, rami vieta "cul de sac", 2 masinu garazas. Kaina \$324,000, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROKERS, INC"

HIGHLAND PARK

Parduodamas 3 miegamųjų +1 rūsyje, 2/1 vonios rančos stiliaus namas. Yra dvivietis garažas. Yra irengtas rūšys, židinys. Namui reikia remonto. Kaina \$445,000. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

MELROSE PARK

MELROSE PARK, IL: Parduodamas nedidelis 3 miegamųjų, 1 vonios namas, 2.5 masinu garazas. Kaina \$239,000, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROKERS, INC"

MARRIONETTE PARK

Patvirtintas Short Sale.

Parduodamas 2 miegamųjų, 1 vonios mūrinis ranchos stiliaus namas. Yra du dideli miegamieji ir ofisas. Yra atskiras garažas dviem automobiliams. Kaina \$153,860. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

OSWEGO

Parduodamas 3miegamųjų +1 rūsyje, 2/1 vonios namas. Yra pilnai įrengtas rūsys, trivietis garažas. Atnaujinta virtuvė, granitiniai stalviršiai, SS buitine technika. Nauji langai, visas namas perdažytas. Kaina \$385,000. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

PALOS HILLS

PALOS HILLS, IL: Erdvus "traditional" 3500 pedu namas, 4 miegamieji, 2/1 vonios, 2 masinu garazas, didelis kiemas su "deck", patogus susisiekimas. Kaina \$419,000, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROTHERS, INC"

PARK RIDGE

PARK RIDGE, IL: "Ranch" stiliaus mūrinis namas, 3 miegamieji, 2 vonios, , irentas basement, 2 masinu garazas, didziulis kiemas, "Pelle" langai ir durys, " open floor " modelis. Kaina \$579,000,skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROTHERS, INC"

RIGHTON PARK

Parduodamas 2 miegamųjų, 1 vonios butas pirmame aukšte su balkonu. Atnaujinta virtuvė su baltomis spintelėmis, kvarciniu stalviršiu ir SS buitine technika. Visas butas naujai perdažytas. Pastate yra skalbyklė/džiovyklė. Kaina \$85,000. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

SCHAUMBURG

SHAUMBURG, IL: Naujai markete , 2005 metu statybos "ranch townhouse" prestiziniame "LIONS GATE" SUBDIVISION , 3 miegamieji, 2 vonios, erdvi virtuve, granitiniai stalviršiai, "stainless steel " buitine technika, " oversized"

2 masinu garazas, privatus kiemas su patio. Asociacija leidžia nuomoti. Kaina \$429,900, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROTHERS, INC"

SCHILLER PARK

SCHILLER PARK, IL : Parduodamas erdvus 2 auksto butas, 2 miegamieji, 1 vonia, 2 parking vietas, yra baseinas. Kaina \$142,000, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROTHERS, INC"

STREAMWOOD

STREAMWOOD, IL: Erdvus 3 miegamuju, 2/1 onios townhouse, 2 masinu garazas, nauja sildymo ir saldymo sistema, geras susieimas, salia parko. Kaina \$255,000, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGO-

LAND BROTHERS, INC"

TINLEY PARK

TINLEY PARK, IL: Parduodamas erdvus " split level" namas, 3 miegamieji, 2/1 vonios, zidinys, erdvus uztvertas kiemas, 2 masinu garazas. Kaina \$369,900, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND BROTHERS, INC"

WILLOWBROOK

Parduodamas 3 miegamųjų, 2 vonių butas antrame aukšte. Yra vienvietis garažas. Bute yra medinės grindys, SS buitine technika. Pilnai atnaujintos abi vonios. Bute yra skalbyklė/džiovyklė. Priklauso Hinsdale Central mokyklų apylinkei. Kaina \$324,000. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

PIGIAU NEI INTERNETE! **847-827-2724**

STARGATE TRAVELS INC. **APPLE VACATIONS**
KELIAUKITE UŽ PAČIAS MAŽIAUSIAS KAINAS

MEKSIKA

DOMINIKOS RESPUBLIKA

KARIBŲ SALOS

EUROPA

Aviabilietai po visą pasaulį

Profesionali kirpėja VILMA

- Kirpimai
- Dažymai
- Cheminiai sušukavimai
- Proginės šukosencos
- ILGALAIKIS PLAUKŲ PRISOTINIMAS KEROTINAIŠ

Tel. 773-983-1598
10035 S. Roberts Rd. Palos Hills, IL 60465
Taylor Nicole Salon & Day Spa

DUMPSTER RENTAL
Residential and Commercial

A CITY SUBURBAN

Suburbs: **708-724-4000** City: **773-254-1960**
www.acitydumpsters.com

Greitas patikimas servisas **LOG Service Plus**

ŠILDYMAS / ŠALDYMAS

Instaliavimas, Servisas, Remontas

Palos Hills, IL
Linas tel.: **(773) 616-2847**

95th

PRODUCE MARKET

WE ACCEPT:



STORE HOURS

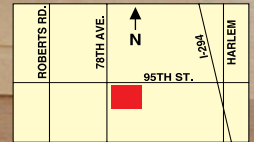
Monday - Saturday
7 am - 8 pm
Sunday
7 am - 7 pm

95th PRODUCE MARKET

7759 West 95th Street
Hickory Hills, IL 60457

Phone: 708-598-1300 Fax: 708-598-1353

WE RESERVE THE RIGHT TO LIMIT QUANTITIES AND CORRECT PRINTING ERRORS.



Sale Dates: July 10th Thru July 16th, 2024

California Romaine Lettuce **99¢** Ea

Whole Mushrooms **\$2.99** 16 Oz.

Jumbo Melons **\$2.99** Ea.

Southern Peaches **79¢** Lb.

Washington Red Cherries **\$1.79** Lb.

Whole Seedless Watermelon **\$3.99** Ea.

Idaho Potatoes **\$2.99** 10 Lbs.

Dry Onions **5/\$2** Lbs.

Wisconsin Muenster Cheese **\$3.99** Lb.

Sara Lee Honey Roasted Turkey Breast **\$6.99** Lb.

Marinated Chicken Shish-Kabobs **4/\$8** For

Fresh Whole Lamb Shoulder **\$5.49** Lb.

Fresh Chicken Drumsticks **59¢** Lb.

Tropicana Fruit Drinks **\$2.99** 52 Oz.

Elite Wheat Rusks **\$1.99** 250 Gr.

Krinos Dolmadakia **2/\$5** 14 Oz.

Balocco Cube Wafers **\$2.29** 250 Gr.

Polksi Smak Vegetable Salads **\$2.49** 870 Gr.

Hellena Oranzada **\$1.69** 1.25 Ltr.

Sera Tomato Paste **\$3.69** 700 Gr.

LIMIT 2 PLEASE

Dutch Farms 2% Milk **\$3.99** Gallon

Bel Gioioso Fresh Mozzarella **\$4.99** 16 Oz.

Dutch Farms Salted or Unsalted Butter **\$4.49** 16 oz.

Fage Total Yogurt **\$3.69** 16 Oz.

LIMIT 3 PLEASE

Zimi Thick #7 Fillo Dough **\$3.29** 16 Oz.