

# Aidas

Čikagos

AMERICAN LITHUANIAN NEWSPAPER

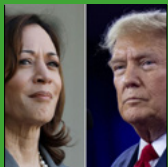
№32 (1392)

08.23.2024 -  
08.29.2024

## RUGPJŪČIO 23-OJI – PASIPRIEŠINIMO DIENA

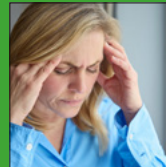


5 PSL.



POLITOLOGAS: KOL KAS JAV  
PREZIDENTO RINKIMŲ KOVOJE  
– LYGIOSIOS

6 PSL.



GALVOS SKAUSMAS IR  
MIGRENA: KODĖL ILGAI  
MIEGOTI – NE Į NAUDĄ?

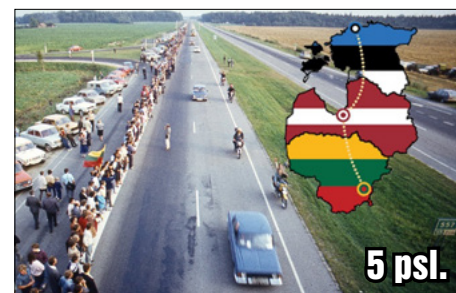
12 PSL.



KRAUJO PRALIEJIMAI PER 25  
VLADIMIRO PUTINO VALDYMO  
METUS

14 PSL.

- 4** Ekspertai apie Harris užsienio politiką  
Harris pristatė savo ekonomikos viziją, žada kovoti su aukštomis kainomis
- 5** Rugpjūčio 23-oji – pasipriešinimo diena
- 6** Politologas: kol kas JAV prezidento rinkimų kovoje – lygiosios  
Treji Talibano valdymo metai Afganistane
- 8** Klaidingi lūkesčiai ir arogancija? Kodėl Latvija išprašė rusų opozicionierius
- 10** Istorinis TTT sprendimas: ar jis ką nors keičia?
- 12** Galvos skausmas ir migrena: kodėl ilgai miegoti – ne į naudą?  
Kas yra elektrolitai ir kuo jie padeda organizmui?
- 13** Seksas: kaip atrasti tikrąją aistrą?
- 14** Kraujo praliejimai per 25 Vladimiro Putino valdymo metus
- 18** Pensininkų klubo metinis susirinkimas
- 20** Kokius batus šį rudenį slėpti spintoje, o kokie bus ant bangos?
- 22** Ką daryti, kad mokslo metų pradžia būtų sklandi  
Prestižiniame Lokarno kino festivalyje apdovanoti du lietuviški filmai
- 24-25** Po Grigorian ir Geniušo planų atlikti rusišką muziką JAV – karštos diskusijos Lietuvoje
- 26** Ekranų laiko ribojimai vaikus tik skatina piktnaudžiauti  
Jaukesnio namų interjero link
- 28** Lietuviški renginiai
- 30** Renginių gidas Čikagoje
- 32** Orai  
Horoskopas
- 36** Trumpėjant vasaros dienoms – jaukumą suteikiantys morkų patiekalai



**AR RUSIJOS POLITIKA DARO  
ĮTAKĄ JŪSŲ POŽIŪRIUI  
RUSIŠKĄ KULTŪRĄ?**

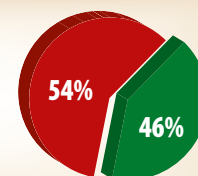
- Taip, nebegaliu ja mėgautis
- Aš atskiriu kultūrą nuo šalies politikos
- Rusiška kultūra man ir taip neimponavo
- Labai mėgstu rusišką kultūrą

Savo nuomonę kviečiame išsakyti mūsų interneto svetainėje [aidas.us](http://aidas.us).

**Praėjusios savaitės klausimas:**

**Ar stebėsite  
Olimpines žaidynes?**

**Taip 46% Ne 54%**



Kviečiame aplankyti mūsų interneto svetainę adresu

[www.aidas.us](http://www.aidas.us)



like us on

facebook

[www.facebook.com/www.aidas.us/](http://www.facebook.com/www.aidas.us/)

**Aidas** Čikagos

ISSN 1553-5762

[www.aidas.us](http://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](mailto: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](http://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](http://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](http://www.blinstrubaslaw.com)  
Tel: (630) 789-9246  
E-Faksas: (630) 239-9659  
El.paštas: [lorb401@gmail.com](mailto: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](mailto:lawoffices.r.a.kezelis@gmail.com)



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





Vicepresidentė Kamala Harris ir jos užsienio reikalų patarėjas Philipas Gordonas

Naujoji demokratų partijos kandidatė į prezidentus Kamala Harris neįprastoje padėtyje: šiame rinkimų cikle ji nedalyvavo pirmųjų rinkimų debatuose, nedetalizavo savo užsienio politikos vizijos. Nuo Joe Bideno pasitraukimo iš rinkimų ji nė nedavė interviu. Ko jos pergalės atveju tikėtis Europai? Atsakymus sufleruoja ir jos praeities pasisakymai, ir jos patarėjai.

Birželį Šveicarijoje, paspaudusi ranką Ukrainos vadovui Volodymyriui Zelenskiiui, vicepresidentė Harris pareiškė: „Remiame Ukrainą ne dėl labdaros, o todėl, kad Ukrainos žmonės ir jų ateitis – mūsų strateginis interesas.“

Žodžiai apie strateginį interesą signalizuoja ilgalaikį įsipareigojimą Ukrainai: nors Harris tai ištare Bideno administracijos vardu, Jungtinių Valstijų Katalikų universiteto Vašingtone profesorius Michaelas Kimmage'as įsitikinęs, kad ir vadžias Baltuosiuose rūmuose perėmusi Harris užtikrintų tęstinumą. „Manau, ji būtų tvirtai įsipareigojusi Ukrainai ir NATO“, – sakė jis.

Pasak profesoriaus, dėl santykinio Harris patirties trūkumo jos užsienio politikos niuansams didesnę įtaką gali turėti jos komanda. Prezidentas Bidenas į Baltuosius rūmus atėjo tiesiai iš Senato Užsienio reikalų komiteto.

Harris tokios patirties neturi. „Nemanau, kad ir Harris trūktų pasitikėjimo savimi, bet ji gali labiau klausyti savo komandos“, – sako Kimmage'as.

Vienas įtakingiausių balsų šioje komandoje – Harris nacionalinio saugumo patarėjas Philipas Gordonas. Jei Harris rinkimus laimėtų – jis šiuo metu laikomas favoritu tapti svarbiausiu naujosios prezidentės užsienio politikos formuotoju.

## Prezidento rinkimai 2024

# Ekspertai apie Harris užsienio politiką

„Jis būtų partneris, su kuriuo Lietuvai būtų lengva dirbti, lengva daugeliui Europos vyriausybių, – teigia Kimmage'as, – Gordonas visų pirma yra Europos ekspertas, giliai įsipareigojęs transatlantiniams santykiams.“

Nors jo pavardė iki šiol nebuvo žinoma plačiajai publikai, Gordonas puikiai pažįstamas Europos diplomatams, o tai darba su galima Harris administracija Europai galėtų dar palengvinti, sako Kimmage'as.

Liepą Vašingtone susitikęs su Ukrainos vadovo patarėju Andriujumi Jermaku Gordonas kalbėjo apie „nesvyruojančią JAV paramą Ukrainai besitęsiančios Rusijos agresijos akivaizdoje“.

Dabartinėje Bideno administracijoje du svarbiausi prezidento užsienio politikos sąjungininkai – jo patarėjas Jake'as Sullivanas ir valstybės sekretorius Antony Blinkenas prieš tai ėjo pareigas, kurias dabar eina Gordonas: buvo viceprezidento Bideno nacionalinio saugumo patarėjais.

Todėl nemenka tikimybė, kad lygiai taip pat ir Harris, jei laimės rinkimus, pasiims bent dalį dabartinės savo komandos į Ovalų kabinetą.

Jei nacionalinio saugumo patarėju galėtų tapti Gordonas, tarp kandidatų į valstybės sekretoriaus postą Vašingtone neoficialiai minimas dabartinis J. Bideno nacionalinio saugumo patarėjas Sullivanas.

Tiesa, jei Sullivanas būtų siūlomas į valstybės sekretoriaus postą, daugumoms Kongreso rinkimų rezultatai. Abejotina, ar respublikonų valdomas Senatas sutiktų į šias pareigas iškelti Sullivaną, dešiniųjų dažnai kritikuojamą dėl chaotiško pasitraukimo iš Afganistano.

Gordono iškėlimas į prezidento nacionalinio saugumo patarėjo pareigas būtų visiškai Harris valioje: kandidatūrai į šią poziciją nereikia Kongreso pritarimo.

### VELNIAS SLYPI NEŽINOMOSE DETALĖSE

Tarp Ukrainos vyriausybės ir Bideno administracijos per pastaruosius metus būta daugiau trinties, nei kartais pripažįstama viešai. Ukrainiečiai už uždaryt durų dažnai reiškia kartelį dėl lėtų ir atsargių Bideno administracijos ėjimų. Kyjivo nuomone, perdėto nerimo dėl Rusijos raudonųjų linijų.

Ar ir Harris administracija perimtų atsargias Bideno kalkuliacijas, kuriose parama Ukrainai visada pasverama prieš galimą eskalacijos riziką? „Council on Foreign Relations“ renginyje gegužę Gordonas buvo

paklaustas apie kritiką, kad Jungtinių Valstijų parama – nepakankamai ryžtinga. „Nemanau, kad teisinga sakyti, kad mūsų sprendimai ar tai, ką mes darome, neleidžia Ukrainai daryti to, ką ji ir turi daryti: ir toliau priešintis Rusijos agresijai“, – kritiką tada atmetė Gordonas, prieš tai išvardinęs Ukrainai teikiamą ginkluotę.

Išsamesnį atsakymą galbūt pateiks pati Harris per debatus su Donaldu Trumpu rugsėjo 10 dieną.

Kitas esminis svarbos klausimas – galimos naujosios administracijos Kinijos politika. Nuo Baracko Obamos laikų kiekviena nauja JAV administracija darbą pradeda pažadu sukurti šalies užsienio politikos dėmesio centrą į Aziją. Kiek ryžtingas būtų Harris posūkis? Ir kiek jis kainuotų Europai?

Jau Harris biografija simboliškai atstovauja epochiniam lūžiui Jungtinių Valstijų užsienio politikoje. Jos pasaulėžiūra suformuota ne prie Atlanto, kaip Joe Bideno, o ties Ramiojo vandenyno pakrante – ji užaugo Kalifornijoje.

Ir airiškos Bideno šaknys jį sieja su transatlantine, į Europą žvelgiančia Amerikos tapatybe. Harris mama – iš Indijos. Bidenas į politiką žengė per Šaltąjį karą, kai didžiausias Jungtinių Valstijų nacionalinio saugumo rūpestis buvo Europoje. Harris į Senatą išrinkta Amerikoje seniai įsitvirtinusiu nuomonei, kad svarbiausia Jungtinių Valstijų interesų zona nebe už Atlanto, o kitoje Ramiojo vandenyno pusėje.

„Dabar tai konsensusas JAV politikoje. Jei Trumpas būtų išrinktas, gautume ekstremalią to versiją. Manau, ir Harris tęstų tą trajektoriją. Vis dėlto tai daug didesnė istorija nei 2024-ųjų rinkimai“, – sako Kimmage'as. Vis dėlto jis akcentuoja: „Kartais sakoma, kad Harris nėra Atlanto krypties politikė, kad jei transatlantinis ryšys nėra toks svarbus kaip Bidenui, tačiau manau, kad tai diskutuotina.“

Nors ilgalaikė Jungtinių Valstijų tendencija – posūkis į Aziją, tikėtina, kad Harris aplinkoje ir toliau dominuotų stovykla, kurioje Europos ir Azijos saugumas laikomas neatsiejamu.

Šios ir Bideno atstovautos minties rėmėjai įsitikinę, kad grėsmių Jungtinių Valstijų nacionaliniam saugumui negalima dalyti į atskirus teatrus: Amerika, nusigręždama nuo Europos, pakenktų ir savo interesams Azijoje. ■



Trumpo komanda kaltina Harris dėl „infiacijos košmaro amerikiečių šeimoms“ ir gąsdina, kad jos vizija tėra „sovietinio stiliaus komunizmas“.

Iš tiesų infliacija Jungtinėse Valstijose mažėja, šalies ekonomika išvengė recesijos, kurios buvo itin baimintasi, o užimtumas stipriai auga ir akcijų rinkos yra rekordinėse aukštumose. Tačiau eiliniai vartotojai vis dar jaučia užsitęsusį COVID-19 pandemijos sukeltą, neapibrėžtumą, įskaitant aukštas kainas kurių maisto produktų kainas ir dideles palūkanų normas perkant būstą.

Taip pat neišku, kaip būtų finansuojamos dosnios Harris mokestinės lengvatos. Nepartinis Atsakingo federalinio biudžeto komitetas nurodo, kad jos pasiūlytos priemonės biudžetui kainuotų daugiau nei 1,7 trilijonų JAV dolerių per ateinančią dešimtmetį. ■

## Prezidento rinkimai 2024

# Harris pristatė savo ekonomikos viziją, žada kovoti su aukštomis kainomis

Kamala Harris pristatė jos rinkimų programoje planuojamas ekonomikos priemones, kuriomis bus siekiama kovoti su augančiomis kainomis. Penktadienį ji dalyvavo rinkimų kampanijos renginyje artėjant Demokratų nacionalinei konvencijai ir kaltino korporacijas keliant kainas.

Sakydama kalbą Šiaurės Karolinoje, svarbioje rinkimams valstijoje, Harris pirmą kartą pristatė savo viziją, kaip kovoti su infliacija, dėl kurios amerikiečiai kritikuoja prezidentą Joe Bideno. Harris pažadėjo įgyvendinti „galimybių ekonomiką“, kurios esminis tikslas bus sustiprinti vidurinęją klasę.

Bandydama rasti ryšį su Bidenu nepatenkintais rinkėjais ji priminė, kad studijuodama universitete dirbo „McDonald's“ greitojo maisto restorane. Ji pripažino, kad nors Jungtinių Valstijų ekonomika ir yra stipriausia pasaulyje, „tačiau daugelis amerikiečių dar nejaučia tos pažangos kasdieniame gyvenime“.

Kalbėdama apie šalies ekonomiką ji užsiminė apie mokestines lengvatas vaikus auginančioms šeimoms, geresnę prieigą prie valstybės subsidijuojamų sveikatos apsaugos paslaugų ir paramą įsigyjantiems pirmąjį būstą.

Tuo metu Baltieji rūmai ketvirtadienį pranešė, kad buvo susitar-ta dėl mažesnių kainų senjorams perkantiems didžiųjų farmacijos

bendrovių gaminamus 10 dažniausiai vartojamų vaistų. Pagal susitarimą per pirmuosius metus vyresnio amžiaus amerikiečiai sutaupys \$1,5 mlrd., o vyriausybė sveikatos apsaugos programa „Medicare“ – \$6 mlrd.. Susitarimas su vaistų gamintojais reiškia postūmį demokratų kandidatės į prezidentus Harris ekonominei darbotvarkei.

Harris jau yra paskelbusi, kad aukštų kainų mažinimas yra itin svarbus jos rinkimų kampanijos akcentas, todėl ji tikisi, kad susitarimas padės įtikinti rinkėjus, kurie jau ilgą laiką vargsta nuo infliacijos.

Harris taip pat ragino Kongresą priimti federalinį įstatymą draudžiantį maisto pramonės bendrovėms nesąžiningai didinti kainas.

Vicepresidentė Harris, siekianti tapti pirmąja moterimi prezidentė JAV istorijoje, savo pasiūlymais tikisi atsiriboti nuo nepopuliarių Bideno sprendimų dėl išaugusių kainų, su kuriomis eiliniai amerikiečiai susidūrė po COVID-19 pandemijos.

Tuo metu Donaldas Trumpas ir Respublikonų partija bando susieti Harris su Bidenu dėl ekonominės padėties JAV.

„Kamala Harris eina pareigas trejus su puse metų, o padarė tik tiek, kad sužlugdė ekonomiką. Kamala negali atsikratyti „Bidenomikos“ tvaiko“, – pareiškė Trumpo rinkimų štabas.

## Rugpjūčio 23-oji – pasipriešinimo diena

Rugpjūčio 23-oji turėjo tapti mūsų pabaigos pradžia, mūsų laidotuvių diena. Ji atvėrė Pandoros skrynią, kuri sukėlė II pasaulinį karą ir penkiasdešimčiai metų prarijo Lietuvą. Ji tokia turėjo būti, tačiau ši data tapo pasipriešinimo diena. Ir štai kodėl.

Žinote, kad 1939 metais rugpjūčio 23 dieną buvo pasirašyta sutartis tarp Vokietijos ir Sovietų Sąjungos? Kaip žinia, šalia atgulė slaptieji protokolai, kuriuose buvo pasidalinta Vidurio Europa, tarp jų – ir Lietuva.

Tiesa, jau kitą naktį informacija apie slaptuosius protokolus pasiekė Baltuosius rūmus, nes jie buvo užverba- vę vieną Vokietijos ambasados Maskvoje darbuotoją. Jis tuos protokolus nufotografavo ir persiuntė į Vašingtoną. Amerikiečiai šia informacija pasidalino su britais. Tačiau tai nepakeitė nei Sovietų Sąjungos, nei Vokietijos planų.

Tad 1940 metų birželį mums buvo pateiktas ultimatumas. Lietuvos valdžia lemiamu momentu nusprendė nesipriešinti. Prasidėjo sovietinė okupacija, kuri šį faktą puikiai išnaudojo savo propagandai – esą patys lietuviai troško sovietų.

Lietuvos garbę išgelbėjo po karo partizanai. Ir ne tik išgelbėjo – jie smarkiai sustabdė sovietizaciją, parodė, kad okupantams galima priešintis.

Lietuvos partizanai nulėmė tai, kad šiandien mes esame NATO ir Europos Sąjungoje. O galėjome būti priklausomi nuo Rusijos kaip, tarkime, Baltarusija. Galėjome turėti žymiai mažiau laisvių, mažiau galimybių. Mes su pavydu būtume žiūrėtume į tas šalis, kurios taptų Europos

Sąjungos narėmis, kurias gintų NATO. Mes niekada nebūtume pasiekę tai, ką dabar turime, jei ne partizanų auka. Jei ne jų kova, jei ne jų kraujas, šiandienos Lietuvos dabartis būtų visai kitokia.

Apie slaptuosius Ribentropo-Molotovo pakto protokolus plačioji visuomenė sužinojo tik po karo. Niurnbergo proceso metu jie buvo paviešinti. Tiesa, žinojo laisvasis pasaulis, bet Sovietų sąjungoje jie buvo slepiama po septyniais užraktais.

Tačiau Lietuvoje buvo disidentų, tokių kaip Antanas Terleckas ar Vytautas Bogušis, kurie žinojo apie šiuos protokolus ir visom išgalėmis siekė šią žinią skleisti. Paradoksalu, bet būtent rugpjūčio 23 diena tapo simboliu, kuris mus vedė į laisvę.

1979 metais rusai, latviai, estai, lietuviai pasirašė 45 pabaltijiečių memorandumą, kurimae smerkiamas Ribentropo-Molotovo paktas ir reikalaujama išvesti svetimą kariuomenę iš Baltijos kraštų.

Pirmasis viešas antisovietinis mitingas įvyko 1987 metų rugpjūčio 23 dieną. Juk tada buvo pirmą kartą parodyta, kad sovietinės valdžios pamatai smarkiai papuvę. Prisiminkime, kad mūsų tautą labiausiai išjudino mitingas Vingio parke, kuris ir buvo skirtas paminėti Ribentropo-Molotovo paktui.

Ir galiausiai – 1989 metų Baltijos kelias, parodęs, kad mūsų tautos trokšta laisvės. Nors tuometinis LTSR KGB pirmininkas Eduardas Eismuntas ir rašė savo ataskaitoje, kad jame dalyvavo vos 200 000 žmonių. Melo ministerija



– KGB – jau melavo net saviems.

Baltijos keliui jau 35-eri! Minint 50-ąsias 1939 m. pasirašyto Molotovo-Ribbentropo pakto metines, 1989 m. rugpjūčio 23 d. buvo rengta masinė taiki demonstracija – žmonių rankų grandinė, nusidriekusi 670 km nuo Talino per Rygą iki Vilniaus, pavadinta Baltijos keliu.

Šis įvykis išreiškė trijų tautų reikalavimą atitaisyti prieš pusę amžiaus įvykdytą neteisę ir atkreipė viso pasaulio dėmesį, sukeldamas nuostabą savo masiškumu ir taikingumu.

Galiamieji šis įvykis susilaukė tarptautinio pripažinimo – po 20 metų pateikus bendrą Estijos, Latvijos ir Lietuvos paraišką „Baltijos kelias – žmonių grandinė, sujungusi tris valstybes laisvės vardan“, dokumentų kolekcija įrašyta į UNESCO programos Pasaulio atmintis tarptautinį registrą.

Galime džiaugtis, kad rugpjūčio 23 diena netapo mūsų pražūties diena. Ji tapo ir pasipriešinimo diena. Todėl šią dieną mes turėtume padėkoti visiems, kas priešinosi: partizanams ir jų vaikams, disidentams ir pirmiesiems Sąjūdžio šaukliams. Jų dėka šiandien mes esame laisvi ir nesugniuždyti. ■

**Kelioniniai sveikatos draudimai iš Lietuvos**

**SVEIKATOS, GYVYBĖS DRAUDIMAI**



[www.healthonerus.com](http://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!**



# Politologas: kol kas JAV prezidento rinkimų kovoje – lygiosios

Kol kas JAV prezidento rinkimų kovoje – lygiosios. Taip dabartinę situaciją artėjančiuose prezidento rinkimuose vertina politologas, Rytų Europos studijų centro vadovas Linas Kojala. Jis pabrėžia, kad, nepaisant įspūdingai augančio Demokratų partijos kandidatės Kamalos Harris populiarumo, tiek jos, tiek Respublikonų kandidato Donaldto Trumpo galimybės laimėti prezidento rinkimus yra apylygės.

Šiomis dienomis vykstantis Demokratų nacionalinis suvažiavimas, kuriame kalbą sakys partijos nuominuota kandidatė, ir artėjantys tiesioginiai debatai suteiks daugiau galimybių įvertinti Harris galimybę tapti prezidente.

– **Kuo svarbus vykstantis Demokratų nacionalinis suvažiavimas? Juk jų kandidatė į prezidentus Kamala Harris jau nominuota, tarsi viskas aišku. Belieka tik įtemptas rengimasis patiems rinkimams. Ar čia tarp svarbiausių dalykų bus planuojama pagrindinė Kamalos Harris kalba rinkėjams?**

– Be abejo, formaliai suvažiavimas turėtų patvirtinti kandidatę. Kadangi ji jau buvo patvirtinta anksčiau, prieš susirenkant delegatams į suvažiavimą, tai tarsi tampa visišku formalumu, bet kartu tai yra didžiulis šou. Tai kelių dienų renginys, kuriame dalyvauja ne tik politikai, ne tik buvę lyderiai, ne tik būsimi galbūt partijos lyderiai, bet ir šou pasaulio žvaigždės. Toks renginys sutraukia didelį žiniasklaidos dėmesį ir tampa galimybe bent kelias dienas partijai tikrai dominuoti viešojoje erdvėje, skleisti žinią apie savo rinkimų programą, ją platinti įvairioms auditorijoms ir kartu, be abejo, tikėtis, kad tai gali turėti efektą ir rinkimų apsisprendimui.

Taip pat reikšminga, kad mes išgirsime Kamalos Harris kalbą, nes ji kol kas dar nėra iki galo atsiskleidusi kaip politikė. Be to, yra ganėtinai daug neatsakytų klausimų, kokią politikos kryptį ji norėtų vykdyti, kaip spręstų įvairias problemas, kokia jos nuomonė įvairiais sudėtingais tarptautiniais, vidaus politikos klausimais. Tad ši kalba galės būti kaip tam tikras atskaitytas taškas vertinti jos būsimą kryptį, jeigu ji laimėtų rinkimus.

– **Nuomonių apklausos toliau piešia gana palankų paveikslą**

**Kamalai Harris. Koks jis yra šiuo metu? Ką jame regime? Ar galime jame matyti ne tik stipriąsias, bet ir silpnąsias puses?**

– Paveikslas yra gana pozityvus, ypač jeigu lygintume su tais rezultatais, kuriuos apklausose demonstravo buvęs nominuotasis demokratų kandidatas Joe Bidenas. Per tą laiką, kai įvyko pokytis tarp Bideno ir Harris, pastarosios populiarumas išaugo, ir ji prisivijo daugelyje apklausų ilgai pirmavusį Donaldą Trumpą.

Vaidas dabar yra maždaug toks: nacionaliniu lygiu vykstančiuose apklausose Kamala Harris turi kelių procentinių punktų pranašumą prieš Donaldą Trumpą. Bet, be abejo, tai nėra svarbiausias veiksnys, nes Jungtinių Valstijų rinkimų sistema yra grindžiama atskirų valstijų balsavimu. Jeigu žvelgtume būtent į atskiras valstijas, o ypač šešias–septynias, kurios yra pačios reikšmingiausios galutiniam rezultatui, tai matytume, kad ten nugalėtojas neiškus – mes matytume beveik absoliučią kandidatų lygybę, t. y. 50 ir 50.

Tad ką Kamalai Harris pavyko padaryti? Gerokai sumažinti atotrūkį, kurį Trumpas turėjo prieš Bidoną, ir pasiekti situaciją, kurioje galima teigti, kad abiejų kandidatų galimybės laimėti rinkimus šią akimirką atrodo praktiškai lygios.

– **Dabartinis šalies vadovas Joe Bidenas suvažiavime pareiškė, kad bus geriausias savanoris Kamalos Harris kampanijoje prieš respublikoną varžovą Donaldą Trumpą. Ką reiškia ši parama?**

– Be abejo, ji yra reikšminga. Ir nėra netikėta. Puikiai suprantame, kad Bidenas nori, jog Harris laimėtų rinkimus. Jis norėtų, kad Baltųjų rėmų šeimininke taptų būtent ji, kad nereikėtų juos vėl sugrąžinti į Trumpo kontrolę.

– **Viename iš savo komentarų pabrėžėte tam tikrą sutrikimą kito kandidato į prezidentus Donaldto Trumpo stovykloje, kad ten sunkiai sekasi persiorientuoti nuo Bideno prie Harris, kad siekiama pasitelkti net milijardierių Eloną Muską.**

– Išties buvo akivaizdu, kad Donaldas Trumpas turi gerą ir efektyvią strategiją prieš Joe Bidoną, ypač akcentuodamas, jog tai yra senas prezidentas, neefektyvus prezidentas, prezidentas, kurio fiziniai ir mentaliniai pajėgumai dar ketverius metus vadovauti



valstybei kelia abejonų. Ir tuo didelė dalis elektorato buvo įtikinta.

Trumpas turėjo pranašumą, apčiuopiamą pranašumą prieš savo konkurentą. Kai kandidatai pasikeitė, kai kandidatė tapo Kamala Harris, taip efektyviai sukoncentruoti žinutę prieš ją ir rasti būdą paveikti rinkėjus, kad šie būtų nusiteikę skeptiškai jos atžvilgiu, Donaldui Trumpui kol kas ne iki galo pavyksta. Iš dalies galbūt tai sąlygoja jo paties asmenybė. Jis yra politikas, kuris paprastai nesilaiko disciplinuotų žinučių, jis kalba tai, kas šauna į galvą, ir neretai tai reiškia, kad ta kritika būna nelabai pagrįsta arba nelabai suprantama.

Paties Donaldto Trumpo komandos nariai sako, kad jis turėtų daugiau dėmesio skirti kritikai, nukreiptai į Kamalos Harris priimtus sprendimus kartu su Joe Bidenu.

– **O dėl Eloną Musko pasitelkimo į pagalbą?**

– Tai dar viena galimybė rasti būdą prieiti prie rinkėjų, ir toks labai neformalus pokalbis su milijardieriumi, kuris pats turi gaušybę sekėjų, patraukia dėmesį. Be abejo, tai yra rinkimų kampanijos elementas.

– **Abiejų kandidatų į Jungtinių Amerikos Valstijų prezidentus dar laukia tiesioginiai debatai. Kas apie juos žinoma šįandien ir kiek jie svarbūs rinkimų kovoje?**

– Donaldas Trumpas labai norėjo, kad vyktų treji debatai iki rinkimų, ir tokia galimybė vis dar egzistuoja. Bet kol kas panašu, kad yra sutarta tik dvi debatai, kurie planuojami rugsėjo 10 dieną. Tai irgi nestebina, nes Trumpas nori, kad būtų parodytos Harris silpnybės. Trumpas tikrai juose bus labai energingas, labai agresyvus, bandys kritikuoti Harris ir pakreipti kita linkme bendrą rinkiminės kampanijos tendenciją, kuri pastaruoju metu jam nebuvo palankiausia.

Ar bus antri, treči debatai – parodysi laikas. Demokratų kandidatė kol kas nėra linkusi įsipareigoti. ■



Lygiai treji metai, kai Afganistane į valdžią grįžo Talibanas. Nors kautynės karų nuniokotoje šalyje baigėsi, ekonomika merdi, žmogaus teisių nepaisoma, moterys verčiamos užsidaryti tarp keturių sienų, humanitarinė krizė – kasdien vis aštresnė.

Talibanas savo trejų metų valdymą šventė išvakarėse Kabulo priemiestyje esančiame stadione, ir buvusioje amerikiečių bazėje Bagrame, demonstravo sovietinių laikų techniką, karių meistriškumą, šlovinio ir savizudžių sprogdintojus, rengisius išpuolius prieš savus ir tarptautines pajėgas.

„Nepriklausomybės dienos proga sveikiname žymiausius džihadovus kovotojus, kurie pasiaukavo susisprogdindami“, – kalba pasienio ir genčių reikalų ministras Nurula Nuri.

Talibanus įsitvirtinus Kabule 2021-ųjų rugpjūčio 15-ąją, žluvo Vakarų remiama vyriausybė, o jos lyderiai pasitraukė į

## Moterys teisės pamirštos

# Treji Talibano valdymo metai Afganistane

tremtį, netrukus Afganistaną paliko amerikiečiai ir kitos užsienio pajėgos. Talibų vyriausybės nepripažino nė viena šalis. Jos viršūnėje aukščiausiasis Talibano lyderis, kuriam paklusta dvasininkai ir Kabulo administracija, vykdanči dvasininkų sprendimus ir susitinkanti su užsienio atstovais.

„Palyginti su okupantais, turėjome nedaug išteklių, bet vertinkime sąžiningai, būkime laimingi ir švęskime padedami dievo“, – pareiškė Nuri.

Per pastaruosius metus afganai galėjo truputį lengviau atsikvėpti po keturis dešimtmečius trukusios karų virtinės, bet beveik visiems gyventojams, o jų – 30 milijonų, reikia humanitarinės pagalbos. Pernai užsienio parama sudarė trečdaliį bendrojo vidaus produkto, JAV iki šiol išlieka didžiausios pagalbos teikėjos.

Skolintis Afganistanas negali, nes neturi pripažintos vyriausybės. Grynuosius spausdina užsienyje. Vidaus pinigų rinką paralyžiuoja islamo taisyklė, draudžianti palūkanas.

Moterys visai turėjo pamiršti svajones ir ambicijas.

„Moterys neužima nė vieno vadovaujančio posto nei šalies, nei regionų mastu. Jei moteris patenka į Talibano valdžios struktūras, joms tenka tik pareiga stebėti kitas moteris,

ar jos laikosi taisyklių“, – nurodo Jungtinių Tautų pareigūnė Alison Davidian.

Talibanas moterims nustatė taisykles, kokius drabužius dėvėti, ką dirbti, kur ir kaip keliauti.

„Prieš trejus metus moteris teoriškai galėjo nuspręsti siekti prezidento posto. Žinoma, nenoriu pasakyti, kad prieš trejus metus buvo gerai, bet dabar moteris negali net pati nuspręsti, kada jai eiti į parduotuvę“, – teigia JT pareigūnė.

Moterys padėsis Afganistane skaudžiai paveiks ateities kartas.

„Mūsų analizė rodo, kad pašalinus daugiau nei milijoną mergaičių iš mokyklų, 100 tūkstančių merginų iš universitetų, ankstyvų gimdymų per kelerius metus padaugės 45 procentais. O motinų mirtingumas bus dvigubai didesnis“, – teigia A. Davidian.

Nors oficialiai nepripažįstami Talibano lyderiai susitinka su aukšto rango Kinijos ir Rusijos pareigūnais, net dalyvauja Jungtinių Tautų renginiuose. Vidaus iššūkių jų valdžiai nėra, sako ekspertai, taip pat ir išorėje, kai tarptautinė visuomenė nukreipusi dėmesį į Ukrainą ir Gazos Ruožą. Afganistanas ankstesnės terorizmo grėsmės, atrodo, nekelia, bet rizika išlieka. ■

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**

# Klaidingi lūkesčiai ir arogancija? Kodėl Latvija išprašė rusų opozicionierius

Rusijai įsiveržus į Ukrainą, Ryga tapo Rusijos žurnalistų egzilyje centru. Viena pirmųjų atvyko nepriklausomos Rusijos žiniasklaidos flagmanas televizija „Dožd“.

Skirtingai nuo anksčiau pasitraukusių organizacijų, tokių kaip 2014 m. Latvijoje namus radusi „Meduza“, „Dožd“ ėmėsi informuoti ne tik apie Rusijos ir tarptautinius įvykius, bet ir apie Latvijoje vykstančius procesus. Taip jie pasirinko vieną iš kontroversiškiausių temų – sovietinius paminklus. Būtent čia jie ir padarė savo pirmąją klaidą.

Interviu su tuometiniu Rygos meru televizija „Dožd“ kvestionavo Latvijos sprendimą nuversti likusius sovietinius paminklus. Kai kuriems apžvalgininkams bei gyventojams atrodė, kad kanalas atkartoja Kremliaus istorinius naratyvus.

Per Latviją ir kaimynines Baltijos šalis nuvilnijo prieštaringų diskusijų banga. Viešumoje, taip pat namuose ir žiniasklaidos biuruose buvo kalbama įvairiai: nuo susižavėjimo griežtu ir kokybišku interviu iki kaltinimų vietinio konteksto ir jautrumų ignoravimu.

Anksčiau kanalas jau buvo kritikuojamas už tai, kad, kalbėdamas apie Rusijos armiją, vartojo frazę „mūsų kariuomenė“, nepaisant to, kad patiem žurnalistams tai reiškė atsakomybės prisiėmimą už savo šalies ginkluotųjų pajėgų padarytus nusikaltimus.

Tačiau didžiausia kontroversija buvo vėliau. 2022 m. gruodžio 2 d. laidos metu vedėjui Aleksejui Korostelevui teko užpildyti kelias minutes tiesioginio eterio. Korostelevas protu sunkiai suvokiamu monologu paragino žmones aukoti Ukrainoje kovojantiems Rusijos šauktiniams: „Tikimės, kad galėjome padėti daugeliui kariškių, pavyzdžiui, aprūpindami juos apranga ir būtiniaisiais daiktai fronte“, – sakė jis.

„Net girdėdamas iš savo lūpų sklindančius žodžius, Korostelevas negalėjo suprasti, ką jis sako“, – jo mintys buvo perfrazuotos plačioje „The New Yorker“ publikacijoje apie šį incidentą.

Korostelevas buvo atleistas, tačiau žala jau buvo padaryta. Tuometinis Latvijos gynybos ministras Artis Pabriks netgi pareiškė, kad žurnalistams turėtų būti panaikinti leidimai gyventi šalyje, o televizijos stotis – uždaryta.

Tai ir įvyko dar po keleto pažeidimų, už kuriuos „Dožd“ buvo skirtos pinigines baudos – kanalas nepateikė privalomo laidos vertimo į latvių kalbą ir per klaidą, kaip sakė televizijos atstovai, parodė Rusijos žemėlapį, į kurį buvo įtrauktas ir okupuotas Krymas.

Vos po kelių dienų, gruodžio 6 d., televizijos licencija buvo panaikinta dėl neįvardytos „grėsmės visuomenės saugumui ir viešajai tvarkai“. Apeliacinis procesas, į kurį įsitraukė Latvijos žiniasklaidos ir nevyriausybinės organizacijos, dabar atidėtas iki šių metų spalio mėn. Tuo tarpu televizijos „Dožd“ darbuotojai ir biuras persikėlė į Nyderlandus.

„Manau, kad tai buvo valdžios institucijų klaida, – apie sprendimą panaikinti licenciją sakė televizijos „Dožd“ vyriausiasis redaktorius Tichonas Dzyadko. – Šis sprendimas nedavė nieko gero [...] nei Latvijai, nei civilizuotiems žmonėms, kovojantiems prieš Rusijos propagandą ir šį baisų karą Ukrainoje.“

## GYVENIMAS EGZILYJE

Marija Kiseleva yra Rusijos žurnalistė, 2022 m. pradžioje pasitraukusi į Rygą. Kaip ir dauguma neseniai atvykusiųjų, ji iš karto ėmėsi rengti reportažus apie karą Ukrainoje – to ji negalėjo daryti Rusijoje.

Nesibaigiančias pamainas pertraukdavo vakarai rusų žurnalistų burbulė Rygoje. Tačiau ilgai gyveno ir darbo pusiausvyra normalizavosi, užleidama vietą įprastiniams rūpesčiams kaip dokumentų tvarkymas ir įsikūrimas naujoje vietoje.

Tačiau būtent čia gyvenimas egzilyje pasirodė esąs didžiausias iššūkis, nes Latvijos kvietimas atvykti nereiškė supaprastinto leidimo gyventi ar prieglobsčio suteikimo proceso.

„Yra toks rusų posakis, kad baisi pabaiga yra geriau nei nesibaigiantis siaubas, – sakė Kiseleva. – Žmonės išvargino nuolat besikeičianti situacija su [leidimo gyventi] dokumentais, kuriuos darosi vis sunkiau ir sunkiau gauti.“

Kai kurie Rygoje gyvenantys rusai suprato – jie nebėra laukiami išskėstomis rankomis.

„Pasikeitė politinė retorika, ir ne tik dėl televizijos „Dožd“. [Pareigūnai] ėmė sakyti, kad kyla grėsmė valstybės saugumui, kad su šiais žurnalistais galėjo atvykti šnipų, o ne tik patikimi žmonės“, – sakė Ėrika Staškeviča, vienos didžiausių rusakalbių žiniasklaidos organizacijų Latvijoje RUS TVNET vyriausioji redaktorė.

Panašios diskusijos aidai ir kaimyninėje Lietuvoje, ypač kai tai liečia į Vilnių persikėlusius baltarusius.

„Ir nebėra taip, kad mes tiesiai šviesiai sakome, jog Latvija laukia visų rusų žurnalistų. Kiekvienas atvejis vertinamas labai individualiai, net jei jie atstovauja didelei žiniasklaidos organizacijai“, – sakė Ė. Staškeviča.

Daugelis beda pirštu būtent į televizijos „Dožd“ incidentą kaip įrodymą, kad nepasitikėjimas yra pagrįstas ir kad rusų iševiai nėra prieš karą.

Sentimentą paaštrino ir televizijos „Dožd“ pagrindinės savininkės „(ne)atsiprašymas“, kaip tai apibūdino „The New Yorker“ publikacija: „Ar galima užjausti šauktinius? – sakė Natalija Sindejeva. – Kiekvienas sprendžia pats už save. Aš žinau, kad aš juos užjaučiau.“

Kalbėdamas iš biuro Amsterdame, Dzyadko sakė, kad dalis nepasitikėjimo kilo ir dėl per didelių jiems iškeltų lūkesčių Baltijos šalyje.

„Mūsų juoda-balta supratimas skiriasi nuo, pavyzdžiui, Baltijos šalių žurnalistų. Jie norėtų, kad rusų žurnalistai taptų ukrainiečių žurnalistais, o man tai neįmanoma“, – sakė jis.

„Ukrainos žurnalistai yra ant išlikimo kaip valstybės, tautos ribos. Suprantama, kodėl jie nepasirengę atskirti „rusų“ nuo rusų, ir aš esu paskutinis žmogus, kuris galėtų juos dėl to kaltinti“, – pridūrė jis.

„Kartu man labai gaila civilių gyventojų žūčių, pavyzdžiui, Rusijos Belgorodo srityje. Tačiau suprantu, kodėl tai vyksta – dėl Putino kaltės, nes jis pradėjo šį karą 2022 m. vasario 24 d.“, – sakė Dzyadko.

## „EMIGRANTŲ BURBULAS“

Dabar egzistuoja nedaug galimybių užmegzti glaudesnius ryšius tarp Rusijos žurnalistų emigrantų ir vietos bendruomenių.

„Tai gera iliustracija to, apie ką mes diskutuojame, – sakė Aleksandras Šuņinas, rusakalbis latvis, buvęs televizijos laidų vedėjas. – Jie čia jau dvejus metus, aš žinau beveik visus šioje rinkoje, šioje srityje dirbu beveik 30 metų, bet nė vieno iš jų nepažįstu.“

Pasak RUS TVNET redaktorės Staškevičos, atvykėliai gyvena atskirame „emigrantų burbulė“.



„Jie atvyksta grupėmis, turi savo bendruomenę ir gyvena joje. Tik kai kurie žurnalistai, kurie aktyviai išeina už šios bendruomenės ribų ir pradeda lankytis Latvijos renginiuose, ištrūksta iš šio burbulė ir pradeda megzti ryšius bei draugauti su latviais“, – pridūrė ji.

Kai kurie rusų žurnalistai yra labiau linkę bendrauti su rusakalbiais latviais. Pasak kelių Latvijoje dirbančių žurnalistų, tai vyksta iš dalies dėl bandymo išvengti nesusipratimų.

„Mes ir toliau liekame dviejuose skirtinguose komunikacijos pasauliuose, – sakė Ina Strazdiņa iš Latvijos visuomeninio transliuotojo LSM. – Galbūt tai natūralus procesas, kai egzistuoja dvi skirtingos kultūrinės tapatybės.“

„Tačiau televizijos „Dožd“ situacijos metu kilo klausimų, – sakė I. Strazdiņa. – Buvo nevienareikšmiškų nuomonių, nes nuo pat karo pradžios šiai temai skiriame didelį dėmesį. Latvijos televizijoje visiškai griežtai pasakėme, kad palaikome Ukrainą ir kad nėra pilkosios zonos, o tik juoda ir balta.“

## EMOCINĖ SVEIKATA

„Negalima skubinti integracijos, tapatybės keitimo. Jiems reikėjo laiko, kad sužinotų apie mūsų jautrius taškus, mūsų dirgiklius, – sakė organizacijos „Media Hub Riga“ vadovė Sabine Šile. – Iš jų buvo tikimasi, kad jie bus tobuli, nedarys klaidų.“

„Media Hub Riga“ suteikė erdvę ir bendruomenę daugybei Rusijos, Baltarusijos ir Ukrainos žurnalistų, ieškojusių prieglobsčio Latvijoje. Organizacija taip pat padeda televizijai „Dožd“ apeliacijos procese.

Be tokių milžinų kaip „Novaja Gazeta“ ir „Dožd“, kurie persikėlė iš Maskvos, biuras taip pat vienija žurnalistus iš regioninės Rusijos žiniasklaidos. Žurnalas „The New Yorker“ duomenimis, vien per pirmuosius kelis karo mėnesius Latvija išdavė daugiau kaip 260 vizų iš Rusijos bėgantiems žiniasklaidos darbuotojams.

„Svarbu suprasti, kad iševijos žiniasklaida yra įvairi – yra regioninių, federalinių leidinių“, – sakė S. Šile.

„Reuters“ instituto duomenimis, iš viso Latvijoje veikia apie dvi dešimtys Rusijos žiniasklaidos organizacijų. Vakarų žiniasklaidos priemonės, įskaitant „Deutsche Welle“ ir BBC, taip pat perkėlė savo Rusijos biurus į Rygą.

„Tai, ką jie išgyveno, buvo traumuojantis įvykis. Jų šalis juos laiko išdavikais, o jie atvyko į Europos šalį tikėdamiesi laisvės, – sakė Šile. – Tiek žiemos sezonais, tiek dėl teisinio statuso trūkumo egzilyje dirbantiems žurnalistams psichikos sveikata buvo problema, buvo ir bandymų nusižudyti.“

Tačiau nuo to laiko daugelis pradėjo integruotis, išlaikė Latvijos egzaminus ir „netgi įkūrė savo žiniasklaidos priemones, kurios užpildo mūsų žiniasklaidos erdves spragas rusakalbiams ir net ukrainiečių pabėgėliams“, pridūrė Šile. ■



# DRAUDIMAS

*Geriausias 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**



# 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



**Puikus  
aptarnavimas**



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

**INSURANCE  
AND FINANCIAL**

**ĮVAIRIŲ  
RŪŠIŲ  
DRAUDIMAI**



Vilma



Virginija

**Notarinės  
paslaugos -  
NEMOKAMAI**



**708-433-7777**

# Istorinis TTT sprendimas: ar jis ką nors keičia?

Jungtinių Tautų (JT) Aukščiausiasis Teismas paskelbė beprecedentį sprendimą, kuris, anot teisininkų, turi padėti tašką politinėse diskusijose apie Palestinos teritorijų likimą: šios, anot Tarptautinio Teisingumo Teismo (TTT), yra okupuotos neteisėtai. Tačiau ką tai reiškia?

„Aktualiausias dalykas yra pareigojimas nepadėti išlaikyti dabartinės padėties okupuotose Vakarų Kranto teritorijose, įskaitant Rytų Jeruzalę“, – laikraščiu „The Guardian“ sakė profesorius Philippe'as Sandsas, Palestinos teisininkų grupės, nagrinėjančios TTT bylą, narys.

Palestinos šalininkai sako, kad būtent rekomendacija „neteikti pagalbos ar paramos išlaikant“ Izraelio Palestinos teritorijų okupaciją turėtų reikšti sankcijų išplėtimą ar kitas, daugiausia ekonomines, priemones.

„Teismo sprendimą galima aiškinti, nagrinėti, pritarti jam arba jį kritikuoti, bet ignoruoti jo neišeina“, – sako tarptautinės teisės ekspertė, Vilniaus universiteto Teisės fakulteto doc. dr. Indrė Isokaitė-Valužė.

Nuo 1967-ųjų karo Izraelis kontroliuoja Vakarų Krantą ir Rytų Jeruzalę, nepaisydamas taikos susitarimų, numčiusių „dviejų valstybių“ sprendimą. Faktai žemėje pamažu rodo besikeičiančią realybę – palestiniečiai kontroliuoja tik nedidelę nausėdijų apsuptą teritoriją Vakarų Krante.

Iki šiol nebuvo tarptautinės teisės precedento, kuris galėtų daryti aiškią įtaką politinėms diskusijoms apie Palestinos teritorijų likimą. Tai pasikeitė liepos mėnesį.

Nawafas Salamas, TTT vadovas, liepos 19 d. paskelbė, kad Izraelis turėtų išskirti savo naujakurius iš Vakarų Kranto ir Rytų Jeruzalės, kur šiuo metu 160 skirtingose vietose gyvena daugiau nei 700 tūkst. žmonių. Būtent tai teismo įvardijama kaip „aneksija“, o Izraelio politika palestiniečių atžvilgiu jų pačių teritorijose buvo prilyginta „sisteminei diskriminacijai, inter alia dėl rasės, religijos ar etninės kilmės“.

Žmogaus teisių gynėjai, įskaitant „Human Rights Watch“, tai prilygino apartheidui – rasinės segregacijos – sistemos pripažinimui.

Tuo tarpu teismas taip pat paskelbė, kad Izraelio pasitraukimas iš Gazos Ruožo 2005 m. nenutraukė okupacijos, nes Tel Avivas vis tiek faktiškai per ribojimus kontroliavo šią teritoriją.

## APČIUOPIAMŲ VEIKSMŲ BIEIŠKANT

Nors dokumentas nėra teisiškai įpareigojantis ir nėra susijęs su paraleliai vykstančiu Pietų Afrikos Respublikos (PAR) iniciuotu galimų karo nusikaltimų Gazoje tyrimu, galima įžvelgti pirmuosius tarptautinės bendruomenės žingsnius.

Po teismo sprendimo Australija paskelbė sankcijas Izraeliui, įskaitant turto įšaldymą ir draudimą atvykti į šalį naujakuriams, kurie, kaip teigė Kanbera, buvo susiję su smurtiniais išpuoliais prieš palestiniečius. Tokias sankcijas jau anksčiau yra įvedusios ir JAV, ir Europos Sąjunga (ES).

Savo ruožtu dar prieš teismo sprendimą ES užsienio reikalų ministrai pirmą kartą kalbėjosi apie galimas sankcijas Izraeliui dėl besitęsiančios humanitarinės krizės Gazoje.

Tuo tarpu ES vyriausiasis užsienio reikalų įgaliotinis Josepas Borrellis teigė, kad TTT sprendimas „iš esmės atitinka ES pozicijas“, tačiau jį „reikės nuodugniau išanalizuoti, atsižvelgiant į jo poveikį ES politikai“.

Svarbu dekonstruoti teisinę ir iš jos išplaukiančią diplomatinę retoriką, norint suprasti tikrąją šio TTT sprendimo svarbą ir jos galimą įtaką. Būtent tai, anot tarptautinės teisės ekspertų, ir yra sudėtingas iššūkis greitų ir apčiuopiamų išvadų

reikalaujančiai visuomenei.

„Svarbu suprasti, [kad] tai yra TTT tarptautinės teisės išaiškinimas jo prašiusiai JT institucijai, įgalinantis tą instituciją priimti atitinkamus sprendimus, kurie jau galėtų būti privalomi valstybėms“, – teigė VU Teisės fakulteto doc. dr. I. Isokaitė-Valužė.

„Pavyzdžiui, 2004 m. konsultacinė išvada priimta atsakant į JT Generalinės Asamblėjos klausimus dėl Izraelio statomos sienos okupuotoje Palestinos teritorijoje teisėtumo, kai teismas išaiškino, kad siena neteisėta ir Izraelis turi ją nugriauti, atlyginti žalą, o valstybės – neremti ir nepalaikyti šios neteisėtos situacijos“, – pridūrė ji.

Tačiau tada jokių apčiuopiamų veiksmų prieš Izraelį taip ir nebuvo imtasi – tarptautinėje teisėje nelegalia laikoma siena, vietomis atpjovusi didesnę teritoriją Izraeliui, nei numatyta taikos susitarimuose, tebestovi. Nors teisinis precedentas buvo, politinės valios – ar konsensuso tarptautinėje bendruomenėje – neatsirado.

„Būtent JT, ypač Generalinė Asamblėja ir Saugumo Taryba, turi spręsti [jau po TTT sprendimų], kaip tą neteisėtą buvimą nutraukti kuo greičiau“, – sakė I. Isokaitė-Valužė.

Izraelio ministras pirmininkas Benjaminas Netanyahu teigė, kad TTT sprendimas „yra absurdiškas“. Tuo tarpu JAV – didžiausia Tel Avivo rėmėja tarptautinėje bendruomenėje – dar kartą patvirtino, kad Izraelio naujakurių gyvenvietės yra nelegalios, bet sukritikavo TTT sprendimą, esą jis dar labiau apsunkins konflikto sprendimo paieškas.

„Tačiau pažeidimo fakto konstatavimas kompetentingos teisminės institucijos sprendime nebegali būti paneigtas. Net ir „absurdiško“ teismo sprendimo nevykdymas suteikia teisinį pagrindą taikyti atsakomąsias priemones“, – savo viename komentare rašė teisininkas Rytis Satkauskas.

Ankstesni nepriklausomos žiniasklaidos tyrimai yra įrodę, kad Izraelis baiminasi tarptautinių teismų sprendimų ir galimų jų pasekmių.

Gegužę leidiniai „972“ ir „Local Call“ Izraelyje ir „Guardian“ Britanijoje paskelbė išsamų tyrimą apie tai, kaip Izraelio žvalgyba beveik dešimtmetį bandė sužlugdyti Tarptautinio Baudžiamojo Teismo (TBT) karo nusikaltimų tyrimus.

Ši operacija, prasidėjusi dar 2015 m., buvo žinoma ir prižiūrima aukščiausių Izraelio pareigūnų ir politikų. Per ją bei kitas panašias operacijas bandyta rasti kompromituojančios medžiagos apie teisėjus, manipuliuoti arba papirkti vyriausią prokurorą Fatou Bensouda ir visaip bandyti trukdyti arba stabdyti tyrimus.

## DVEJOPI STANDARTAI?

Stebėtojai anksčiau yra kaltinę tarptautinę bendruomenę dėl neva dvejopų standartų, taikomų TTT ir TBT. Kai buvo išduotas Rusijos prezidento Vladimiro Putino arešto orderis, Vakarai šį sprendimą sveikino.

Tačiau kai teismo prokuroras nusprendė tą patį daryti „Hamas“ ir Izraelio lyderiams, Vašingtonas atmetė šį sprendimą ir pagrasino imtis veiksmų prieš patį TBT, kuris nėra po JT skėčiu ir kurio nepripažįsta tokios šalys kaip JAV, Rusija ar Izraelis.

„Be įprasto žodinio pasmerkimo, Vakarai į šiuos tarptautinės teisės pažeidimus nekreipė dėmesio. Savo abejingumu aiškiai parodėme, kad Izraelis yra taisyklių išimtis. Dabar Vakaruose esame pavojingai pažeidžiami dėl šios apatijos“, – liepos 25 d. Didžiosios Britanijos parlamente vykusiuose debatuose



sakė Lordų Rūmų narys konservatorius Nicholas Soamesas.

Lietuva savo užsienio politiką grindžia teisės viršenybe tarptautinėje bendruomenėje. Užsienio reikalų ministras Gabrielius Landsbergis anksčiau yra teigęs, kad Lietuva negali rinktis, klausyti TBT sprendimo ar ne.

„Tas pats teismas yra išdavęs arešto orderį Putinui už nusikaltimus, padarytus prieš Ukrainą. Esame šio teismo dalis ir turime priimti sprendimus tokius, kokie jie yra“, – gegužę sakė G. Landsbergis.

Kaip vėliau teigė Užsienio reikalų ministerija (URM), „Lietuva pabrėžia būtinybę užkirsti kelią konflikto eskalavimui regione ir Vakarų Krante ir palaiko ES sankcijų taikymą ekstremistams naujakuriams“.

„Kartu raginame partnerius ES imtis papildomų priemonių kovai su teroristinėmis grupėmis, įskaitant politinės ir finansinės paramos jų veiklai stabdymą“, – rašytiniame atsakyme teigė URM.

Įžvelgti vienašališkus žingsnius ar didesnę Lietuvos įsitraukimą į Izraelio ir Palestinos klausimą sunku: Vilnius bendradarbiauja su Izraeliu ginkluotės pramonės srityje, išlieka ir kaltės dėl Holokausto jausmas bei stiprus palaikymas JAV tarptautinės politikos kryptimi.

Anot VU doc. dr. I. Isokaitės-Valužės, tokius veiksmus kaip gynybos pramonės bendradarbiavimą būtų per platu laikyti pažeidžiančiais TTT išvadas, skatinančias „neteikti pagalbos ar paramos išlaikant“ Izraelio Palestinos teritorijų okupaciją.

„Net jei iki šiol negirdėjome jokios Vyriausybės reakcijos, manau, tarptautinio teismo sprendimas turės tiesioginę įtakos tolesnei Lietuvos pozicijai Izraelio atžvilgiu“, – teigė teisininkas R. Satkauskas.

Didžiausią įtaką tai, visų pirma, turėtų daryti tarptautinės politikos diskusijose, ne teisėje – teismo išvada patvirtina, kad Izraelio veiksmai pažeidžia tarptautinę teisę, o Lietuva, kaip ir visos pasaulio šalys, yra įpareigojama neprisidėti prie jos įgalinimo, teigė R. Satkauskas.

„Diskusijos dėl nausėdijų teisėtumo, jų plėtros ar istorinių Izraelio teisių į okupuotas teritorijas nebetenka prasmės, – teigė R. Satkauskas. – Taigi, pirmiausia turės keistis politinis diskursas.“

Ar artimiausiu metu galime sulaukti konkrečių tarptautinės politikos atgarsių dėl šios teismų nuomonės, pavyzdžiui, papildomų ES ir Lietuvos sankcijų? Nebūtinai, anot Mykolo Romerio universiteto (MRU) lektorės ir vienintelės Lietuvos pilietės, dirbančios TTT, dr. Dalios Višinskytės.

Pastaruosiu metu daugėja bylų, kurios kyla dėl vadinamųjų erga omnes įsipareigojimų, pagal kuriuos ne tik nukentėjusi valstybė, bet ir bet kuri kita gali kreiptis į teismą, norėdama užtikrinti pamatinių teisių normų laikymąsi, teigė ji.

Būtent tokias sąlygas ir yra įvardijęs TTT, esą šalys turi atsakomybę „neteikti pagalbos ar paramos išlaikant“ Izraelio įvykdytą Palestinos teritorijų okupaciją.

„Šis punktas nėra kažkaip apribotas, todėl galima manyti, kad tai apima ir, pavyzdžiui, finansinę ar politinę paramą“, – pridūrė D. Višinskytė. ■



# 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](mailto: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](http://www.BestOfBestAuto.com)

## Darbo laikas:

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

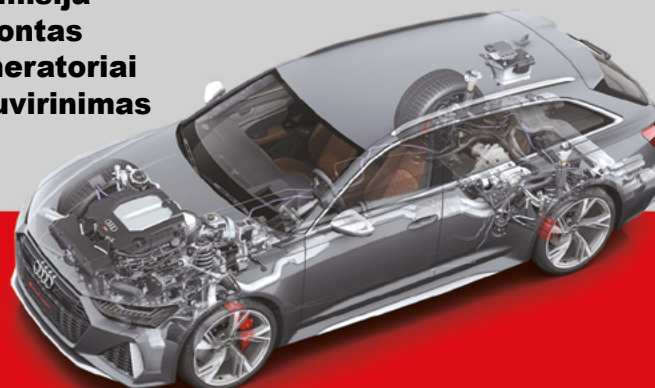
- Kompiuterinė diagnostika
- Ratų suvedimas
- Elektrinė dalis
- Emisijos testas
- Stabdžiai ir padangos
- Šildymas ir šaldymas
- Akumuliatoriai
- Paskirstymo dirželiai
- Vandens pompos
- Aušinimo sistemos
- Amortizatoriai
- Montavimas ir balansavimas
- Kuro įpurškimas
- A/C pildymas
- Variklis ir transmisija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



**P: (630)963-3900**

**F: (877)470-4725**

**E: [bestofbestauto@gmail.com](mailto:bestofbestauto@gmail.com)**



„Čikagos Aidas“ №32 [1392] 08.23.2024 – 08.29.2024



Galvos skausmo paletėje migrena užima tamsiausią spalvą, o jos priepuoliai gali išmušti iš rikiuotės net kelioms dienoms. Specialistės pasakoja, kaip atskirti paprastą galvos skausmą nuo migrenos, kada dėl galvos skausmo reikėtų sunešti ir kreiptis į medikus bei kokia rutina, maistas, darbo ir poilsio režimas padės išvengti nemalonių simptomų.

### PAPRASTAS SKAUSMAS AR MIGRENA?

Skausmas skausmui nelygu, teigia specialistės. Paprastas, įtampinis galvos skausmas nėra toks intensyvus kaip migreninis, jo metu žmogus gali užsiimti įprasta veikla, nors galvą spaudžia ir maudžia. Tuo tarpu migreninis galvos skausmas yra didelio intensyvumo, jį lydi įvairūs simptomai – šviesos ir garso netoleravimas, pykinimas. Galvos skausmas taip pat gali būti pirminis, pasireiškiantis kaip savarankiška būklė, arba antrinis, kai skausmas yra organizmo sutrikimų simptomas.

„Pirminis galvos skausmas signalizuoja apie netinkamą gyvenimą – poilsio stoką, nereguliarią mitybą ar skysčių trūkumą. Pavyzdžiui, viena iš pačių paprasčiausių skausmo priežasčių yra nepakankamas vandens vartojimas. Per didelę įtampą ir stresą, padidėjęs kraujospūdis, virškinimo sutrikimai taip pat gali sukelti galvos skausmą. Skaudanti galva gali signalizuoti ir mineralinių medžiagų, pavyzdžiui, geležies trūkumą – ne veltui vienas iš mažakraujystės požymių yra galvos svaigimas ir skausmas“, – sako vaistininkė Inga Norkienė.

### MIGRENA „Į SVEČIUS“ UŽSUKA IR PO ILGO NESILANKYMO

Jeigu paprastas galvos skausmas gali trukti dieną, pusdienį, savaitę ar mėnesį, o jį nuslopinti galima įprastais vaistais nuo skausmo, tai migrena pasižymi priepuoliškumu, kai priepuoliai tęsiasi kelias

## Skausmo pinklės

# Galvos skausmas ir migrena: kodėl ilgai miegoti – ne į naudą?

valandas ar kelias paras, o įprastiniai vaistai skausmui malšinti ne visada būna efektyvūs.

„Migrenos priepuolį gali išprovokuoti tam tikri veiksniai, tokie kaip stresas, netinkama mityba ir pan. Juos žinant ir jų vengiant, galima išvengti priepuolių arba sumažinti jų kiekį, tačiau reikėtų nepamiršti, kad migrena yra nuolatinė palydovė – gali vėl pasireikšti net tada, kai priepuolio nebuvo ilgą laikotarpį“, – teigia gydytoja neurologė Monika Žilionė.

### KADA REIKIA KREIPTIS Į MEDIKUS?

Pasak gydytojos neurologės, jeigu migreniniai skausmai vargina daugiau kaip 4 kartus per mėnesį ir tai užtrunka daugiau kaip 3 mėnesius, derėtų pasitarti su neurologu dėl profilaktinio gydymo skyrimo.

„Į medikus reikėtų kreiptis ir tada, kai skausmas keičia pobūdį, tampa aštrus arba staigus, ir vietą – apima vieną arba kitą neįprastą galvos ar veido zoną, – sako M. Žilionė. – Itin skubiai reikėtų kreiptis į gydytojus, jeigu skausmą lydi vėmimas, kūno tirpimas ar paralyžius, karščiavimas arba traukuliai.“

Norkienė priduria, jog į medikus verta kreiptis ir tiems pacientams, kurie anksčiau niekada nesiskųsdavo skaudančia galva, tačiau pastaruoju metu pradėjo kankinti reguliarūs, porą kart per mėnesį ar per savaitę pasikartojantys skausmai. „Migrenos pacientams taip pat derėtų bent kartą per metus apsilankyti pas neurologą, kadangi situacija nuolat kinta, rinkoje atsiranda naujų, pažangesnių vaistų, padedančių ne tik sušvelninti priepuolius, bet ir juos retinti“, – pastebi vaistininkė.

### PRODUKTAI, KURIUS REIKĖTŲ IŠBRAUKTI IŠ RACIONO

Galvos skausmą gali išprovokuoti stresas, kaklo raumenų įtampa ir tokie veiksniai kaip miego trūkumas, hormoniniai pokyčiai moterų organizme, tam tikri maisto produktai bei gėrimai.

„Alkoholis, kava, energiniai gėrimai, juodasis šokoladas, fermentinis

sūris, raudonas vynas, šampanas, citrusiniai vaisiai, gazuoti gėrimai – galvos skausmais besiskundžiantys žmonės dažnai skausmą sieja su šių produktų vartojimu, – pastebi I. Norkienė. – Labai svarbus ir reguliarus maitinimosi režimas, nes skausmą gali išprovokuoti tiek persivalgymas, tiek nepavalgymas laiku, nes smegenyse mažėja gliukozės kiekis ir tai sukelia nemalonių simptomus – galvos skausmą.“

Pasak gydytojos neurologės M. Žilionės, galvą skauda ir esant magnio bei geležies trūkumui. Dėl to svarbu sekti savo kraujo rodiklius, atlikti profilaktinius kraujo tyrimus, o esant mineralų stokai – juos atstatyti.

### MIGRENA, KONTRACEPCIJA IR TRIJŲ AŠTUONETŲ TAISYKLĖ

„Migrenos priepuolius moterims sukelia estrogenų kiekio svyravimai organizme. Taip nutinka ciklo metu arba vartojant hormoninę kontracepciją, – teigia gydytoja neurologė. – Jau yra žinoma, kad tam tikri kontraceptikai gali sukelti migreninių skausmų paūmėjimą, tad jeigu moteriai nėra būtinas gydymas hormonine kontracepcija ir ją vargina dažni, sunkiai valdomi migrenos priepuoliai, geriau nuo nėštumo saugotis renkant barjerinę kontracepciją.“

Galvos skausmų išvengti padeda sveika gyvenimo, reguliari, pilnavertė mityba, darbo ir poilsio režimas, kurį geriausiai iliustruoja trijų aštuonetų taisyklė: aštuonios valandos miegui, aštuonios – darbui, aštuonios – laisvalaikiui ir poilsiui.

Vaistinė priduria, jog svarbus ir probiotikų, daržovių, vartojimas – tai palaiko žarnyno sveikatą, kuri yra tiesiogiai susijusi su smegenų veikla: „Žarnyno ir smegenų ašis veikia taip, jog jeigu žarnynui blogai, tam tikri procesai sutrinka smegenyse ir atvirkščiai.“

Pasak gydytojos neurologės M. Žilionės, migreniniam skausmui malšinti būtina vengti itin ilgo savaitgalio miego – yra įrodyta, kad jeigu miegame ilgiau nei įprastą dieną, režimo nesilaikymas gali išprovokuoti migrenos priepuolį. ■

## Aktualu žinoti

# Kas yra elektrolitai ir kuo jie padeda organizmui?

Vis dažniau internete galima pamatyti rekomendacijas vartoti elektrolitus ne tik po virškinamojo trakto sutrikimų, bet ir prevenciškai – sportuojant ar netgi prieš skrydį lėktuvu. Nors elektrolitų tirpalų nauda po įvairių sveikatos problemų yra neigiamai, kyla klausimas: ar tikrai verta juos vartoti ir kasdieninėse situacijose? Vaistininkė Sigita Korbutaitė pasidalijo įžvalgomis, kaip vartoti elektrolitus, kokia rizika kyla perdozavus ir apie populiarių gėrimų su vitaminais vartojimą.

Elektrolitai – tai elektros krūvį pernešantys mineralai, tokie kaip natrij, kalis, chloras ir magnis, kurie randami organizmo skysčiuose, pavyzdžiui, kraujyje ir šlapime. S. Korbutaitės teigimu, šie mineralai, atlieka esminį vaidmenį subalansuojant vandens kiekį organizme ir užtikrinant tinkamą nervų, raumenų, smegenų bei širdies funkcionavimą.

„Šios medžiagos taip pat atlieka transportavimo funkciją – perneša įvairias medžiagas, tarp jų ir maisto, į įvairias kūno vietas. Be to, elektrolitų dėka ląstelių membranos išlaikomos stiprios, pro jas sunkiau patenka virusai ar bakterijos“, – pažymi vaistininkė.

### TRŪKUMĄ IŠDUODA SIMPTOMAI

Specialistė pabrėžia, kad elektrolitus galima vartoti ir profilaktiškai,

nes žmogus juos praranda net nesportuodamas – vien prakaituojant ir kvėpuojant netenkama nuo 1,5 iki 2 litrų skysčių, o kartu su jais – ir mineralų.

„Suaugusieji turėtų suvartoti ne daugiau kaip 1,5 g natrio, 4,7 g kalio, 1 g kalcio, 0,375 g magnio bei 2,3 g chlorido per parą. Tačiau šias druskas gauname ir su maistu, todėl elektrolitų vartojimą reikia derinti atsižvelgiant į gamintojų nurodytas rekomendacijas ant tirpalų pakuočių, kad būtų išvengta perdozavimo“, – pataria S. Korbutaitė.

Lengvos formos elektrolitų trūkumas simptomų gali ir nesukelti, tačiau sunkesniais atvejais, pasak vaistininkės, gali būti jaučiamas nuovargis, galvos skausmas, kamuoti raumenų silpnumas ir skausmai, sutrikti širdies veikla, patamsėti šlapimo spalva.

„Be to, gali pasireikšti letargija, traukuliai, žarnyno sutrikimai (viduriavimas ir vidurių užkietėjimas), pilvo spazmai, pykinimas ir vėmimas, bei nuotaikų pokyčiai. Tokiu atveju elektrolitų tirpalo kiekis turėtų būti dozuojamas pagal svorį – per 4 valandas reikėtų suvartoti 50-100 ml/kg kūno svorio tirpalo“, – sako vaistininkė.

### VITAMINIZUOTI GĖRIMAI – RINKODAROS TRIUKAS?

Atstatyti organizmo elektrolitų balansą neretai bandoma geriant



įvairius funkcinius, vitaminais ir mineralais papildytus gėrimus, ypač mėgstamus sportuojančiųjų. Tačiau, anot S. Korbutaitės, jie nėra būtini, o dažnas jų vartojimas gali būti žalingas dėl juose įprastai esančio didelio cukraus kiekio ir kitų sintetinių maisto priedų.

„Vitaminų dozės šiuose gėrimuose nebūna didelės. Kaip kartą girdėjau vieno gydytojo atsiliepimą apie tokius preparatus – gaunamas tik brangus šlapimas. Tai daugiau rinkodaros triukai, nei pamatuota nauda“, – teigia ji.

Kalbėdama apie elektrolitų šaltinius, vaistininkė pažymi, kad kasdieniniam vartojimui geriamasis vanduo yra geresnis pasirinkimas nei įvairūs vitaminais praturtinti gėrimai.

„Geriamasis vanduo iš krano ar mineralinis vanduo turi nedidelius kiekius mums būtinų mineralų, kurie yra pakankami kasdieniam organizmo poreikiui. Todėl svarbu užtikrinti, kad kasdien būtų suvartojamas pakankamas kiekis vandens – pagal Pasaulio sveikatos organizaciją (PSO) tai yra 30 ml/kg kūno svorio“, – pataria vaistininkė. ■

# Seksas: kaip atrasti tikrąją aistrą?

Seksas – tai daugiau nei biologinė funkcija. Tai svarbiausias dalykas po išgyvenimo, kuris mus visus veikia. Įdomu tai, kad kai kuriems organizmams, kaip vorų patinams, seksas pareikalauja net gyvybės kainos. Žmonės, kita vertus, sugebėjo atskirti seksą nuo jo biologinio tikslo ir paversti jį aistra, malonumu, tačiau šis skirtumas iškelia daug klausimų. Jei esame tokie pažangūs, kodėl vis dar patiriame tiek daug sunkumų visais seksualinių santykių etapais? O kodėl 80 % skyrybų įvyksta dėl seksualinio nepasitenkinimo, nors dažnai tai slepiasi po „nesutapo charakteriai“ fraze?

Žiniasklaida užima reikšmingą vaidmenį formuojant vyrų ir moterų nuostatas apie seksą. Moterų žurnalai siūlo patarimus, kaip sustiprinti santykius ar pradėti naujus, o vyrų – moko, kaip tapti sėkmingais ir vyriškais. Šios klišės dažnai kuria nepilnavertiškumo kompleksus abiejose pusėse.

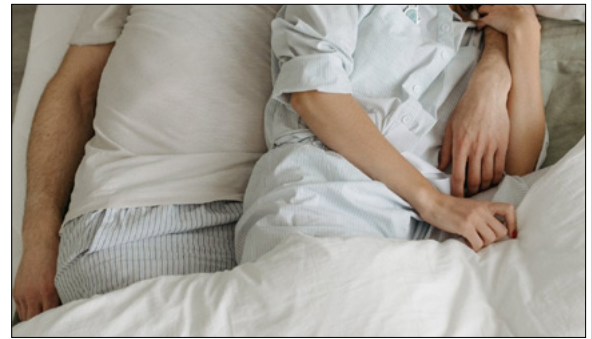
Dar vienas svarbus veiksnys – tai tėvų instrukcijos, kurios mums perduoda stereotipus apie vyrų ir moterų santykius. Galbūt jūsų troškimas ištekti nėra jūsų pačių noras, o jūsų vienišos motinos programa. Jei nesugebate tuoj pat įgyvendinti šios programos, tai gali tapti jūsų seksualinių problemų priežastimi. Tėvų programavimas nėra jų kaltė – jie tik perduoda tai, ką gavo iš savo tėvų. Todėl svarbu peržiūrėti savo tėvų scenarijus ir nuspręsti, ar verta juos perduoti toliau. Tai gali būti nelengva – juk, kaip sakė garsus

psichoterapeutas Erikas Bernas, iš varlių reikia užauginti princeses. Šis darbas gali pareikalauti psichoterapeuto pagalbos.

Idealus seksas turėtų tarnauti santykiams, tačiau realybėje jis dažnai priklauso nuo santykių būklės. Tai sukelia daugybę problemų. Seksualinės problemos dažnai pasireiškia dviem pagrindinėmis formomis: seksualinio potraukio nebuvimu arba nesugebėjimu patirti orgazmo ar erekcijos. Tikra anorgazmija ar impotencija yra reta ir gydoma vaistais. Tačiau susidomėjimo ilgalaikiu partneriu sumažėjimas yra vienas dažniausių skundų.

Seksualiniai sunkumai gali kilti bet kuriame santykių etape. Pavyzdžiui, pradiname etape jie gali būti susiję su nepakankama įžanga, kai moteris dar nėra pasiruošusi, arba vyras patiria baimę dėl per greitos pabaigos. Vėlesniais etapais, ypač santuokoje, priežastis gali būti sekso rutina ar susikaupęs susierzinimas. Dažnai lengviau kaltinti seksą, nei pripažinti, kad santykiai patiria rimtą krizę. Už sumažėjusio seksualinio potraukio gali slėptis neapykanta. Atvira diskusija apie tai, kas jus erzina, gali tapti sėkmingu būdu sugrąžinti prarastą aistrą.

Svarbu suprasti, kad bet kuris veiksnys, mažinantis organizmo energiją – liga, nuovargis, stresas, nemiga – gali sumažinti lytinį potraukį. Dažnai sutuoktiniai su stažu nustumia seksą į žemą prioritetų sąrašą



vieta. Tačiau seksas neturėtų būti tiesiog punktas, kurį planuojate atlikti po visų darbų, sporto, televizoriaus žiūrėjimo ar vaikų priežiūros.

Moterys dažnai patiria panikos baimę dėl sekso, tačiau moteriškos baimės yra lengviau suprantamos ir įveikiamos su specialistų pagalba. Vyro ir moters santykiams nuolat reikia aiškumo – lygiai kaip kompasas krypties patikslinimo. Jei žinote, kas jus jaudina, pasidalinkite tuo su partneriu. O jei dar nežinote, kas galėtų pagyvinti jūsų aistrą, pasistenkite tai išsiaiškinti.

Nepamirškite kartkartėmis pažvelgti vienas į kitą iš naujo, užuot vertinus partnerį kaip savaime suprantamą dalyką. Naujovės skatina susidomėjimą ir susijaudinimą bet kuriame amžiuje. Seksualinė energija ne tik padeda pratęsti giminę – tai taip pat galingas variklis, skatinantis asmeninį tobulėjimą. Tad galbūt laikas pozityviai panaudoti šią energiją ir jums? ■


**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

# Kraujo praliejimai per 25 Vladimiro Putino valdymo metus

Prieš ketvirtį amžiaus, 1999 m. rugpjūčio 9 d., Rusijos prezidentas Borisas Jelcinas paskyrė Vladimirą Putiną ministru pirmininku ir patėpė tuo metu mažai žinomą buvusį KGB agentą savo įpėdiniu, ragindamas rusus balsuoti už jį kitais metais vyksiančiuose prezidento rinkimuose.

Nuo to laiko Putinas nepertraukiamai užima Rusijos prezidento arba ministro pirmininko postą. Aštuonerius metus ėjęs prezidento pareigas, 2008–2012 m. jis pasitraukė į antrąją pagal reikšmingumą poziciją, kad nepažeistų konstitucijoje įtvirtinto dviejų kadencijų iš eilės limito, tačiau vėliau parengė pataisą, leidusią jam šį kovą užsitikrinti naują šešerių metų prezidento kadenciją ir teisę vėl kandidatuoti 2030 m.

Masinių žūčių ir destruktijos lydima 2022 m. vasarį prasidėjusi ir šiandien tebesitęsianti Rusijos plataus masto invazija į Ukrainą, kurios pabaigos vis dar nematyti, daug ryškiau nei bet kas kitas apibrėžė Putino valdymo laikotarpį.

Žuvo šimtai tūkstančių karių ir civilių. Milijonai ukrainiečių dėl didžiausio nuo Antrojo pasaulinio karo laikų karo Europoje buvo priversti palikti savo namus, o šimtai tūkstančių rusų pabėgo iš savo šalies protestuodami prieš karą arba vengdami šaukimo į kariuomenę.

Karas paskatino Putiną susidoroti su disidentais ir nepriklausoma žiniasklaida, užgniaužti pilietinį aktyvumą. Jis tapo pretekstu sustiprinti džiunglinę indoktrinaciją mokyklose ir kultūros įstaigose bei priimti drakoniškus įstatymus, galinčius lemti Rusijos kryptį dar ne vienus metus.

Ir vis dėlto, nors šio karo mastas yra gerokai didesnis, jis tėra tik vienas iš daugelio kruvinių etapų, ženklusių Putino valdymo laikotarpį. Apžvelgiame keletą svarbiausių iš jų.

## DAUGIABUČIŲ SPROGDINIMAI

Praėjus mažiau nei mėnesiui, kai V. Putinas tapo ministru pirmininku, 1999 m. rugsėjį, Rusiją sukrėtė virtinė mirtinų sprogdinimų daugiabučiuose, per kuriuos žuvo daugiau nei 300 žmonių ir 1 000 buvo sužeisti. Vyriausybė dėl šių išpuolių kaltino čečėnų kovotojus, tačiau atsakomybės už juos niekas nepriėmė.

Nusikaltėliai kažkoku būdu sugebėjo pagaminti arba gauti kelias tonas sprogmenų, nugabenti juos per visą šalį į didžiuosius miestus ir profesionaliai padėti taip, kad pastatai sugriūtų. Be to, rugsėjo 22 d. viename Riazanės daugiabutyje įvyko keistas incidentas – buvo rastas ir nukenksmintas įtartinas įtaisas, o vietos policija sulaukė tris Federalinės saugumo tarnybos (FSB) agentus. Vėliau FSB direktorius Nikolajus Patruševas tvirtino, kad tai buvo antiteroristinė mokomoji operacija, tačiau klausimų išlieka iki šiol.

Vėlesniais metais buvo nužudyti keli žmonės, dalyvavę nepriklausomuose sprogdinimų tyrimuose, įskaitant buvusį FSB pareigūną Aleksandrą Litvinenką ir Valstybės Dūmos deputatus Jurijų Ščeokočichiną bei Sergejų Jušenkovą. Praėjus dvidešimčiai dienų po pirmojo sprogdinimo, dar nespėjus išsisklaidyti visuotinei baimei ir pykčiui, Putinas pradėjo antrąjį Čečėnijos karą.

## ANTRASIS ČEČENIJOS KARAS

Antrasis Čečėnijos karas oficialiai baigėsi 2000 m. balandį, tačiau dėl tebesitęsiančio sukilimo po jo paskelbta nepaprastoji padėtis Šiaurės Kaukaze galiojo iki 2009 m. balandžio. Įvairiais vertinimais, dažnai per itin žiaurias kovas žuvo apie 50 000–80 000 civilių gyventojų, čečėnų kovotojų ir Rusijos

karių. 2007 m. paskelbtoje „Amnesty International“ ataskaitoje teigiama, kad žuvo apie 25 000 civilių, tačiau dar keli tūkstančiai dingo be žinios. Nepriklausomas Kareivių motinų komitetas 2005 m. apskaičiavo, kad žuvo apie 14 000 Rusijos karių. Čečėnų šaltiniai nurodo daug didesnius skaičius.

Šis karas sudarė sąlygas Putinui paskirti buvusį separatistų kovotoją Ramzaną Kadyrovą regiono vadovu – šias pareigas jis eina nuo 2007 m. Nuo to laiko aktyvistai, žurnalistai ir nukentėjusieji pateikė daugybę įrodymų, siejančių jį su plačiai paplitusiais žmogaus teisių pažeidimais, įskaitant neteismines žmogžudystes Rusijoje ir užsienyje, žmonių grobimus ir dingimus, kankinimus ir LGBT bendruomenės persekiojimą. Putinas ir toliau remia Kadyrovą, o jam mesti kaltinimai niekada nebuvo tiriami. Šis karas taip pat padėjo pamatus Putino inicijuotam Rusijos federalizmo griovimui ir vadinamosios „valdžios vertikalės“ formavimui.

## POVANDENINIO LAIVO „KURSK“ KATASTROFA

2000 m. rugpjūčio 12 d. atominis povandeninis laivas „Kursk“, dalyvavęs pirmosiose per dešimtmetį didelėse Rusijos karinio jūrų laivyno pratybose, buvo apgadintas sprogimų ir nuskendo. Žuvo visi 118 laive buvę jūreiviai, nors 23 liko gyvi po pirmųjų sprogimų ir išgyveno dar apie šešias valandas.

Tuo metu Putinas buvo plačiai kritikuojamas valstybinės televizijos, Vyriausybės pareigūnų ir aukų artimųjų už tai, kad per krizę nenutraukė savo vasaros atostogų Sočyje. Rusijos kariuomenė ir Vyriausybė taip pat buvo kritikuojamos už tai, kad lemiamame pradiname etape atmetė užsienio pagalbos siūlymus.

Po šios katastrofos Putinas ėmėsi rimtai kontroliuoti Rusijos žiniasklaidą. Iki 2001 m. vidurio kadaise aršia valdžios kritika pasižymėjusios NTV kontrolė de facto perėjo į valstybės rankas, o magnatams priklausiusi ORT televizija iki 2002 m. buvo pertvarkyta į valstybės kontroliuojamą Pirmąjį kanalą.

## „NORD OST“ ĮKAITŲ KRIZĖ

2002 m. spalio 23 d. beveik 50 ginkluotų čečėnų užpuolikų įsiveržė į Maskvos Dubrovkos teatrą, kuriame tuo metu buvo rodomas miuziklas „Nord Ost“, ir, reikalaudami išvesti Rusijos pajėgas iš Čečėnijos, 57 valandas įkaltais laikė šimtus žmonių. Per šį išbandymą žymūs politikos ir kultūros veikėjai vedė derybas su įkaitų pagrobėjais ir apie 300 iš 912 įkaitų buvo paleisti.

Ankstų spalio 26-osios rytą specialiųjų pajėgų daliniai įsiveržė į teatrą, prieš tai per ventiliacijos sistemą prileidę į pastatą nenustatyto aerosolinio anestetiko. Vėliau Rusijos sveikatos apsaugos ministras pareiškė, kad cheminė medžiaga buvo pagaminta opioido fentanilio pagrindu. Putino atstovų teigimu, per reidą žuvo 132 įkaltai ir 40 teroristų, nors nepriklausomi šaltiniai mano, kad žuvo iki 200 įkaitų; daugelis jų mirė dėl to, kad be sąmonės išvilkti iš pastato nesulaukė tinkamos pagalbos. Vėliau Maskvos sveikatos apsaugos pareigūnas sakė, kad nuo šautinių žaizdų mirė tik vienas įkaltas.

Vyriausybė buvo griežtai kritikuojama dėl to, kad nebuvo pasirengta gydyti dujomis apnuodytų įkaitų, taip pat dėl saugumo spragų, leidusių autobusui su gerai ginkluotais teroristais nepastebėtam patekti į sostinę.



Aleksandras Litvinenka ligoninėje



Povandeninis laivas „Kursk“ ir jo įgula



Vladimiras Putinas ir Borisas Jelcinas 1999 m.

## BESLANO MOKYKLOS APGULTIS

2004 m. rugsėjo 1 d., pirmąją mokslo metų dieną, per 30 užpuolikų Šiaurės Osetijos Beslano mieste esančioje mokykloje įkaltais paėmė daugiau kaip 1 100 mokinių, tėvų ir darbuotojų. Dauguma įkaitų daugiau kaip 52 valandas buvo laikomi karštoje, perpildytoje sporto salėje.

Rugsėjo 3 d. netrukus po vidurdienio nugriaudėjo mažiausiai du sprogimai ir ant mokyklos stogo kilo gaisras. Iš abiejų pusių pasigirdo šūviai ir tankų bei sraigtasparnių palaikomos Rusijos saugumo pajėgos pradėjo pastato šturmą. Po kelias valandas trukusių intensyvių kovų maždaug pusė kovotojų paspruko.

## BESLANO MOKYKLOS ŽUDINIŲ MINĖJIMAS

Rugsėjo 4 d. Putinas trumpai apsilankė įvykio vietoje, bet su aukų šeimomis nesusitiko. Valdžios institucijos pranešė, kad žuvo 334 įkaltai, iš jų 186 vaikai.

Po šio išpuolio valdžia vėl buvo kritikuojama dėl saugumo spragų, sudariusių teroristams sąlygas užimti mokyklą. Kritikų teigimu, mokyklos šturmui nebuvo tinkamai pasirengta, o Vyriausybė iš anksto neparūpino pakankamai medicininės įrangos ir personalo.

Po šio išpuolio Putino iniciatyva buvo priimti kovos su terorizmu ir ekstremizmu įstatymai, kurie, anot kritikų, vis



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](http://www.DENTISTNAPERVILLEIL.com)

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

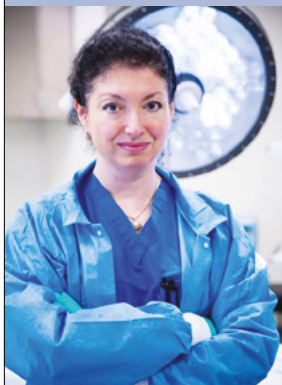


## CHIRURGĖ

# 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 IPLĖŠA, 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](http://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](http://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

dažniau naudojami kovai su kitaminčiais ir mažumų teisių aktyvistais.

Putinas taip pat ėmė vis labiau riboti demokratiją: panaikino tiesioginius regionų vadovų rinkimus, pertvarkė įstatymų leidybos sistemą, kad valdančioji partija „Vieningoji Rusija“ galėtų įtvirtinti parlamento kontrolę, ir sustiprino žiniasklaidos ir pilietinių organizacijų kontrolę.

### ALEKSANDRO LITVINENKOS NUNUODIJIMAS

Kremliaus kritiku tapęs buvęs FSB pareigūnas Aleksandras Litvinenka 2006 m. mirė Londone nuo ūmaus apsinuodijimo radioaktyviomis medžiagomis. Britų tyrėjai padarė išvadą, kad jis buvo nuuodytas poloniu 210, kurį į gėrimą viename prabangiame Londono viešbutyje jam įmaišė buvęs FSB pareigūnas ir dabartinis Valstybės Dūmos deputatas Andrejus Lugovojus bei buvęs KGB pareigūnas Dmitrijus Kovtunas.

44 metų Litvinenka griežtai kritikavo Putiną, kaltino jį sukūrus „mafijinę valstybę“ ir parašė dvi knygas, kuriose teigė, kad Rusijos saugumo agentūra prisidėjo prie 1999 m. įvykdytų daugiabučių sprogdirimų. Likus kelioms savaitėms iki apnuodijimo jis teigė, kad Putinas įsakė nužudyti žinomą žurnalistę Aną Politkovskają, kuri buvo nušauta Maskvoje per Putino gimtadienį 2006 m. spalį.

Nors tai nebuvo pirmoji užsienyje įvykdyta su Rusijos saugumo agentais siejama žmogžudystė, ji buvo viena ryškiausių, nes žudikai paliko radioaktyvų pėdsaką NATO narės sostinėje. Panašiu būdu 2018 m. Didžiosios Britanijos Solsberio mieste mirtinai pavojinga nervus paralyžiuojančia medžiaga buvo bandoma nužudyti buvusį Rusijos žvalgybos pareigūną Sergejų Skripalį.

Europos Žmogaus Teisių Teismas pripažino Rusiją atsakinga už Litvinenkos mirtį ir nurodė Maskvai sumokėti 100 000 eurų kompensaciją. Vėliau Rusijos saugumo pajėgos buvo siejamos su bandymais nuuodyti Kremliaus vidaus politikos priešus, įskaitant opozicijos lyderius Aleksejų Navalną ir Vladimirą Kara-Murzą.

### SERGEJAUS MAGNICKIO MIRTIS

2009 m. lapkritį po 11 mėnesių kalinimo mirė 37 metų mokesčių teisininkas Sergejus Magnickis, kuris, pasak jo šalininkų, kalėjime buvo mušamas ir laikomas kankinimams prilygstančiomis sąlygomis, o pašlijus sveikatai, nesulaukė medicininės priežiūros. Magnickį persekiojo tie patys Vidaus reikalų ministerijos pareigūnai, kuriuos jis apkaltino suorganizavus sukčiavimo schemą, leidusią pasisavinti 230 mln. dolerių mokesčių. Tuo metu prezidento Dmitrijaus Medvedevo žmogaus teisių tarybos pirmininkė Ela Pamfilova Magnickio mirtį pavadino „žmogžudyste ir tragedija“.

2012 m. Jungtinės Valstijos priėmė vadinamąjį Magnickio įstatymą, leidžiantį taikyti sankcijas, kaip manoma, žmogaus teises pažeidinėjantiems Rusijos pareigūnams. Panašius įstatymus priėmė Europos Sąjunga ir dar kelios šalys. Maskva ėmėsi atsakomųjų priemonių ir uždraudė JAV piliečiams įsivaikinti beglobius Rusijos vaikus. Magnickio mirtis laikoma svarbiu posūkiu Rusijos santykiuose su Vakarais, kurie dar labiau pašlijo 2014 m. Maskvai užgrobus Krymą ir pakursčius karą Rytų Ukrainoje.

### NUMUŠTAS MH17

2014 m. liepos 17 d. Rusijos remiami separatistų kovo-tojai virš Rytų Ukrainos numušė oro bendrovės „Malaysia Airlines“ lėktuvą, skridusį reisu MH17; žuvo visi 298 keleiviai ir įgulos nariai. Nors Rusija neigė bet kokias sąsajas su



Vladimiras Putinas lanko karius Dagestane 1999 m.

šiuo incidentu ir kaltino Ukrainos kariuomenę, 2016 m. atlikus išsamų tarptautinį tyrimą buvo nustatyta, kad laineris buvo numuštas iš Rusijos priešlėktuvinės sistemos „Buk“, kuri įvykio dieną buvo atgabenta iš Rusijos ir vėliau iškart skubiai grąžinta į Rusiją, paleista raketa.

2022 m. Nyderlandų, iš kur pakilo MH17 reisu skridęs orlaivis, teismas už akių nuteisė tris rusų ir vieną ukrainiečių kovotojus ir nustatė, kad tuo metu separatistų pajėgas kontroliavo Rusija. Nyderlandų prokuroras sakė, kad yra „tvirtų požymių, jog [V. Putinas] nusprendė tiekti „Buk“ sistemas separatistams“.

MH17 katastrofa suvaidino svarbų vaidmenį sutelkiant didžiąją dalį tarptautinės bendruomenės prieš Rusijos agresiją Ukrainoje. Tuo pat metu Kremliaus kontroliuojama žiniasklaida ir socialinių tinklų kanalai sukūrė ir išstobulino vadinamąjį „užvertimo melagenomis“ propagandos modelį, kai siekiama ne įtikinti žmones kuria nors versija, o kelti įvairias teorijas, stengiantis viską supainioti taip, kad žmonės nuspręstų, jog tiesos neįmanoma sužinoti. „Rusijos propaganda linksmina, klaidina ir pribloškia auditoriją“, – 2016 m. paskelbtame tyrime rašė analitinio centro „Rand Corporation“ tyrėjai.

### BORISO NEMCOVO NUŽUDYMAS

2015 m. vasario 27 d. vėlai vakare ant tilto netoli Kremliaus buvo nušautas buvęs vicepremjeras ir pagrindinis opozicijos politikas Borisas Nemcovas. Vienas ryškiausių Putino priešų Nemcovas buvo griežtas 2014 m. Rusijos pradėtos agresijos prieš Ukrainą kritikas ir rengė ataskaitą, kurią po jo mirties užbaigė jo bendraminčiai, išsamiai atskleidusią Rusijos dalyvavimo kare Donbase mastą. 2017 m. birželį už šią žmogžudystę buvo nuteisti penki čečėnų tautybės vyrai, tačiau, kaip ir Politkovskajos bei kitų Kremliaus oponentų nužudymo atveju, šįkart taip pat nebuvo nustatyta, kas davė nurodymą nužudyti.

Praėjus dviem savaitėms, kai buvo nušautas Nemcovas, Putinas apdovanojo Čečėnijos lyderį Kadyrovą, diena anksčiau viešai pavadinusį pagrindinį įtariamąjį šioje byloje „tikru Rusijos patriotu“, Garbės ordinu už „profesinius pasiekimus, visuomeninę veiklą ir ilgametį uolų darbą“.

Nemcovo šalininkai prižiūri nužudymo vietoje ant tilto įrengtą neoficialų memorialą nužudytam politikui, nors policija, miesto tvarkdariai ir valdžios pakalikai nuolat jį kėsina ir bando išardyti.

### GAISRAS KEMEROVO PREKYBOS CENTRE

2018 m. kovą per gaisrą prekybos komplekse „Žiemos vyšnia“ Vakarų Sibiro Kemerovo mieste žuvo mažiausiai 64 žmonės, pusė jų – vaikai. Per Rusijos pareigūnų atliktą tyrimą nustatyta, kad statant prekybos centrą buvo užblokuoti avariniai išėjimai, išjungta priešgaisrinės signalizacijos sistema, pažeistos kitos taisyklės. Vietos prokurorai taip pat teigė, kad gelbėtojams „trūko reikiamos įrangos ir įgūdžių“ susidoroti su situacija.

Praėjus dviem dienoms po nelaimės Putinas apsilankė įvykio vietoje ir pažadėjo, kad „visi kaltieji bus nubausti“. Dešimt asmenų, įskaitant prekybos centro bendraturtį ir buvusį Kemerovo srities ekstremalių situacijų ministrą, šioje byloje buvo nuteisti laisvės atėmimo bausmėmis dėl įvairių nusikalstamų veikų, įskaitant turto pasisavinimą, sukčiavimą, apdardumą ir kyšininkavimą.

Kritikų teigimu, Putinui sutelkus dėmesį į politinių oponentų persekiojimą ir savo valdžios stiprinimą, Rusija tapo pažeidžiama ir neapsaugota nuo tikrų teroristų išpuolių ir tokių nelaimių, kaip gaisras Kemerove, kurias sukėlė ar kurių tikimybę padidino korupcija ir aplaidumas.

### ALEKSEJAUS NAVALNO MIRTIS

Po ilgus metus trukusio valdžios pareigūnų persekiojimo ir kalinimo 2024 m. vasarį atokiamie Arkties kalėjime mirė Rusijos opozicijos lyderis Aleksejus Navalnas.

Jo našlė ir daugelis šalininkų mano, kad dėl opozicionieriaus mirties kaltas Putinas. Charzmatiškasis teisininkas buvo laikomas suimtas nuo 2021 m. sausio, kai grįžo į Rusiją iš Vokietijos, kur gydėsi po, kaip manoma, Putino ir FSB suorganizuoto apnuodijimo nervus paralyžiuojančia medžiaga.

2021 m. birželį jo Kovos su korupcija fondas ir regioninių biurų tinklas buvo paskelbti „ekstremistinėmis organizacijomis“. Pats Navalnas 2022 m. sausį buvo pripažintas teroristu ir ekstremistu. Daugelis jo artimiausių bendrininkų buvo įkalinti arba, vengdami baudžiamojo persekiojimo, pabėgo iš šalies.

Po Navalno mirties Rusijos opozicija neturi aiškaus lyderio, yra susiskaldžiusi ir susipriešiusi. Analitikai sutaria, kad Rusijoje neliko demokratinės politinės jėgos, kuri šiuo metu galėtų mesti realų iššūkį Putinui.

Tuo metu Putino Vyriausybė 2023 m. birželį patyrė nemėgiamą sukrėtimą, kai tūkstančiai Jevgenijaus Prigožino vadovaujamų privačios karinės bendrovės „Wagner“ samdinių surengė maištą, trumpam užėmė didelį Rostovo prie Dono miestą ir žygiavo Maskvos link.

Situacija buvo greitai užglaiстыta, o tvarka atkurta, tačiau po dvejų mėnesių Prigožinas ir vienas iš „Wagner“ įkūrėjų Dmitrijus Utkinas žuvo šiauriau Maskvos sudužus jų privačiam lėktuvui. Su „Wagner“ siejamose paskyrose socialiniuose tinkluose buvo teigiama, kad lėktuvą numušė Rusijos kariuomenė; daugelis apžvalgininkų taip pat mano, kad „Wagner“ vadovus nužudė Putinas.

### IŠPUOLIS PREKYBOS IR PRAMOGŲ CENTRE „CROCUS CITY“


2024 m. kovo 22 d. keturi ginkluoti užpuolikai įsiveržė į „Crocus City Hall“ koncertų salę netoli Maskvos, nužudė 145 žmones ir daugiau kaip 500 sužeidė. Tai buvo daugiausia aukų pareikalavęs teroristinis incidentas Rusijoje nuo Beslano mokyklos apsiausties 2004 m.

Atsakomybę už išpuolį prisiėmė ekstremistinė grupuotė „Islamo valstybė“, nors daugelis Rusijos pareigūnų, įskaitant V. Putiną, ir žiniasklaidos atstovų be jokių įrodymų teigė, kad ataką surengė Ukraina, padedama Jungtinių Valstijų, – JAV valstybės departamentas šį teiginį atmetė, pavadindamas „absurdišku“.

Kovo 7 d. Jungtinės Valstijos perspėjo Rusiją, kad „ekstremistai“ planuoja išpuolį sostinėje.

Balandžio 2 d. laikraštis „The Washington Post“ pranešė, kad JAV įspėjime konkrečiai paminėta koncertų salė „Crocus“. Likus trims dienoms iki išpuolio, V. Putinas atmetė perspėjimus kaip „provokacinius pareiškimus“, kurie „primena atvirą šantažą ir ketinimą įbauginti bei destabilizuoti mūsų visuomenę“. Užsienio žvalgybos tarnybos vadovas Sergejus Naryškinas teigė, kad JAV įspėjimas buvo „pernelyg bendro pobūdžio“. ■

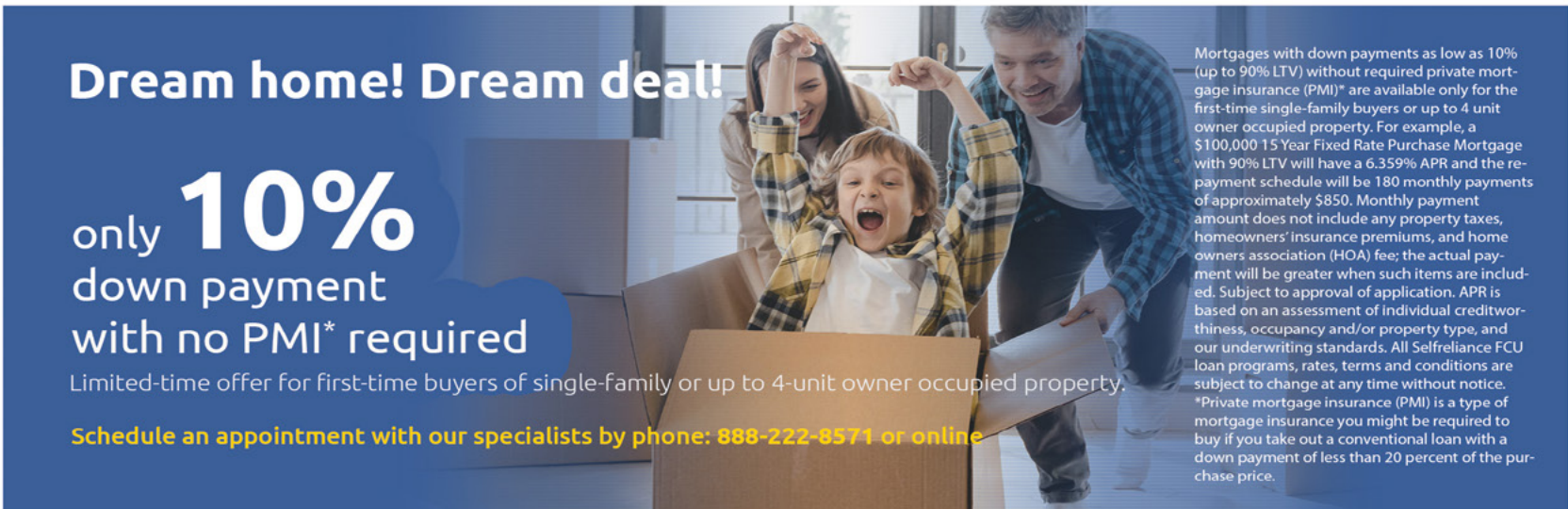




*Short-term investment with maximum results*

## 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.



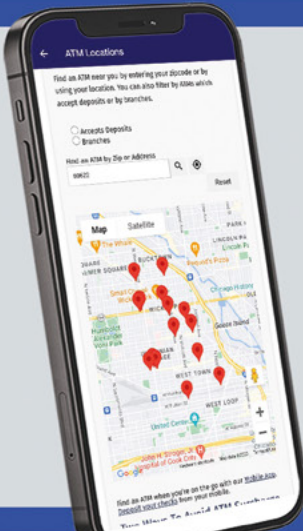
## Dream home! Dream deal!

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 Allpoint<sup>SM</sup>, MoneyPass<sup>®</sup>, and Co-op<sup>®</sup> and are conveniently located at popular retailers, including Walgreens<sup>®</sup>, CVS<sup>®</sup>, Target<sup>®</sup>, and 7-Eleven<sup>®</sup>.

\*Withdrawals from Allpoint<sup>SM</sup>, MoneyPass<sup>®</sup> and Co-op<sup>®</sup> networks are surcharge free regardless of balance.

Our locations



[www.selfreliance.com](http://www.selfreliance.com) 888-222-8571





Aktyvios klubo narės Marijona ir Genovaitė

Rugpjūčio 15d. – Žolinės! Tai padėkos motinai Žemei diena.

„Žolinės yra Žemės Dievo šventė, kuomet žmogus pamato, kaip jo darbas atneša rezultatų, jo sodas subrandina vaisių, miškai atveria savo gėrybių kraites ir atsiranda gamtos, žemės ir žmonių santarvė.“ /Tėvas Stanislovas/

Kaip tik šią gražią dieną Pensininkų klubo nariai suorganizavo metinį klubo susirinkimą. Jis prasidėjo Šv. Mišiomis Švč. Mergelės Marijos gimimo bažnyčioje, kurias atnašavo kunigas Gediminas Keršys. Mišių metu buvo pašventintos gėlių puokštės. Po Mišių įvyko susirinkimas.

Paskelbus susirinkimo atidarymą buvo pristatyta darbotvarkė. Tylos minute pagerbti mirusieji klubo nariai. Prisiminta neseniai mirusi Irena Valaitienė. Kaip tik rugpjūčio 15d. ji būtų šventusi savo gimtadienį. Puiku, kad

## Pensininkų klubo metinis susirinkimas



Susirinkimas. Rimtai padirbėjome.

nauja klubo nare tapo Nijolė Daukantienė. Sveikiname ir linkime aktyviai dalyvauti klubo veikloje.

Audra Zakarauskas perskaitė praeito susirinkimo protokolą. Klubo pirmininkei pasiūlius vienbalsiai buvo išrinkta nauja klubo valdyba. Surinkus nario mokesčių, klubo nariai nutarė paskirstyti aukas. Jos skirtos Švč. Mergelės Marijos gimimo bažnyčiai, Jaunimo centrui ir laikraščiu „Draugas“.

Kunigo Gedimino Keršio pasiūlymu, klubo nariai nutarė, kad per Atlaidų savaitę, ketvirtadienį, po Mišių Klebonijoje paruošti pusryčius. Taip pat nutarta spalio 4-5 dienomis organizuoti Vasaros uždarymą Putname ir spalio 6 d. sudalyvauti jubiliejinėje (110 metų) Brighton

parko Parapijos šventėje. Pensininkų klubo nariai pasižadėjo talkinti ruošiant Šiluvos Atlaidų Pokylį. Spalio mėnesį numatyta kelionė į Saint Louis (Missouri valstija).

Pensininkų klubo narė Stasė Rudokas yra labai gražaus garbingo amžiaus. Atvirutėje klubo nariai rašė nuširdžiausius linkėjimus, kuriuos su vaišėmis jai perdavė ilgametė draugė Zita Bagdžius.

Po susirinkimo uždarymo vyko pietūs. Jų metu buvo pasidalinta praeities prisiminimais ir išgyvenimais. Juos papasakojo Zita Bagdžius, Bronė Steikūnas ir Dalė Blekienė.

Esame garbingo amžiaus, bet gana aktyvūs. Daug nuveikėme ir dar daug darbų laukia. Norinčius kviečiame prisijungti prie mūsų klubo veiklos. Informaciją suteiks parapijos sekretorė Audra Zakarauskas.

Klubo narė Irena Šalaviejienė ■



Šv. Mišių metu

sonobello

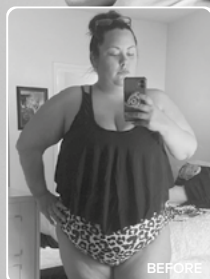
## ONE VISIT PERMANENT FAT REMOVAL

- ✓ 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**



BEFORE

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



Vileikis Team

**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:**

- Skyrybos 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](http://www.kjwaynelaw.com)

**ADVOKATO ANDRIAUS  
RAMONO KONTORA**

**Tik profesionalios teisinės paslaugos Jums**

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

- Paveldėjimas Lietuvoje
- Skyrybos 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](http://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](mailto:regina.realtor@yahoo.com)

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



**REALTY  
EXECUTIVES**

**Regina  
Macionis**

**DIRBAME  
SU ĮVAIRIOMIS  
SISTEMOMIS**



**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**

**Rheem** **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 nekilnojamu turtu susijusius klausimus



**EliteRealty  
EXPERTS**

**LOLITA  
RASIMAVIČIŪTĖ**  
[Lolita.Rasima@yahoo.com](mailto: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](http://GOODWILLFINANCIAL.COM/CAREERS)

**Linus Realty Inc.**



**LINUS  
COMMERCIAL REAL ESTATE**



**Linus Meilus**  
Broker  
[www.linusrealty.com](http://www.linusrealty.com)

Cell: 630-363-8562  
[linas60527@yahoo.com](mailto:linas60527@yahoo.com)  
[linasm@linusrealty.com](mailto:linasm@linusrealty.com)

**Sveikatos ir gyvybės  
draudimas**



**BIRUTĖ  
Paulauskaitė**  
Agent/Broker/Adviser

**847-322-3404**  
Platus pasirinkimas,  
išsami informacija

Office  
in Oakbrook





## Stilistė pataria

# Kokius batus šį rudenį slėpti spintoje, o kokie bus ant bangos?

Artėjant rudenii neretai kyla klausimas, kaip atnaujinti savo avalynę, kad lapams pradėjus kristi išsiskirtumėte iš minios. Pavasarį dominavę loaferai – greitai apsiaunami pusbačiai be raištelių ar užsegimų – išlieka karščiausia šio sezono tendencija, sako stilistė Saida Valvonė. Visgi ji pataria, kad vienos rūšies batų šį rudenį nepakaks.

Klasika tapę loaferai, dar vadinami norvegiškais mokasiniais, kasmet tampa rudens avalynės šerdimi. Metai iš metų jie grįžta į madą vis naujomis variacijomis. „Nekeista, nes jie labai patogūs – to visi ir norime iš savo batų. Tačiau kartu jie atrodo dailiai ir elegantiškai, dėl to puikiai tinka ypatingoms progoms“, – sako stilistė.

Prieš kelerius metus pasaulinės žvaigždės išpopuliarino grubius, storapadžius, 90-ųjų stiliaus loaferus. Anot stilistės, jie puikiai pasiteisina, kai norisi vizualiai išilginti siluetą, bet nesinori avėti aukštakulnių. Tačiau ji atkreipia dėmesį, kad šiandien išpopuliarinę lygiapadžiai modeliai, dažnai vadinami balerinomis. Šie yra kiek paprastesnė, kasdieniškesnė alternatyva.

Jos nuomone, loaferų išskirtinumas susijęs su jų universalumu: „Galite rinktis ir grubesnius, ir labiau klasikinius modelius. Be to, jie puikiai tinka prie įvairiausių drabužių – tiek prie paprasto džinsų ir marškinėlių derinio, tiek prie bleizerių ar „maxi“ suknelių.“

## RUDENS AKSESUARAS – KOJINĖS

Artėjant rudenii ir vėstant orams, akivaizdu, kad šalikai ir kepurės bus pagrindiniai aksesuarai. Be jų, vis patrauklesnės tampa neįprastų formų ar ryškių spalvų rankinės. Tačiau stilistė pabrėžia, kad svarbiausias akcentas, kurį reikėtų derinti prie madingiausios sezono avalynės, yra kojines.

„Loaferai savaime paprasti, subtilūs, todėl, norėdami

sukurti gražų rudenišką įvaizdį, geriau juos kombinuokite su dailiomis kojineis, o ne įmantriais aksesuarais. Galite stilizuoti vienodų atspalvių kojines ir batelius, arba, priešingai, kurti kontrastą, pavyzdžiui, juodi batai su baltomis kojineis. Jei norite daugiau detalių, galite eksperimentuoti su tekstūromis, raštais ar net sluoksniuoti“, – pasakoja stilistė.



## MAŽIAU YRA DAUGIAU

Nors loaferai yra universalūs ir lengvai pritaikomi, pasitaiko stiliaus klaidų, kurių derėtų vengti, pastebinti ji.

„Dažniausia šio sezono avalynės stiliaus klaida – per daug aksesuarų. Jei renkatės bet kokio tipo loaferus, nesvarbu, ar tai būtų lygiapadžiai, ar grubūs, masyvesni batai, nepamirškite, kad mažiau yra daugiau. Geriausia juos rinktis be grandinių, sagčių ar kitų papuošimų. Kalbant apie drabužius, venkite per daug skirtingų raštų ar spalvų, jei jūsų loaferai masyvesni ar ryškiaspalviai. Tai padės subalansuoti derinius, ir leis pačiai avalynei išryškėti.“

Stilistė priduria, kad vieno stiliaus batus jau vertėtų paslėpti giliai spintoje. Tai – ilgaauliai batai virš kelių, kurie šį sezoną madų jau nebediktuos. Verčiau dėmesį kreipti į batus su aulu iki kelių ar grubius aulinukus. Mat jie ne tik gelbės lietingu oru, bet ir atrodys stilingai.

## SUKURKITE BENT TRIS NAJUS DERINIUS

Natūralu, kad ruošiantis naujam drabužių ir avalynės sezonui iškyla klausimas, kaip apsipirkti kuo taupiau ir neišleisti krūvos pinigų. Pasak stilistės, svarbiausia yra detalai suplanuoti ir apmąstyti savo pirkinius. „Pirmiausia susidarykite norimų prekių sąrašą ir pagalvokite, kaip jas galima būtų derinti su jūsų turimais drabužiais, avalyne ar aksesuarais. Pasistenkite sukurti bent tris naujus įvaizdžius. Tai padės jums įvertinti, ką iš tiesų reikalinga pirkti“, – sako S. Valvonė.

Kitas svarbus aspektas – ilgaamžiškumas. Stilistė primena neskubėti išlaidauti madingoms prekėms, nes tendencijos gali būti trumpalaikės. Vietoj to geriau investuoti į ilgaamžius gaminius, o jei vis dėlto norisi sekti tendencijas, geriau rinktis nebrangius daiktus. ■



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](http://www.chicago-divorce.com)



„Aukšnio leopardo“ apdovanojimą pelniusio debutinio ilgo metro filmo „Akiplėša“ režisierė Saulė Bliuvaitė ir prodiuserė Giedrė Burokaitė. Lokarno kino festivalis, Šveicarija, 2024 m. rugpjūčio 17 d. Jeano-Christophe'o Botto / EPA-EFE nuotrauka

Pagrindinis Šveicarijoje vykstančio Lokarno kino festivalio prizas „Aukšnis leoparas“ atiteko režisierės Saulės Bliuvaitės debutiniam ilgo metro filmui „Akiplėša“, šeštadienį pranešė Kultūros ministerija. „Džiaugiamės Lietuvos kino kūrėjų sėkme prestižiniame 77-ajame Lokarno kino festivalyje (Locarno Film Festival): pagrindinis jo prizas – „Aukšnis leoparas“ – skirtas režisierės Saulės Bliuvaitės debutiniam ilgo metro filmui „Akiplėša“ (prodiuserė Giedrė

## Lietuviškas kinas

# Prestižiniame Lokarno kino festivalyje apdovanoti du lietuviški filmai

Burokaitė)“, – feisbuke rašė ministerija.

Šis filmas taip pat laimėjo apdovanojimą už geriausią debutą bei du piniginius prizus, skirtus ekumėninės ir jaunimo žiūri.

Filmas „Akiplėša“ pasakoja apie dviejų į paauglystę



Prizą už vaidybą filme „Sesės“ pelnę aktorai: Gelminė Glemžaitė, Agnė Kaktaitė, Giedrius Kiela ir Paulius Markevičius. Lokarno kino festivalis, Šveicarija, 2024 m. rugpjūčio 17 d. Jeano-Christophe'o Botto / EPA-EFE nuotrauka

žengiančių merginų tapatybės paieškas nykiame industriniame rajone. Šis filmas Lietuvoje pasirodys kitų metų pavasarį.

Saulė Bliuvaitė režisavo trumpametražį dokumentinį filmą „Limuzinas“, kurio premjera įvyko JAV kino festivalyje „New Directors / New Films“, organizuoto Niujorko Moderniojo meno muziejaus (MoMA). Varšuvos kino festivalyje „Limuzinas“ 2021 metais pripažintas geriausiu trumpametražiu dokumentiniu filmu.

Tuo metu Laurynas Bareiša festivalyje pelnė geriausio režisieriaus apdovanojimą už filmą „Sesės“ (prodiuseriai Klementina Remeikaitė, Matiss Kaža). Filme vaidinantiesiems aktoriams Gelminei Glemžaitėi, Agnei Kaktaitėi, Giedriui Kielai ir Pauliui Markevičiui atiteko vienas iš dviejų prizų už vaidybą.

Šis filmas – tai pasakojimas apie dvi seseris, kurios su savo šeimomis leidžia savaitgalį sodyboje, tačiau įvykus nelaimėi jų gyvenimas pasikeičia, ir jos yra priverstos išmokti gyventi su pasekmėmis.

Ši psichologinė drama Lietuvos kino teatruose pasirodys rugsėjo 20 dieną.

Laurynas Bareiša prieš dvejus metus laimėjo Venecijos kino festivalio „Horizontų“ programą su debutiniu filmu „Piligrimai“ (prodiuserė Klementina Remeikaitė). ■



Artėjant mokslo metams tradiciškai įsibėgėjęs pasiruošimas mokyklai didžiuosiuose prekybos centruose vilioja pirkėjus kanceliarinių priemonių, kuprinų ir kitų mokymosi procesui reikalingų prekių gausa. Besirenkant reikiamas priemones ekspertai pataria pasirūpinti ne tik kuprinės turiniu, kuris gali būti draugiškesnis aplinkai, bet ir moksleivių emocine sveikata.

Pasak su vaikais ir paaugliais dirbančios psichologės Sonata Vizgaudienė, rudenį prasidedantys mokslo metai įneša nemažai pokyčių tiek vaikų, tiek jų tėvų ar globėjų kasdienėje rutinoje. Naujas etapas tampa dar reikšmingesnis, jei namuose yra pirmokas. Artėjantys pokyčiai, o su jais ir užgriūvančios atsakomybės yra natūrali priežastis nerimauti tiek vieniems, tiek kitiems, tačiau keli paprasti veiksmai bei dėmesys gali padėti sumažinti šiuos nepageidaujamus reiškinius.

### RUOŠTIS PRADĖTI IŠ ANKSTO

„Dažnai pastebiu, kad labiausiai nerimauja ne vaikai, o jų tėvai ar globėjai. Suprantama, ypač jei tai yra pirma klasė, nauji mokslo metai yra labai didelis įvykis visai

## Nauji mokslo metai

# Ką daryti, kad mokslo metų pradžia būtų sklandi

šeimai – prasideda naujas etapas, dėl kurio keičiasi ir įprasta šeimos rutina bei dienotvarkė, atsiranda naujų atsakomybių. Jei suaugusieji nerimauja per daug, šį nerimą greitai perima ir vaikai – dėl to mokyklos laukimo ir jos lankymo pradžia gali būti emociškai sunkesnė“, – pasakoja S. Vizgaudienė.

Tėvų ar globėjų nerimą gali padėti sumažinti anksčiau pradėtas pasiruošimas mokyklai – tiek pasirūpinimas reikiamomis kanceliarijos priemonėmis ar mokyti skirtos vietos sukūrimas namuose, tiek naujos dienotvarkės, rutinos apgalvojimas. Pasak S. Vizgaudienės, nors dėmesio reikia visiems, tėvai ir globėjai turėtų būti itin dėmesingi jautresniems vaikams – jiems bet koks pasikeitimas yra didelis iššūkis, tad jam dar svarbiau pasiruošti iš anksto.

„Su vaiku apie mokyklą kalbėkite pozityviai, tačiau nekurkite nerealių lūkesčių, pavyzdžiui, kad ten viskas bus tik labai gerai. Vaiką padrąsinkite, kad į mokyklą eina jo visi bendraamžiai, draugai, kad tai yra natūralus etapas, tačiau pasakykite ir tai, kad ne viskas mokykloje gali patikti. Tik nereikėtų to akcentuoti, kad vaikas nesudarė išankstinės nuostatos, jog kažkas nepatiks“, – pataria psichologė.

### ĮTRAUKTI VAIKUS Į PROCESĄ

Bene paprasčiausias būdas pratinti vaikus prie

laukiančio naujo etapo ar paskatinti jų norą eiti į mokyklą – kuo labiau juos įtraukti į pasiruošimo etapą. Pastarasis neįsivaizduojamas be apsipirkimo, tad psichologė S. Vizgaudienė primygtinai pataria leisti vaikams išsirinkti mokyklinius reikmenis.

„Kaip tai sumaniai padaryti – būdų yra nemažai. Jei renkatės didesnę pirkinių, pavyzdžiui, kuprinę, kur svarbu ne tik grožis, pasiūlykite vaikui kelis jūsų atrinktus variantus, bet galutinis žodis, kurią pasirinkti, lai būna vaiko. Leiskite vaikui pačiam išsirinkti mokyklinines priemones. Jis ne tik bus laimingesnis, bet ir jausis tvirtiau naujoje aplinkoje, nes turės kažką savo – tai, kas jam išties patinka. Ši taisyklė galioja ir dedant priemones į kuprinę – reikėtų, kad tai darytų pats vaikas, o tėvų ar globėjų pareiga – tik patikrinti, ar vaikas kažko nepamiršo“, – sako ji.

Kad pirmomis dienomis mokykloje būtų drąsiau, jaunesni vaikai kuprinėje gali nešti ir mielą smulkmenėlę ar nedidelį žaislą. Asmeniniai daiktai padeda nusiraminti.

„Jei matote, kad vaikas artėjant mokslo metams ar jiems prasidėjus tampa labiau užsidaręs, liūdnas, reikėtų jį paskatinti išsikalbėti ir išklausti. Didelė klaida būtų nuveikti vaiko jausmus ar nekreipti į juos dėmesio. Tokiu atveju vaikas tik dar labiau užsidarys. Tėvų ir globėjų pareiga padėti vaikui emociškai susitaikyti su nauju etapu“, – pažymi S. Vizgaudienė. ■

# AEC PARCEL SERVICE

## SIUNTINIAI Į VISĄ EUROPOS SĄJUNGĄ

+ 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

**Kalya**

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 Lituanistine 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



Asmik Grigorian ir Lukas Geniušas bendrame koncerte

Pirmadienį socialinėse medijose nuvilnijusi žinia apie Asmik Grigorian ir Luko Geniušo pasirodymą JAV Hertz Hall gruodžio mėnesį, kuriame skambės tiek P. Čaikovskio, tiek S. Rachmaninovo kūriniai rusų kalba, sukėlė diskusijų. Vieni gynė kūrėjus, kiti smerkė jų pasirinkimą karo kontekste atlikti boikotuojamos šalies kompozitorių kūrinius.

Primename, kad Grigorian ir Geniušo P. Čaikovskio ir S. Rachmaninovo programa buvo atlikta ir 2023 m. rugsėjį Londone.

Dar 2022 m. pabaigoje tuometis Ukrainos kultūros ir informacijos politikos ministras Oleksandras Tkačenka prašė vieną iškiliausių ir garsiausių Rusijos kompozitorių P. Čaikovskį boikotuoti, bent kol baigsis karas. O Lietuvos kultūros ministerija paskelbė rekomendacijas susilaikyti nuo rusų autorių kūrinių viešų pristatymų iki karo veiksmų Ukrainoje pabaigos.

### KULTŪROS MINISTRAS: NAIVU TIKĖTIS, KAD LIETUVOJE NEKELS KLAUSIMŲ, NEBUS REAKCIJŲ

Paprašytas pakomentuoti Grigorian ir Geniušo būsimą koncertą, kultūros ministras Simonas Kairys sakė, jog reikėtų pradėti nuo to, kad nei valstybė, nei valstybės įstaigos ar ministerija nėra niekaip susijusios su šiuo klausimu. Jis taip pat pabrėžė, kad koncertas nebuvo finansuotas valstybės, o institucijos nedalyvavo jokiame bendrame projekte.

„Mes kalbame apie kiekvieno asmens pasirinkimus, vertybines nuostatas, konteksto įvertinimą. Ir čia matome dvejopus pavyzdžius. Pavyzdžiui, ką tik Lokarno festivalyje aukščiausius prizus laimėję mūsų kino kūrėjai, lipdami ant scenos atsiimti apdovanojimų, aiškiai išreiškė pagarbą ir paramą Ukrainai. Ir matom irgi dvi pasaulinio lygio žvaigždės, kurios kažkaip tarsi įlenda į tokią pilkąją zoną“, – sako S. Kairys.

Pasak jo, labai svarbūs yra pačios asmenybės pasirinkimai: „Menininkas gali turėti tikslą kovoti už kūrybos laisvę, meno kalbą ir panašiai. Kita vertus, kontekstai kuo toliau, tuo labiau yra stipresni ir menas meno pasaulyje yra



Vytautas Ališauskas

## Kultūra politikos fone

# Po Grigorian ir Geniušo planų atlikti rusišką muziką JAV – karštos diskusijos Lietuvoje

vis kontekstualesnis. Todėl man įdomiausi būtų pačių atlikėjų atsakymai, vertinimai ir argumentai.“

„Mano manymu, kultūra visada turi kalbėti apie gerį, grožį ir meilę, o jei atsiranda dalykų, kurie sukuria tam tikrą šleifą, yra pavojus“, – priduria kultūros ministras.

Komentuodamas situaciją jis taip pat priminė 2022 m. V. Putino dekretą dėl Rusijos humanitarinės politikos plėtros užsienio šalyse. Pasak kultūros ministro, tai – labai pavojingas dokumentas: „Jame kalbama apie vadinamąjį rusišką pasaulį, apie visą jo konstrukta, pradėdant nuo būtent P. Čaikovskio ir kitų ten surašytų asmenybių, kaip, pasitelkiant juos, pagrįsti Rusijos imperialistinę, ekspansinę politiką.“

Pasak S. Kairio, tame dokumente nurodomos ir geografinės kryptys, konkrečios šalys, kur rusišką pasaulį turėtų plėsti ir kur tam rusiškam pasauliui kyla grėsmė. Tarp įvardintųjų – ir Baltijos šalys.

„Nors kūryba turėtų būti nepriklausoma, bet įvairiuose kontekstuose, ypač kalbant apie Rusiją, jos aktyvia, agresyvią politiką panaudojant kultūrą, tu tikrai gali atsiderėti labai keistuose kontekstuose dėl savo pasirinkimų. Tačiau vėlgi, tai – asmenybių pasirinkimo, jų vertybių ir atsakomybės klausimas“, – teigia kultūros ministras.

„Mes nesame Rusija, nesame Baltarusija ir negalim reguliuoti, įsakyti laisviems žmonėms laisvame pasaulyje, ką daryti, kaip kurti, ką atlikti. Toks principas irgi yra labai svarbus. Tačiau čia matyti ir tam tikra visuomenės branda, pilietiškumas“, – priduria kultūros ministras.

Pasak jo, esminis dalykas šiuo konkrečiu klausimu yra tai, jog rengiant koncertą nedalyvauja valstybė: „Tai yra žmonių pasirinkimas, bet vėlgi, naivu tikėtis, kad Lietuvoje nekels klausimų, nebus reakcijų, nes reaguoja tiek piliečiai, tiek žiniasklaida, šie klausimai ypač šiuo metu yra svarbūs.“

Kultūros ministro teigimu, pasaulinio lygio scenos atstovais žavimės ne tik dėl jų kūrybos. „Jie turi didelę autoritetą ir šiuo atveju tikrai gali savo vardą ir sukauptą patirtį panaudoti kilniems meno tikslams. To mes labai laukiame iš tokių žmonių, kurie įvertinami įvairiausiais valstybės apdovanojimais ir panašiai. Manau, kad laikas čia viską parodys“, – sako S. Kairys.

### VYTAUTAS ALIŠAUSKAS: MŪSŲ JAUTRUMAS YRA VISIŠKAI KITOKS

Lietuvos kultūros tyrėjas, diplomatas, filosofas



Simonas Kairys

profesorius Vytautas Ališauskas sako, jog nėra tikras, kad socialinis spaudimas šiuo atveju būtų labai prasmingas.

Paprašytas pasidalinti, kaip jis vertina tokį lietuvių kūrėjų muzikos pasirinkimą, V. Ališauskas sakė, kad „pasaulyje vargiai kas nors supras, jog S. Rachmaninovas arba P. Čaikovskis kaip nors susijęs tiesiogiai su Rusijos imperialistine politika“.

Pasak jo, tradicinės rusų kultūros įvaizdis, ypač pasaulinėje muzikos arenoje, yra labai stiprus. „Kad ir kaip žiūrėčiau, vis dėlto, žiūrint realistiškai, niekam nepadarysi įspūdžio, jeigu kažkokį lietuvių atlikėją mes socialinėmis spaudimo priemonėmis priversime atsisakyti dalyvauti. Todėl, kad yra dalykų, kurie, žvelgiant iš vakarietiško taško, jiems paprasčiausiai nesuprantami“, – sako V. Ališauskas.

„Pasaulyje yra labai daug puikių atlikėjų ir visada didžiosios salės ras kuo juos pakeisti, nenori, nereikia, ką čia sujaudins L. Geniušas ar A. Grigorian, jeigu atsisakys atlikti S. Rachmaninovą. Tiesiog tai bus nesuprasta“, – priduria jis.

„Nei Rachmaninovą, nei Čaikovskį, o ypač Rachmaninovą mes negalime apkaltinti kažkokiais dalykais“, – sako V. Ališauskas. Jo teigimu, apskritai rusišką kultūrinį paveldą yra labai didelė problema ir rusų literatūros reikšmė yra gana perdedama, nes jie [rusai] neturi daug europinio, pasaulinio masto rašytojų.

„Bet, pavyzdžiui, be tos tradicinės rusiškos muzikos galbūt jau būtų jaučiama spraga Europoje. Kita vertus, visi tie senieji kompozitoriai buvo svetimi komunistinėje Rusijoje ir, tiesą sakant, gan svetimi ir carinėje Rusijoje. Pažiūrėkite į jų biografijas. Šiuo atveju turbūt rusų muzika yra labiausiai vakarietiškas reiškinys, kokį mes galime matyti jos kultūroje“, – sako V. Ališauskas.

„Mes esame pafrontės zonoje ir mūsų jautrumas yra visiškai kitoks. Visiškai pritariu tam, kad muzikai, beje, savo noru, kiek žinau, susilaiko nuo rusų kūrinių atlikimo Lietuvoje, nuo statymo operų, rusiško baletų. Bet tikėtis, kad mūsų šita nuomonė turės kokią nors reikšmę pasauliniame kontekste, yra tiesiog naivu“, – priduria jis.

Lietuvos kultūros tyrėjo teigimu, svarbiausias tikslas, kad pasaulis suprastų, jog Ukraina yra auka, užpulta be jokios priežasties. „Svarbiau, kad patys menininkai išnaudotų savo kontaktus, savo galimybes kalbėti viešai apie tai, o ne kurtų marginalizuojantį efektą. Nesmerkiu nei tų, kurie atlieka, nei kas susilaiko, bet sakau, jog nesu tikras, kad socialinis spaudimas šiuo atveju būtų labai prasmingas.“



Rasa Murauskaitė



Komentuodamas situaciją, kai lietuvių atlikėjai atlieka rusų kūriniai, V. Ališauskas priminė ir 2022 m. gruodžio 7-ąją pradėtą rodyti Modesto Musorgskio operą „Boriss Godunovas“ teatre „La Scala“, nepaisant protestų ir Ukrainos konsulo laiškų. „Na, ir ką tu čia gali padaryti? – klausė pašnekovas. – Stambūs pasaulinio masto menininkai gali panaudoti savo veidą, savo įvaizdį Ukrainai paremti, tai būtų daug prasmingiau nei sakyti: „Ne ne, nešoksiu „Gulbių ežere“, nes tai jau imperialistinė Rusija.“

Pasak V. Ališausko, turime rasti tokį naratyvą, kuris pasipriešintų putiniškam naratyvui, o ne galvoti, kad „jeigu V. Putinas bando apropriuoti S. Rachmaninovą, tai reikia S. Rachmaninovą uždrausti“. „Reikia pakeisti tai adekvачiu naratyvu. Kalbu apie Lietuvą. Pasauliniame kontekste nereikia įsivaizduoti, kad mes turime kokių nors išteklių tuos naratyvus kaip nors savo protestais pakeisti“, – sako profesorius.

„Jeigu pradėsime reikalauti, kad jie, A. Grigorian ir L. Geniušas, nutrauktų kontaktus su stambiausiais pasaulio muzikos veiksniais, tai galim, bet netikiu, kad kam nors nuo to bus geriau. Kaip ir sakiau, jei jie atsisakys, tai visiškai nieko nesudomins. Tai netaps kažkokiu įvykiu, kuris nuskambėtų bent jau per Europą“, – komentuoja V. Ališauskas.

#### RASA MURAUŠKAITĖ-JUŠKIENĖ: VAKARŲ POŽIŪRIS Į RUSŲ KOMPOZITORIŲ MUZIKOS ATLIKIMĄ VISAI KITOKS

Muzikos kritikė ir LRT KLASIKOS vyresnioji redaktorė Rasa Murauskaitė-Juškienė sako, kad P. Čaikovskio ir S. Rachmaninovo kūrinių programa, su kuria koncertuoja A. Grigorian ir L. Geniušas, buvo paruošta dar iki karo pradžios.



Asmik Grigorian ir Lukas Geniušas

Pasak muzikos kritikės, programoje skambantys S. Rachmaninovo kūriniai – iš muzikų albumo „Dissonance“, kuris buvo įrašytas prieš plataus masto invaziją, tačiau oficialiai pasirodė pačioje karo pradžioje, 2022 m. kovą, jį išleido žymi leidybos kompanija „Alpha Classics“.

„Šis albumas buvo labai entuziastingai sutiktas tarptautinės publikos ir kritikų, pelnė Asmik Grigorian „Opus Klassik“ geriausios solistės apdovanojimą, todėl nenustabu, jog su šia programa duetas yra kviečiamas koncertuoti prestižinėse koncertų salėse“, – sako R. Murauskaitė-Juškienė.

Komentuodama situaciją, muzikos kritikė teigia, kad Vakarų požiūris į rusų kompozitorių muzikos atlikimą visai kitoks nei mūsų, kitų Baltijos šalių ar lenkų, o tai dėl istorinio konteksto suprantama.

„Pavyzdžiui, praėjusiais metais to paties S. Rachmaninovo kūryba statistiškai buvo tarp plačiausiai koncertų salėse skambėjusių, kadangi buvo švenčiamos 150-osios šio kompozitoriaus gimimo metinės. Tad tarptautinėse scenose


veikiantiems atlikėjams atlikti ar ne rusų kompozitorių muziką turbūt yra asmeninio apsisprendimo, suderinto su įsipareigojimais ir kitomis aplinkybėmis, klausimas“, – priduria R. Murauskaitė-Juškienė.

Muzikos kritikės teigimu, santykis su rusų kompozitorių muzika Rusijai pradėjus žudikišką karą tapo vienas sudėtingiausių klasikinės muzikos ekosistemoje, nuolatos reikalaujančiu permąstyti kiekvieną individualų atvejį, kadangi tai, jog Kremliaus režimas naudoja kultūrą kaip minkštąją galią, yra neginčytinas faktas.

„LRT KLASIKA, prasidėjus karui, rusų kompozitorių muzikos netransliuoja beveik išvis, nebent kūriniai yra dalis įrašų ar transliacijų, atkeliaujančių iš Europos koncertų salių, ir, žinoma, tų kompozitorių, kurie tiesiogiai nėra susiję su Rusijos režimu“, – sako LRT KLASIKOS vyresnioji redaktorė.

„Aš asmeniškai džiaugiuosi, kad tokios mūsų koncertinės institucijos kaip Nacionalinė filharmonija ar Lietuvos nacionalinis operos ir baletų teatras taip pat padarė pauzę ir kol kas atsisako rusų kompozitorių kūrinių. Tai matau ne tik kaip aiškiai išreikštą poziciją ir nuo karo kenčiančios Ukrainos palaikymą, bet ir kaip galimybę atrasti naują repertuarą, ieškoti naujų būdų kurti programas, o tai mūsų klasikinės muzikos laukui labai labai sveika.

Ar vadovaudamiesi tokiais pat metais galime vertinti tarptautinėse scenose veikiančius mūsų menininkus? Pasakysiu atvirai – nežinau ir teisuoliškai vertinti vienų ar kitų sprendimų nesimu, kad ir kaip kas kartą džiugina žinios apie principingus ir drąsius mūsų kultūrai atstovaujančių menininkų sprendimus“, – mintimis dalijasi muzikos kritikė, LRT KLASIKOS vyresnioji redaktorė R. Murauskaitė-Juškienė. ■



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 !



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

SMS Žinutės  
(224) 676-3577

www.unitedstatestaxservices.us  
contact@unitedstatestaxservices.us

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



Vaikų prie ekranų praleidžiamas laikas tapo tokia opia problema, jog kai kurios šalys ją spręsti imasi net valstybiniu lygiu. Pasaulinio inovacijų lyderio reputaciją turintis Singapūras neseniai paskelbė įvesiantis ribojimus, kurie mažyliams iki šešerių metų draus piktnaudžiauti išmaniaisiais įrenginiais. Technologijų ekspertai ir psichologai teigiamai vertina šiai temai skirtą dėmesį, tačiau ragina su draudimais neperlenkti lazdos – prievarta sukuria tik problemos sprendimo iliuziją, o tikrasis jos efektas neretai būna visiškai priešingas.

### EKRANE – NE VIEN ŽAIDIMAI

Linkstant griežtai apriboti vaikų laiką prie ekranų, svarbu suprasti, jog tokiais veiksmais tėvai savo atžaloms savotiškai priveria „langą“ į aplinkinį pasaulį. Šiandien virtualioje erdvėje jaunuoliai ne tik pramogauja ar „mirksta“ socialiniuose tinkluose, bet ir bendrauja, mokosi užsienio kalbų ar lavina kitus įgūdžius. Negalint tobulėti ir palaikyti kontakto su draugais, vaikui gali pasireikšti nerimas, tapti sunkiau pritaikyti prie bendraamžių, todėl šį veiksma reikėtų atsakingai pasverti.

Trylikametė lietuvaitė Medeina Mantulovaitė atskleidžia, jog „YouTube“ žiūrėjimas išmaniuosiuose įrenginiuose labai padėjo tobulinti anglų kalbą, o specialiose programėlėse pramokusi šios kalbos gramatikos ji pasiryžo dar didesniai iššūkiui – korėjiečių kalbos mokymuisi, naudojant „Duolingo“ aplikaciją. Paauglė taip pat neapsiriboja kalbų lavinimu ir virtualioje erdvėje nuolat susiranda naujų prasmingų veiklų, tokių kaip rankdarbių dirbtuvės ir virtualūs grojimo pianinu pradmenys. Visgi, dėl tėvų įvestų prie ekrano praleidžiamo laiko apribojimų jai nuolat tekdavo rinktis tarp daugybės hobijų ir veiklų.

„Tėvams įvedus ribojimus, buvau vienintelė klasėje, kuriai taikomi tokie draudimai. Tuo metu jaučiau pyktį ir gėdą, jog pati negaliu kontroliuoti savo laiko. Kiekvieną kartą prisėdus prie išmaniųjų įrenginių, galėjau išsirinkti vieną iš maloniausių veiklų, todėl kur kas mažiau laiko skyrčiau kalbų mokymuisi. Dar blogiau, jog laiką prie

## Psichologė neigia populiary įsitikinimą

# Ekranų laiko ribojimai vaikus tik skatina piktnaudžiauti

ekranų pradėjo lydėti nerimas ir nuolatinis žiūrėjimas į laikrodį, bandant iki ribojimų pradžios suspėti atlikti viską, ką buvau suplanavusi“, – ne pačiais maloniaisiais įspūdziais dalinasi M. Mantulovaitė.

### RIBOJIMAI VEIKIA TIK RIBOTĄ LAIKĄ

Nors virtualios tėvų auklės kurį laiką veikė, M. Mantulovaitė galiausiai rado būdą pergudrauti ribojimus. Ilgai kęstas „ekranų badas“ virto noru atsigriebti, o netrukus pasireiškė ir to nulemti šalutiniai efektai. Mergina pradėjo jausti pykinimą, galvos skausmą ir svaigimą.

„Apriboję ekranų laiką, vaikui netiesiogiai pasakome, jog naudojimas išmaniuoju telefonu ar kompiuteriu yra labai ypatinga ar netgi magiška veikla. Tokiu būdu sukuriamas uždraustas vaisius, kurio vaikas sieks visais įmanomais būdais“, – situaciją aiškina psichologė Milda Linaburkytė.

Pasak ekspertų, kasdienį ekranų laiko ribojimą jaunuoliai neretai gali apeiti įrenginio nustatymuose pakeitę laiko zoną ar laiką atsukę pora valandų atgal. Nepavykus to padaryti, gali sekti bandymai atkurti gamyklinius nustatymus, iš naujo nustatant įrenginį be tėvų įvestų ribojimų ir atkuriant duomenis iš atsarginės kopijos. Išvardintų triukų kraitį galima papildyti ir vidinių programėlių naršyklių naudojimu. Net jei pagrindinėje įrenginio naršyklėje aktyvuoti turinio filtrai, vaikai į savo „Gmail“ el. pašto dėžutę gali išsiųsti norimą pasiekti nuorodą ir ją atverti pačios aplikacijos viduje, išvengiant „raudonų švyturėlių“ ir blokavimo.

Būtent dėl šios priežasties ribojimus rekomenduojama pasitelkti tik išimtiniais atvejais. Psichologės M. Linaburkytės teigimu, trumpalaikė ekranų laiko „dieta“ paaugliui gali būti naudingi tada, jei tėvai pastebi, kad jų atžala įniko į žalingą turinį, skundžiasi galvos skausmais arba nuo nekontroliuojamo išmaniųjų naudojimo pradėjo kentėti mokslai ar fizinis aktyvumas. Tačiau, turint omenyje jaunosios kartos sumanumą, į šią priemonę nuo pat pradžių reikėtų žiūrėti tik kaip į laikiną sprendimą, leidžiantį atžalai sugrįžti į sveiką gyvenimo ritmą.

Psichologei antrina ir M. Mantulovaitė, kuri tėvams prisipažinusi apie ribojimų pergudravimą ir sutarusi, kad nuo šiol pati bus atsakinga už savo laiką prie ekranų, pajuto ne vieną teigiamą pokytį. „Laisvė suteikia daugiau galimybių internetą išnaudoti ne tik

pramogai, bet ir ugdyti savo laiko planavimo, savarankiškumo kompetencijas, išmokti naujų dalykų. Kai žinau, kad pati esu atsakinga už savo laiką, jaučiu paskatinimą ir motyvaciją išnaudoti jį kaip įmanoma naudingiau“, – pasakoja paauglė.

### ALTERNATYVA RIBOJIMAMS – TARPUSAVIO PASITIKĖJIMAS

Psichologė M. Linaburkytė teigia, kad polinkį į žalingą naudojimąsi išmaniaisiais mažiesiems dar vaikystėje neretai suformuoja patys tėvai. Norėdami užimti vaiką kelionėje ar jį nuraminti, tėvai nevengia prieš jo akis pastatyti planšetę ar išmanųjį telefoną.

„Tačiau vaikui paaugus ar pradėjus eiti į mokyklą, ekranų laikas staiga apriojamas be jokios atžalai suprantamos priežasties. Vaikas savo atžvilgiu pradeda jausti neteisybę ir tarsi klausia, kodėl anksčiau tai buvo galima, o dabar nebe? Todėl norint išvengti šio paradokso, mažylį su ekranais reikėtų supažindinti ne anksčiau, nei sukaks treji, ir startuoti nuo pačios mažiausios ekranų laiko normos, o ne atvirksčiai. Ikimokyklinio amžiaus žmogui ši norma yra 1–1,5 val. per dieną, o pradėjus eiti į mokyklą, ją galima kilstelėti iki 2 val. Nuoseklus ekranų laiko didinimas atliepia augančius vaiko skaitmeninius poreikius ir apsaugo nuo priklausomybės formavimosi“, – kalba M. Linaburkytė.

Ekspertė pažymi, kad vaikui žengiant pirmuosius žingsnius virtualioje erdvėje, tėvai turėtų būti šalia ir kartu kurti atsakingo naudojimo taisykles. Domėdamiesi atžalos skaitmeninėmis veiklomis, pradžiai jį dalintis patirtais įspūdziais ir patikinę, jog susidūręs su sunkumais vaikas bet kada gali kreiptis į juos, tėvai su juo gali užmegzti pasitikėjimo paremtą ryšį.

„Galų gale, reikėtų nepamiršti, kad besivystančių asmenybių įpročius taip pat labai smarkiai formuoja aplinka. Jei šeimos nariai vakarus leidžia skirtinguose namų kampuose, įnikę į ekranus, o iš vaiko paimti telefono ateina tėvas, pats kitoje rankoje laikydamas išmanųjį, sveiko naudojimosi režimo greičiausiai suformuoti nepavyks. Norėdami kažko išmokyti savo vaiką, jam pavyzdį turime rodyti patys. Todėl žalingo naudojimo prevencijai šeimoje labai naudinga sutarti valandą, kuriai atėjus visi šeimos nariai padeda prietaisus į šalį ir laiką leidžia bendraudami ar užsiimdami kitomis nevirtualiomis veiklomis“, – pataria psichologė. ■



Jaukūs namai ne tik suteikia fizinį komfortą, bet ir kuria teigiamą emocinę atmosferą, kur norisi grįžti. Jei svars-tote, kaip savo namus padaryti jaukesniais, dalinamės keletu praktiškų patarimų, kurie padės sukurti šiltą ir jaukų namų interjerą ne didelių investicijų.

**Grindys išklotos kilimine danga.** Vienas iš paprasčiausių būdų suteikti namams jaukumo – iškloti grindis

## Patarimai ir idėjos

# Jaukesnio namų interjero link

kilimine danga. Kiliminė danga namams suteikia šilumos bei komforto, o taip pat puikiai mažina akustiką. Būtent todėl ji puikiai tinka miegamajam, svetainės zonai ar net vaikų kambariui. Ir net neverta minėti, kaip malonu basomis kojomis jausti šildantį kiliminį paviršių!

**Šiltos spalvos ir natūralūs tonai.** Pagrindinė namų paletė nulemia ne tik koloritą bet ir erdvės atmosferą. Žemės atspalviai, tokie kaip šilti pilkai, smėlio spalva, švelni žalia ar rusvai oranžinė, suteikia interjerui natūralumo ir ramybės pojūtį, tad pasirinkite šias spalvas sienoms, baldams ar net aksesuarams ir kambariai bus kur kas jaukesni.

**Apšvietimo magija.** Teisingai pasirinktas apšvietimas gali visiškai pakeisti kambario atmosferą. Naudokite šiltas, gelsvas lemputes ir pasirinkite šviestuvus su reguliuojamu ryškumu. Tokie šviesos šaltiniai leis jums pritaikyti apšvietimą pagal nuotaiką ar veiklą, tačiau

nepamirškite kad jaukiam interjerui visada reikia keletu skirtingų šviesos šaltinių, tokių kaip stalų lempos, grindų šviestuvai ar žvakės, kurios suteiks namams dar daugiau jaukumo.

**Namų kvapai.** Kvapai taip pat gali labai prisidėti prie jaukios atmosferos kūrimo. Naudokite natūralius kvapus, tokius kaip eteriniai aliejai, aromaterapinės žvakės ar kvapnios lazdelės, kurie neįkyriai kvėpia ir neapsunkina oro. Tokie namų aromatai ne tik padės atsipalaiduoti ir sukurti ramybės pojūtį, bet ir primins namus, kas kartą juos užuodus.

**Tvarka gerai savijautai.** Jaukumui svarbu, kad namai būtų ne tik dailūs bet ir tvarkingi. Per daug daiktų gali sukelti chaoso pojūtį, todėl svarbu, kad kiekvienas daiktas, namuose turėtų savo vietą. Tam naudokite dėžes, krepšius ir stumdomas lentynas, kad tvarkai (taigi ir jaukumui!) sukurti pakaktų vos kelių tvarkymosi minučių. ■

## 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!



Maironio lituanistinė mokykla  
organizuoja

## lietuvių kalbos pamokas suaugusiems

Pradžią nuo rugsėjo 14 d.

Pamokos vyks **šeštadieniais**  
nuo **9:30 am iki 12:30 pm**  
Pasaulio lietuvių centre  
14911 127th St, Lemont, IL 60439

Daugiau info:  
[registracija@maironis.org](mailto:registracija@maironis.org)



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 mokytojų mokytojai, rekomenduotų JAV lituanistinių mokyklų vadovų

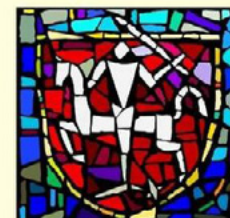


Jei iškilė daugiau klausimų,  
rašykite Kristinai Vyšniauskienei:  
[kvysniauskiene@svietimotaryba.org](mailto:kvysniauskiene@svietimotaryba.org)

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.



# Kas? Kur? Kada?

## RUGPJŪČIO 24 D., ŠEŠTADIENĮ

ŠV. MIŠIOS

4:00 v.v.

Švč. Mergelės Marijos Gimimo bažnyčia (Marquette Park)

6812 S. Washtenaw Ave., Chicago, IL 60629

## RUGPJŪČIO 25 D., SEKMADIENĮ

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

VASAROS GEGUŽINĖ IR MUGĖ

10:00 v.r.

Lietuvišką maistą ir gėrimai, gyva muzika ir šokiai, žaidimai vaikams, mugė ir loterija.

PLC 14911 127th St., Lemont, IL 60439

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

BALTIJOS KELIO 35-MEČIO AKCIJA

2:00 v.p.p.

12 val. po šv. Mišių Lemonte, prie bažnyčios, lauks autobusas, už \$15 nuvešiantis pirmyn į renginį ir atgal. Norinčius prašome registruotis pas Janiną, tel 630-915-328 Maggie Daley Park 337 E Randolph Dr, Chicago, IL 60601

AL-ANON BENDRIJOS SUSIRINKIMAS

7:00 v.v.

AL-ANON – tai alkoholizmu sergančių artimųjų ir draugų bendrija, teikianti pagalbą ir viltį alkoholikų šeimoms ir draugams.

Kviečiame visus susidomėję susitikimais. Taip pat



kviečiame teirautis telefonu: 630-923-0095 ir 773-988-3114. PLC kambarys “Pas prelatą” 14911 127th St., Lemont, IL 60439

## RUGPJŪČIO 28 D., TREČIADIENĮ

MISIJOS MALDOS BŪRELIS

6:30 v.v.

Registracija maldos valandėlei – [www.matulaitismission.com](http://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

## RUGPJŪČIO 29 D., KETVIRTADIENĮ

ŠV. RAŠTO BŪRELIS

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

## RUGPJŪČIO 31 D., ŠEŠTADIENĮ

ŠV. MIŠIOS (BILINGUAL)

4:30 v.p.p.

Šv. Mišios anglų ir lietuvių kalba aukojamos paskutinį kiekvieno mėnesio šeštadienį.

Pal. Jurgio Matulaičio Misija

14911 127th St., Lemont, IL 60439

Rugsėjo 1 d., sekmadienį

Vaikų Mišios

9:00 v.r.

Pal. Jurgio Matulaičio Misija

14911 127th St., Lemont, IL 60439

## RUGSĖJO 4 D., TREČIADIENĮ

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.matulaitismission.com](http://www.matulaitismission.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

## RUGSĖJO 8 D., SEKMADIENĮ

BENDRUOMENĖS DIENA

10:00 v.r.

Kviečiame visus į gražiausią bendruomenės metų šventę. Tai viena diena metuose visiems ir visoms pabūti kartu! Vyks Šv. Mišios po atviru dangumi, organizacijų mugė ir registracija į lietuviškas veiklas bei burelius, šeimų sporto šventė, vaisės, žaidimai ir daugiau. Visas lietuviškas organizacijas kviečiame nedelsiant registruotis el. paštu [matulaitismission@gmail.com](mailto:matulaitismission@gmail.com) arba [aleknaite@lcenter.org](mailto:aleknaite@lcenter.org). Informacija (630) 257-5613 arba (630) 257-8787. Laukiame Jūsų! (Jei lis, renginys bus perkeltas į Riškų salę). PLC 14911 127th St., Lemont, IL 60439

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

## RUGSĖJO 8-15 DIENOMIS

ŠILUVOS ATLAIDAI

11:00 v.r.

Atlaidus praves kun. Valdemaras Lisovskis.

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

## ŠEŠTADIENIAIS, NUO RUGSĖJO 14 D.

LIETUVIŲ KALBOS PAMOKOS SUAUGUSIEMS

9:30 v.r. PLC Skaitykla

14911 127th St., Lemont, IL 60439

## RUGSĖJO 15 D., SEKMADIENĮ

METINIS POKYLIS

12:30 v.p.p.

Kaina: \$70 suaugusiems, \$30 vaikams. Registracija tel. 773-776-4600 Švč. Mergelės Marijos Gimimo bažnyčia (Marquette Park), parapijos salė 6812 S. Washtenaw Ave., Chicago, IL 60629

## RUGSĖJO 21 D., ŠEŠTADIENĮ

“HACKERS FOR CHARITY” 16-ASIS

METINIS GOLFO TURNYRAS

12:00 v.p.p.

Surinktos lėšos parems vargstančius vaikus Lietuvoje. Registracija: [www.rclithuaniansgolf.com](http://www.rclithuaniansgolf.com) Old Oak Country Club 14200 Parker Rd, Homer Glen, IL

## SEKMADIENIO MIŠIŲ TRANSLIACIJA



Negalinčius dalyvauti Palaimintojo Jurgio Matulaičio misijos Mišiose, kviečiame prie misijos bendruomenės prisijungti stebint tiesioginę sėkmadienio 11 val. ryto šv. Mišių transliaciją. Paprasčiausias būdas surasti ir prisijungti prie Mišių transliacijos yra per mūsų misijos YouTube kanalą – Matulaičio misija.

- Į Google paiešką įveskite: Matulaičio misija YouTube. Spauskite atsiradusią paskyrą ir pamatysite misijos kanalą.
- Arba į interneto paieškos langelį įrašykite: <https://www.youtube.com/@matulaiciomisija731>
- Matysite 4 pasirinkimus: Home, Videos, Live, Playlists. Paspaudus LIVE, pasirinkite langelį su pageidaujama data ir prisijungsite prie tos dienos Mišių transliacijos. Ačiū, kad ir nuotoliniu būdu esate su mumis!

Ekonomikos ir inovacijų ministerija kviečia Lietuvos diasporos organizacijas pretenduoti į paramą veikloms, 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, atvykstamojo 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>

# NORI GRĮŽTI GYVENTI Į LIETUVĄ?

Rask visą tau reikalingą  
informaciją vienoje vietoje!  
[www.renkuosilietuva.lt](http://www.renkuosilietuva.lt)



Kur eiti? Kur atsipūsti?

# Muziejų, parodų ir klubų gidas Čikagoje

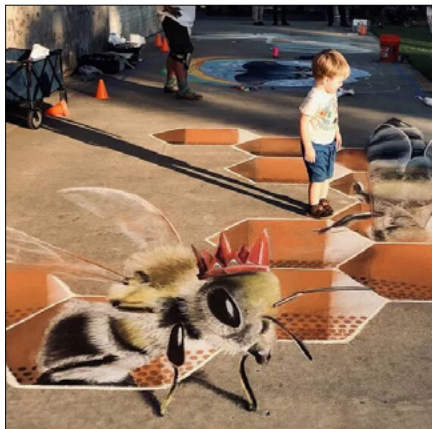
RENGINIAI

## Chalk Howard Street

Šeštadienį, rugpjūčio 24 dieną  
Howard St and Paulina St, Evanston  
[www.howardstreetchicago.com/chalk-howard-street](http://www.howardstreetchicago.com/chalk-howard-street)

Renginys nemokamas

Howard gatvės paviršius taps drobe menininkams, kreida kuriantiems 3D paveikslus ir vietiniams gatvės meno kūrėjams. Menininkai šio festivalio metu ant sienų ir gatvių tapys optinės iliuzijos kūriniai, o festivalio svečiai turės unikalią galimybę nusifotografuoti su įvairiausiaisiais superherojais ir knygų bei filmų veikėjais, regis, čia ir dabar lندانčius lauk iš po žemių. Šiame nemokamame Rogers Parko renginyje taip pat skambės gyvo garso muzika, bus įvairių pramogų,



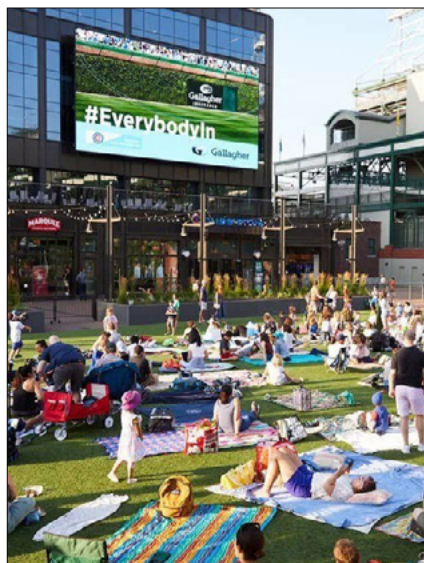
maisto ir gėrimų, o taip pat turėsite galimybę patys pasijausti menininkais ir kaip panorėję išpiešti 4x4 šaligatvio plotelį vos už \$25 (kreida bus suteikta).

## 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](http://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: „Harry Potter and the Sorcerer's Stone“ (rugpjūčio 14 d.), TBA (rugpjūčio 28 d.),



„Twilight“ (rugsėjo 11 d.).

## North Coast Music Festival

Pentadienį, rugpjūčio 30 d. – sekmadienį, rugsėjo 1 d., 2:00 v.p.p. – 12 v.r.  
SeatGeek Stadium, 7000 S Harlem Ave, Bridgeview  
[northcoastfestival.com/](http://northcoastfestival.com/)

Kaina: leidimas trims dienoms – nuo \$338, vienai dienai – nuo \$92

Vienas paskutinių Čikagos vasaros festivalių sezono pasiūlymų muzikos ir pramogų gerbėjams – „North Coast Music Festival“. Tai savotiškas atsisveikinimas su vasara ir su muzikinėmis šventėmis atvirame ore. Suplanuotas Darbo dienos savaitgaliui, festivalis žada nudžiuginti susirinkusius garsiaisiais atlikėjais ir karščiausiomis kylančiomis elektroninės, house, trance ir progresyvosios muzikos žvaigždėmis, jau nekalbant apie minias į šokių aikšteles sutraukiančius



didžėjus. Jūsų laukia tokie pasirodymai kaip Above & Beyond, ILLENIUM, Seven Lions, SLANDER, Subtronics, Chase & Status bei daugybė kitų.

## 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 pasigrozėti 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.



## 007 Science: Inventing the World of James Bond

Iki sekmadienio, spalio 27 d., 9:30 v.r.  
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/](http://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 reaktyvinė skraidyklė iš „Thunderball“, MI6 akie tinklelinės skaitytuvas iš „GoldenEye“ ir sklandytuvo-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.

## Chicago Air and Water Show

Flyover

Kasdien, iki rugsėjo 2 d., 12:00 v.p.p.  
Navy Pier, 600 E Grand Ave, Chicago  
[experienceflyover.com/chicago/](http://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 pirmo asmens perspektyvos, kad miestą apžiūrėtumėte ir su juo susipažintumėte kaip niekada anksčiau. Kilkite, leiskitės, sukiltės specialiose judančiuose kėdėse, šioms kylant dangoriažiais, grožėkitės panoramomis,



skriekite per fejerverkus ir mėgaukitės kitomis kvapą gniaužiančiomis patirtimis.

# 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

Iėjimas: \$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:



# ŠILUVOS ATLAIDAI



Švč. Mergelės  
Marijos Gimimo  
parapijoje

Rugsėjo 8-15 dienomis

Šv. Mišios 11:00 val. ryte

Atlaidus praves kun. Valdemaras Lisovskis

Nativity BVM Church

6812 S. Washtenaw Ave • Chicago, IL 60629

REKLAMA

PASAULIO LIETUVIŲ CENTRO

# VASAROS GEGUŽINĖ IR MUGĖ

SEKMADIENĮ, RUGPJŪČIO 25 D., 10 V.R. - 4 V.P.P.



LITHUANIAN  
WORLD CENTER  
LITHUANIAN AMERICAN COMMUNITY

LIETUVIŠKAS MAISTAS IR GĖRIMAI  
GYVA MUZIKA IR ŠOKIAI  
ŽAIDIMAI VAIKAMS  
MUGĖ IR LOTERIJA

14911 127TH ST. LEMONT, IL 60439 (630) 257-8787

# BENDRUOMENĖS DIENA „Esame vieni dėl kitų“



SEKMADIENĮ,  
RUGSĖJO 8 D., 10:00 val. ryto  
Pasaulio lietuvių centre

- Šv. Mišios po atviru dangumi
- Organizacijų mugė ir registracija į lietuviškas veiklas bei būrelius
- Šeimų sporto šventė
- Vaišės
- Žaidimai

Laukiame jūsų visų!

(Jei līs, renginys bus perkeltas į R. Riškus salę)



Rėmėjas



Lithuanian World Center, 14911 127th Street, Lemont, IL 60439. Telefonas pasiteiravimui 630-257-8787

„Čikagos Aidas“ №32 [1392] 08.23.2024 – 08.29.2024

31

# Sudoku galvosūkių

Sudoku — tai populiarus japonų galvosūkis, kuriame naudojami skaičiai nuo 1 iki 9, tačiau juos spręsti nereikia matematinė 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 peržiūrima 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 31 (1391) ATSAKYMAI

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

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

## SUDOKU NR. 32 (1392)

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

SPRENDIMAS KITAME NUMERYJE

## SAVAITGALIO ORAI

**PENKTADIENJ,  
RUGPJŪČIO 23 D.**



**DEBESUOTA SU  
PRAGIEDRULIAIS**  
Krituliai: 4 %



**8 m/h**



**82°/66° F**

**ŠEŠTADIENJ,  
RUGPJŪČIO 24 D.**



**DEBESUOTA SU  
PRAGIEDRULIAIS**  
Krituliai: 17 %



**9 m/h**



**84°/71° F**

**SEKMADIENJ,  
RUGPJŪČIO 25 D.**



**DEBESUOTA SU  
PRAGIEDRULIAIS**  
Krituliai: 19 %



**10 m/h**



**85°/73° F**

# HOROSKOPAS RUGPJŪČIO 26 D. – RUGSĖJO 1 D.

### AVINAS (03.21 – 04.20)

Savaitės pradžia tinkama susitarimams dėl tarpininkavimo, partnerystės, bendradarbiavimo, teisinės konsultacijos ar pan. Regis, nesunkiai rasite sąjungininkų, o oponentai ir konkurentai nedemonstruos priešiško. Savaitės antroje pusėje nerimą kels didėjančios išlaidos, nuostoliai, skolos, realios ar galimos baudos. Asmeniniai santykiai gali kiek pašlyti. Gali būti, kad savaitgalį kils noras aplankyti parodą, muziejų, teatrą ar kur nors išvykti.

### JAUTIS (04.21 – 05.21)

Savaitės pradžioje labai išrankiai vertinsite savo ir aplinkinių išvaizdą, darbo kokybę. Regis, jūsų kruopštumas, darbštumas bus gerai įvertintas. Jeigu mėginsite įsidarbinti, turėtumėte pasisekti. Nuo savaitės vidurio teks blaškytis tarp savo ir kitų žmonių poreikių bei interesų. Tam tikri nepriteimai ar išpuoliai nemaloniai šokiruos. Savaitgalį galite pasirodyti išradiniais panaudodami senus daiktus, juos atnaujindami. Gali dominti buitinė ir kitokia technika.

### DVYNIAI (05.22 – 06.21)

Savaitės pradžioje palanku rūpintis kūrybiniais projektais, šou verslu. Noriai imsitės vaikų aktualijų, jų ugdymo, laisvalaikio, bendrų pramogų. Pernelyg nelepinkite augančios kartos, atsižvelkite į šeimos galimybes. Gana dalykiška bus antra savaitės pusė. Regis, kils minčių, susijusių su veiklos mainomomis. Tačiau gali varginti prasta savijauta, nepaaiškinamas nerimas. Saugokitės traumų, priepuolių. Savaitgalį svarbu deramai dėmesį skirti artimiesiems, partneriui.

### VĖŽYS (06.22 – 07.22)

Savaitės pradžioje noriai leisite laiką gamtoje, tvarkysitės namuose, bendrausite su artimais žmonėmis, empatiškai klausysitės svetimų bėdų ir džiaugsmų. Gali pavykti sumanymas, susijęs su nekilnojamoju turtu, apdaila, praktiniais šeimoniškais reikalais. Gali užsimegztai ir romantiška intriga. Savaitgalį nepagalvokite pastangų dėl šeimos gerovės ir darnos. Pravartu šį tą paremontuoti, sutvarkyti. Kažkuo gali nustebinti pažįstamas asmuo.

### LIŪTAS (07.23 – 08.23)

Savaitės pradžioje jums seksis mokytis ir mokytį, teikti ar imti interviu. Regis, darysite tai lengvai tarsi be pastangų, o jūsų bendravimo stilius visiems bus priimtinas. Siekite konkretumo, jeigu teks derėtis, sudarinėti sutartis. Nuo ketvirtadienio daugės įtampos. Galbūt norėsis kažkam kibti į atlapus, bet akivaizdu, kad tokiu būdu problemų neišspręsite ar netgi patys gausite atgal. Saugokitės traumų, nuostolių. Saugokite vaikus.

### MERGELĖ (08.24 – 09.23)

Savaitės pradžioje gali tekti apsispręsti dėl nekilnojamojo turto ar verslo aktualijos, norimos prekės ar paslaugos užsakymo, nuomos ir pan. Gali būti, kad gausite naudingą patarimą arba piniginę išmoką. Kad ir ką darysite, jums labai svarbu jausti artimų ir mylimų žmonių palaikymą. Atsargiai kelyje, ypač nuo ketvirtadienio. Savaitgalį patiks laiką leisti sodyboje, namuose. Galbūt netikėtai atvyks giminiai arba jums teks išvažiuoti ir nedelsiant kažkuo pasirūpinti.

### SVARSTYKLĖS (09.24 – 10.23)

Savaitės pradžioje jus vilios nepatirti potyriai, naujovės. Galite aptarti svarbius reikalus, išgirsti pasiūlymų. Regis, vis labiau norėsis komforto, grožio savo aplinkoje. Tikriausiai rinksitės pirkinius, reikalingus namams ar asmeniniam įvaizdžiui, bei patys kursite, meistrausite. Visgi galimi ir nuostoliai, nepritarimas jūsų siekiams. Savaitgalį vilios išvykos, apsipirkimai. Tikėtini susitikimai su bičiuliais, su kuriais turite bendrų pomėgių.

### SKORPIONAS (10.24 – 11.22)

Savaitės pradžioje jums norėsis vienumos, asmeninės erdvės. Regis, tyloje intuicija labiau padės atskirti grūdus nuo pelų. Filosofinis požiūris leis susitaikyti su permaina, jei tokią ką tik patyrėte. Savaitės antroje pusėje vėl daugės įtampos. Bus nevengiama ginčytis, kritikuoti, galima sulaukti ir aršaus priešiško apraiškų, pavojingų avarinių situacijų. Kaip bebūtų, jausitės kažkam reikalingi, mylimi ir tai teiks palaikymo. Savaitgalį rūpės komfortas, žemiški džiaugsmai.

### ŠAULYS (11.23 – 12.22)

Savaitės pradžioje būsite nusiteikę ieškoti bendraminčių, diskutuoti, politikuoti, siekti populiarmo. Situacija atrodo palanki, jausitės išgirsti, įvertinti. Visgi pernelyg nepasikliaukite šiuo įspūdžiu. Nuo ketvirtadienio labai sumažės noras bendrauti ir ką nors konkrečiau veikti. Galite pamatyti slaptus priešus ir kliūtis netgi ten, kur jų nėra. Gali būti, jog ir patys moralumu nepasizymėsite, skleisite abejotina informaciją ar pan. Rūpinkitės savo sveikata, mityba.

### OŽIARAGIS (12.23 – 01.20)

Šią savaitę neišvengsime nerimo, ypač jei galvojate apie egzaminus ar karjeros perspektyvas, verslo partnerystę. Regis, padirbėti teks iš pieties. Geriau jausitės, jei turite bendraminčių palaikymą. Visgi kai kas jums neabejotinai gadins nervus. Galbūt tai bus artejančių permainų grėsmė, nestabilumas, kai kurių asmenų arogancija ar išsišokimai. Bendravimo nesklendimus iš dalies galima įveikti draugiškai pabendraurus, atsiprašius.

### VANDENIS (01.21 – 02.19)

Savaitės pradžioje domėsitės mokslo, kultūros, politikos, kelionių, užsienio reikalų klausimais. Tikėtinas reikšmingas pokalbis, interviu ar egzaminas, laukta žinia iš toli arba išvyka į konferenciją, renginį. Dalykiška ir įtempta bus antroji savaitės pusė. Gali tekti įrodinėti savo tiesą, ginti nuosavybės ar kitus interesus. Regis, būsite nusiteikę ryžtingai ar netgi karingai. Atsargiai elkitės su technika, elektra. Savaitgalis palankus susitikimams.

### ŽUVYS (02.20 – 03.20)

Savaitės pradžioje turėsite nemažų išlaidų, o galbūt imsitės reikalų, susijusių su mokesčiais, investicijomis, draudimu, paveldėjimu. Bus lengva paminti kai kuriuos etikos principus, susivilioti kažkuo maloniu ar naudingiu. Arba kaip tik už tai dabar teks atsakyti. Šiuo metu jums galbūt teks laukti egzaminą, įskaitą, ruoštis prezentacijai, bendrauti su užsieniečiais arba išvykti į kelionę, pasimatymą. Saugokitės traumų, avarių.



## JOIN THE LITHUANIAN FOOTBALL FEDERATION SCOUTING DAYS IN CHICAGOLAND!



The Lithuanian Football Federation,  
in collaboration with the Lithuanian American Community,  
is excited to announce the registration for Soccer Scouting Days in Chicagoland. This is a  
fantastic opportunity for young Lithuanian talent in the USA to showcase their skills and  
potentially join the Lithuanian national youth teams.

### DETAILS

**EVENT:** Lithuanian Soccer Scouting Days  
**LOCATION:** Lithuanian World Center, Lemont, USA  
**DATE:** September 14 - 15, 2024

### WHY YOU SHOULD JOIN

- Be observed by coaches of the Lithuanian national teams
- Potential to be selected for the U15, U17, or U19 national teams

### WHO CAN REGISTER

- Lithuanian boys and girls aged 14-17
- Passionate about soccer

### HOW TO REGISTER

- Provide your first name, last name, gender, age, residence, current soccer club, personal email address and mobile phone number
- Send your registration details by email to [scouting.jav@lff.lt](mailto:scouting.jav@lff.lt)
- Deadline for registration: **August 15, 2024**
- Contact person in the USA – Egidijus Liaiko (+1 224 578 3474)

EMBRACE FREEDOM



THE BALTIC WAY  
CHICAGO

Kviečiame dalyvauti istorinio Baltijos  
Kelio 35-erių metų akcijoje

# Baltijos Kelias

Rugpjūčio mėn. 25-ą dieną 2024m.

2:00 p.m - 3:00 p.m.

Maggie Daley Park  
337 E. Randolph  
Chicago, IL 60601



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](http://www.vydunojaunimofondas.org) – arba parašius Fondui el. paštu [vyduno.fondas@sbcglobal.net](mailto: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 127<sup>th</sup> St.  
 Lemont, IL 60439

Džiaugiamės galėdami pristatyti atnaujintą interneto svetainę [www.griztu.lt](http://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](mailto:griztu@urm.lt) ir tel. + 370 5 252 5001.

Interneto svetainėje [www.griztu.lt](http://www.griztu.lt) informacija suskirstyta ir pateikiama pagal klausimus, kuriuos dažniausiai užduoda besikreipiantys į konsultacijų centrą „Grįžtu 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](http://www.gediminolitanistinemokykla.org)

**KONTAKTAI**



Jeigu turite klausimų galite kreiptis telefonu (224) 723-2616 arba elektroniniu paštu: [glm.ilinojus@gmail.com](mailto: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](http://www.gediminolitanistinemokykla.org)

Švč. Mergelės Marijos Gimimo Parapijos

97-tas  
**Metinis Pokylis**

Rugsėjo 15 d., sekmadienis  
 12:30 val.p.p.

Pokylis vyks parapijos salėje  
 6812 S. Washtenaw Ave.  
 Chicago, IL 60629



Bilietai: \$70 suaugusiems; \$30 vaikams. Rezervacija tel. 773-776-4600

**Nativity BVM Annual Parish Banquet**  
 September 15th at 12:30pm

Parish Hall, 6812 S. Washtenaw Ave., Chicago, IL 60629  
 Tickets: \$70 adults; \$30 children. Reservation at 773-776-4600



LIETUVIŲ DAILĖS MUZIEJUS/GALERIJA SIELA

MUZIEJAUS MENO MOKYKLOS

Mokinių Registracija

I-asis semestras:

Spalio 1 d. - Gruodžio 17d., 2024m.

Antradieniais, Trečiadieniais, Ketvirtadieniais

5:00 - 6:30PM

7:00 - 8:30PM

kviečiame į piešimo, tapybos, tekstilės, tautodailės, keramikos ir stiklo pamokas

informacija: 773-704-0093 ar admin@sielagallery.org

LIETUVIŲ DAILĖS MUZIEJUS GALERIJOJE "SIELA"  
1491 E 127TH ST, LEAMONT, IL 60439

# ARE YOU IN NEED OF FUNDS FOR POST-SECONDARY EDUCATION?

*The Chicago Lithuanian Women's Club invites you to apply for their scholarship*

## Qualifying Requirements:

- Illinois Resident or relative of 2-year member of the Chicago Lithuanian Women's Club
- Lithuanian Ancestry or relative of 2-year member of the Chicago Lithuanian Women's Club

Deadline for Submission of Application: September 18, 2024

- Transcripts required
- Letters of recommendation required

To obtain an application, apply to [sbinkis@gmail.com](mailto:sbinkis@gmail.com)



## 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](http://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](http://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

## CALL NOW!

# (855) 263-5021

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

# BCI BATH & SHOWER

\*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.



## Receptai

# Trumpėjant vasaros dienoms – jaukumą suteikiantys morkų patiekalai

### TRINTA MORKŲ SRIUBA SU IMBIERU

**Reikės:** 1 v. š. sviesto; 1 vnt. svogūno; 1 gabaliuko imbiero; 4 vnt. morkų; 1 vnt. apelsino; druskos ir pipirų (pagal skonį).

**Gaminimas.** Puode ištirpinkite sviestą ir suberkite pjaustytą svogūną bei tarkuotą imbierą. Sudėkite tarkuotas morkas, užpilkite vandeniu, įberkite druskos ir pipirų. Supilkite išspausto apelsino sultis. Virkite, kol morkos suminkštės ir galiausiai viską sutrinkite trintuve.

Visus produktus suberkite į morkų masę, gerai išmaišykite ir supilkite į kepimo formą. Kepkite iki 50 minučių, iki 175 laipsnių kaitintoje orkaitėje.

### CUKINIJŲ IR MORKŲ KEKSIUKAI



**Reikės:** 250 g cukinijos; 70 g morkų; 150 g miltų; 1 vnt. kiaušinio; žiupsnelio druskos.

**Gaminimas.** Sutarkuokite cukiniją, apibarstykite druska ir palikite nuvarvėti kiaurasamtyje apie 30 min. Į šią masę įtarkuokite morką, įmuškite kiaušinį, suberkite miltus, viską gerai sumaišykite. Paruoštą masę sudėkite į keksiukų formeles ir kepkite 175 laipsnių temperatūroje apie 30 minučių. ■

### GARDUS MORKŲ PYRAGAS

**Reikės:** 5 vnt. morkų; 4 vnt. kiaušinių; 150 g cukraus; 120 g miltų; 90 g sviesto; 1 a. š. kepimo miltelių; 0,2 g vanilės.

**Gaminimas.** Suplakite kiaušinius kartu su cukrumi. Morkas sutarkuokite smulkia trintuve, o sviestą ištirpinkite.



Trumpėjant dienoms ir palydint paskutines vasaros dienas, nejučia kinta ir mitybos įpročiai. Jei šiltuoju metų laikotarpiu dominuoja lengvesni patiekalai, rudenėjant norisi kažko vis dar gaivaus, bet šiek tiek sotesnio.

Nors morkos itin dažnai naudojamos kaip garnyras, su jomis galima nemažai eksperimentuoti. Iš šios daržovės galima gaminti karštus, pikantiškus patiekalus, pavyzdžiui, sriubas ar troškinius, arba panaudoti ruošiant saldėsius – sveikesnius blynelius, keksus, pyragus ir pan.

Mitybos specialistai teigia, kad morkose gausu beta karoteno, kuris organizme paverčiamas vitaminu A. Pastarasis vitaminas daugeliui gerai žinomas kaip padedantis užtikrinti gerą regėjimą. Morkose taip pat gausu skaidulų, vitamino K, kalio ir įvairių antioksidantų, stiprinančių imuninę sistemą, valančių organizmą, užtikrinančių sveiką odą, lėtinančių senėjimo procesus ir kitaip padedančių sveikatai.

## 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 **ELEKTRONINIŲ PAŠTŲ** 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)

	Žodžių skaičius	Leidinių skaičius	Skelbimo kaina
<input type="checkbox"/> 1. Skelbimas neparyškintomis raidėmis – 50c už žodį.	<input type="text"/> X \$0.50	X <input type="text"/>	= \$ <input type="text"/>
<input type="checkbox"/> 2. Skelbimas paryškintomis raidėmis – 60c už žodį.	<input type="text"/> X \$0.60	X <input type="text"/>	= \$ <input type="text"/>
<input type="checkbox"/> 3. Skelbimas DIDŽIOSIOMIS raidėmis – 60c už žodį.	<input type="text"/> X \$0.60	X <input type="text"/>	= \$ <input type="text"/>
<input type="checkbox"/> 4. Skelbimas PARYŠKINTOMIS DIDŽIOSIOMIS raidėmis – \$1.20 už žodį.	<input type="text"/> X \$1.20	X <input type="text"/>	= \$ <input type="text"/>
<input type="checkbox"/> 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



**Atlantic Express kompanijai Bridgeview, IL. reikalingi darbuotojai krauti konteinerius. Valandinis užmokestis. 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 pickup 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

## PERKU / PARDUODU



Skrendu į Lietuvą. Parduodu savo Honda Civic 2009 m. 94.7K geram stovy \$4800. Rimas, tel. 708-539-8572.

## PASLAUGOS



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

## NUOMA



## DARIEN

Išnuomojamas 2 miegamųjų, 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 perdarytas, naujas stogas, naujas kondicionierius. Kaina \$359,000, skambinti Kestui 847-401-4797, "CHICAGOLAND

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“

## CARPENTSVILLE

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

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

## CHICAGO

Parduodamas 1 miegamoji, 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 nuomot. Kaina \$264,900. Skambinti Reginai, tel. 773-983-4461, „Realty Executives Midwest“

Parduodamas 2 miegamųjų, 1 vonios mūrinis townhouse. Nėra



**Aidas** Chicago  
WWW.AIDAS.US  
AMERICAN LITHUANIAN NEWSPAPER

## Laikraščio užsakymo kuponas

<div style="font-size: 2em; margin: 0;">○</div> <p><b>3 mėnesiai</b> <b>12 numerių</b> <b>\$35</b></p>	<div style="font-size: 2em; margin: 0;">○</div> <p><b>6 mėnesiai</b> <b>24 numerių</b> <b>\$70</b></p>	<div style="font-size: 2em; margin: 0;">○</div> <p><b>12 mėnesių</b> <b>48 numerių</b> <b>\$140</b></p>
--	--	---

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

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, murinis, 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 garažas. Yra rūšys. Namas turi saulės kambarį. Virtuvėje yra baltos spintelės ir kvarco stalviršiai. Neseniai 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 susisiekiimas 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 namas, 3 miegamieji, plus 2 miegamajai 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 staty-

bos 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 murinis namas, 3 miegamieji, 1 vonia, atskiras garazas, kiemas su patio ir decku. Kaina \$249,000, skambinti Kestui 847-401-4797, „CHICAGOLAND BROKERS, INC“

FRANKLIN PARK, IL: Parduodamas 3 miegamuju, 2/1 vonios townhouse. Pilnai suremontuotas, naujos medines grindys, nauja virtuve, auja buitine technika, naujas stogas, kondicionierius, pilnai irengtas basementas su baru ir vonia. Near asociacijos mokesciu. Kaina \$239,000, skambinti Kestui 847-401-4797, „CHICAGOLAND BROKERS, INC“

#### GLENDALÉ HEIGHTS

GLENDALÉ HEIGHTS, IL: Parduodamas „ranch“ stiliaus namas, 3 miegamieji, 2 pilnai atnaujintos vonios. Viskas naujai suremontuota: naiju langai, durys, grindys, nauja virtuve su granitinais

stalviršiais, nauja buitine technika. Patogus susisiekiimas. Kaina \$245,000, skambinti Kestui 847-401-4797, „CHICAGOLAND BROKERS, INC“

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

#### MARRIONETTE PARK

Patvirtintas Short Sale. Parduodamas 2 miegamuju, 1 vonios mūri-

nis rančos 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“

### MELROSE PARK

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

### 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 BROKERS, INC“

### PARK RIDGE

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

### RICHTON 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 virtuvė, 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 BROKERS, INC“

### SCHILLER PARK

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

### STREAMWOOD

STREAMWOOD, IL: Erdvus 3 miegamųjų, 2/1

onios townhouse, 2 masinu garazas, nauja sildymo ir saldymo sistema, geras susieimas, salia parko. Kaina \$255,000, skambinti Kestui 847-401-4797, „CHICAGOLAND BROKERS, 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 BROKERS, 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**



**MEKSIKA**

**DOMINIKOS RESPUBLIKA**

**KARIBŲ SALOS**

**EUROPA**

**Aviabilietai po visą pasaulį**

**Profesionali kirpėja VILMA**

- Kirpimai
- Dažymai
- Cheminiai sušukavimai
- Proginės šukuosenos
- 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](http://www.acitydumpsters.com)

**Greitas patikimas servisas**

**ŠILDYMAS / ŠALDYMAS**

Instaliavimas, Servisas, Remontas

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

# 95<sup>th</sup>

# PRODUCE MARKET

WE ACCEPT:



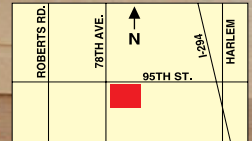
**STORE HOURS**  
Monday - Saturday  
7 am - 8 pm  
Sunday  
7 am - 7 pm

# 95<sup>th</sup> 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: August 21st Thru August 27th, 2024



**Fresh Cauliflower** **79¢** Lb.

**California Celery** **49¢** Lb.



**Fresh California Romaine Lettuce**  
**2/\$1.50**



**Southern Peaches** **89¢** Lb.

**Red or Black Plums** **\$1.79** Lb.



**Washington Honeycrisp Apples**  
**89¢** Lb.



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

**Ripe Avocados** **89¢** EA.



**Old Tyme Yellow American Cheese** **\$4.49** Lb.



**Sara Lee Smoked Turkey Breast** **\$6.99** Lb.



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



**Fresh Chicken Leg Quarters** **59¢** Lb.



**Fresh Whole Lamb Shoulder** **\$5.29** Lb.



**Tropicana Premium Orange Juice** **\$4.99** 52 Oz.



**Orlando Romano or Parmesan Shakers** **\$2.69** 8 Oz.

**Balconi Mix Milk** **\$3.29** 10x35 Cr.



**ETI Tea Biscuits** **\$1.49** 400 Gr.



**Czaniecki Pasta** **\$2.99** 500 Gr.

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



**Zvijezda Sunflower Oil** **\$9.49** 3 Ltr.



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

LIMIT 2 PLEASE



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



**Zdan Plain Yogurt** **\$3.49** 32 Oz.



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



**Zimi Thin #4 Fillo Dough** **\$3.29** 16 Oz.

LIMIT 3 PLEASE